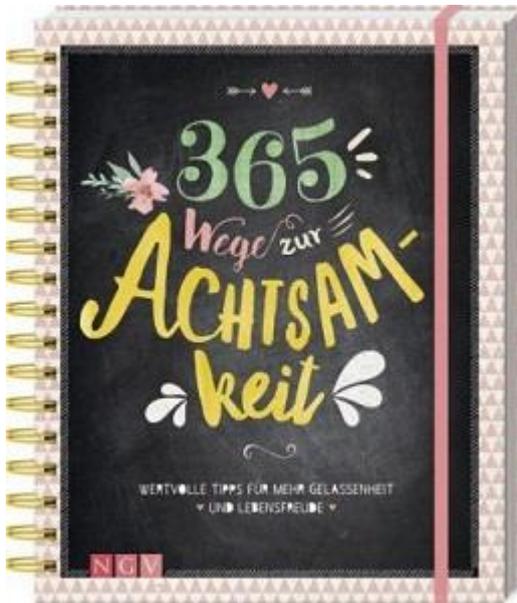


Buchrezensionen 2019

Januar 2019



365 Wege zur Achtsamkeit – Wertvolle Tipps für mehr Gelassenheit und Lebensfreude; NAUMANN & GÖBEL (2017)

Ein Buch über ein Thema, das uns momentan im Alltag überall begegnet. Die Beschreibung auf der Internetseite von borro medien verspricht:

- Ein einzigartiger Leitfaden für 365 Tage voller Entspannung, innerer Ruhe, Inspiration, Selbsterkenntnis und Lebensfreude
- Für mehr Gelassenheit im stressigen Alltag
- Mit inspirierenden Texten, Meditationen, Rezepten, Ausmalbildern, Yogaübungen und vielen weiteren Anregungen für ein bewusstes Leben

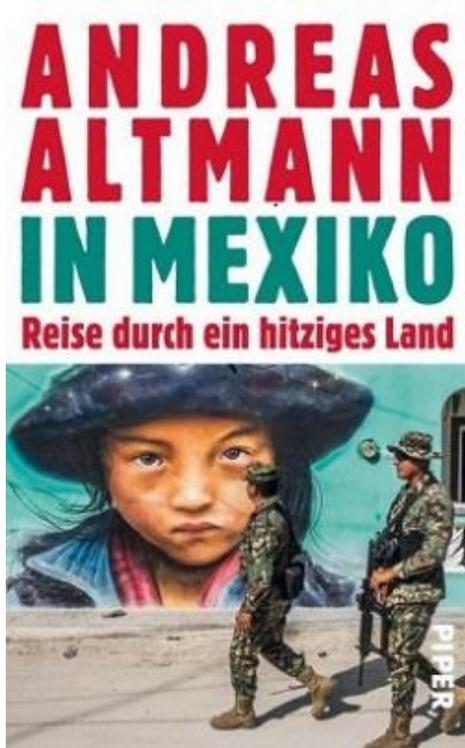
Dieses Buch habe ich zum Geburtstag geschenkt bekommen. Beim Durchblättern sind mir sofort die Bilder zum Ausmalen ins Auge gefallen. Dass diese Beschäftigung mir guttut, habe ich bei Besinnungstagen in Luxemburg entdeckt. Ach ja, die Vorlagen dazu wollte ich mir doch auch besorgen...!? Ich habe aber in dem Buch noch viel mehr gefunden. Die ein oder andere Geschichte, die mich schmunzeln ließ oder auch zum Nachdenken anregte. Rezepte, die richtig lecker klangen. Bastelideen oder Handarbeitstipps. Atem- oder Entspannungsübungen, die gar nicht so schwer umzusetzen waren...

Einige Bilder sind bereits ausgemalt, Rezepte ausprobiert und den einen oder anderen Text habe ich schon als Impuls für eine kfd-Sitzung verwenden können. Auch das Handauflagekissen für Maus und Tastatur ist bereits gehäkelt (S. 286). Ich finde immer wieder neue Sachen. Allein die Beschäftigung mit dem Buch ist schon entspannend.

