

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 62 (1991)
Heft: 1

Artikel: Nidelbad-Arbeitsseminar für Frauen (VSA-Kurs Nr. 47) : Freundschaft als Notwendigkeit
Autor: Hofstetter, Irene
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-810186>

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: 24.01.2026

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

Freundschaft als Notwendigkeit

Am regenverhangenen Montagmorgen des 27. Oktober 1990 reisten 25 Frauen ins Diakonenhaus Nidelbad in Rüschlikon, um während dreier Tage mit Dr. Imelda Abbt über Freundschaft nachzudenken. Aufmerksam schaute man sich ins meist unbekannte Gesicht, reichte sich – und das ist wörtlich zu verstehen – die Hand und liess sich von der Bewegungspädagogin Ruth Ducrey in einem meditativen Kreistanz versuchsweise auf eine gemeinsame Mitte hin einstimmen. Noch nicht ganz angekommen, die Alltagspflichten noch nicht richtig losgelassen, wurden erste Fäden von Mensch zu Mensch geknüpft. Die Chance dieser Seminare liegt ja darin, dass sich Frauen unterschiedlichen Alters und Herkunft hier in Offenheit und gegenseitiger Toleranz zusammenfinden. Nicht auf ein reibungsloses Funktionieren ihrer Tätigkeit oder auf irgendeinen materiellen Nutzen hin ausgerichtet, sondern mit der Bereitschaft, sich auf wesentliche Fragen unseres Daseins zu besinnen. So können neue Kräfte geschöpft, kann Lebenshilfe gewonnen werden.

Mit dem Hinterfragen der eigenen Vorstellungen über die wichtigsten Werte, die eine Freundschaft ausmachen, in Gesprächen zu zweit, wurde eine reiche Ernte von Gedanken aus eigenem Erleben eingebracht. Zum Einstieg hatte die Kinderärztin und -neurologin Ruth Gugger, Bern, die selber auch Kinder- und Märchenbücher illustriert, aus dem Bilderbuch *«Gueti Fründ»* von Helme Heine (Schweizerdeutsch von Franz Hohler) vorgelesen. Drei Tiere sind zusammen unterwegs, helfen und trösten einander. Freundschaft muss gelebt werden, sagte Imelda Abbt, und eine Teilnehmerin formulierte es so: Freundinnen müssen eine gemeinsame Welt haben. Das heisst nicht, dass alles gemeinsam sein muss, jede soll sich selber bleiben können. Doch in der Naturverbundenheit, in der Liebe zur Musik zum Beispiel, kann man sich finden, dort kann das Wachsen einer Freundschaft beginnen. Uneingeschränkte Offenheit wurde als Voraussetzung mehrmals genannt, sich auf den andern verlassen, ihn aber auch gehen lassen können. Freundschaft kann auch Begegnung und Auseinandersetzung mit den eigenen Schattenseiten bedeuten. Bewusst Anteil nehmen am Leben des andern, ihn verstehen und verstanden werden in Freude und Trauer. Das setzt Vertrauen, trauen, Treue voraus, aber auch Verantwortungsbewusstsein. So erfahren wir Geborgenheit in der Freundschaft. Beim Älterwerden sind Frauenfreundschaften besonders wichtig. Mit zunehmender Reife und Erfahrung wird der Mensch freundschaftsfähiger. Das was einem wichtig ist mit dem Freund, der Freundin teilen zu können, aber auch Krisen miteinander durchzustehen, ist eine Lebensbereicherung, die nicht hoch genug eingestuft werden kann.

*

Im Saal, wo die Koniferen und herbstlichen Laubbäume des alten Parks durch die hohe Fensterfront zu sehen sind, finden wir uns immer wieder zusammen im Kreis, hören auf die Musik und die leisen Worte unserer Vortänzerin. Wir halten inne, wenden uns gemeinsam zur Mitte hin und wieder zurück zu uns selbst. Wir nehmen den Weg unter die Füsse, spüren, dass da etwas ist, über die gegenseitige Zuwendung hinaus. In befreienden Bewegungen werfen wir symbolisch unsere Ängste, Sorgen, Widerstände, von uns, überspringen Stolpersteine, behaupten uns mit einem Stampfen. Nicht immer gelingt es, ruhig zu werden und im Einklang zu bleiben. Sind wir in geglückten Augenblicken einem ganzheitlichen Empfinden nahe? Ich glaube ja.

