

Zeitschrift: Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen
Herausgeber: Emanzipation
Band: 11 (1985)
Heft: 6

Buchbesprechung: Gelesen zum lesen

Autor: [s.n.]

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

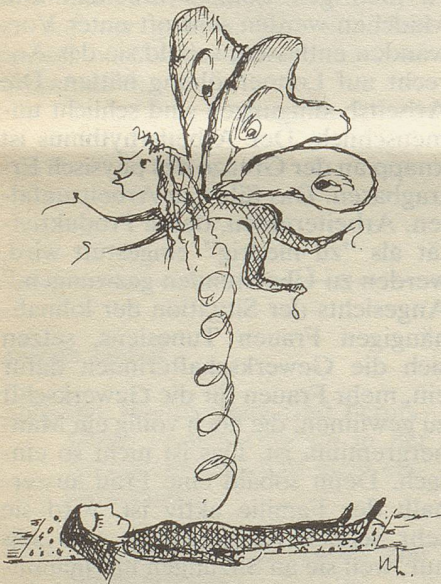
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Thérèse Bertherat (Carol Bernstein)
DER ENTSPANNTE KÖRPER

Schlüssel zur Vitalität, Gesundheit und Selbstbestimmung.
Ehrenwirth-Verlag, München. 1982

Wir Frauen leben heute in einer Situation in der alles auf Leistung ausgerichtet ist, wir geraten in z.T. grossen Stress. Gegen diesen Stress will die Autorin kämpfen. Sie zeigt uns auf, dass wir zum grössten Teil unfähig sind auf unsere eigenen Bedürfnisse zu achten, Bedürfnisse des inneren Körpers.

Das Buch ist als spannender Roman in der ICH-Form geschrieben. Die Frau wurde früh Witwe und möchte sich eine neue Existenz aufbauen. Ihr Ziel, anderen Frauen zu helfen. Sie will eine Art "Anti-Gymnastiklehrerin" werden. Sie besuchte verschiedene Meisterinnen dieses Faches auf ihrem Ausbildungsweg und erteilt gleichzeitig auch selbst Kurse.



Nur wenn der Körper mit der Seele eine Einheit bildet, kann er auch entspannt und gesund sein. Der Körper ist ein Haus zum darin wohnen aber oft ist er für uns selbst verschlossen. Als Schlüssel zum eigenen Haus sollen die Kurse, resp. dieses Buch verstanden werden.

Das scheinbar Selbstverständliche, das Atmen, ist bei den meisten gar nicht selbstverständlich, wir atmen falsch oder zu wenig. Mit scheinbar kaum merkbar Bewegungen und Übungen können völlig andere Körpergefühle und Haltungen erzielt werden.

Z.B. frau liegt auf einem Ball unter dem Steissbein, danach spürt sie, wie ihre Wirbelsäule viel flacher am Bo-

den aufliegt. Die meisten Übungen lösen eine wohltuende Entspannung und Wohlbefinden aus.

Dieses Buch dient zur Anleitung für sich selbst oder als Anregung einen Kurs zu besuchen, z.B. auch Yoga. Ein wertvoller Beitrag für Gesundheit und Wohlbefinden.

Vreny Stoecklin

Gabriele M. Göbel

AMANDA ODER DER HUNGER NACH VERWANDLUNG

Erzählungen

Fischer. Die Frau in der Gesellschaft

c.s. "Wir haben eine Möglichkeit zu leben gewählt und tragen die anderen als Schatten mit uns herum", heisst es auf dem Klappentext. Die Möglichkeiten, die die Frauen in den elf Erzählungen von Gabriele M. Göbel gewählt haben, sind oft die falschen. Die Frage, die sich da stellt: Wieso halten es die Frauen trotzdem aus, was lähmt sie? Es begegnen uns aber auch Frauen, die die Grenzüberschreitung wagen.