Achtsamkeit oder die Sorge für sich selbst tritt immer mehr in den Fokus. Wir alle möchten alt werden und so lange wie es geht selbstbestimmt leben. In unserer schnellen und stressigen Zeit geht leider so mache Achtsamkeit verloren. Doch warum sollen selbstgeschnittene und im Backofen gebackene Pommes mit einer leckeren Soße (S. 314) nicht auch mal gut für uns sein? Denn auch sich eine Mahlzeit bewusst und entschleunigt zuzubereiten, ist bereits „Achtsamkeit“. Warum muss Frau und Mann immer beschäftigt sein? Was ist sinnvoll und was nicht? Entscheidet selber, was es sein könnte. Das Buch liefert genug Ideen, um sich mal in Ruhe mit diesem Thema zu beschäftigen. Platz für die eigenen Gedanken ist ebenso da. Und Impulse für die kfd-Arbeit sucht Frau immer. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borromedien.de bestellen](http://borromedien.de)

Februar 2019



Andreas Altmann: In Mexiko – Reise durch ein hitziges Land; PIPER (2018)

Sonntagmorgen, gemütliches Frühstück mit Radiounterhaltung. An diesem Morgen ist der Autor Andreas Altmann zu Gast im Studio, um sein neues Buch vorzustellen. Er war schon öfter in Mexiko, und es zieht ihn immer wieder dorthin. In meiner Wahrnehmung besteht dieses Land zurzeit eigentlich nur aus einer Mauer, bzw. aus der nicht vorhandenen Mauer und dem Streit darüber, wer den Bau bezahlen soll. Die Probleme dazu sind mittlerweile auf beiden Seiten angekommen.

Schon der Umschlag lässt mich aufmerken. Ein Kind mit großen Augen, plakativ auf eine Hauswand gemalt. Davor Männer in Kampfanzügen, bewaffnet!

Ein Land voller Gegensätze, weitere bemalte Wände – auch mit klugen Sprüchen – und das Thema Gewalt ziehen sich als roter Faden durch das Buch. Andreas Altmann selbst möchte von einem Buch gefordert und zum Nachdenken animiert werden. Das gleiche gilt auch für ihn als Schreiber. Und dieses Versprechen hält er in seinem Buch: Von der Geschichte des Landes, über Reisebericht

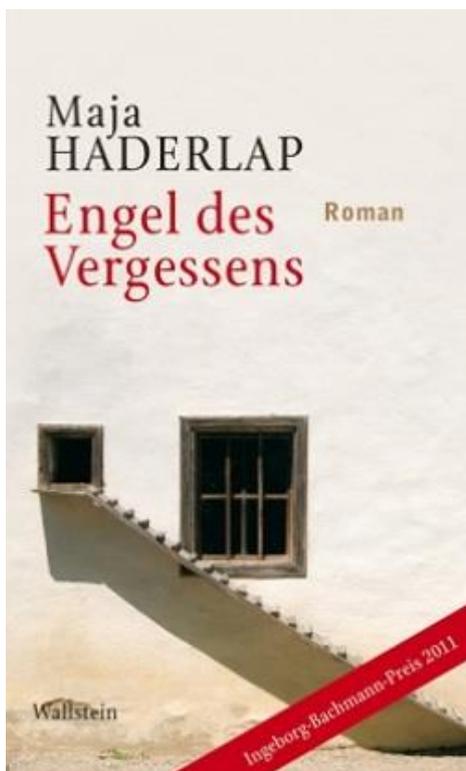
hin zum Kulturführer mit sozialkritischen Anmerkungen bietet es einen vielschichtigen Einblick in das mittelamerikanische Land.

Und welchen Bezug hat das jetzt zu meinem Leben? Dieses Buch bringt einen zum Nachdenken. Andreas Altmann hat das Land mit Bahn und Bus bereist und all die guten und auch weniger guten Eindrücke zu Papier gebracht bzw. in seinen Laptop getippt. Die Menschen, die er dort trifft, sind Mexikaner mit Leib und Seele, haben sich ihr Leben eingerichtet. Trotz allem scheint für viele das Gelobte Land dennoch auf der anderen Seite des „Zauns“ zu liegen. Ich in der Bundesrepublik Deutschland geboren und aufgewachsen. In Frieden und Sicherheit – und mit einer Mauer und einem Zaun mitten durch unser Land. Die Mauer ist Gott sei Dank weg, Frieden und Sicherheit sind geblieben. Das sieht in Mexiko ganz anders aus.

