

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 74 (1996)  
**Heft:** 10

**Buchbesprechung:** Bücher

**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](#)

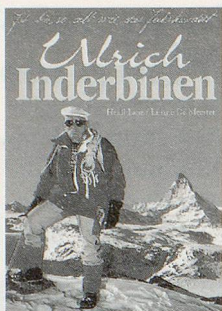
### **Terms of use**

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:** 13.01.2026

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





Heidi Lanz,  
Liliane de Meester  
**Ulrich Inderbinen**  
Bergsteiger  
Rotten-Verlags-AG, Brig,  
184 S., Fr. 36.50

Ulrich Inderbinen, vor 9 Jahren als ältester amtierender Bergführer Europas in der «Zeitlupe» vorgestellt – «Ich bin so alt wie das Jahrhundert» –, hat in der Zwischenzeit vieles erlebt: Allen dürfte seine Begegnung mit Bundesrat Adolf Ogi auf dem Matterhorn aus Anlass der 700-Jahr-Feier vom TV noch geläufig sein. Und nun haben zwei Journalistinnen es fertiggebracht, den sonst eher einsilbigen Zermatter zum Reden zu bringen. Mit der daraus entstandenen Biografie ist ein Zeitdokument entstanden, das gleichzeitig auch den Werdegang des einst verschlafenen Bergdorfes zum weltberühmten Kurort dokumentiert. Mit Inderbinen können wir sogar die Zeit vor dem ersten Weltkrieg erleben und erfahren, wie die Menschen damals den Lebenskampf meisterten – fernab von Industrie und Wohlstand, im Winter ohne Verbindung zur Aussenwelt. Ein Buch, welches durch viele noch nie veröffentlichte Fotos von Zermatt und den Erinnerungen des Bergführers zu einem Zeitdokument geworden ist.

zk



Verena Bernhart,  
Edith Lier  
**Voilà. Die leichte Linie**  
Kochbuch  
SV-Service, 136 S., Fr. 30.–

Das handliche Kochbuch «Voilà. Die leichte Linie» wurde herausgegeben vom SV-Service, der in der Schweiz rund 370 Personal-Restaurants führt. Die reiche Erfahrung auf dem Gebiet der Ernährung bietet Gewähr, dass die rund 200 Rezepte nicht einfach nur zufällig aneinandergereiht werden, sondern einem durchdachten Konzept entsprechen. Dieses wird am Anfang des Kochbuches dem oder der Kochwilligen anschaulich erklärt, denn wie man ohne Diät abnehmen und seine «leichte» Linie auch halten kann, braucht Kenntnis der Ernährungswissenschaft. Die Köche, welche die Menüs zusammengestellt haben, propagieren ein verändertes Ernährungsbewusstsein: Das Erfolgsgeheimnis liegt nach ihrer Meinung in den überlegten Mengenverhältnissen der Nahrungsmittelgruppen zueinander. Dass auf Abwechslung und attraktive Präsentation der Gerichte Wert gelegt wird, versteht sich – genau so wie die Präsentation des Buches daher kommt: Fettabstossendes Papier und Spiralbindung erleichtern die Benutzung wesentlich.

zk



M. Brauchbar und H. Heer  
**Zukunft Alter**  
Herausforderung  
und Wagnis  
Artemis + Winkler Verlag,  
München, 367 S., Fr. 39.80

Letztlich gehe es nicht um die Solidarität zwischen den Generationen, sondern um Solidarität zwischen den Menschen, lautet die Quintessenz des Buches «Zukunft Alter», das die neuesten biomedizinischen, psychologischen und gesellschaftlichen Erkenntnisse über das Altern mittels einer eindrucksvollen Fülle von Daten darlegt. Da die Menschen heute anders altern als früher und die Wissenschaft ein zunehmend besseres Verständnis der vielfältigen Zusammenhänge erlaubt, lässt sich etwa zeigen, dass bei älteren Menschen bisher stark unterschätzte Reserven vorhanden sind. Dieses grosse, noch ungenutzte Potential an Kreativität und Leistungsfähigkeit ist den beiden Autoren zwar ein Anliegen, doch das Buch beschäftigt sich nicht hauptsächlich mit den positiven Aspekten des Älterwerdens. Die herrschenden Vorurteile und Tabus über das Alter werden breit und in oftmals so hartem Ton ausgeführt, dass der Verdacht aufkommt, Matis Brauchbar und Heinz Heer krankten selber an dem negativen Altersbild, gegen das sie ankämpfen wollen. Abgesehen davon – ein beachtliches Werk.

ny



Andreas Gruschke  
**Mythen und Legenden der Tibeter**  
Von Kriegen, Mönchen,  
Dämonen und dem Ursprung der Welt  
Eugen Diederichs Verlag,  
München, 280 S., Fr. 22.–

Tibet und seine Bewohner sind schon lange dafür bekannt, dass Mythos und Realität, Geschichte und Legenden eng miteinander verwoben sind. Tibeter leben ganz selbstverständlich mit diesem Umstand, zumal ihre Religion – der mahayanische Buddhismus – gute Gründe liefert, der Verwobenheit von «Realität» (die ja nur eine subjektive ist) und Mythos ihre Berechtigung zu geben. Die im Volksmund kursierende Erzählliteratur sagt zuweilen mehr über die Kultur eines Volkes aus als manche wissenschaftliche Abhandlung. Sie kann vermitteln, wie die Menschen dort fühlen, denken und träumen. Andreas Gruschke hat vor Ort die mündlich überlieferten Geschichten festgehalten und im Hinblick auf ihren Wirklichkeitsgehalt erläutert – angefangen bei den wunderlichen Schöpfungsmythen über die epischen Gesänge des Heldenkönigs Gesar bis hin zu den sozialkritischen Legenden über die mächtige Mönchsgesellschaft. Ein interessanter Zugang zu einem Volk, das auch heute immer wieder von sich reden macht.