KREUZ- UND QUERVERBINDUNGEN IM PARLAMENT

Editions Heuwinkel Verlag Allschwil

mw. Dieses ungewöhnliche Buch ist ein "Interessenregister des National- und Ständerates", ergänzt durch Handelsregistereintragungen, Firmenveröffentlichungen und Wirtschaftsmitteilungen. Unsere National- und StänderätInnen werden in sehr aufschlussreicher Weise unter die Lupe genommen: wer ist in welcher Firma Präsident, Direktor oder sonstwie beteiligt im Verwaltungsrat etc. Einige dieser Leute, wie Mario Grassi, CVP, Julius Binder, CVP oder Peter Hefti, FDP, füllen halben und ganze Seiten mit der Aufzählung ihrer Präsidentensitze in verschiedenen Firmen, bei anderen sieht die Liste wesentlich bescheidener aus, so bei Sigmund Widmer, LDU, Arthur Hänsenberger, FDP. Schmal sind die Listen bei SP- und POCH-Leuten, und ganz besonders schmal sind sie bei den Frauen, die anscheinend nur sehr wenige Präsidentensitze ergattert haben (oder gar nicht wollten, wie wir hoffen, ganz bewusst nicht wollten). "Wer wagt zu bestreiten, dass unser Land bedrückend stark von Geld und Gelddenken beherrscht wird?" (Willi Ritschard) Sehr empfohlen für unpolitische LeserInnen.

Ursula Isler

DIE RUINEN VON ZÜRICH
Pendo-Verlag, Zürich 1985 Fr. 27.—

Der Zürcher Lindenhof als Kulisse einer Walpurgisnachtromanze; Hausbesitzer, die wie Marionettenfiguren an den Fäden wirklicher und übernatürlicher Gewalten zappeln — wer die Zürcher Altstadt als Rahmen einer Reihe von farbigen Miniaturen neu erleben möchte, der greife zu diesem Buch über das Seldwyla der Gegenwart.



Wie bei alten Puppenhäusern werden vor unseren Augen die Fassaden aufgeklappt; und gerade auf die pastellfarbenen Strassenfronten der Altstadtgebäude wird in Zürich bekanntlich grossen Wert gelegt. Vom Handwerk der "Auskernung" versteht die etablierte Kunstkritikerin Ursula Isler (1923) offensichtlich viel. Mit schwarzem Humor erzählt sie vom Schicksal des Hauses zur Muschel und beweist, dass auch Schriftstellerinnen — entgegen Gerüchten in männlichen Kritikkreisen — diese Register ziehen können.

Die Figuren des Buches erscheinen leicht verfremdet, und viele Szenen erinnern an Strassentheater. Durch stilisierte Beschreibungen gewinnt die Realität magische Züge. Einige Stellen können hingegen als lebensnahe Studie darüber gelesen werden, wie gewisse Männeraugen Frauen sehen und einschätzen. Für ZürcherInnen liegt natürlich ein besonderer Reiz des Buches im vertrauten Lokalkolorit. Doch als Politsatire zum Thema "Haus und Herd" weist das Buch über den Zürcher Horizont hinaus.

Marianne Ernst

Saliha Scheinhardt

FRAUEN, DIE STERBEN, OHNE DASS SIE GELEBT HÄTTEN

Express Expedition Berlin 1983, 91 S. Fr. 14.80

mw. Saliha Scheinhardt hat zusammen mit einer anderen, straffällig gewordenen Türkin deren Lebensgeschichte aufgeschrieben: eine türkische Frau schildert ihre Jugend in der Türkei, Heirat, Ausreise nach Deutschland zu ihrem Mann, eheliche Schwierigkeiten, Isolation und Verzweiflung. Gut dargestellt ist die Mädchenerziehung in der Türkei — die in manchem vielleicht schlechter, in manchem aber sicher auch besser funktioniert als bei uns — wenn man überhaupt vergleichen kann.

Franziska Becker

MEIN FEMINISTISCHER ALLTAG

Bd. 1 und 2. DTV München 1984 (3. Auflage). Je Fr. 9.80

mw. Wir haben sie schon in der Emma gelesen und lieben sie seit Jahren — die Knollennasenfrauen in den bunt geblühten Hosen zwischen Emanzipation und Kinder/Küche/Kochtopf — diese beiden Taschenbücher sind ein Bonbon für den Ferienkoffer.

Christiane Collange

MOI, TA MÈRE

**Fayard, Paris 1985
223 S. FF 69.00**

mw. Junge Leute, die noch zuhause wohnen, die Zeit und Geld ihrer Eltern in Anspruch nehmen, sich die Wäsche waschen lassen und in den meisten Fällen arbeitslos sind oder endlos studieren — Situationen, die in Paris möglicherweise viel häufiger sind als bei uns. Christiane Collange schreibt so etwas wie ein Plädoyer für die Mütter. Die Frauen, die zwanzig Jahre lang für ihre Kinder ihr Leben geopfert haben, sollten jetzt endlich ihre Zeit und ihr Geld für sich behalten und sich nicht mehr ausnützen lassen von den Jungen, findet sie. Geschrieben von Christiane Collange ("Madame und das Management"), die vor Jahren für die Berufstätigkeit der Frau geschrieben hat — und die das in einem zweiten Buch ("Je veux rentrer à la maison") wieder ganz zurückgenommen hat. Frauenemanzipation von einem anderen Lager her. Aber nachdenkenswert und amüsant geschrieben.

