

## **Standing Order Frühjahr 2024 „Hörbücher – Kollektion C (Sachbuch/Biografien)“**

Dortmund, im Januar 2024

Sehr geehrte Damen und Herren,

in dieser Kollektion haben wir uns dieses Mal verstärkt auf biografische Titel konzentriert.

Alle hier ausgesuchten Titel erscheinen entweder im mp3-Format oder als Audioversion.

Zu Ihrer Information hier eine Kostenübersicht für das Gesamtpaket:

**10 Titel, ca. € 176,89 ./ 10% Bibliotheksrabatt = ca. € 141,51**

Sollten Sie Fragen haben oder weitere Informationen benötigen, stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Dortmunder Universitäts-Buchhandlung GmbH

**Standing Order Frühjahr 2024**  
**Hörbücher - Kollektion C**  
Sachbuch/Biografien

		<b>978-3-</b>	
1 Corssen, J.	Lebensfreude	442347711	Arkana
2 Dahlke, R.	Voller Energie statt müde und erschöpft	442347735	Arkana
3 Jonas, B.	»Das schaffst du eh nicht«	869525679	OSTERWOLD
4 Kahn, N.	Denken wir noch oder fühlen wir schon?	527511808	Wiley-VCH
5 Lohaus, S.	Stärker als Wut	867374262	Audiolino
6 Precht, R. D.	Das Jahrhundert der Toleranz	844550986	Der Hörverlag
7 Westermann, C.	Die Familien der anderen (bereits als Audio erschienen!)	864848124	tacheles!
8 Winter, A.	Wie unsere Psyche tickt. Hörbuch	863747169	Mankau
9 Wittstock, U.	Marseille 1940. Die große Flucht der Literatur	742432056	DAV

**9 Titel zum Gesamtpreis von ca. € 176,89**  
**./. 20% Bibliotheksrabatt = ca. € 141,51**

**Standing Order Frühjahr 2024**  
**Hörbücher - Kollektion C**  
Sachbuch/Biografien

1 Corssen, J.	Lebensfreude	16.00 €	27.03.
2 Dahlke, R.	Voller Energie statt müde und erschöpft	16.00 €	27.03.
3 Jonas, B.	»Das schaffst du eh nicht«	24.00 €	29.02.
4 Kahn, N.	Denken wir noch oder fühlen wir schon?	24.99 €	06.03.
5 Lohaus, S.	Stärker als Wut	19.90 €	XX.01.
6 Precht, R. D.	Das Jahrhundert der Toleranz	22.00 €	30.05.
7 Westermann, C.	Die Familien der anderen (bereits als Audio erschienen!)	10.00 €	24.01.
8 Winter, A.	Wie unsere Psyche tickt. Hörbuch	18.00 €	12.02.
9 Wittstock, U.	Marseille 1940. Die große Flucht der Literatur	26.00 €	15.02.

**9 Titel zum Gesamtpreis von ca. € 176,89**  
**./.. 20% Bibliotheksrabatt = ca. € 141,51**



### Lebensfreude

Wie es gelingt, das Leben trotz aller Schwierigkeiten zu bejahen  
von **Jens Corssen, Stephanie Ehrenschwendner**, gelesen von **Matthias Keller**

Arkana

🎧 Audio-Disc, MP3, Hörbuch, Deutsch, Ungekürzte Ausgabe, Ungekürzte Lesung

Wer zwanghaft nach dem Glück sucht, bringt sich selbst um die Lebensfreude. Denn unser Ego, auf Überlebenssicherung und Kontrolle gepolt, steht dem Erleben purer Freude im Weg. Je mehr wir uns jedoch auf lebensbejahende und freudvolle Momente einlassen, desto gehobener wird unsere Stimmung, sodass sich viele Probleme erst gar nicht einstellen oder von selbst lösen. Jens Corssen und Stephanie Ehrenschwendner haben eine Stimmungstherapie entwickelt, mit der man Lebensfreude halten kann – auch wenn gerade nicht alles so läuft wie gewünscht. Sie erzählen von fünf Protagonisten, die sich gemeinsam auf den Weg zu größerer Zufriedenheit machen. Ihr emphatisches Miteinander erschafft einen Resonanzboden, auf dem sich ihre Stimmung nach und nach verbessert. Jede und jeder für sich lässt sich auf neue Lebenssituationen ein und erweitert durch mutiges und freudvolles Erleben den eigenen Erfahrungsschatz. Ein unterhaltsames Hörbuch mit der klaren Botschaft: Jeder Mensch kann seine persönliche Lebensfreude selbst erschaffen.

