



Dietmar Bittrich

Einschlafbuch für Wutbürger

illustriert von Markus Spang

dtv 2012 • 176 Seiten • 5,95 • ab 14 J. • 978-3-423-34716-7

Nicht nur für Menschen, die aufgrund von Aufregung, Enthusiasmus, Ärger oder sogar Wut abends nicht in den Schlaf finden, ist dieses Buch geeignet, sondern auch für deren Mitmenschen, die somit solche Schwierigkeiten von einer anderen Seite kennenlernen. Bittrich beschreibt die Einschlafprobleme vieler prominenter Männer und Frauen, wie des griechischen Philosophen Sokrates oder der Jungfrau von Orléans, und berichtet von den großen und kleinen Tricks, mit denen diese Personen Ruhe und Schlaf gefunden haben oder noch finden. Dabei lernen die Leser ebenso, wie man mit Hilfe von Klassikern wie Schäfchenzählen oder Schlafmitteln, aber auch, wie man mit so abstrusen Möglichkeiten wie beispielsweise in einem Sarg zu nächtigen oder dem Gedanken, am nächsten Tag an einem Feind blutige Rache zu nehmen, bestens und schnellstens einschläft.

Dies alles erzählt der Autor in einer bunten Abfolge, die nie langweilig wird. Gleichsam Schlag auf Schlag folgen die Beispiele, so dass man nicht alles sofort behalten kann. Dafür befinden sich aber am Ende des Buches zwei Register: das eine enthält die Namen der betroffenen Persönlichkeiten (schon hier liest man mit Erstaunen die Namen prominenter Persönlichkeiten aus der Vergangenheit und der Gegenwart), das zweite enthält die zahlreichen Mittel, mit denen die Betroffenen versuchen oder mit denen es ihnen gelingt, einzuschlafen. Von daher kann man als Leser gezielt oder nach Interesse suchen und wird gut fündig. Man kann aber auch – klassisch – fortlaufend lesen.

Gerade der letzte Punkt kann aber für Wutbürger und Leute mit Einschlafproblemen zum Problem werden; denn es ist mit so viel Humor und so flüssig geschrieben, dass es schwierig sein kann, mit der Lektüre aufzuhören. Nebenher erfährt der Leser zudem viel, was Biographen auch mal gerne verschweigen. Sollte nun der Leser aber nicht willens oder in der Lage sein, mit Hilfe der Methode des Schäfchenzählens müde werden zu wollen, so könnte er dies mit dem Daumenkino im unteren Teil jeder Doppelseite versuchen. Dort springen Schafe über eine kleine Hürde an einem wütend dreinblickenden Teddybären im Bett vorbei – hübsche, kleine Zeichnungen von Markus Spang – die aber sicher nicht dem Einschlafen dienlich sind.

So bleibt am Ende ein schönes, amüsantes und dabei auch recht informatives Buch über Menschen mit derartigen Problemen, das zudem wohlfeil ist und aufgrund seiner geringen Größe wirklich auch in kleinere Taschen passt, womit es jederzeit (nicht nur abends und im Bett) zur Hand ist.

www.alliteratus.com

www.facebook.com/alliteratus w <https://twitter.com/alliteratus>

© Alliteratus 2013 • Abdruck erlaubt unter Nennung von Quelle und Verfasser