DIE FRAU, DIE AUSZOG, IHREN MANN ZU ERLÖSEN

Europäische Frauenmärchen

Herausgegeben von Sigrid Fröh

Fischer Taschenbuch Verlag Fr. 7.80

...die Frau "reitet an der Spitze eines Heeres", nicht um zu kämpfen, sondern um dem Mann, den sie liebt, beizustehen.



Brigitte Erler

TÖDLICHE HILFE

**Bericht von meiner letzten Dienstreise in Sachen Entwicklungshilfe
Dreisam-Verlag Freiburg i.Br. 1985.
Fr. 13.80**

Eine Frau kehrt von einer Dienstreise nach Bangladesh — eines der ärmsten Länder der Dritten Welt — zurück und kündigt fristlos ihre gutbezahlte Stellung. Sie behauptet, dass wir überall da, wo wir helfen wollen, nur Unheil anrichten, ungewollt den Menschen Elend und Tod bringen.

Nadine Gordimer

JULY'S LEUTE

Roman

Fischer Taschenbücher, Fr. 7.80

Die Autorin beschwört eine Zukunftsvision herauf. In Südafrika ist die schwarze Revolution ausgebrochen. Einer weissen Familie gelingt die Flucht in den Busch mit Hilfe ihres schwarzen Dieners July.

DURCH DICK UND DÜNN

Emma Sonderband 4 1984/85. Fr. 10.—

Von der Mager-Sucht zur Fress-Sucht, vom Schlank-Sein und von Rollenzwängen...

Barbara Traber

Muttermomente

**Edition Erpf AG.CH.3001 Bern.
1985**

81 Seiten

y.cs. Die "Muttermomente" beschreiben in einer knappen, präzisen Sprache den Alltag, den täglichen Arbeitsplatz einer Frau, die sich schwer tut als Mutter und sich oft allein gelassen fühlt in der heutigen kinderfeindlichen Gesellschaft. Der Zyklus von rund 50 Gedichten umfasst den Zeitraum vor der Geburt, das Unfassbare der Geburt, das Stillen, die chaotische Neugier des Kleinkindes, seine Störaktionen, seinen Trotz usw. bis zum Gedanken an das spätere Loslassen des Kindes, wenn die Mutter "ihre gespaltenen Wünsche wieder zusammensetzen" kann.

Barbara Traber ist es gelungen, ihr Beispiel des Mutterseins über das Private hinaus exemplarisch darzustellen. Auch äusserlich ein sehr attraktives Buch mit vielen Fotos.

*Diese Müdigkeit
von uns Müttern
nach jahrelang
gestörten Nächten
wie zäher Leim
an uns klebend
der sich kaum
entfernen lässt
nur
weil wir ein Kind
im Dunkeln
nicht weinen
lassen können*

Oriana Fallaci

WIR, ENGEL UND BESTIEN

**Ein Bericht aus dem Vietnamkrieg
dtv 3. Auflage 1985 Fr. 9.80**

mw. Berichte aus dem Vietnamkrieg. Gespräche mit vielen Soldaten, Gefangenen, Betroffenen: ein Anti-Kriegsbuch. "Akzeptiert man das Heldentum, akzeptiert man auch den Krieg. Und den Krieg darf und kann und will ich nicht akzeptieren."

Erika Wisselinck

FRAUEN DENKEN ANDERS

Sophia Verlag 1984. Fr. 9.80

Geschrieben für: Alle diejenigen, die nicht mit dicken Theoriebüchern anfangen, sich aber über feministisches Denken informieren wollen; Feministinnen und solche, die es werden wollen; Neugierige.

Neu als Taschenbuch
Raymonda Tawil
**MEIN GEFÄNGNIS HAT
VIELE MAUERN**

Eine Palästinenserin berichtet
Dietz Taschenbuch 1985. Fr. 12.80
Raymonda Tawil Buch — halb Autobiographie, halb politisches Bekenntnis — ist eindrucksvolles Dokument für die Selbstbefreiung einer palästinensischen Frau.

Barbara Yurtdas
WO MEIN MANN ZUHAUSE IST...