Ungekürzte Lesung mit Matthias Keller

1 MP3-CD

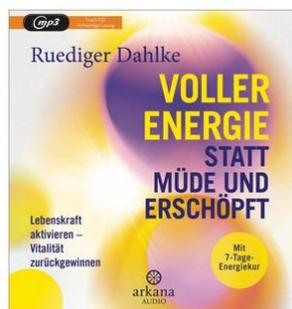
ca. EUR **16,00**

ET: 27.03.2024

AT: 18.03.2024

978-3-442-34771-1

● Noch nicht lieferbar



### Voller Energie statt müde und erschöpft

Lebenskraft aktivieren – Vitalität zurückgewinnen - Mit 7-Tage-Energiekur

von **Ruediger Dahlke**, gelesen von **Olaf Pessler**

Arkana

🎧 Audio-Disc, MP3, Hörbuch, Deutsch, Ungekürzte Ausgabe, Ungekürzte Lesung

#### Ganzheitliche Revitalisierung bei Erschöpfung und Fatigue

Immer müde, ständig ausgelaugt, Akku leer. Jede(r) Zweite ist von Symptomen betroffen, die von leichtem Unwohlsein bis zum Burn-out reichen. Die große Erschöpfung hat viele Gründe: Die äußeren Bedrohungen durch Pandemien, Kriege, die Klimakrise und die Inflation. Ein hektischer, zu schneller Lifestyle mit ständiger Erreichbarkeit und vielen Stunden online. Eine einseitige Ernährung, zu wenig Bewegung und Mangel an Liebe. Ruediger Dahlke zeigt, wie differenziert und vielschichtig die Faktoren sind, die uns täglich Kraft rauben. Sein umfassendes Revitalisierungs-Programm enthält Empfehlungen für eine lebendige Ernährung, energetisierende Atemübungen, Impulse zur Weckung der Kundalini-Energie und Strategien für tiefe Entspannung, erholsamen Schlaf. Der Schlüsselfaktor bei der Rückeroberung der eigenen Energiequellen ist es, sich von Fremdbestimmung zu befreien und sein Leben zu beseelen – damit wir endlich zurück zu Kraft und Vitalität finden.

Ungekürzte Lesung mit Olaf Pessler

1 MP3-CD

ca. EUR **16,00**

ET: 27.03.2024

AT: 18.03.2024

978-3-442-34773-5

● Noch nicht lieferbar



### »Das schaffst du eh nicht«

Mein Leben, wie es nicht war: 6 CDs

von **Bruno Jonas**, gelesen von **Bruno Jonas**

OSTERWOLDAudio

🎧 Audio-CD, CD Standard Audio Format, Hörbuch, Deutsch, 6 Discs, 7 Stunden 30 Minuten, Ungekürzte Ausgabe, Ungekürzte Ausgabe

#### »Bin ich's – oder war ich es nie?«

Die große Autobiografie des beliebten Kabarettisten Bruno Jonas

Immer ein Aber auf den Lippen ist Bruno Jonas von Anfang an auf Kollisionskurs. Das väterliche »Das schaffst du eh nicht« ständig im Ohr, findet er in der satirischen Zuspitzung der politischen Zustände sein eigentliches Metier. Lustvoll übertreibend und die Pointe fest im Blick, stiftet der Metzgersohn Verwirrung auf allen Seiten und rebellierte gegen althergebrachte Traditionen und Autoritäten. Kritisiert wird alles, was sich ihm in den Weg stellt: die Familie, die katholische Kirche, das Bildungssystem, Kapitalismus, Sozialismus, Neoliberalismus. Dies ist keine Autobiografie im üblichen Sinne, vielmehr die Fiktion einer Lebensgeschichte, eine subversive Erzählung, die sich am wirklichen Bruno Jonas orientiert – authentisch und unterhaltsam gelesen vom Autor selbst.

