

## Mit Büchern den Horizont erweitern

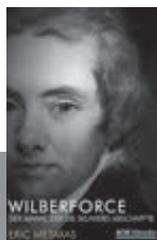


TOP-BUCHTIPP

Joe Kissack  
**Der vierte Fischer** –  
 eine wahre Geschichte

Die Nachricht von den drei geretteten mexikanischen Fischern geht am 16. August 2006 wie ein Lauffeuer um die Welt. Die drei treiben neun Monate auf dem Pazifik, ohne Proviant, schutzlos dem Wetter ausgeliefert. Sie kämpfen ums Überleben. Abgesehen von ein paar Regentropfen trinken sie Schildkrötenblut. Deren Fleisch wird in der ersten Zeit ihre Nahrungsquelle. Den eigentlichen Überlebenswillen fördern jedoch ihr Gottvertrauen und eine Bibel. Als der Autor Joe Kissack, von Beruf Film- und Fernsehmanager, diese Nachricht vernimmt, steckt er in einer tiefen Krise. Diese hoffnungsvolle Botschaft lässt ihn nicht mehr los. Eine innere Stimme sagt ihm, dass er diese Rettungs-Story veröffentlichen muss. Damit ist der Grundstock seines eigenen Glaubenswachstums gelegt. Beschwerliche, abenteuerliche Reisen zu den Fischern und die finanzielle Abgeltung für diese Story treiben ihn beinahe in den Bankrott. Bald kann er seine eigene Geschichte und die der Fischer nicht mehr voneinander trennen. So wird er selbst zum vierten geretteten Fischer.

Brunnen Verlag, ISBN 978-3-7655-1306-0



Eric Metaxas  
**Wilberforce** – der Mann, der die Sklaverei abschaffte

26. Juli 1833. Das britische Parlament beschliesst die Abschaffung der Sklaverei. Für William Wilberforce geht drei Tage vor seinem Tod ein Traum in Erfüllung, für den er sein ganzes Leben gekämpft hat. Trotz Krieg, Morddrohungen und Selbstzweifeln hatte er nie aufgegeben. Doch warum setzte ein Politiker wie er seine Karriere aufs Spiel? «Der allmächtige Gott hat mir zwei grosse Ziele vor Augen gestellt: die Bekämpfung des Sklavenhandels und die Reformation der Sitten», heisst es in einer Tagebuchnotiz. Eric Metaxas, Bestsellerautor, gibt diesem weitgehend unbekanntem Vorkämpfer gegen die Sklaverei und den Menschenhandel eine Stimme und würdigt mit dieser Biografie sein Handeln.

SCM Hänssler, ISBN 978-3-7751-5391-1



Luc Hagmann  
**Naturpärke erwandern** – 22 Schweizer Natur- und Kulturlandschaften entdecken

Lange hatte die Schweiz nur den Nationalpark im Engadin. Dann entstanden innert kürzester Zeit ein Dutzend neuer Naturpärke. Zählt man die UNESCO-Gebiete zur Parklandschaft Schweiz, kommt man auf einen Drittel der Landesfläche. Wandernde haben die Gelegenheit, auf dem dichten Wanderwegnetz die Naturpärke und UNESCO-Gebiete zu erkunden. Einige der in diesem Buch vorgestellten Touren ermöglichen ein erstes bequemes Parkschnuppern; andere möchten den für einen Park typischen Landschafts- und Kulturcharakter erlebbar machen. So unterschiedlich wie die Motive, so verschieden sind auch die Ansprüche an die Kondition: Von der einfachen Flusswanderung bis zur schwierigen Bergwanderung ist alles zu finden.

Werd Verlag, ISBN 978-3-85932-679-8



Andrea Freiermuth, Julia Schüler  
**Fitness beginnt im Kopf** – Motivationstipps für Bewegungsmuffel und Sporteinsteiger

Bewegung ist gesund, dies ist unumstritten. Und doch bewegen sich zwei Drittel der Schweizer Bevölkerung zu wenig, 16 Prozent sind völlig inaktiv. Wie findet ein Sportmuffel die richtige Sportart? Wie der Schönwetter-Sportler seine Motivation an Regentagen? Die Autorinnen – zwei begeisterte Sportlerinnen – zeigen Ihnen, wie Sie von der Idee zum Tun gelangen. Wie Sie Ihren Willen stärken, sich klare Ziele setzen und diese auch erreichen. Mithilfe von Fragebogen und Aufgabenboxen setzen Sie die Ratschläge konkret um und finden Ihren persönlichen Zugang zu mehr Bewegung. Ob Alt oder Jung, es ist nie zu spät, seine Gewohnheiten zu ändern. Tipps aus der Motivationspsychologie helfen Ihnen dabei.

Beobachter Verlag, ISBN 978-3-85569-521-8

### RADIO-TIPP

Buchtipps auf Radio Life Channel

Ausführliche Rezensionen zu weiteren Empfehlungen

[www.lifechannel.ch/lesetipp](http://www.lifechannel.ch/lesetipp)

jeden Dienstag 09.35 und 11.05 Uhr