ny





**Marcel Lévy**  
**Das Leben und ich**  
 Berichte und Gedanken  
 eines Versagers  
 Limmat Verlag Zürich,  
 296 S., Fr. 38.–

Da wartet einer 93 Jahre lang, bis er sein Buch veröffentlicht, in Frankreich zuerst, 1992, unter dem schlichten Titel «La Vie et moi», was an sich schon keine geringe Leistung darstellt, macht ihm doch nicht jeder dieses Alter nach. Präsentiert schon gar nicht mit derart akribischer Erinnerungstreue «Das Leben und ich», mit jenem Spott, den sich nur der leisten darf, der sich so gründlich mit Literatur und Philosophie beschäftigt, dass er am Ende die Geschichte seiner eigenen Misserfolge schreibt. Dies aber in einer jugendlichen Frische, zu der zurückzufinden man wohl fast ein Jahrhundert lang Weisheit erworben haben muss. «Da die Menschen stets den ziemlich rechtmässigen Wunsch hegen, ein erfolgreiches Leben zu führen, ist mir die Idee gekommen, die verschiedensten Wege vorzuführen, um in allen Dingen zu vollkommenem Misserfolg zu gelangen», tut Lévy gleich zu Beginn seine Absicht kund. Was ihm so gründlich gelungen wie misslungen ist, liest sich sein Lebensbericht doch mit derartigem Genuss, dass der postume Erfolg des 1994 in Zürich verstorbenen Autors vorprogrammiert ist ...

kl



**Penelope Lively**  
**Ein Schritt vom Wege**  
 Roman  
 Deutscher Taschenbuch Verlag,  
 München, 285 S., Fr. 19.–

Penelope Lively ist in Kairo aufgewachsen, als Tochter eines englischen Bankangestellten. Erst mit 12 Jahren kam sie nach England, wo sie seit 1945 lebt. Vielleicht hat die orientalisch Kindheit ihr den Blick geschärft für die manchmal lebens- und liebesfeindlichen Aspekte der wohlherzogen Insel-Gesellschaft, die sie in ihren Büchern schildert. Für «Moon Tiger» erhielt sie 1987 den Booker Prize, und auch ihr Debütroman, der jetzt als deutsche Erstausgabe unter dem Titel «Ein Schritt vom Wege» erschienen ist, war seinerzeit für diese begehrte literarische Auszeichnung nominiert. Es ist die Geschichte von Anne Linton, die mit dem ehrgeizigen Anwalt Don verheiratet ist. Als sie die Angelegenheiten ihres verwirrt gewordenen 80-jährigen Vaters regeln muss, findet sie bei seinen Papieren einen Dauerauftrag, mit dem monatlich ein bestimmter Betrag an eine Unbekannte überwiesen wird ... Während das Gedächtnis ihres Vaters immer mehr schwindet, erfährt sie Dinge über ihn, die sie nie wissen wollte. Wie es sein kann, zwei Menschen gleichzeitig zu lieben, erlebt sie im weiteren Verlauf gleich selber. Sie beginnt

eine zweite Existenz, ein Doppelleben, das ihr zeigt, wie brüchig ihre Mittelstands-Idylle in Wirklichkeit ist und wie leicht man einen Schritt vom normalen, scheinbar richtigen Weg abkommt. Gleichzeitig schockiert und glücklich, schuldbewusst und beflügelt erlebt Anne ihre neue Verunsicherung. Doch loszukommen von dieser Welt, in der über Ehebruch ehern geschwiegen oder kühl hinweggesehen wird, ist gar nicht so einfach. – Ein starkes Buch, still und trotzdem aufregend.

ny

## BÜCHERCOUPON 10/96

senden an ZEITLUPE, Bücher,  
 Postfach 642, 8027 Zürich

- |                          |   |           |
|--------------------------|---|-----------|
| <input type="checkbox"/> | Ex. Heidi Lanz, Liliane de Meester<br>Ulrich Inderbinen                       | Fr. 36.50 |
| <input type="checkbox"/> | Ex. SV-Service<br>Voilà. Die leichte Linie                                    | Fr. 30.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. M. Brauchbar und H. Heer<br>Zukunft Alter                                 | Fr. 39.80 |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Andreas Gruschke<br>Mythen und Legenden der Tibeter                       | Fr. 22.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Marcel Lévy<br>Das Leben und ich  | Fr. 38.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Penelope Lively<br>Ein Schritt vom Wege                                   | Fr. 19.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Robert Schloeth<br>Die Lärche (Seite 14)                                  | Fr. 38.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Dr. med. Manfred Möller<br>Asthma und chronische Bronchitis<br>(Seite 18) | Fr. 19.80 |

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Die Auslieferung erfolgt mit Rechnung (Buchpreis plus  
 Versandkosten) durch IMPRESSUM Buchservice.

## WIEDER AKTIV

**Wenn gehen schwerfällt**

Allwetter-Elektro-Mobile  
**führerscheinfrei**



**2 starke El.-Motoren überwinden  
 jede Steigung bis 30%**

Vertrieb und Service in der Schweiz

**Werner Hueske**

Handelsagentur

Seestrasse 22, 8597 Landschlacht  
 Telefon 079 - 335 49 10

☐ gross Mit und ohne fester Kabine ☐ klein  
☐ Occasionen sind auch lieferbar  
 Bitte ankreuzen und Prospekt anfordern.