

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 61 (1990)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Arbeitsseminar für Frauen im Nidelbad : Aufbruch in eine neue Zeit  
**Autor:** Hofstetter, Irene  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-809940>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.01.2026

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

## Aufbruch in eine neue Zeit

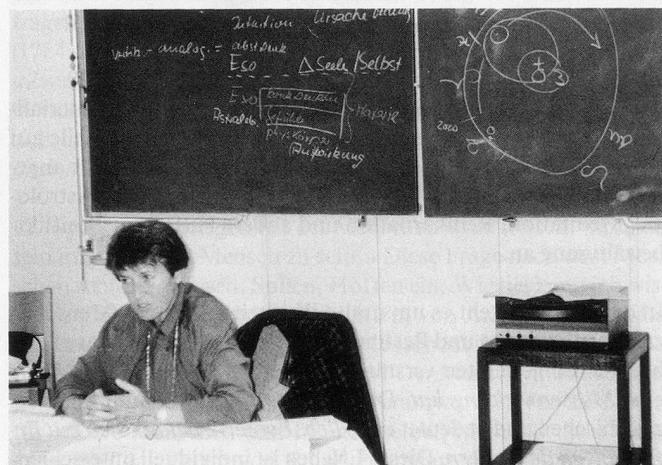
Mit Zuhören und Reflektieren, Denken und Diskutieren, Schauen und Meditieren, Bewegung und Tanz spürten die Teilnehmerinnen des Arbeitsseminars für Frauen, das vom 30. Oktober bis 1. November 1989 im Diakonenhaus Nidelbad, Rüschlikon, stattfand, gemeinsam den Grundlagen neuer Lebensformen nach. Der Geist des Nidelbad-Seminars ist ein besonderer; Frauen unterschiedlichsten Alters treten für die Dauer von 2 bis 3 Tagen aus ihrem Lebens- und Arbeitskreis heraus und finden sich im Bestreben und in der Bereitschaft, über Notwendiges in unserer von Krise und Wandel geprägten Zeit nachzudenken.

Von *Vielfalt* war immer wieder die Rede an diesem Seminar und vielfältig gestaltet war auch das Programm. Einen beglückenden ersten Abend erlebten die Teilnehmerinnen mit der *Ikebana-Lehrerin Irene Hofstetter* (Namens-Doppelgängerin der Berichterstatterin) und ihrer Schülerin *Erika Schmid*. Die japanische Kunst des Blumensteckens ist ein meditatives Tun und setzt eine innere Haltung von Ruhe und Geduld voraus. Kunst und Religion sind in der japanischen Kultur stark miteinander verbunden. In jedem Ikebana – Ike heißt Leben, bana Blume – ist ein Dreieck enthalten, das die Beziehung Mensch-Himmel-Erde symbolisiert. Im Osten versteht man unter wahrer innerer Freiheit ein Sich-Fügen in Formen, die die Bedeutung kosmischer Gesetze haben, schreibt *Gusty L. Herrigel* in «*ZEN* in der Kunst des Blumen-Weges». Nach buddhistischen Leitgedanken lebt der Mensch in Wesensgemeinschaft mit Pflanzen und Tieren. Die Freude der Zuschauerinnen während des achtsamen Steckens und beim Beschauen der wunderschönen Kunstwerke war gross. In Japan gibt es seit 1629 regelmässig Ikebana-Ausstellungen; seit 1887 dürfen auch Frauen Ikebana erlernen. Irene Hofstetter ist Vertreterin der Ohara-Schule, eine der drei grossen japanischen Schulen.

Einen andern Zugang zu verschütteten Kraftquellen versuchte die *Bewegungstherapeutin, Pia Marbacher*, zu vermitteln: im Zurückführen zu Urformen und Urangängen. Sie ist Dozentin am Heilpädagogischen Seminar und auf die Arbeit mit bewegungs-gestörten Kindern spezialisiert. Der Mensch arbeitet mit gedanklichen Vorstellungen, und die manifestieren sich im Körper. Der Mensch steht senkrecht da im geschlossenen Kreis des Kosmos, mitten drin in Spannungen und Schwingungsfeldern. Sieht man ihn mit ausgebreiteten Armen, stellt er die Urform des Kreuzes dar. Dass er sich ursprünglich aus der Embryo-Stellung heraus öffnen und sich aufrichten muss, um ins Stehen zu kommen, wird vergessen. Das Wahrnehmen kleinster Bewegungen im Sitzen, sich aufrichten, dehnen, ein- und ausatmen, das Spüren der «eigenen Räume» in Tanz-, Schwing- und Drehübungen, nach oben und nach unten – das macht durchlässig und schafft Möglichkeiten zu neuem Wirken und Bewusstwerden.

