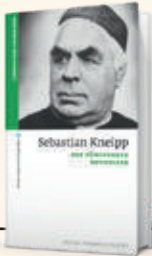


Für Sie gelesen

Eine Auswahl von Büchern, die unsere Redaktion für Sie zusammengestellt hat.



CHRISTIAN FELDMANN

Sebastian Kneipp

Der fünfzehnte Nothelfer

141 Seiten | 14,95 €
Verlag Friedrich Pustet, Regensburg 2021

Es ist das Kaleidoskop eines Lebens, einer Gegend und einer Zeit, das Christian Feldmann in dem kleinen Büchlein über Pfarrer Sebastian Kneipp zeichnet, der vor 200 Jahren geboren wurde. Feldmann begleitet mit wachsamem Auge den Weberbub von seiner Schulbildung weg über die ersten Wasser-Erfahrungen im Eisbad bis zum Dorfpfarrer. Er beleuchtet den knorrigen Allgäuer Charakter, der spirituelle Bedürfnisse der Menschen genauso im Auge hat wie die körperlichen. Die Zeitgeschichte mit ihren Cholera-Epidemien und Waisenkindern lässt er ihre Rolle spielen, wenn es um die Hintergründe des Wasserdoktors von Bad Wörishofen geht und darum, warum dieser Theologe als Pionier einer ganzheitlichen Medizin und Vordenker der modernen Physiotherapie in die Geschichte einging.

Wer dann wissen will, wie die Wasserkur im Einzelnen funktioniert, dem reicht Feldmann hier auch das Wasser. Gleichzeitig zeigt er auch, wie der Pfarrer dann sein heilendes Wasser hinter sich lässt und todkrank dem Ende entgegen geht. »Jetzt hab ich wohl nicht mehr weit?«, sind seine letzten Worte.

as



GUNDA MARIA EGGERKING

Der Priesterarzt

Sebastian Kneipp – Vorbild wahrer christlicher Nächstenliebe

232 Seiten | 10 €
Fe-Medienverlag, Kisslegg 2021

Es ist der Versuch, neue Quellen zu erschließen und so das Lebensbild des Priesterarztes zu vertiefen, den Gunda Maria Eggerking hier unternimmt. Sie knüpft an die theologische Ausbildung des Allgäuers an, an seinen Weg zum Priester, seine Rolle als Beichtvater und lässt Lebensbegleiter zu Wort kommen.

Mit den hier veröffentlichten Texten taucht der Leser ein in die Zeit von Sebastian Kneipps Wirken in Wörishofen und erfährt aus dessen eigenen Worten, was er den Menschen vermitteln wollte und warum er dabei einen Begriff immer im Munde führte: Nächstenliebe. Kneipp verband sein medizinisches und theologisches Wissen zu einer Liebe und Dankbarkeit gegenüber der gesamten göttlichen Schöpfung und er versuchte, diesem göttlichen Plan zu folgen. Damit dies auch heute gelingen kann, findet der heutige Leser daher im Anhang auch die originalen Anleitungen für Körperübungen aus dem »Codizill«, Pfarrer Kneipps letztem Buch.

as



HOLGER KUNTZE

Das Leben ist einfach,

wenn du verstehst, warum es so schwierig ist

228 Seiten | 18 €
Kösel, München 2021

Die Krise ist ein ständiger Begleiter fast aller Menschen, allerdings auch ziemlich nervig und herausfordernd. Der Psycho- und Paartherapeut Holger Kuntze zeigt Auswege, um innere Freiheit zurückzugewinnen. Nicht ganz einfach. Denn Geist und Körper schlagen angesichts der Zumutungen der Gegenwart immer wieder Alarm. Dann droht ein Rückfall in den Panikmodus eines Säuglings, der nach Hilfe schreit.

Der Autor rät dazu, Ängsten und Sorgen nicht die Kontrolle über das Leben zu überlassen. Das Buch bietet Strategien und praktische Übungen, um den inneren Angsthasen auszubremsen. Dafür empfiehlt Holger Kuntze einen Perspektivwechsel: Man sollte kein Maulwurf sein, der nur sieht, was direkt vor der Schnauze liegt. Mehr Übersicht verspricht die Perspektive des Adlers: Mit solcher Weitsicht kann man dankbar zurückschauen und mit Blick in die Zukunft handeln.

