

Zeitschrift: Clubnachrichten / Schweizer Alpen-Club Sektion Bern
Herausgeber: Schweizer Alpen-Club Sektion Bern
Band: 51 (1973)
Heft: 12

Buchbesprechung: Buchbesprechung

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: 18.01.2025

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

Buchbesprechung

FRANK RUDOLPH YOUNG: YOGA FÜR MÄNNER

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Ursula von Wiese. — 216 Seiten mit 76 Abbildungen im Text. — 1973, Albert-Müller-Verlag AG, Rüschlikon-Zürich. — Glasierter Pappband, Fr. 19.80. **Sx**

Wir wissen, dass von Yogis Leistungen vollbracht werden, die an Wunder grenzen. Ihren Uebungen stehen wir skeptisch gegenüber, da wir damit gerne die Vorstellung von wilden, exotischen Bräuchen verbinden. Wir denken vielleicht an Thomas Manns Geschichte von den «vertauschten Köpfen», worin das Leben eines solchen Wundermannes in drastischen Farben geschildert wird. Kamadamana hielt sich menschenfeindlich mitten im Urwald auf und hielt sich an strenge Observanzen von Baden und Schweigen. Ein hohler Baum und ein Wassertümpel war alles, was er als Behausung und zu seinem Ritual benötigte. Er hatte die Hängste seiner Sinne gezügelt, erfüllte schonungslose Gelübde — und seine Verklärung war nicht mehr fern. Wahrlich ein Heiliger asketisch-serakischen Ausmasses! Wer wollte ihm schon nacheifern?

Ganz anders das Yoga, das heute im Westen schon weitherum Fuss gefasst hat. Namhafte Aerzte haben das anerkannt Gute daran herausgeschält und von allem Mystischen befreit. Das tat auch der Verfasser des Buches als medizinisch ausgebildeter Chiropraktor und Nachfahre von Männern, die in Indien selbst generationenlang die Geheimnisse der Yogis studiert haben. Unter Aufwendung von viel Zeit und Geduld konnte er die uralte Erfahrung entstammenden Yoga-Uebungen unseren Bedürfnissen anpassen, ohne ihnen ihre Wirkung zu nehmen. Seine Uebungen nehmen kaum Zeit in Anspruch, und ein Tagespensum, mit dem beachtliche Ziele erreicht werden, lässt sich in weniger als einer

Minute bewältigen. Sie erzeugen tatkräftige Energie, fördern die Konzentrationsfähigkeit, verbessern die Linie. Gerade für Aeltergewordene, die sich nicht mehr auf dem Parcours austoben dürfen, bieten sie neue Möglichkeiten, da sie beschaulich ausgeführt werden, nicht anstrengen und dem Organismus trotzdem die notwendige Bewegung verschaffen. Man kann sich nicht früh genug damit befassen. **Sx**

RENÉ DESMAISON: BERGE — MEINE LEIDENSCHAFT

Aus dem Französischen übersetzt von Kaspar von Almen. — 128 Seiten und 29 Photos auf 30 Kunstdrucktafeln. — 1973, Albert Müller Verlag, AG, Rüschlikon-Zürich. — Leinen Fr. 34.—.

«Zu oft habe ich mich Hals über Kopf in diese Abenteuer gestürzt, bin mit vollem Bewusstsein in üble Fallen getreten, um mir anschliessend mein Leben neu zu gewinnen.» Mit solchen Worten definiert der mittlerweile berühmte gewordene französische Kletterer sein leidenschaftliches Draufgängertum am Berg. In seinem ersten Buch lässt er jeden Alpinisten und Bergfreund seine extrem schwierigen Erstbegehungen, Winterbegehungen und Alleingänge miterleben. In vielen aufschlussreichen Einzelheiten schildert er auch die umstrittene Rettungsaktion, bei der er vor einigen Jahren zwei Deutsche aus der gefährlichen Westwand des Dru im Montblanc-Massiv holte. Wir erinnern uns noch an die heftigen Diskussionen um diese Leistung. Desmaison ist dem Extrem-Alpinismus um seiner Gefährlichkeit willen verfallen. Zwar sei ihm bewusst, dass das Leben das wertvollste Gut des Menschen ist, doch stellt er im gleichen Atemzug die Frage, worin denn bei der Meisterung einer schwierigen Stelle das «Vergnügen» läge, wenn darin nicht auch das Risiko eines Absturzes enthalten wäre. Ueber den Geschmack soll man nicht streiten, aber in diesem Punkt scheiden sich die Geister! **Sx**