Lesen bildet, ganz genau wie das Reisen. Da Fernreisen nicht immer ganz einfach umzusetzen sind, reisen Sie doch einfach mit Andreas Altmann durch dieses faszinierende Land – und machen Sie sich Ihre eigenen Gedanken. Ich kann das Buch nur empfehlen! *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

März 2019



Maja Haderlap: Engel des Vergessens; WALLSTEIN (2011)

Da in diesem Jahr die Frauen aus Slowenien zum Weltgebetstag eingeladen haben, hatte ich die Idee, im Internet nach einer Autorin aus diesem Land zu suchen. Ich habe eine Frau gefunden, die zwar in Österreich geboren und aufgewachsen ist, aber der Volksgruppe der Slowenen in Kärnten angehört. 1961 in Eisenkappel geboren, verbringt sie ihre Kindheit und Jugend in den Bergen in Österreich nahe der Grenze zu Jugoslawien. Zu Hause wird slowenisch gesprochen und in der

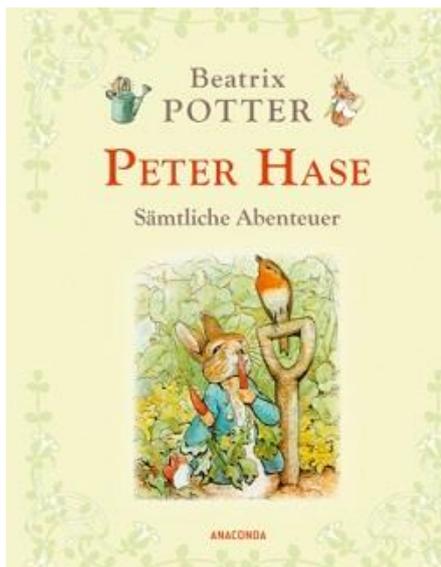
Schule Deutsch. Sie erzählt ihre ganz persönliche Geschichte und auch die ihrer Familie. Wie alle Volksgruppen, die durch politische Grenzen auf einmal anders gesehen werden, so ist es auch dort während der NS-Zeit und im 2. Weltkrieg geschehen. Einschneidende Erlebnisse: die Deportation der Großmutter und anderer Frauen nach Ravensbrück, während die Männer und Jungen als Partisanen kämpfen, die eigentlich die Verteidigung der Volksgruppe sind und der sich niemand entziehen konnte. Selbst als wieder Frieden war, wirkten die Schrecken des Krieges noch nach. Und die Volksgruppe der Slowenen wurde noch immer als anders angesehen.

Das Buch lässt sich nicht leicht lesen, lässt aber auch keinen Zweifel daran, dass die Generationen nach einem Krieg kämpfen müssen. Maja Haderlap hat Theaterwissenschaften und Germanistik studiert und nach dem Tode ihres Vaters, der sein Leben lang mit einer „posttraumatischen Belastungsstörung“ (wie man heute sagen würde) zu kämpfen hatte, ihre Geschichte zu Papier gebracht. Sie erzählt in sehr bildhafter Sprache, wie das Leben auf dem Lande war, von Höfen, die sich in die Landschaft einfügen und wie die Jahreszeiten mit all ihren Farben und Gerüchen das Leben gestalten. Trotz alledem tauchen die Folgen des Krieges immer wieder auf. Der Umgang damit ist für sie als Kind nicht einfach und wirft auch Schatten auf ihre Zukunft. Kommt irgendwann der Engel und lässt sie die Schrecken vergessen, oder sind ihre Landsleute Engel, die vergessen wurden? Das Buch lässt erahnen, was Völker durchmachen, die zwischen die Fronten eines Krieges geraten.

Auf der Einladungskarte zum Weltgebetstag 2019 stand „Kommt, alles ist bereit“ und noch ein Satz: „Es ist noch Platz“. Wie schön wäre es doch, wenn wir alle zusammenrücken würden und jede und jeder seinen Platz finden würde. Ein anderer Blick in die Geschichte, der sich lohnt.
Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

April 2019



Beatrix Potter: Peter Hase – Sämtliche Abenteuer; ANACONDA (2014)

Hasen groß und klein, mit Jacken oder Kleidern angezogen, hoppeln in diesem Buch durch Feld, Wald und Wiese. Gut behütet, aber doch neugierig stürzen sich die kleinen Hasen in das

Abenteuer „Welt“. Und nicht nur das, auch der ganz normale Alltag einer Hasenfamilie birgt so seine Tücken und Gefahren.