»Das Leben ist einfach« ist ein Ratgeber zum sinnerfüllten Handeln. Hier geht es um mehr als ums Lesen. »Du musst dein Ändern leben!«, ermuntert Therapeut Kuntze bei einem ersten Thema auch immer wieder mit viel Sprachwitz.

scha



GERALD HÜTHER

Lieblosigkeit macht krank

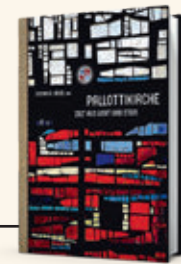
Was unsere Selbstheilungskräfte stärkt und wie wir endlich gesünder und glücklicher werden

176 Seiten | 18 €
Herder, Freiburg 2021

Erfolgreicher, effektiver, schneller – diesen Zielen jagen viele auf einer Autobahn ohne Ausfahrt hinterher. Es sind Vorstellungen im Kopf, die auf diesen Irrweg geführt haben. Dies veranschaulicht der Neurobiologe und Hirnforscher Gerald Hüther. Demnach reagiert das Gehirn auf sozialen Schmerz, wie beispielsweise auf Ausgrenzung, so wie auf körperlichen Schmerz. Beides will man vermeiden. So gewöhnen sich viele Menschen ein Verhaltensmuster an: Sie passen sich an die Erwartungen anderer an, um dazuzugehören und anerkannt zu werden. Die jedem Menschenkind angeborene Lebendigkeit bleibt dabei oft auf der Strecke.

Solche Anpassungsleistungen machen aus Sicht von Hüther letztendlich krank. Zumal Warnsignale des Körpers häufig missachtet und dadurch Selbstheilungskräfte geschwächt werden. Der Sachbuchautor ermutigt dazu, aus freud- und lustlosen Routinen auszubrechen. Dafür ist es nie zu spät, weil das menschliche Gehirn lebenslang lernfähig bleibt. Gerald Hüther empfiehlt, liebevoller zu sich selbst zu sein. Dies sieht er als Chance, Gestaltungshoheit über das eigene Leben zurückzugewinnen. Und wer sich selbst zu mögen beginnt, blickt auch liebevoller auf seine Mitmenschen und die Welt. Schon eine Kleinigkeit könnte der Anfang vom Ende der Lieblosigkeit sein. Hüther rät: »Versuchen Sie es einmal. Sie können andere Personen anlächeln.«

scha



STEFAN H. HEUEL

Pallottikirche

Zelt aus Licht und Stein

256 Seiten | 19 €
Alfasa-Verlag,
Rosenheim 2021

Mit dem Bildband »Pallottikirche« entsteht eine Trilogie: Zeitgleich mit dem endgültigen Abschied der Pallottiner aus Rheinbach ist nach den beiden Vorgängern »Schlussakkorde« und »Pallottistraße 1« erneut ein reich bebildertes Buch zum Vinzenz-Pallotti-Kolleg entstanden. Der neue Band »Pallottikirche - Zelt aus Licht und Stein« widmet sich der beliebten und erst unlängst profanierten Kirche der Pallottiner in Rheinbach.

Die Ankündigung der bevorstehenden Entweihung der Pallottikirche war für den »Freundeskreis Pallottistraße 1« Anlass, ein weiteres Buchprojekt zum Thema Pallotti-Kolleg in Angriff zu nehmen. Wie schon bei den beiden Vorgängern wurde es ein Mitmach-Buch - diesmal mit 60 spontan Mitwirkenden. Pallottischüler und Herausgeber Stefan Heuel zeigt sich beeindruckt von der Resonanz: »Auf die Pallotti-Gemeinde in Rheinbach und überall ist wieder einmal Verlass. Das Interesse am Erbe der Pallottiner in Rheinbach ist ungebrochen.«

Der Bildband erscheint kurz nach dem 50. Weihe-Jubiläum der Kirche und ihrer Profanierung, die auch den Abschluss des Buches bildet. Viele Fotos und Erlebnisse halten die Erinnerung an die 50 lebendigen Jahre des markanten Gotteshauses wach. Die Baugegeschichte und viele, auch neue Details zeichnen ein kompaktes Bild des »Zeltes Gottes unter den Menschen«, das architektonisch, akustisch, optisch und spirituell eigene Maßstäbe gesetzt hat. Der Bildband ist für 19 Euro direkt beim Verlag verfügbar unter www.alfasa.de