### Die Suche nach Ganzheit

Wie liesse sich Ganzheit besser erfassen als mit Gedichten von *Elfriede Huber-Abrahamowicz*. Und wenn sie selber liest, wenn der Klang ihrer melodischen Stimme den Rhythmus der Verse trägt und an die aus tiefem Erleben aufgestiegenen Welten heranführt, da fühlt sich betroffen und angerührt, wer mit offenen Sinnen zu hört. Da muss nicht mehr eigens gefordert und begründet werden, dass Frauen ihre eigenen Bilder aus ihrem eigenen Empfinden heraus finden müssen, weg vom männlich bestimmten Bild der Frau. Diese andere, naturnahe, weibliche Spiritualität steht im Raum – «*Kräfte entfaltend ungeheurer Befreiung*», wie die letzte Zeile von «*Hoffnungslos hoffend*» lautet. Aus dem gleich-



Dr. Wiltrud Fritzsche erläutert esoterisch-astrologische Grundbegriffe.

namigen Band, der im Frühjahr 1989 im Adonia-Verlag Thalwil erschien, las Elfriede Huber-Abrahamowicz weitere Gedichte. Das eine – «*Perlen*» – ruft dazu auf, sich mehr zu freuen am Wertlosen, am Glitzern von Regenperlen in der Sonne, an Farbe und Form eines Blattes, und diese Freude zum jetzigen Augenblick zu machen. Meistens haben wir keine Zeit, weil wir entweder in der Vergangenheit oder der Zukunft leben. Wir nehmen die Dichte der Gegenwart zu wenig wahr. «*Miniatur der Ewigkeit*» nennt *Jeanne Hersch* in ihren Essays «*Quer zur Zeit*» diesen Augenblick der Gegenwart, diese «*kleine Dauer*». In einem andern Gedicht von Elfi Huber kommt die Ganzheit der auf Unsterblichkeit angelegten Mutter/Kind-Beziehung zum Ausdruck. Diese ganz persönlichen Erinnerungen der Dichterin – «ich höre das leise Lachen meiner Mutter in mir» – haben einen Ewigkeitsaspekt.

### Esoterisch-astrologische Sichtweisen

Am ersten Kursnachmittag ging Dr. Wiltrud Fritzsche, Leiterin der «*Bildungsstätte für Angewandte Esoterik*», Zürich und Luzern, daran, den unterschiedlichen Wissensstand der Teilnehmerinnen über das weitgreifende Gebiet der Esoterik aufzufüllen beziehungsweise auszugleichen. Dass sie dies aus ihrer persönlichen Sicht und den Zielsetzungen der von ihr vertretenen Stiftung heraus tat, liegt auf der Hand. Wer sich bisher wenig mit spiritueller Astrologie auseinandergesetzt hatte, sah sich mit Theorien und Begriffen konfrontiert, die nicht so leicht zu verstehen sind. Die in Dresden geborene Wiltrud Fritzsche siedelte 1955 nach Westdeutschland über und kam 1965 in die Schweiz; die promovierte Biochemikerin wurde als Assistentin in der Krebsforschung an die Universität Zürich geholt. Esoterik und die Psychologie des neuen Zeitalters hätten sie schon seit langem interessiert, und immer mehr sei sie zur Überzeugung gekommen, dass Wissenschaft



Gesammelt und konzentriert steckt Irene Hofstetter ein Ikebana.

– das hiess für sie Chemie – an der Universität viel zu materialistisch gelehrt und angewandt werde. 1975 gab sie ihre Stelle auf und stieg in die heutige Arbeit ein. Die Bildungsstätte für angewandte Esoterik bietet Vorträge, Kurse, Seminare über Astrologie, Meditation, Reinkarnation und andere Hilfen zur Konfliktbewältigung an.