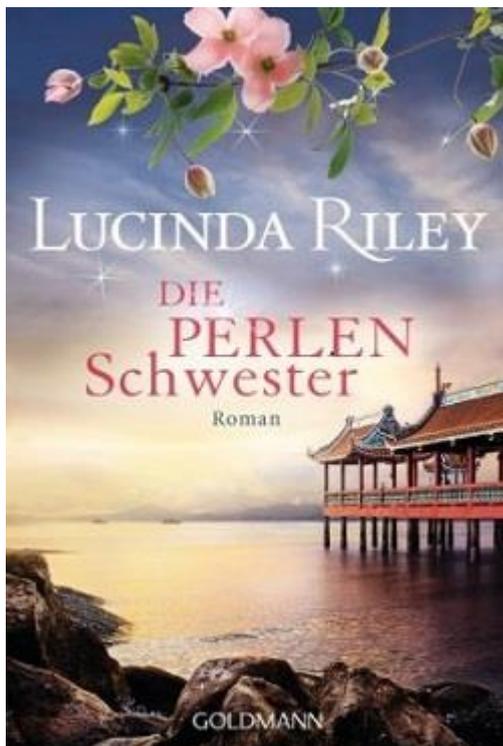
Seit über hundert Jahren erleben die Hasen von Beatrix Potter ihre Abenteuer. Die liebevollen und wunderschönen Zeichnungen machen ihre Bücher zu etwas Besonderem. Alleine die Bilder laden ein, sich mit diesem Buch zu beschäftigen. Ob bunt oder als Federzeichnung, alle sind in Handarbeit entstanden und detailreich illustriert.

Nicht nur die Hasen, sondern auch ihre Erschafferin Beatrix Potter ist sehr besonders. In einer Zeit geboren, in der es als Frau fast unmöglich war, sich zu verwirklichen, hat sie es geschafft, als Autorin und Frau ernst genommen zu werden. Kein einfacher Weg, der auch von vielen Rückschlägen begleitet wurde. Ihre Liebe zur Natur und ihre Phantasie haben so manches möglich gemacht. Autorin, Besitzerin einer Farm und Schafzüchterin sind nur einige Stationen aus ihrem Leben.

Heute würden diese Geschichten bestimmt anders geschrieben, aber warum nicht mal eine alte Geschichte so vorlesen, wie sie da steht. Früher war eben einiges anders. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

Mai 2019



Lucinda Riley: Die Perlenschwester; GOLDMANN (2019)

Kennt ihr das, wenn euch irgendwer ein Buch vorstellt und sagt: „Das musst du unbedingt lesen!“ So ging es mir auch mit diesem Buch.

Aus der Reihe „Die 7 Schwestern“ ist „Die Perlenschwester“ Band 4. Als Erstes fällt das wunderschön gestaltete Cover auf, ein gutes Erkennungsmerkmal, denn alle Bücher der Schriftstellerin sind optisch so gestaltet. CeCe d'Aplièse ist eine dieser sieben Schwestern, die als

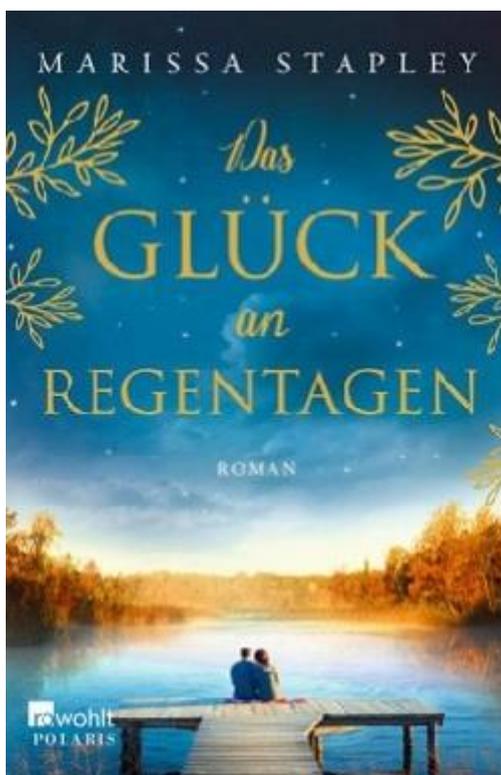
Adoptivkind in der Schweiz aufgewachsen ist und die sich nach dem Tode des Vaters, der allen seinen Töchtern einen Hinweis auf ihre Herkunft hinterlässt, auf die Suche nach ihren Wurzeln und ihrem Ich macht. Dieser Trip führt die Leserinnen und Leser in das Australien vor über hundert Jahren und erzählt abwechselnd die Geschichte der schottischen Einwanderin Kitty Mercer und die der suchenden CeCe d'Aplièse. Aber nicht nur das, die Geschichte der Ureinwohner dieses Kontinents kommt auch nicht zu kurz. Das ganze wird dann irgendwann CeCes Geschichte – Irrungen und Wirrungen des Herzens natürlich inbegriffen.