Auch unsere Mütter sind unsere Freundinnen

Dr. Elfriede Huber-Abrahamowicz, seit zehn Jahren den VSA-Frausenseminaren freundschaftlich verbunden, las aus ihrem im Frühjahr erschienenen Roman *«Die Nabelschnur»*, der ihren Töchtern gewidmet ist. *«Auch unsere Mütter sind unsere Schwestern, unsere Freundinnen»*, hatte Ursa Krattiger in ihrem Radio-Interview zu diesem Werk gesagt, und Elfi Huber war dieser

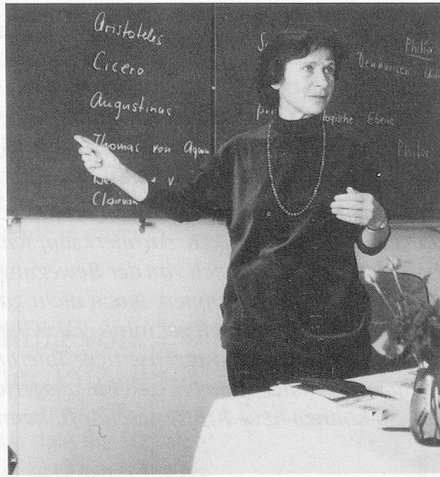
Kommentar wichtig. Wir sind alle in die Beziehung zur Mutter eingebunden, und viele von uns stehen wie Anna im Roman *«Die Nabelschnur»* einmal in der Rolle der Tochter und dann wieder in derjenigen der Mutter. Wir sehnen uns wie Anna zurück unter den blühenden Kirschbaum, als die Mutter uns allein gehörte und eine Geschichte erzählte, oder wir quälen uns mit Schuldgefühlen. Freundschaft pflegen mit der Mutter, mit den Kindern – eine schwierige Aufgabe, und davon spricht die Anna in diesem Roman. Davon sprach Elfi Huber auch beim abendlichen Beisammensein. *«Das ist für uns Mütter sehr traurig, wenn die Therapeuten – es sind immer Männer! – ständig laut nach Ablösung und Trennung rufen.»*

Für die Lesung wählte Elfi Huber kurze Abschnitte, die den Bogen der Handlung verständlich machten. Zutiefst anrührend und tröstlich dann der Schluss des Buches, das Sterben der Mutter. Der Abschied und die Teilhabe am Übergang in einen anderen Bereich werden trotz des Schmerzes zu einem befreienden Erlebnis, Anna fühlt sich aufgehoben und geborgen, «jenseits von Glück und Unglück».

Freundschaft in der Antike

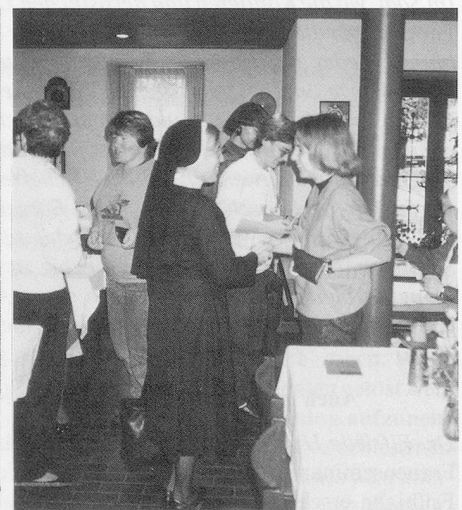
In der Denkweise der Antike ist Freundschaft, *Philia*, im Sein begründet. *Philia* bedeutete am Anfang Annäherung schlechthin. *Philos*, Freund auf griechisch, wurde früher als Adjektiv gebraucht und bedeutete «mein». Man bezog das Wort auch auf Tiere, Gegenstände, Körperteile. Mit *Philoi*, der Mehrzahl, waren alle gemeint, die im gleichen Haus wohnten. Einen Fremden ins Haus aufzunehmen, ihn als Freund zu betrachten und alles, was man hat, mit ihm zu teilen, das ist ein Merkmal vieler Kulturen, führte Imelda Abbt aus. Homer entwickelte die Idee vom Bündnis, vom gegenseitigen Beistand. Die Taten wurden wichtig, gefragt waren Tapferkeit, Edelmut, Tugendhaftigkeit. Im griechischen Verständnis ist die ganze Welt, nicht nur der Mensch, auch die Natur, getragen von Freundschaft. Freiheit und Freundschaft sind stark miteinander verbunden, und so stellen Freundschaft und ihre Ehrung das eigentliche Urbild des Freistaates dar. Im Zusammenhang mit der dem Menschen innewohnenden Sehnsucht nach Freundschaft kam Imelda Abbt auch auf den Begriff des *Eros* zu sprechen, der bei uns oft nur noch einseitig auf den Körper bezogen verstanden wird. *Eros* heisst eigentlich Streben und bedeutet letztendlich Liebe, Versöhnung. Es gibt verschiedene Grade erotischer Erfahrung. Auch mystische Gotteserfahrungen können erotisch sein, das kommt stark zum Ausdruck bei ganzheitlichen Gotteserfahrungen von Frauen.