In der Esoterik geht es um uralte Weisheiten, die den Menschen zu seiner Erlösung und Bestimmung führen sollen. Sie waren früher nur Eingeweihten verständlich; neu ist, dass *Esoterik heute eine Massenwirkung hat*. Das Wort esoterisch kommt aus dem griechischen und bedeutet *innerlich*. *Esoterik befasst sich mit Erfahrungen des Innern*. Dieses Erleben ist individuell unterschied-

lich und es kann nicht bewiesen werden. Diese esoterische, innere Welt ist die Welt der *Ursachen*, der Bedeutung. Im Gegensatz dazu bedeutet exoterisch nach aussen hin gewendet; Exoterik umfasst alles was man sehen, hören, nachweisen kann; sie betrachtet die Welt der Erscheinungen, der *Wirkung*. Von der Esoterik her gesehen ist der Mensch charakterisiert durch eine Bewusstseins-Entwicklung und mit ihren Gesetzen, so Wiltrud Fritzsche, kann die Menschheit Verantwortung lernen. Die Evolution geht endlos weiter, vom Mineral-, Pflanzen-, Tier-, Menschenreich zum Seelenreich bis zum Karmareich, dem Einswerden mit dem Geist. Nachher geht der Weg der Offenbarung weiter. Hier auf dieser Erde gibt es sieben Wege, sagte die Referentin. Der Weg zur nächsten Stufe führt über Meditation, Studium und Dienst, worunter der gelebte Alltag, das richtige Tun, zu verstehen ist. Jeder muss *seinen* Weg finden, um alle Kräfte und Energien harmonisch miteinander verbinden zu können und zu seinem wahren Selbst zu gelangen oder, wie es an anderer Stelle heißt, über die Schwelle ins Licht zu schreiten, wo sich wahre Liebe offenbart. Grundpfeiler sind die Reinkarnation – die Lehre von der Wiedergeburt, das Karma (Sanskrit für «Tat», Ursache/Wirkung) und das Gesetz der Liebe. Das Akzeptieren dieser Anschauung erlaube ein schuldfreies Leben.

Dass Esoterisches heute auf derart grosses Interesse stösst, ist für Wiltrud Fritzsche ein Zeichen, dass die Menschen bereits in Bewusstseinsschichten hinauf gelangen, die normalerweise nicht zugänglich sind. Das hat mit dem *Beginn des neuen Weltenjahres* und dem Einströmen neuer Energien zu tun. Ein Weltenjahr dauert 2100 Erdenjahre. Solange verweilt die Erde während ihres Umlaufs durch alle zwölf Sternbilder in einem Tierkreiszeichen. Das astrologische Jahr beginnt mit der Frühlings-Tag- und Nachtgleiche. Der Frühlingspunkt befand sich in den letzten 2100 Jahren im Zeichen der Fische und bewegt sich augenblicklich in das Zeichen *Wassermann*. Während im Fisch-Zeitalter das konkrete, analytische Denken entwickelt wurde, wird die spirituelle Energie des neuen Wassermann-Zeitalters *Synthese, Einheit*, bewirken. Statt dem «entweder-oder» werde ein «sowohl-als-auch» gelten. Diese Vernetzung sei schon gut sichtbar. Im Gesundheitswesen werde versucht, auf den holistischen, den ganzheitlichen Ansatz zurück- und vom Spezialistentum wegzukommen; in der Erziehung werde mehr Wert auf Kreativität gelegt; in der Politik sei vor allem hinter dem «eisernen Vorhang» eine gewaltige Wende zu beobachten.

#### Auseinandersetzung mit dem New Age

In der Natur gibt es nur Ganzheiten, sagte Elfriede Huber-Abrahamowicz, doch die Wissenschaften sind aufs Analysieren aus. Dieses zerstückelnde Denken ist denn auch der Grund, weshalb unsere Welt in einer tiefen Krise steckt, heisst es im Gedankengut der New Age-Bewegung. «Wir müssen wegkommen vom fragmentarischen, mechanistischen Denken, hin zu einem ökologisch, ganzheitlichen. Herrschaft muss umschlagen in Partnerschaft, Wettbewerb in Zusammenarbeit, Selbstbehauptung in Integration. Eine Verlagerung von Yang zu Yin, vom männlichen zum weiblichen Prinzip, muss eintreten», sagt der amerikanische Physiker und Philosoph *Fritjof Capra*, dessen Buch *«Wendezeit»* (Scherz Verlag und Ex Libris, 1984) zum Kultbuch des New Age wurde. Das Buch wird übrigens zurzeit verfilmt, wusste Dr. Imelda Abbt, die Leiterin des Seminars, zu berichten, und zwar von Capras Bruder *Bernt Capra*, der Titel: *«Mindwalk»*. Liv Ullmann spielt die Rolle der ins Zweifeln geratenen Physikerin Sonja. Ihre Gegenspieler sind ein erfolgloser Präsidentschaftskandidat und sein Freund und ehemaliger Redenschreiber. Hauptdrehort ist der symbolträchtige Mont Saint Michel vor der bretonischen Küste. Eine Schlüsselszene wurde im Uhrwerk des Berner Zeitglockenturms aufgenommen. Dass die Methoden der Wissenschaft von einer Frau in Frage gestellt werden in diesem Film,