Abwechslungsreich und spannend geschrieben ist das Ganze ein kurzweiliger Roman, der Lust auf den nächsten Band dieser Serie macht.

Ich kann an keinem Bücherladen vorbeigehen und entdecke dort auf einmal, dass dieses Buch in jeder Buchhandlung zu finden ist und sich auf der Bestsellerliste wiederfindet. Ein schönes Gefühl, das ich dieses Buch bereits gelesen habe. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

Juni 2019



Marissa Stapley: Das Glück an Regentagen; ROWOHLT TB. (2017)

May und Gabe sind zwei Kinder, die in Alexandria Bay am Sankt-Lorenz-Strom aufwachsen. Beide müssen in jungen Jahren schon schwere Schicksalsschläge verkraften. Dennoch schweißt es sie auch zusammen. Aber aus Kindern werden Erwachsene, und das Leben hält noch weitere Herausforderungen für sie bereit...

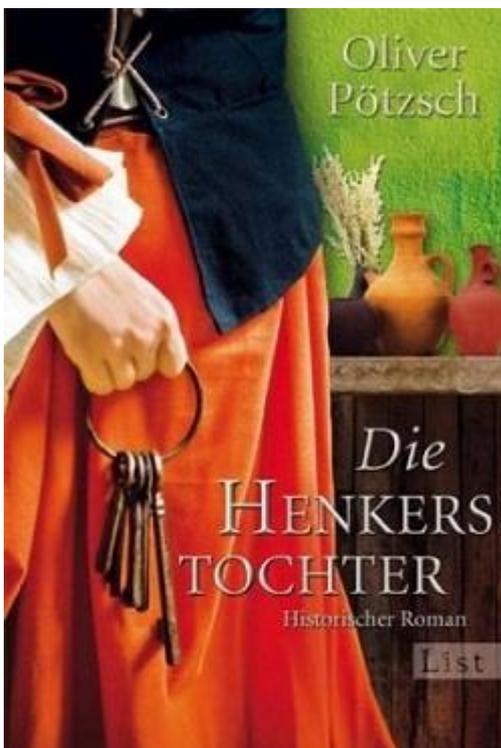
Ob als Rückzugsort oder wenn ein Hilferuf sie erreicht, nach vielen Jahren treffen beide wieder am Ort ihrer Kindheit ein. Werden sich die Erinnerungen an die Schicksalsschläge von damals wie ein Schatten auf sie legen? Können die Großeltern von May ihnen helfen und haben die beiden eine

Zukunft? In diesem Buch gibt es viele Fragen und ja, leider nicht immer Antworten darauf. Das Leben verläuft eben oft nicht nach Plan.

Noch eine Frage: „Sind Regentage immer nur die Tage, an denen Wasser vom Himmel fällt?“, oder sind es auch die Schicksalszeiten im Leben? Das Buch hält zum guten Schluss praktische Tipps bereit, was Frau oder Mann so alles an Regentagen machen könnte. Zumindest wäre das schon eine Lösung und wie ich finde, ist es eine schöne Idee, ein Buch aufzuwerten. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

Juli 2019



Oliver Pötzsch: Die Henkerstochter; LIST TB. (2015)

Mein Mitbringsel von der Wanderfreizeit in Oberbayern.

Nach der tollen Stadtführung in Bad Tölz, mit den vielen historischen Einblicken in die Region, habe ich nach einem Autor aus der Gegend gesucht, der historische Romane schreibt. In der Klosterbuchhandlung vor Ort bin ich fündig geworden. Oliver Pötzsch ist in München geboren und stammt aus einer Henkersfamilie was er in seinen Romanen verarbeitet hat.

