

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 64 (1986)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Für Sie gelesen

**Autor:** [s.n.]

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

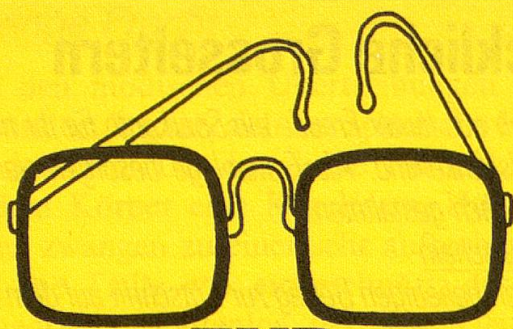
### **Terms of use**

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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 05.05.2025

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





FÜR  
SIE GELESEN

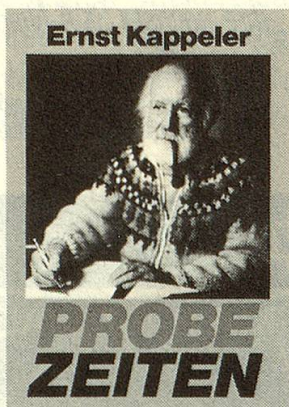
Ernst Kappeler  
**Probezeiten**  
(Aare Verlag, 127 S.,  
Fr. 18.80)

Ernst Kappeler, geboren am 14. Juni 1911, hält Rückschau auf die 75 Jahre seines Lebens. Seine Gedanken kehren zurück ins Elternhaus: zur Mutter, zum Vater. Er durchlebt noch einmal den Tag seiner Aufnahmeprüfung ins Seminar. Vor viele Schulklassen ist er zum erstenmal und – drei Jahre später – zum letztenmal getreten. Viele Kinderaugen blickten ihn an. Immer waren Anfang und Ende Probezeiten: für den Menschen und den Lehrer Ernst Kappeler. Unscheinbare Erlebnisse mit seinen eigenen Kindern bekommen Gewicht; Probezeiten für den Vater. Nie gewichtet Ernst Kappeler grosse Entscheidungen. Unauffälliges wird gross, prägt sein Leben. Jenen wenigen Kapiteln, denen wir in der «Zeitlupe» – etwas gekürzt – schon begegnen durften, stehen wir besonders nahe, sie lassen «Probezeiten» ein wenig zu unserem Buch werden. es

A. Vogel  
**Die Leber**  
(Verlag A. Vogel, Teufen,  
494 S., Fr. 32.–)

Die Leber ist die grösste Drüse im menschlichen Körper, fristet aber eher ein Schattendasein, weil ihr viel zu wenig Aufmerksamkeit zuteil wird. Wer denkt schon daran, dass die Leber in 24 Stunden ungefähr 600 Liter Blut filtert? Der Naturarzt Dr. Vogel versucht, diese Vernachlässigung

gutzumachen. Er beschreibt, für jeden verständlich, die vielfältige und einflussreiche Tätigkeit der Leber. Er erklärt, was diesem wichtigen Organ schadet oder nützt, wie wir die Arbeit dieser Drüse unterstützen können und was sie behindert, wie jeder von uns mithelfen kann, die Leber gesund und leistungsfähig zu erhalten. Einige feine Rezepte, die des Ausprobierens wert sind, ergänzen das fast spannend und unterhaltend geschriebene Buch. es



Lida Winiewicz  
**Späte Gegend**  
(Paul Zsolnay Verlag,  
170 S., Fr. 22.30)



«Protokoll eines Lebens», heisst der Untertitel dieses ergreifenden Buches. Eine Bäuerin, die in der «späten Gegend», da, wo alles spät oder gar nicht reifte, aufwuchs, erzählt ihr Leben, das nur in harter Arbeit und in ständigem Kampf ums Überleben bestand. Sie berichtet ohne Verbitterung, ohne Neid auf ihre Nachkommen, die es besser haben. Bedauern spürt man nur, wenn sie von ihren Eltern spricht, denn die alte Frau weiss nicht, was ihre Eltern dachten, empfanden. Zum Reden war keine Zeit, und es war nicht Sitte, vor den Kindern die Sorgen und Nöte zu besprechen. Seit dem Tod ihres Mannes ist die fast Achtzigjährige sehr einsam, der Hof gehört ihrem Ältesten und seiner Familie. Die leben ihr eigenes Leben. Die alte Frau hat äusserlich, was sie braucht, was fehlt, ist menschliche Nähe. Ein Buch, das nicht loslässt und sehr, sehr nachdenklich stimmt. es

Maria Julia Kinkelin  
**Heimliche Gefährten  
der Nacht**  
(Eugen Salzer Verlag, 79 S., Fr. 8.50)

Seit ein kleiner, von der Winterkälte überraschter Igel das Herz von Maria Julia Kinkelin rührte, gehört ihr Herz für immer den putzigen, so selten gewordenen Tieren. Nebst ihren anderen Haustieren füttert sie die stacheligen Gesellen in ihrem Garten, beobachtet sie heimlich und bereitet ihnen auch einen Unterschlupf für den Winterschlaf. Dank ihrer scharfen Beobach-



tungsgabe lernt sie ihre Gäste unterscheiden nach Aussehen und Gehabe. Im kurzen Nachwort einer Igel-Expertin erfahren wir, dass die liebevolle Betreuung der nächtlichen Besucher nicht immer ganz artgerecht war, aber das vermag das Entzücken über die kleinen Beobachtungen nicht zu schmälern. Schön wäre es, wenn den bedrohten Tieren mehr Rücksicht entgegengebracht würde. es

Gesellschaft für die  
Volksmusik in der  
Schweiz (Hrsg.)