Tagebuch einer Übersiedlung in die Türkei
rororo aktuell, Frauen aktuell, Fr. 8.80

Zurück in die Türkei. Die konkreten Umstände und Folgen einer solchen Rückkehr beschreibt eine Münchner Lehrerin, die mit ihrem türkischen Ehemann und ihren beiden Söhnen in eine Kleinstadt in Thrakien übersiedelt.

Neu als Taschenbuch!
Marlen Haushofer
DIE WAND
Roman
Ullstein Taschenbuch Fr. 8.80

“Die Wand” ist die Geschichte einer Frau, die sich plötzlich als einzige Überlebende in einem genau umgrenzten Stück Natur gefangen sieht. Mit einem zugelaufenen Hund, einer Katze, einer trächtigen Kuh richtet sie sich in ihrer Rolle ein, lernt mühsam, was sie als Städterin nie gebraucht hat, beginnt auf den Rückseiten alter Kalender ihre Erfahrungen zu notieren. Nach und nach lernt sie sich kennen, spürt eine langsame Befreiung. Für die Frau, die einmal eine Familie hatte, gibt es keine Konventionen mehr, denn “alle, denen zuliebe ich ein Leben lang gelogen habe, sind tot”.



Yvette Z'Graggen
**ZEIT DER LIEBE, ZEIT
DES ZORNS**
Fischer Taschenbuch Verlag Fr. 7.80

Eine Arbeitskrise ist Anlass für Yvette Z'Graggen, sich über ihre Liebe Rechenschaft abzulegen. Intensiv erlebt sie die Kindheit ihrer Tochter mit, und immer deutlicher wird dadurch für sie das Bild des kleinen Mädchens, das sie selbst war: schüchtern, brav und ängstlich. Was hat es den Frauen ihrer Generation so schwer gemacht, den Weg zu sich selbst zu finden?

Anja Meulenbelt
**WIE SCHALEN EINER
ZWIEBEL**

oder wie wir zu Frauen und Männern gemacht werden
Verlag Frauenoffensive, Fr. 23.—

Die Autorin untersucht in diesem Buch die Unterschiede zwischen den Geschlechtern auf drei Ebenen: Die biologische: Ist Anatomie Schicksal? Die Geschlechtsrolle: Wie haben wir gelernt, uns wie Frauen und Männer zu verhalten? Die psychologische: Was ist mit uns geschehen dadurch, dass unsere Mutter eine Frau war?

Adelheid Duvanel
ANNA UND ICH
Erzählungen
Luchterhand Verlag Darmstadt 1985.
107 S. Fr. 20.—

mw. Neue Erzählungen der Basler Autorin, wieder von benachteiligten, unterprivilegierten Menschen. Oft sind es Frauen, die Mühe haben, ihre Wünsche, ihre Illusionen und Enttäuschungen überhaupt zu formulieren. Sprachlose, isolierte Menschen: Kinder oder Frauen, die oft ausserhalb der Realität stehen und den Weg in die (verlogene) heile Welt nicht mehr finden, dafür aber so ehrlich sind, wie nur Kinder sein können.

Marina Gamaroff
UTOPIE DER TREUE
Rowohlt 1984. Fr. 24.10

Der Psychoanalytikerin Marina Gamaroff geht es in den 12 Texten dieses Buches um Utopie und Therapie, um Identität und Realität, von Frauen in Beziehungen: zu Müttern, zu Kindern, zu Männern, zu Frauen.

Inserate

FRAUENZEITUNG

Nr. 14
Soeben erschienen
zum Thema
=====
FRAU UND TECHNIK
=====

Preise:
Jahresabo Fr. 20.—
Einzelnr. Fr. 5.—
JETZT BESTELLEN!

Name:.....
Vorname:.....
Adresse:.....
.....
.....
.....
FRAZ, Postfach 648, 8025 Zürich

TZT-Gruppe zum Thema:

Ich fresse und werde gefressen

Wer hat Lust, in unserer Gruppe mitzumachen? Wir, Hildegard und Esther, suchen Frauen und Männer. Wir arbeiten nach dem System des TZT (Themenzentriertes Theater) und erleben gemeinsam Probleme der Selbstbehauptung.
Wann:
jeweils am Montag von
19.30—22.30
Beginn:
Montag, den 19. August 1985
Kosten:
Fr. 216.— für insgesamt 36 Stunden
Gruppengrösse:
maximal 12 TeilnehmerInnen
Mehr Information und Anmeldung bei:
Esther Mäder, Missionsstr. 23,
4055 Basel, Tel. 061/25 38 03.