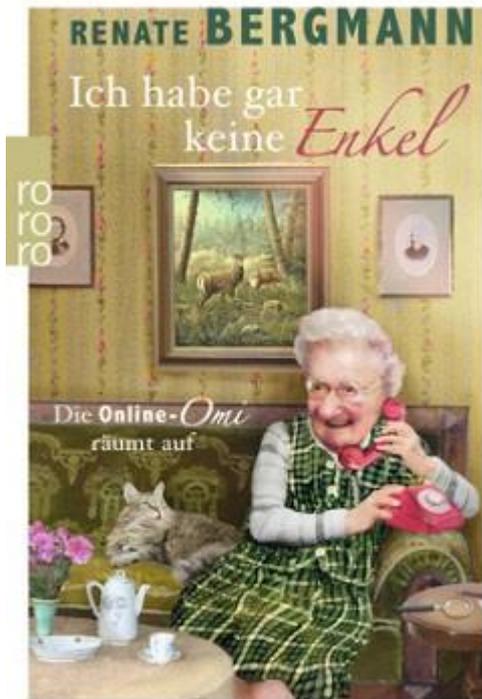
Der Henker Jakob Kuisl, der nach dem Dreißigjährigen Krieg in Schongau das Amt des Henkers ausübt, ist nicht nur einfach Henker. Er ist ein Familienvater und ein Mensch der sich Gedanken um das Leben und den Tod macht. Zu Hause steht nicht nur ein sehr scharfes Richtschwert. Nein, es gibt auch einen Schrank voller Bücher und er kennt sich auch mit Heilkräutern gut aus. Er weiß, dass nicht alles so ist, wie es scheint, und darum ist er an der Wahrheit interessiert. Damals wie heute ist es nicht immer einfach, sie herauszufinden. Mit Hilfe seiner Tochter und dem jungen Medicus macht er sich auf die Suche danach...

Spannend geschrieben, ein guter Einblick in die mittelalterliche Gesellschaft, lässt sich das Buch

sehr gut lesen. Und gerade bei Hitze oder im Urlaub ist Lesen im Schatten nicht die schlechteste Lösung. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

August 2019



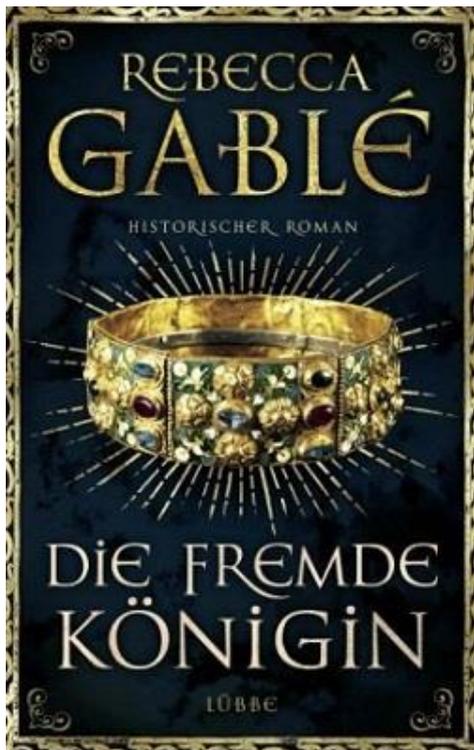
Renate Bergmann: Ich habe gar keine Enkel; ROWOHLT TB. (2018)

Frau Bergmann alias Thorsten Rohde, Seniorin aus Berlin-Spandau mit ganz viel Spaß am Leben, erzählt uns ihre Geschichten aus dem Alltag. Weder langweilig noch einsam geht es da zu, und es gibt noch viele neue Dinge, die Frau auch lernen kann. Sogar das Internet weiß Frau Bergmann zu nutzen. Warum also auf die Polizei warten, wenn ein Enkeltrickbetrüger in Spandau sein Unwesen treibt?! Die Rentnertruppe um Renate Bergmann nimmt es lieber selber in die Hand. Amüsant und locker geschrieben, musste ich wirklich öfter lachen oder den Kopf schütteln, über so viel Witz und Ideenreichtum der rüstigen Rentner.

