

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 76 (1998)  
**Heft:** 7-8

**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:** 23.03.2026

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





**Barbara Langmaack**  
**Ungeplanter Ruhestand**  
 Zum konstruktiven Umgang mit dem frühzeitigen Ausscheiden aus dem Arbeitsleben  
 Klett-Cotta Verlag, Stuttgart, 175 S., Fr. 34.10

Immer häufiger müssen fünfzig- bis sechzigjährige Erwerbstätige damit rechnen, im Zuge von Reorganisationen in den vorzeitigen Ruhestand geschickt zu werden. Selbst wenn ihnen finanziell eine akzeptable Regelung angeboten wird, kann die Zukunft der Betroffenen nicht in «ewigem Urlaub» bestehen. Mit der Entlassung in den vorzeitigen Ruhestand verlieren Erwerbstätige wichtige Erlebnisbereiche wie den Umgang mit der Zeit, das Gefühl der Zugehörigkeit und die sozialen Kontakte, Erfolge und die mit dem Beruf verbundene körperliche Aktivität. Dieser Verlust löst Wut, Trauer und Orientierungslosigkeit aus. Barbara Langmaack, Konfliktberaterin und Moderatorin von Organisationsprozessen, lädt ein, sich mit dieser Situation auseinanderzusetzen und anhand der eigenen Biografie aufzuspüren, wie sich der neue Lebensabschnitt sinnerfüllt gestalten lässt. Sie lässt Betroffene berichten, wie sich im Verlauf des Prozesses Einsichten einstellen, die zu einer (oft überraschenden) Neuorientierung mit befriedigenden neuen Aufgaben führen. *ki*



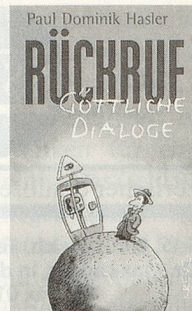
**Otto Betz**  
**Märchen als Wegeleit**  
 Echter Verlag Würzburg, 177 S., Fr. 32.–

«Gerade wir Erwachsenen haben die Märchen nötig, damit wir unsere Neigung zu einer verkopften Weltbetrachtung korrigieren und die herrlich hintergründige Bildsprache wieder verstehen lernen. Märchen sind auch eine Schule des Gefühls, eine Sprachschule für Zwischentöne.» Dies schreibt der Hamburger Erziehungswissenschaftler und Religionspädagoge Otto Betz in seinem neuesten Buch. An verschiedenen Beispielen zeigt er auf, welch verborgene Schätze in den Märchen liegen und wie deren Symbolgehalt für das Verständnis des Lebens genutzt werden kann. Meist sind es die Benachteiligten (der «Dummling», der Arme, das kleinste Kind etc.) im Märchen, die ihren Weg mit Mut und Ausdauer verfolgen, den Gefahren trotzen. Dabei begegnen sie helfenden Gestalten, die ihnen zeigen, wie sie ihr Ziel erreichen können. Märchen sind deshalb auch «Hoffungsgeschichten», die Mut machen, in schwierigen Zeiten nicht aufzugeben. «Märchen als Wegeleit» eignet sich gut als Einstiegslektüre für Menschen, die sich vertiefter mit der Bedeutung von Märchen auseinandersetzen möchten. *ki*



**Harald Juhnke/Harald Wieser**  
**Meine sieben Leben**  
 Rowohlt Verlag, Reinbek, 430 S., Fr. 37.–

In seiner neuesten Autobiographie «Meine sieben Leben» vertraut Harald Juhnke seinen Lesern so manche schmerzliche Wahrheit an, über die er bis anhin geschwiegen hat. Er beschönigt nichts und gestattet seltene Einblicke in seine Seele. Er erzählt über seine Neigung zu schönen Frauen und zum Alkohol, über seine prominenten Kollegen und Kolleginnen, über Peter Frankenfeld, dem er seinen Erfolg als Entertainer «verdankte». Diesen Erfolg schätzte er allerdings nicht nur, nahm er ihm doch teilweise sein Ansehen als Schauspieler, zu dem er sich weit mehr hingezogen fühlte. Er verschweigt auch seinen schlimmsten Absturz nicht, bei dem er tagelang im Koma lag. Harald Wieser, promovierter Psychoanalytiker und Herausgeber dieses Buches, war Spiegel-Redaktor und Stern-Reporter. Zusammen mit ihm gelang Harald Juhnke diese tiefgehende Autobiographie. Dazu sein Kommentar: «Nach der Lektüre können Sie das meiste vergessen, was Sie bisher über mich gelesen haben.» *tkb*



**Paul Dominik Hasler**  
**Rückruf**  
 Göttliche Dialoge  
 Kreuz Verlag, 72 S. Fr. 14.90

Gott redet nicht nur mit dem Papst Pontifus III. oder mit Klemens, dem Pfarrer. Er sucht das Gespräch auch mit Erich, dem Fußballtrainer, mit Karl, dem Baggerfahrer, mit der verliebten Sandra und mit dem depressiven Manfred. Der in Burgdorf lebende junge Autor Paul Dominik Hasler lässt fünfzig ganz verschiedene Menschen mit einem humorvollen Gott in kurze Dialoge über ihre kleinen, alltäglichen Sorgen treten. Die Gespräche regen zum Schmunzeln und zum Nachdenken an und überraschen mit ihrer Direktheit und mit verblüffenden Pointen: «Gott: Und du sitzt in den Unterführungen und machst Musik? Benjamin: Ja. Ich sitze einfach da und spiele. Gott: Und das macht dich nicht traurig? B: Nein. Ich habe ja meine Musik und die Menschen. Gott: Aber oft hört dir doch gar niemand zu. Sie gehen einfach an dir vorbei. B: Ja, das tun sie, aber ihre Herzen, die bleiben eine Sekunde stehen, lauschen kurz und rennen dann hinterher. Gott: Du bringst mich zum Schmunzeln: B: Siehst du, du bist ganz Herz.» *uvo*