EUR **24,00**

ET: 27.02.2025

AT: 27.02.2025

978-3-86952-567-9

● Noch nicht lieferbar



### Denken wir noch oder fühlen wir schon?

Emotionen als Schlüsselfaktor für beruflichen Erfolg - ein Businessroman und Sachbuch zum "Globe of Emotions"

von **Nadja Kahn, Christoph Theile**

Wiley-VCH

© Audio-CD, Hörbuch, Deutsch, 1. Auflage, 1. Auflage

"Dabei hatte der Tag so wunderschön angefangen! Auf meinem kurzen Fußweg an diesem Donnerstagmorgen ins Büro bei der Clarke PR-Agentur schien die Sonne. Ach übrigens, ich bin Maxi van Weller, Leiterin der Event-Abteilung bei der Clarke PR-Agentur. An diesem Morgen hatte nicht nur mich die gute Laune gepackt, die gesamte Event-Abteilung strahlte mich beim Hereinkommen an. Ganz ehrlich ... was konnte an so einem Tag noch schiefgehen? Es konnte. So richtig. Von einer Sekunde auf die andere war mein Tag der absolute Alptraum ..."

Begleiten Sie in diesem spannenden Audiobuch Maxi van Weller. Für sie bricht von einem auf den anderen Tag ihre heile Welt in der PR-Agentur zusammen, da das Unternehmen verkauft wird. Maxi lässt Sie in diesem Businessroman teilhaben an dem, was in ihrem Inneren passiert, denn sie hat zwei Begleiter im Kopf: Ratio und Emotia (Verstand und Gefühl). Durch diese mitreißende Geschichte werden Sie vom Erkennen zum Verstehen bis zum Aktivieren aller Emotionen geführt. Das Besondere? Emotionen werden nicht nur erlebt, sondern anhand des Globe of Emotions®, der im zweiten Teil umfangreich vorgestellt wird, verstanden. Sie erlangen durch die erlebte Geschichte Erkenntnisse für Ihr Leben und echte Ratschläge, wie mit komplexen emotionalen Situationen umzugehen ist.

ca. EUR **24,99**

ET: 06.03.2024

AT: 06.03.2024

978-3-527-51180-8

● Noch nicht lieferbar



### Stärker als Wut

Wie wir feministisch wurden und warum es nicht reicht

von **Stefanie Lohaus**

Audiolino

© Audio-CD, Hörbuch, Deutsch, 1 Disc, 8 Stunden, 1. Auflage

Der Feminismus ist die erfolgreichste soziale Bewegung in der Geschichte. Dieses Buch betrachtet seine vielfältige Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft aus deutscher Perspektive. Es setzt eine bedeutende, eine notwendige Wegmarke für alle, die sich dem Kampf um Freiheit und Gleichheit und Gerechtigkeit verschrieben haben, für alle, die fragen: woher kommt, wohin geht der Feminismus? Was ist erreicht, was muss weiter erstritten werden?

An den eigenen Erfahrungen maßgebend, aus profunden Kenntnissen abgeleitet, - »Stärker als Wut« legt auf umfassende Weise Zeugnis ab von Macht und Ohnmacht der Veränderung, ist generationenübergreifendes Porträt und richtungsweisender Appell.

EUR **19,90**

ET: Januar 2024

978-3-86737-426-2

● Noch nicht lieferbar

**Spitzentitel**

### Das Jahrhundert der Toleranz

Plädoyer für eine wertegeleitete Außenpolitik

von **Richard David Precht**, gelesen von **Richard David Precht**, Regie **Martin Möller**

Der Hörverlag

© Audio-Disc, MP3, Hörbuch, Deutsch, 1 Disc, 5 Stunden 50 Minuten, Ungekürzte Ausgabe, Ungekürzte Lesung