Ein aktuelles und heikles Thema unserer Zeit, gut verpackt und offen dargestellt. Ich wusste selber nicht, wie dreist diese Betrüger vorgehen können. Das Buch hat auch mich schlauer gemacht. Mit seinen gut 200 Seiten passt es übrigens noch in jede Reisetasche. Und wem das nicht reicht, es gibt noch mehr Bücher von und mit Renate Bergmann. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

September 2019



Rebecca Gablé: Die fremde Königin; BASTEI LÜBBE (2017)

Rebecca Gablé – die Bücher dieser Autorin haben es mir angetan. Darum war ich auch sehr gespannt, wie es mit König Otto weitergeht.

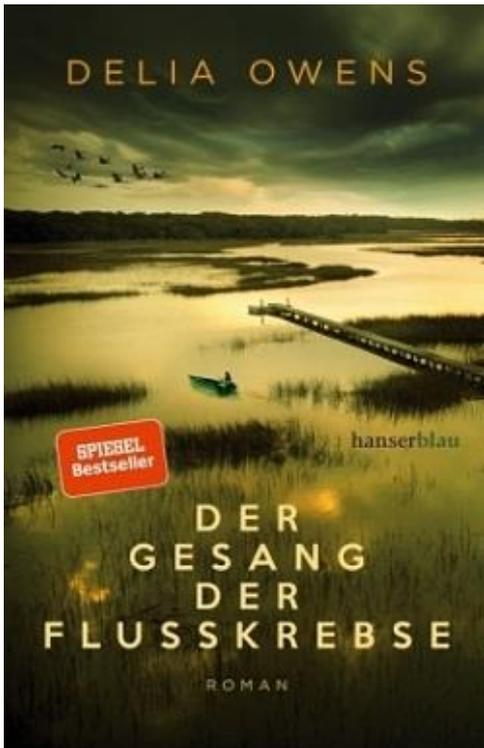
Der zweite Band der Ottonen-Reihe, in dem König Otto zwar eine wichtige Rolle spielt, in dem aber auch Gaidemar, der Bastard seinen Platz hat, ist wie immer ein Eintauchen ins Mittelalter, wo Geschichte und Lesevergnügen miteinander verschmelzen.

Gute 800 Seiten werden einem nicht langweilig. Wie immer stelle ich mir die Frage: „Hätte ich in dieser Zeit leben wollen?“. Ein Buch kann ich zuklappen und es wieder zur Hand nehmen, wann immer es mir Spaß macht. Im wahren Leben geht das nicht.

Ein fesselndes Lesevergnügen, auch mit Blick auf das Leben der Frauen damals. Geschichte eben leicht gemacht. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

Oktober 2019



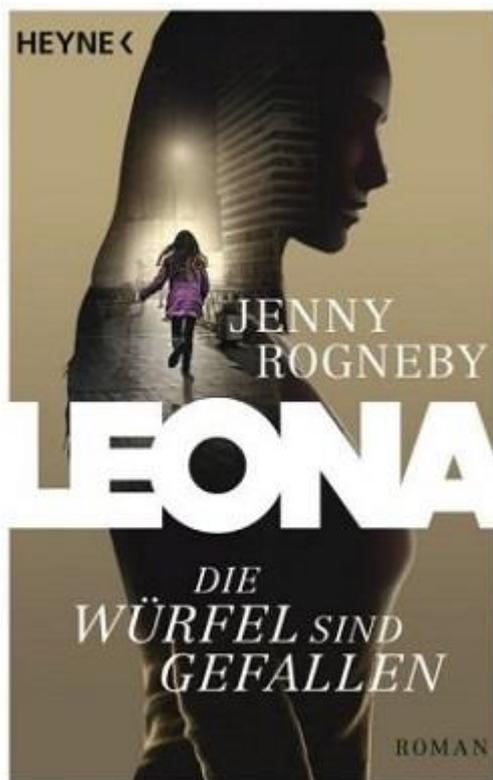
Delia Owens: Der Gesang der Flusskrebse, HANSERBLAU (2019)