Kleinste Bewegungen spüren mit Pia Marbacher (Mitte)

kommt nicht von ungefähr. Die Frauenbewegung wird im New Age sehr ernst genommen.

New Age ist keine fest organisierte Bewegung und die Ideen, wie auch die Perspektiven und Auswirkungen sind so komplex, dass sie nicht einfach zu umschreiben sind. «*Die sanfte Verschwörung*», eine oft gehörte Bezeichnung, bezieht sich auf den Titel des Bestsellers der Amerikanerin *Marilyn Ferguson*, die in einem Interview sagte: «*Das einzige, was man allgemein empfehlen kann, ist absolute Offenheit gegenüber neuen Ideen. Das heisst nicht, dass man nach allem greifen sollte, was einem über den Weg läuft. Entscheidend aber ist, diese neuen Ideen im eigenen Leben auszuprobieren.*» Auch Imelda Abbt wiederholte immer wieder, wie notwendig es sei, all das Neuaufbrechende unserer Zeit zu hinterfragen. Bei solchen Auseinandersetzungen kommt man mit einer neuen Sprache in Berührung und es ist symptomatisch, dass kürzlich ein recht umfangreiches New Age-Wörterbuch erschienen ist.

Angestrebgt wird eine völlige Änderung vom menschlichen Denken und Fühlen; durch eine Transformation des Bewusstseins soll ein neuer Mensch auf höherer Seinsstufe entstehen. Ziel ist das Eintauchen in eine kosmische Einheit mit Gott. Gott und Welt sind eins im Weltbild des New Age. Dieses Weltbild ist eine *Synthese aus östlichen Religionen* (Anleihen von Buddhismus, Hinduismus, Taoismus), von *Gnosis* (Erlösungsglaube, der das Heil des einzelnen von der Erkenntnis Gottes und der erlebten Einsicht in das göttliche Geheimnis abhängig macht), *Spirituismus* – gründend auf esoterischen Geheimlehren, Okkultismus, Hellsen, Hexenglaube, Reinkarnation, Schamanismus, Mystik, Pantheismus, Feminismus, Antroposophie und Theosophie. Solche Konzepte sind nicht neu. 1875 gründete die *Russin Helena Petrowna Blavatsky* (1831–1891) die Theosophische Gesellschaft, deren Hauptsitz seit 1879 in Indien ist. An ihrer Seite lebten *Oberst Henry S. Olcott*, den sie ihren «Hauptesel» nannte und das Medium *Annie Besant*, die später die erste indische Universität in Benares gründete. «Alle Religionen enthalten gemeinsame Wahrheiten, die jeden Unterschied überbrücken», lautete einer der Grundsätze der Theosophischen Gesellschaft, in welcher auch *Rudolf Steiner* (1861–1925) Mitglied war, bis er sich ab 1920 ausschließlich der Anthroposophischen Gesellschaft widmete.

*Alice Bailey* (1880–1949) gilt als Hohepriesterin des New Age. Sie nannte sich selbst Schreibgehilfin und Schülerin des tibetanischen, spirituellen Meisters *Djwhal Khul*. Mit den ihr auf telepathischem Weg vermittelten Lehren wollte sie den Menschen Anleitung zu spirituellem Wachstum geben, damit sie in das neue Zeitalter gelangen könnten. Diese Botschaften des Meisters sollten bis zum Jahre 1975 im Untergrund bleiben und erst dann verbreitet werden, wie Imelda Abbt ausführte. Bailey schrieb schon im Jahre 1949 vom Wassermann-Zeitalter. Auch *Carl Gustav Jung* äusserte sich in den fünfziger Jahren in seinen Werken über den Wechsel der Zeitalter. Einer breiteren Öffentlichkeit bekannt wurde die Idee des Wassermann-Zeitalters durch den «*Aquarius*»-Song aus dem erfolgreichen Musical «*Hair*»:

«Harmonie und Recht und Klarheit!  
Sympathie und Licht und Wahrheit!  
Niemand wird die Freiheit knebeln,  
niemand mehr den Geist umnebeln.  
Mystik wird uns Einsicht schenken,  
und der Mensch lernt wieder denken,  
dank dem Wassermann, dem Wassermann!»