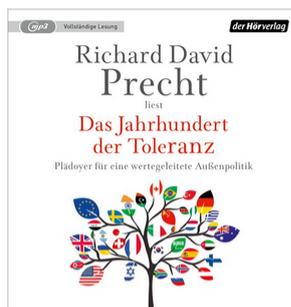
EUR **22,00**

ET: 30.05.2024

AT: 21.05.2024

978-3-8445-5098-6

● Noch nicht lieferbar



### Der neue »Precht« über die internationale Politik im 21. Jahrhundert

Die Welt befindet sich im Umbruch. Von einer von den USA dominierten zu einer multipolaren Weltordnung mit China und Indien als neuen Machtzentren. Das schleichende Ende der Pax Americana stellt die Europäer vor eine enorme Herausforderung: Wie gehen wir mit dem Aufstieg dieser Länder um? Die Gefahr wächst, dass wir es nicht schaffen, auf globaler Ebene auf neue Feindbilder zu verzichten. Auf die Schablonen »Christen gegen Heiden«, »Zivilisierte gegen Wilde«, »Freiheit gegen Kommunismus«, »Christlich-abendländische Kultur gegen den Islam« folgt nun »Demokratien gegen Autokratien«.

•Wer hat dieses Narrativ in die Welt gesetzt?

•Welche Interessen stehen dahinter?

•Warum ist es erfolgreich?

Dieses Hörbuch möchte zeigen, dass die vermeintliche »systemische Rivalität« zu China und anderen Staaten zwar eine Rivalität ist, aber keine systemische. Die Aufgabe unseres Jahrhunderts besteht darin, aus diesen althergebrachten Freund-Feindmustern auszubrechen und unterschiedliche Entwicklungswege und kulturelle Eigenheiten zuzulassen. Denn die Menschenrechte, die keine »westlichen« Werte sind, werden wir nur dann schützen und bewahren, wenn wir ihnen voll und ganz entsprechen. Toleranz, Diversität und Offenheit lassen sich einfordern, wenn wir sie im Umgang mit anderen selbst praktizieren. Zum ersten Mal in der Geschichte der Menschheit versammelt das 21. Jahrhundert im Zeichen der globalen ökologischen Katastrophe alle im selben Boot. Meistern können wir sie nur, wenn wir auf das schauen, was alle Länder und Kulturen eint, nicht auf das, was sie trennt. Es wird kein Jahrhundert des »Entweder-Oder« nach dem Zuschnitt einer Hegemonialmacht mehr sein, wie die vergangenen – sondern, will sich die menschliche Zivilisation nicht selbst vernichten: das Jahrhundert der Toleranz.

Ungekürzte Lesung mit Richard David Precht  
1 MP3-CD, ca. 5h 50min



### Die Familien der anderen

Mein Leben in Büchern

von **Christine Westermann**, gelesen von **Christine Westermann**

tacheles!

© Audio-CD, MP3, Hörbuch, Deutsch, 1 Disc, 5 Stunden 3 Minuten, 1. Auflage, Ungekürzte Ausgabe, 1. Auflage, Ungekürzte Ausgabe

#### Über die Lust zu lesen und die Neugier auf das Leben der anderen

Christine Westermann, preisgekrönte Journalistin und Bestsellerautorin, genießt mit ihren Buchempfehlungen großes Vertrauen bei einem breiten Publikum. Bücher sind aus ihrem heutigen Leben nicht wegzudenken, sie sind für sie Fenster in ein fremdes Leben. Dabei war ihr Weg zu den Büchern kein selbstverständlicher, eher ein Hindernislauf. Elegant, ehrlich und mit wunderbarer Selbstironie erzählt Christine Westermann, wie sie zu den Büchern (und Thomas Mann) fand – und begibt sich dabei auf eine fesselnde Zeitreise in ihre eigene, von Brüchen gezeichnete Familiengeschichte.