Dieser Roman führt uns ins Marschland von North Carolina, eine Landschaft die Ruhe und Einsamkeit ausstrahlt und gleichzeitig bedrohlich wirkt. Sie ist der Lebensraum von Kya, einem Kind das von den Eltern und Geschwistern verlassen wird und sich alleine durchschlägt. Das „Marschmädchen“, ängstigt die einheimische Bevölkerung und sie kämpft ums Überleben. Delia Owens erzählt eine Geschichte vom Erwachsenwerden in einer Gesellschaft die geprägt ist von Diskriminierung, Rassismus und Ausgrenzung. Owens beschreibt die Schönheit dieser Sumpflandschaft, der dort lebenden Tierwelt und verbindet sie mit einer grandios erzählten Liebesgeschichte und einer tiefen Freundschaft, die keine Grenzen kennt. Als Leser*in nimmt Owens uns mit auf den Lebensweg von Kya, so spannend und fesselnd geschrieben, dass ich traurig war, weil auch diese Geschichte mal aufhört. Und ganz nebenbei wird noch ein Krimi erzählt, die Fäden bringt Owens zusammen, ich verrate nur so viel – achten Sie auf die rote Mütze. Fazit: Insgesamt ein Lektüreerlebnis, wie man es selten findet. Starke Bilder, schöne Sprache, spannungreich und die Gedichte, die zur Geschichte von Kya gehören, laden zum „wieder in die Hand nehmen“ ein. Ein Buch das einen festen Platz in meinem Buchregal bekommt.

Petra Erbrath, Diözesanreferentin

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

November 2019



Jenny Rogneby: Leona – Die Würfel sind gefallen, HEYNE (2016)

„Die Würfel sind gefallen“ ist der Auftakt der Leona-Serie der schwedischen Autorin Jenny Rogneby. Dieses Buch hab ich mir an einem Einkaufstag bei borro medien auf den Hinweis einer Freundin hin mitgenommen – und wurde mit einem tollen Leseerlebnis belohnt. Ein siebenjähriges Mädchen beraubt eine Bank. Doch wie soll das bitte funktionieren?! Im Klappentext steht: GLAUBEN SIE NICHTS – UND MACHEN SIE SICH AUF ALLES GESFASST. Und das trifft eindeutig auf dieses Buch zu.

Die Polizistin Leona Lindberg übernimmt den Fall. Leona ist erwerbstätige Frau und Mutter, immer im Spagat zwischen Job und Familie. Aber das ist noch nicht alles. Der Roman nimmt schnell Fahrt auf, und manchmal überlegt man sich, ob das alles möglich ist. Aber viele Dinge im Leben passieren, und wir können oft vieles nicht fassen und verstehen. Warum nicht auch diese Geschichte?! Wer Spannung und das Ungewisse liebt, der ist hier genau richtig. Das Gute an einem Buch ist, dass man es zuklappen kann, wenn es einem zu bunt oder zu spannend wird. Aber ich verspreche euch, ihr wollt wissen, wie es weiter geht!! *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)

Dezember 2019



Stina Lund: Ein Weihnachtsfest in Småland, ROWOHLT TB. (2018)

„Ein Weihnachtsfest in Småland“ ist kleines Taschenbuch, das mir sofort ins Auge fiel. Dieses Buch kann Frau auch in der noch so stressigen Adventszeit lesen, sozusagen zum kurz mal Innehalten. Der winterlich-weihnachtliche Einband und dann noch Schweden als Handlungsort – das ist bestimmt eine schöne Geschichte, so mein erster Gedanke. Pustekuchen, irgendwie anders. Stina Lund lässt die Hauptfigur Alva ihr Leben überdenken und eine Bilanz ziehen. Was war, was ist und was wird sein. Wie wir das alle einmal machen – zum Ende des Jahres hin, kurz vor Weihnachten in der Vorbereitung zum Fest.

Alva stellt fest: Anscheinend wird alles einmal Routine, auch das Weihnachtsfest in der trauten Familie. Erst wenn Frau innehält und auf ihre Art und Weise für eine Unterbrechung sorgt, kann sich etwas verändern. Wenn es auch nur eine Kleinigkeit ist. Vielleicht ist es auch mehr...

Ganz nebenbei habe ich noch aus unserem Jahreskalender der kfd-Trier den Impuls für den Monat Dezember mit einem Text von Klara Johannis-Mahlert gelesen. Und siehe da, beides zusammen macht die Sache stimmig. *Marita Fitzke, kfd-Diözesanvorstand*

[Das Buch bei borro medien bestellen](#)