

Worsicht! Lesen gefährdet die Dummheit! Fragen Sie erst Ihren Fallmanager oder Bibliothekar!

Darf gesundes Leben auch Spaß machen?

Dieses Buch vermittelt erfreuliche Botschaften. Man muss nicht auf Alkohol verzichten, nicht regelmäßig fasten und sich auch nicht ständig selbst kasteien, um gesund und zufrieden alt zu werden. Was man dafür tun kann, wie man sich am besten erholt, die Partnerschaft und das Gedächtnis frisch hält sowie dankbar und zufrieden leben kann, erklärt der Mediziner Werner Barten. Es ist eine Freude zu lesen, wie man sich am besten gegen die Einflüsterungen der Wellness- und Pharmaindustrie wappnet. Sofort werden auch Sie sich entspannter und besser fühlen, sich gelassen Diätwängen und Nahrungsergänzungsmitteln entziehen können. Zu den wichtigsten Erkenntnissen gehört, dass Sport sehr wohl das Leben verlängert, aber genau diese gewonnene Zeit eben für den Sport verbraucht wird. Ratschläge, wie man besser gelaunt den Alltag meistert und auch schwierige Dinge annimmt, unterscheiden dieses Buch wohlthuend von anderen Gesundheitsratgebern.

Hannelore Hoffmann

Werner Barten: Glücksmedizin. Droemer.
ISBN 978-3-426-27517-7. € 19,99.

Kaisers Geburtstag, Südseeträume und japanische Ritterehre Eine unfreiwillig lange Reise 1914 bis 1920

Als die Autorin 14 war, starb der Großvater. Er hinterließ zwei Tagebücher - schwer entzifferbar in Sütterlin geschrieben, Fotoalben, Landkarten, Zeichnungen und bizarre Gegenstände.

Erst spät beschäftigte sich Elke Szepes damit. Doch sie barg einen Schatz. Nachdem sie in Archiven gründlich recherchierte, erzählt sie nun in diesem Buch die spannende Geschichte der Forschungsreise ihres Großvaters, die unfreiwillig in japanischer Gefangenschaft endete. Ein aufschlussreicher Bericht über ein wenig bekanntes Kapitel deutscher Vergangenheit.

Elke Szepes: Kaisers Geburtstag, Südseeträume und japanische Ritterehre. Versos.
ISBN 978-3-939960-13-3, € 16,80



„Es war wie Glas zwischen uns“ Die Geschichte von Mary und Kurt Tucholsky

„Er, Kurt Tucholsky, hatte viele Frauen. Für sie, Mary Gerold, gab es nur einen Mann: ihn.“ So beginnt Klaus Bellin sein Doppelporträt über Kurt und Mary Tucholsky.



Und schon die ersten Seiten ziehen den Leser in die Geschichte zweier ungewöhnlicher Menschen. Sie kamen in ihrer Ehe miteinander immer schwerer aus, konnten sich dennoch nach ihrer Trennung emotional nicht voneinander lösen.

In diesem überaus präzise recherchierten Buch, das sich kurzweilig wie ein guter Roman liest, zeichnet Bellin das verwobene Netz, das die Tucholskys mit dem intellektuellen Berlin der 20er und 30er Jahre verbindet, anschaulich nach. Es ist ihm gelungen ein lebhaftes Doppelporträt, das vor allem den Spuren Mary Gerolds, Tucholskys wirklicher Liebe, gewidmet ist, und ihr Reverenz erweist, zu zeichnen. Einer der letzten Sudelbucheinträge Tucholskys, kurz vor seinem Tod, war übrigens: „Ich habe nur eine Frau in meinem Leben geliebt, und ich werde mir nie verzeihen, was ich ihr angetan habe.“

Nach dem Krieg war es Mary's Lebenswerk, Tucholskys Namen und Werk in aus dem Dunkel zu holen.

Wolfgang Hoffmann

Klaus Bellin: Es war wie Glas zwischen uns. Die Geschichte von Mary und Kurt Tucholsky, verlag für berlin und brandenburg, ISBN 978-3-942476-19-5, € 14,95

Wie den Berlinern ein Bär aufgebunden wurde

Woher kommt der Name Berlin? Und wo liegt bitteschön Klein-Istanbul?



Bei der Spurensuche in Berlins Geschichte werden diese und andere Merkwürdigkeiten gelöst. Auf dieser Zeitreise ist Überraschendes zu entdecken und so ganz nebenbei wird viel Wissenswertes über die Berliner Geschichte kurzweilig vermittelt.

Claudia von Gélieu: Wie den Berlinern ein Bär aufgebunden wurde, vbb, ISBN 978-3-942476-20-1, € 17,50

„Wir haben uns verzweifelt geliebt“

Wer kennt sie nicht: Die Hollywood-Legenden Elizabeth Taylor und Richard Burton. Unendlich lang ist die Liste ihrer Filme, fast ebensolang wie die Reihe der



Skandalgeschichten der Klatschpresse um ihr Leben. Leidenschaftlich liebten sie sich, um sich ebenso leidenschaftlich zu hassen. Unzerrenliche, großartige Schauspieler, zerrissen und unglücklich. Küsse, Schläge, Alkohol, Scheidung, Versöhnung, Trennung. Ein Leben wie ein melodramatischer Film. Einfühlsam und aufschlussreich hat die Autorin diese großartig recherchierte Doppelbiographie verfasst. Sie erzählt so eindringlich, bildhaft und nah, als wäre sie selbst dabei gewesen, immer aber respektvoll. Ein Buch, das man nur schwer aus der Hand legen kann.

Christa Maerker: Wir haben uns verzweifelt geliebt. Propyläen.

ISBN 978-3-549-07383-4. € 19,99.

Der heilige Erwin

Pünktlich zur Weihnachtszeit beschließt der liebe Gott, höchstpersönlich mal auf der Erde nach dem rechten zu sehen.

Er landet in Köln, im Körper des obdach-



losen Erwin. Wie zu erwarten, beschert dieses Erdabenteuer dem Herrgott mancherlei Überraschungen, die ihn mehrfach an seiner eigenen Schöpfung zweifeln lassen. Doch nun hat er sich einmal

vorgenommen, inkognito als Mensch unter Menschen zu wandeln und - so ganz nebenbei - die Menschen und die Welt ein wenig zu verbessern. Und ER glaubt daran, es zu schaffen. Was ER auf seinem Ausflug alles erfahren muss, wird jetzt natürlich nicht verraten. Nur soviel, dass es manchmal selbst für den lieben Gott ganz schön kompliziert wird. Aber ER wäre ja nicht Gott, wenn er die Hoffnung so schnell aufgeben würde..... Das kann nicht nur erheitern, sondern auch ermutigen.

Hannelore Hoffmann

Jasna Mittler: Der heilige Erwin. List.
ISBN 978-3-548-61119-8. € 8,99.