Im Sommer 1967 sah die mandeläugige Aerztin Michiko Imai aus Japan zum erstenmal die Alpen und bewältigte sofort die Nordwand des Matterhorns (Schmid-Führe, 1 Biwak) zusammen mit ihrer Freundin Yoshiko Wakayama. Zuvor hatte sie bereits als Seilerste und erste Frau überhaupt die Tuitate-Iwa-Wand am Mount Tanigawa, die immerhin schon rund fünfhundert Todesopfer gefordert hatte (!), bezwungen.

Toni Hiebeler

*Wir wünschen allen S.A.C.-Mitgliedern
frohe Festtage und ein glückliches neues Jahr*

<p>Hans Binggeli AG Bauunternehmung Telefon 031 93 12 34 3150 Schwarzenburg</p>	<p>R. Brugnoli Baugeschäft Telefon 44 53 43 3006 Bern</p>
<p>Fritz Fankhauser Gipser- und Malergeschäft Telefon 46 21 55 3007 Bern</p>	<p>F. Feierabend Velos und Motos Telefon 45 02 25 3007 Bern</p>
<p>O. Gerber Milchhandlung Telefon 41 54 82 3014 Bern</p>	<p>Hallwag AG Verlag und Druckerei Telefon 42 31 31 3001 Bern</p>
<p>W. Heck Optikermeister Telefon 22 23 91 3011 Bern</p>	<p>Gerhard Howald Fotoatelier Telefon 24 28 04 3004 Bern</p>
<p>R. Känel Gasthof zum Bahnhof Telefon 031 92 90 13 3114 Wichtrach</p>	<p>Kantonalbank von Bern Telefon 22 27 01 3011 Bern</p>
<p>Karl Kisslig Seilerei Telefon 031 93 03 92 3150 Schwarzenburg</p>	<p>Heinz Köhli Malermeister Telefon 031 50 15 69 3202 Frauenkappelen</p>
<p>Kollbrunner AG Papeterie+Bürobedarf Telefon 22 21 44 3011 Bern</p>	<p>Herbert Lang Buchhandlung am Münzgraben Telefon 22 17 08 3011 Bern</p>
<p>Gerald Moser Schreinerei+Innenausbau Telefon 031 92 51 28 3526 Brenzikofen</p>	<p>René Racine Autofahrlehrer Telefon 031 86 04 64 3053 Münchenbuchsee</p>

*Wir wünschen allen S.A.C.-Mitgliedern
frohe Festtage und ein glückliches neues Jahr*

Hans Reber

Hotel Bären
Telefon 030 3 60 66
3766 Boltigen

Fritz Remund

Holzbau
Telefon 031 93 01 66
3150 Schwarzenburg

Hans Rutz

Velos und Motos
Telefon 031 93 08 07
3150 Schwarzenburg

Schweiz. Bankverein

Telefon 66 21 11
3011 Bern

H. Trachsel

Rest. Handwerkerstübli
Telefon 42 10 63
3013 Bern

Hans Wenger

Möbel+Innenausbau
Telefon 033 37 32 13
3612 Steffisburg

Reinhard Wysser

Malermeister
Telefon 031 94 72 19
3177 Laupen BE

Hans Zbinden

Malergeschäft
Telefon 031 93 03 22
3150 Schwarzenburg



**Foto + Kino
Spezialgeschäft**

BERN, Kasinoplatz 8



BÖHLEN + CO

SANITÄR-HEIZUNG-SPENGLEREI

Prompter Reparaturservice – Technisches Büro
Neubauten – Umbauten – Verlangen Sie Offerte

Talweg 6, 3012 Bern
Tel. 031 42 41 61