**Dr. med. Ingrid Dobbertin**  
**Besser schlafen ohne Schnarchen**  
 Trias Verlag, Stuttgart,  
 128 S., Fr. 19.10

Schnarchen ist gar nicht so selten ein Fall für den Arzt, denn es kann ein Symptom für die Schlaf-Apnoë sein. Bei dieser Erkrankung treten während des Schlafs Atemaussetzer ein, die schwere körperliche Schäden nach sich ziehen können. Die von Schlaf-Apnoë Betroffenen können sich während des Schlafens nicht erholen und fühlen sich daher tagsüber sehr müde, wodurch ihre Lebensqualität stark beeinträchtigt werden kann. Das Buch will die Unterschiede zwischen dem Schnarchen, das keine körperlichen Folgen hat, und dem krankhaften Schnarchen verdeutlichen. Es informiert über die verschiedenen Methoden, mit denen Schnarchen und vor allem die Schlaf-Apnoë behandelt werden können. Ein Kapitel des Buches beschäftigt sich ausschliesslich damit, was man selbst gegen das Schnarchen und die Atemaussetzer tun kann. Doch immer wieder betont die Autorin, dass man bei Verdacht auf Schlaf-Apnoë unbedingt zum Arzt gehen soll. Nur der Mediziner kann eine Schlaf-Apnoë mit Sicherheit diagnostizieren und die notwendige Behandlung einleiten. zk



**Peter Brighton**  
**Der Tod des Lächelns**  
 Roman  
 Econ Verlag München,  
 383 S., Fr. 37.–

«Diana» – ein berühmter, oft genannter Name, bei dessen Nennung fast jeder an die Prinzessin von Wales denkt. Ein Name, der viele Emotionen und ungeklärte Fragen aufwirft, der uns eine junge, sympathische Frau mit grosser Ausstrahlung vor Augen hält, herzlich, spontan und stets offen und verständnisvoll für Leute mit Problemen. Doch Diana ist tot, und der spektakuläre Unfall der einstigen Frau von Prinz Charles hat wohl niemanden unberührt gelassen. Lady Diana, die stets im Rampenlicht stand, sorgte immer wieder für Schlagzeilen. Sie wurde bewundert, bemitleidet und geliebt. Doch ihren freien Umgang mit dem Volk registrierten nicht alle mit Wohlwollen. Diana brachte viel frischen Wind ins Königshaus. Sie wehrte sich als Ehefrau und Mutter und äusserte ihre eigenen Ansichten. So gab es auch Neider, die Dianas Mut, sich gegen die englische Krone zu stellen, mit Argwohn und Angst verfolgten. Mancher Brite erwartete wohl etwas mehr Würde und Zurückhaltung von der zukünftigen Königin, und vielleicht sahen auch einige der oft allzu biederer Engländer in Dianas freierem Tun eine Gefahr für

## BÜCHERCOUPON 7-8/98

senden an ZEITLUPE, Bücher, Postfach 642, 8027 Zürich

- |                          |                                                                  |           |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------|
| <input type="checkbox"/> | Ex. Barbara Langmaack<br>Ungeplanter Ruhestand                   | Fr. 34.10 |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Otto Betz<br>Märchen als Weggeleit                           | Fr. 32.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Harald Juhnke/Harald Wieser<br>Meine sieben Leben            | Fr. 37.—  |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Paul Dominik Hasler<br>Rückruf                               | Fr. 14.90 |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Dr. med. Ingrid Dobbertin<br>Besser schlafen ohne Schnarchen | Fr. 19.10 |
| <input type="checkbox"/> | Ex. Peter Brighton<br>Der Tod des Lächelns                       | Fr. 37.—  |

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

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

die Krone Englands. Dianas Verhältnis zu einem Moslem, viele Spekulationen über eine Schwangerschaft und die daraus resultierende Aussicht, dass der Thronfolger William einen moslemischen Halbbruder bekommen könnte, versetzte viele Engländer in Panik. Doch selbst der Tod lässt Lady Diana nicht ruhen. Immer neue Spekulationen über den Unfall vom 31. August 1997 gehen durch die Presse. Ihr Tod wird immer rätselhafter. War es ein Unfall oder war es Mord? Kam ein Todeskommando aus England, weil Diana und Dodi ihre Verlobung bekanntgeben wollten? Oder musste Diana sterben, weil sie einflussreichen Kreisen im Weg stand? Peter Brighton ist ein bekannter englischer Journalist und Drehbuchautor. Dieses Buch über Dianas Tod

sind reine Annahmen, wie es hätte sein können. Allerdings rekonstruierte er nach präzisen Recherchen, wie das Geschehen unter der Pont de l'Alma abgelaufen sein könnte. Das Ergebnis: ein sensationeller Roman, der an Dramatik und Spannung nichts zu wünschen übrig lässt. tkb

## Elektrovelo



### ELEKTROBIKE

Ohne trampeln, ohne schwitzen,  
 ganz bequem im Sattel sitzen,  
 's braucht kein Benzin,  
 fährt ohne Lärm,  
 ein solches Velo hat man gern.

Auch als Dreirad erhältlich.  
 Kein Führerschein nötig.

Unterlagen über Tel. 061/461 74 38