EUR 10,00

ET: 24.01.2024

978-3-86484-812-4

● Lieferbar

### Wie unsere Psyche tickt. Hörbuch

Die Intelligenz des Unterbewusstseins verstehen. Wie psychosomatische Symptome und Blockaden entstehen und wieder aufgelöst werden können....

von **Andreas Winter**, gelesen von **Andreas Winter**, **Pia Fluch**, Musik arrangiert von **Andreas Winter**

Mankau Verlag

☞ Mehrteiliges Produkt, Hörbuch, Deutsch, 8 Stunden 36 Minuten, 1. Auflage, 1. Auflage

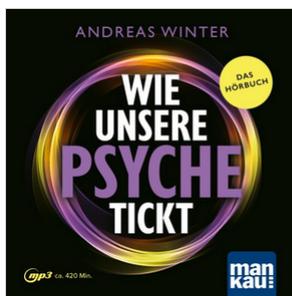
EUR 18,00

ET: 12.02.2024

AT: 05.02.2024

978-3-86374-716-9

● Noch nicht lieferbar



### Das Standardwerk von Andreas Winter!

Das Standardwerk von Andreas Winter!

Wir Menschen gelten als "Krone der Schöpfung". Und doch leiden viele von uns unter chronischen, oft diffusen Beschwerden, fühlen sich gestresst, werden Opfer ihrer schlechten Angewohnheiten und haben das Gefühl, sich im Kreis zu drehen. Was steckt hinter den scheinbar unlösbaren Problemen?

Zu verstehen, wie unsere Psyche tickt, ist der Schlüssel zum Begreifen der Ursachen. Viele sogenannte Krankheiten oder Verhaltensstörungen - etwa Allergien, chronische Schmerzen, Suchtverhalten, Übergewicht, Burn-out und andere psychische Beschwerden - haben tiefe und alte Wurzeln, die in die frühe Kindheit oder sogar in die Zeit noch vor der Geburt zurückreichen. So handelt es sich bei diesen Symptomen in Wirklichkeit oft um intelligente Schutzmechanismen unserer Psyche.

Mithilfe der Andreas-Winter-Methode werden die individuellen Auslöser und Ursprünge ins Bewusstsein gehoben, emotional umgedeutet und unschädlich gemacht. Auf diese Weise kann der seit 30 Jahren bewährte Coachingansatz psychische, psychosomatische und chronische Beschwerden und Blockaden umgehend und nachhaltig auflösen.

- Der Algorithmus der Psyche
- Die Andreas-Winter-Methode - von der Fragetechnik bis zum Reframing
- Zahlreiche Fallbeispiele und Reflexionsimpulse
- Ergänzende Praxisempfehlungen für Therapeuten und Coaches

- Ungekürzte Hörbuchfassung -

Sprecher/-innen: Andreas Winter, Andrea Winter und Pia Fluch; Musik: Andreas Winter

SpitzenTitel

### Marseille 1940. Die große Flucht der Literatur

Ungekürzte Lesung mit Julian Mehne (1 mp3-CD)

von **Uwe Wittstock**, gelesen von **Julian Mehne**

Der Audio Verlag

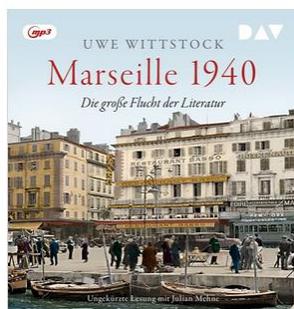
© Audio-Disc, MP3, Hörbuch, Deutsch, 1 Disc, 10 Stunden, 1. Auflage

EUR 26,00

ET: 15.02.2024

978-3-7424-3205-6

● Noch nicht lieferbar



Juni 1940: Hitlers Wehrmacht hat Frankreich besiegt. Die Gestapo fahndet nach Heinrich Mann und Lion Feuchtwanger, nach Hannah Arendt, Franz Werfel und unzähligen anderen, die in Frankreich seit 1933 Asyl gefunden haben. Sie alle müssen fliehen und geraten schließlich nach Marseille, um von dort einen Weg in die Freiheit zu suchen. Derweil riskiert der Amerikaner Varian Fry sein Leben, um die Verfolgten außer Landes zu schmuggeln. Szenisch dicht erzählt Uwe Wittstock die aufwühlende Geschichte ihrer Flucht unter tödlichen Gefahren, von unfassbarem Mut und größter Verzweiflung, von trotziger Hoffnung und Mitmenschlichkeit in düsterer Zeit.

Ungekürzte Lesung mit Julian Mehne

1 mp3-CD |