

# GANGBARE LITERATUR

Frühlingszeit ist Wanderzeit.

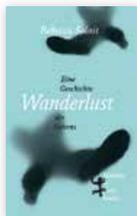
Beschauliche, besinnliche, abenteuerliche Lektüre für die Vielgeher unter den Lesern.



Martin Zettel  
**SAC-Hüttenarchitektur**  
Weber Verlag, 2017

## HÜTTENWANDERUNG

Die Hütten des Schweizer Alpen-Clubs blicken auf eine 150-jährige Geschichte zurück. Von der spartanischen Berghütte bis hin zum futuristischen Monolith finden Architekturfans alles, was das Herz begehrt. Wurde früher klassisch mit Stein gebaut, so gibt es heute An- und Ersatzbauten aus unterschiedlichsten Materialien, die modernste Technik und nachhaltige Haus-technikkonzepte mit alten Berghütten-traditionen verbinden. Wer die aussergewöhnlichen Gebäude mit einer abwechslungsreichen Ein- oder Mehrtageswanderung verbinden möchte, findet im Buch zahlreiche Pläne und Karten für jede Wandervorliebe.



Rebecca Solnit  
**Wanderlust**  
Matthes & Seitz Berlin, März 2019

## PHILOSOPHISCH GEHEN

Schon der Philosoph Jean-Jacques Rousseau erkannte einen Zusammenhang zwischen Bewegung und Geist. Er könne nur beim Gehen denken. Bleibe er stehen, täten das auch seine Gedanken. Der dänische Denker Søren Kierkegaard fasst es wie folgt zusammen: «Ich bin zu meinen besten Gedanken gegangen, und ich kenne keinen Gedanken, der so bedrückend wäre, dass ich ihn nicht gehend hinter mir lassen könnte.» Der aufrechte Gang unterscheidet den Menschen vom Tier. Dieses Buch von Rebecca Solnit ist eine Ode an das Gehen – eine Erkundung von der Pilgerreise bis zum Laufband im Fitnesszentrum.



Jarle Säger  
**111 Gründe, wandern zu gehen**  
Schwarzkopf Verlag, 2018

## LIEBER BERGSCHUH

Was ist es, das uns Menschen immer wieder hinauszieht in die Natur? Im Einklang mit der Natur erfahren wir ein intensives Lebensgefühl, das wir im Fitnessstudio vergeblich suchen. Stundenlanges Wandern über Stock und Stein, durch Wald und Wiesen hat eine meditative Wirkung auf den Geist. Bewegung in der Natur reduziert Stress. Der Blutsauerstoffgehalt im Gehirn steigt, wir können uns besser konzentrieren. Doch abseits dieser wissenschaftlich fundierten Argumente sprechen noch andere Gründe dafür, wieder einmal in die Bergschuhe zu steigen. Zu lesen in der Liebeserklärung an den Berg von Jarle Säger.

## EINE GUTE PERSPEKTIVE

Die Liebe zu den Bergen beginnt für manche erst spät, dafür ist sie dann um so leidenschaftlicher. Billi Bierling ist eine der erfolgreichsten Bergsteigerinnen Deutschlands. Doch zum Berg kam die Bayerin erst mit 30 Jahren, als sie sich auf einer Weltreise in die Landschaft des Himalaya verliebte. Als erste Deutsche bestieg sie im Jahr 2009 den Mount Everest über die Südroute. Heute lebt sie als Bergführerin und Journalistin abwechselnd in Deutschland und in Kathmandu. Seit diesem Jahr ist sie auch Leiterin der «Himalayan Database», einer Datenbank, in der alle Himalaya-Expeditionen und sämtliche Gipfelbesteigungen seit den 1960er-Jahren dokumentiert werden. Doch Billi Bierlings Liebe zu den Bergen «wandert» vom Himalaya weiter bis zu den Anden. In ihrem Buch «Weit wandern» lädt sie dazu ein, die 40 schönsten Trekkingrouten auf der ganzen Welt auszuprobieren. Es geht zu den schneebedeckten Gipfeln der Berge, aber auch zu den Sanddünen verschiedenster Wüsten oder entlang atemberaubender Küstenwege. Wer den Herbst doch lieber gemütlich zu Hause auf dem Sofa verbringen möchte, dem sei das Buch allein wegen der faszinierenden Landschaftsbilder empfohlen. Ein wahres Kopfkino, das so manchen Leser dann vielleicht doch zum Aufbruch motiviert.

**Weit wandern**  
Die 40 schönsten Trekkingrouten der Welt  
Billi Bierling,  
Damian Hall,  
Dave Costello,  
Alex Treadway  
Bruckmann Verlag  
2018



Anna Zirner  
**Alpensolo**  
Piper Verlag, 2018

## WANDERN INS ICH

Kindliche Prägungen begleiten uns oft ein ganzes Leben lang. Bei Anna Zirner sind es die Bayerischen Alpen, wo sie aufgewachsen ist. Auch als erfolgreiche Film- und Theaterregisseurin in New York, Berlin oder Madrid, zieht sie sich immer wieder in die Berge zurück. Kletternd erlangt sie ihre innere Balance zurück, die im hektischen Stadtleben leicht verloren geht. Nach einer persönlichen Krise nimmt Zirner eine Auszeit und unternimmt ihre bisher längste Reise: In 60 Tagen geht sie ganz allein von Ost nach West über die Alpen. Was sie dabei erlebt hat, erzählt sie in diesem literarischen Reisebericht.



**Unter Sternen wandern. Die schönsten Texte über Antoine de Saint-Exupéry**  
Verlag am Eschbach, 2017

## STERN-WANDERER

Er war nicht nur einer der bedeutendsten Vertreter der modernen romantischen Literatur, sondern auch ein leidenschaftlicher Vielflieger. Antoine de Saint-Exupéry kam zwischen Himmel und Erde wohl sich selbst am nächsten. Seine Expeditionen nach Amerika und Afrika verband der «Mondpiekser», wie ihn seine Freunde aus Kindertagen wegen seines Interesses für die Sterne nannten, stets mit dem Schreiben über das menschliche Dasein. Freundschaften, Liebe, Erinnerung und die Frage nach dem guten Leben verhandelte er nicht nur in seinem bekanntesten Werk «Der kleine Prinz», sondern in vielen weiteren Texten.



Ursula Bauer, Jürg Frischknecht  
**Antipasti und alte Wege**  
Rotpunkt Verlag, 2018 (9. Auflage)

## WEGE MIT ZEHRUNG

Das Valle Maira liegt im Südwesten des Piemont an der Grenze zu Frankreich. Schon 1999, als «Antipasti und alte Wege» erstmals erschien, war die Abwanderung aus dem Valle Maira ein Thema. Das Buch bietet nicht nur Tipps und schöne Bilder, sondern vor allem auch kulturelle, politische und wirtschaftliche Hintergründe. Heute haben Dagebliebene und Zugewanderte das alte Wegenetz zu neuem Leben erweckt. Dieser Guide ist die optimale Ausstattung für sanften Tourismus zwischen Wanderwegen und den Trattorien der barocken Provinzhauptstadt Cuneo.