Veränderung der Gesellschaft durch Veränderung des Bewusstseins also oder, wie Capra es formuliert, wir brauchen eine neue Sicht der Wirklichkeit, ein neues Paradigma (aus dem griechi-

schen, *paradeigma* = Modell, Muster). Der 1973 verstorbene Kulturphilosoph und Psychologe *Jean Gebser* sagte es so: eine neue Weltsicht ist notwendig, weil heute eine Notsituation besteht; weil wir, bewusstseinsmässig, in einer Welt leben, die anders dimensioniert ist als die unserer Väter, und wir dies noch nicht genügend realisiert haben.

*Der New Age-Gedanke ist im Grunde ein Erlöser-Gedanke*, sagt Imelda Abbt. Wir sind geknebelt und wir sehnen uns nach einer besseren, friedlicheren Welt. Eine religiöse Heimatlosigkeit hat sich breit gemacht. Deshalb finden die spirituellen Angebote innerhalb des New Age einen derart grossen Widerhall – jeder Mensch hat religiöse Bedürfnisse. Dass der Mensch in Verbindung steht mit kosmischen Energien, dass es Naturgesetze gibt, die er nicht beeinflussen kann, das ist nicht neu. Der Mensch ist in die Natur eingebunden, das Geheimnis ist da; durch die Umweltfragen spüren wir dies heute mehr als zuvor. Schon *Kant* (1724–1804) sagte in seiner «*Kritik der praktischen Vernunft*»: «Zwei Dinge erfüllen das Gemüt mit immer neuer und zunehmender Bewunderung und Ehrfurcht, je öfter und anhaltender sich das Nachdenken damit beschäftigt, *der bestirnte Himmel über mir und das moralische Gesetz in mir.*» Und er sagte auch:

«Die grösste Angelegenheit des Menschen ist zu wissen, was man sein muss, um ein Mensch zu sein.» Diese Frage nach dem Menschen schliesst Wissen, Sollen, Hoffen ein. Wieviel kann ich wissen von diesen Geheimwissenschaften, von Astrologie und Magie, und von welchem Welt- und Menschenbild aus gehe ich an diese Fragen heran? Was soll ich tun? Der Mensch muss aus eigener Verantwortung handeln, er ist verantwortlich für die Natur, für andere Menschen und für sich selber, niemand, kein Guru kann ihm das Fällen von Entscheidungen abnehmen. Doch er kann auf Gottes Hilfe, auf Trost und auf Erlösung hoffen. Wir stehen vor Gott, er hat uns erlöst, das Christentum ist eine Fremderlösungs-Religion. Das ist ein völlig anderer Denkansatz. Im New Age hat das personale Gottesbild keinen Platz. Es wird angenommen, dass der Mensch gesetzmässig in ein höheres Sein kommen und mit Gott verschmelzen kann.

*Das Ganze ist mehr als die Summe ihrer Teile* – wir können als Mensch immer wieder über diese Ganzheit nachdenken, sagte Imelda Abbt zum Abschluss des Seminars, und wir werden merken, dass man nur von den Teilen reden kann und dass die Suche nach der Ganzheit, nach der Lebenswahrheit, weiter gehen muss.

Irene Hofstetter

## Ergänzung zum Artikel «Früherziehung im Wandel – Perspektiven, Utopien, Gefahren»

von Käthi Bieber, im Heft Nr. 12/89

Zu den einzelnen Bildern im Text gehören folgende Legenden:

**Bild 1, Seite 807: Die kindzentrierte Phase:** Zu dieser Zeit wurde vor allem das Kind gesehen und die möglichst gute Förderung des Kindes.

**Bild 2, Seite 808: Die umweltorientierte Phase:** Die Früherzieherin war nicht mehr Anwalt des Kindes. Sie wurde zur Partnerin der Eltern.

**Bild 3, Seite 809: Die systembezogene Phase:** Früherziehung wird jetzt als System gesehen, in dem die Eltern, das Kind und seine Geschwister und die Früherzieherin selbst je ein Teil des ganzen Systems sind.