**Volksmusik in der Schweiz**  
(Ringier, 192 S., Fr. 48.—)

Die Volksmusik hat in den letzten Jahren neue Freunde gewonnen, dem Brauchtum wird wieder Beachtung geschenkt, Volkstanzgruppen erfreuen sich höherer Mitgliederzahlen. In dem sehr schön ausgestatteten Band mit den farbenprächtigen Bildern äussern sich Fachleute in interessanten, leicht verständlichen Beiträgen zur Geschichte der Volksmusik und des Volkstanzes. Ein Kapitel ist dem Naturjodel und dem Jodellied gewidmet, ein anderes dem Volkslied und dem Volksgesang. Die Liedermacher sind nicht vergessen, das Chor- und Blasmusikwesen kommt zu Ehren. Für besonders Festfreudige finden sich im Anhang ein feiner «Volksbrauch-Kalender» und einige Beispiele mit Noten aus dem Volksmusikschaffen. es

Peter Andreas/  
Werner Piepenbrock

**Fenster**  
(AT-Verlag, 64. S., Fr. 22.80)

Wer hat nicht schon neugierig versucht, hinter Fenster zu spähen, und wer hat nicht schon heimlich durch das Fenster die Nachbarn beobachtet? Dem Fotografen Peter Andreas gelang es, eine ganze Welt einzufangen mit seinen Fenstern. Fenster, zu denen Menschen und Tiere gehören. Fenster, die einladen oder abweisen. Fenster, die wir Tag für Tag sehen können. Werner Piepenbrock hat sich zu jedem Fenster einen kurzen Text erdacht. Aber wer die Fensterbilder geruhsam betrachtet, dem werden viele Geschichten einfallen, denn zu jedem Fenster gehört ein ganzes Haus, in dem Menschen leben. Und der Betrachter wird seinem eigenen Fenster mehr Beachtung schenken. Fenster als Visitenkarte. es

## Bestellcoupon

ZL 386

Einsenden an: «Zeitlupe», Postfach, 8027 Zürich

|      |                                                                |           |
|------|----------------------------------------------------------------|-----------|
| —Ex. | Ernst Kappeler<br>Probezeiten                                  | Fr. 18.80 |
| —Ex. | A. Vogel<br>Die Leber                                          | Fr. 32.—  |
| —Ex. | Lida Winiewicz<br>Späte Gegend                                 | Fr. 22.30 |
| —Ex. | Maria Julia Kinkelin<br>Heimliche Gefährten der Nacht          | Fr. 8.50  |
| —Ex. | Gesellschaft Schweizer Volksmusik<br>Volksmusik in der Schweiz | Fr. 48.—  |
| —Ex. | Peter Andreas/Werner Piepenbrock<br>Fenster                    | Fr. 22.80 |
| —Ex. | Boris Luban-Plozza<br>Schlaf Dich gesund                       | Fr. 18.—  |

(Keine Ansichtssendungen, bitte weder Bargeld  
noch Briefmarken senden)

Frau/Frl./Herrn

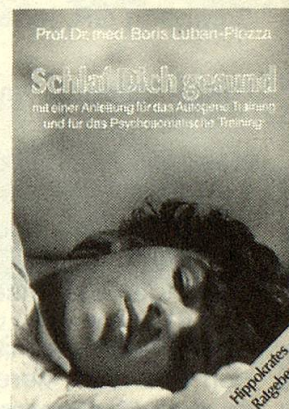
Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Die Auslieferung erfolgt mit Rechnung durch  
Impressum Buchservice Dietikon

Boris Luban-Plozza  
**Schlaf dich gesund**  
(Hippokrates Verlag  
Stuttgart. Auslieferung  
für die Schweiz:  
Antonius-Verlag,  
93 S., Fr. 18.—)



Der bekannte Medizinprofessor legt seinen bewährten Schlafratgeber bereits in der 6., stark erweiterten und völlig überarbeiteten Fassung vor. Unser Auszug auf den S. 23 ff. zeigt, dass der Autor das Thema allgemeinverständlich und mit grosser psychologischer Einfühlung zu behandeln versteht. Das Buch enthält eine Reihe von weiteren Kapiteln – vor allem über das Autogene Training –, die die Möglichkeiten eines Abdrucks überstiegen hätten. Wer sich also auch über diese hilfreiche Methode informieren möchte, sollte sich das Buch anschaffen. Er leistet damit auch einen Beitrag an das «Seraphische Liebeswerk» in Solothurn. Rk.