Freundschaft ist der grösste Wert und wird höher gestellt als Gerechtigkeit. Sie ist Voraussetzung für eine Gerechtigkeit, die mehr als nur Gleichheit bedeutet. Das ist ein tragender Gedanke für die



Der geschichtliche Hintergrund des Themas ist wichtig: Kursleiterin Dr. Imelda Abbt; Dr. Ruth Gugger, Kinderärztin und -neurologin, zieht Parallelen zur Tierwelt.

Entgegnungen und Kommentare zu formulieren, fällt nicht immer ganz leicht.



In der ganzheitlichen Besinnung werden Körper und Bewegung miteinbezogen; musikalische Beiträge von Teilnehmerinnen schenken Freude – und schon geht es wieder ans Abschiednehmen.

(Fotos Irene Hofstetter)

Welt und die Menschheit in unserer Zeit, betonte Imelda Abbt, dass Freundschaft und nicht Kampf und Streit die Grundlage unseres Strebens wäre. Freundschaft wurzelt in der Wahrheit, auf das Christentum übertragen, in Gott. Wenn Familien, Gemeinschaften, die ganze Welt nach Freundschaft streben, dann kommt Gerechtigkeit. Nach Aristoteles gehört die Freundschaft zur vollendeten, erfüllten menschlichen Natur. Er sprach von drei Formen von Freundschaft. Vom Nutzen bzw. von der Lust her denkend die beiden auf das eigene Selbst bezogenen und die dritte, wahre Freundschaft, die vom andern her denkende, die den andern als Mensch akzeptiert und ihm wohl will. Das ist eine Forderung, die Verzicht bedeutet. *Ich will das Wohl des andern und der andere muss das gleiche für mich tun*. Es braucht Menschen, die vorleben, was das heisst, sagte Imelda Abbt. Deshalb ist die Pädagogik so wichtig. Bei den Griechen heisst *Erziehung, den Menschen in die Freundschaft führen*. Aristoteles hat viel über Freundschaft geschrieben. In seinem Werk «Die Nikomachische Ethik» handelt das achte und das neunte Buch von diesem zum «notwendigsten im Leben» gehörenden Thema, und er schreibt dort unter anderem «denn keiner möchte ohne Freunde leben, auch wenn er alle übrigen Güter besässe . . . wo aber die gegenseitige Wohlgesinntheit vorhanden ist, da spricht man von der Freundschaft.» Wenn in gegenseitigem Wohlwollen gelebt wird, verändert sich die Sichtweise und auch das politische Handeln.

Im Unterschied zur *Kameradschaft*, in welche man gestellt wird, kann Freundschaft frei gewählt werden, sie unterliegt keinem Zwang. *Freundschaft ist ein tragendes Element und gibt eine Wertorientierung, aus welcher heraus man einander menschlich anders begegnet*. Cicero, der grosse Pädagoge, sieht zwischen Freundschaft und Weisheit einen wichtigen Zusammenhang.

Imelda Abbt las ein Zitat aus dem «Stundenbuch der Freundschaft» (Lutz Besch, Sansouci Verlag 1981): «Freundschaft ist nichts anderes als die Übereinstimmung in allen irdischen und überirdischen Dingen, verbunden mit Zuneigung und Liebe. Im Vergleich zu ihr dürften, abgesehen von der Weisheit, dem Menschen von den Göttern wohl kaum ein schöneres Geschenk zuteil geworden sein.» Und von Sappho, der griechischen Dichterin, die auf Lesbos Freundinnen und Schülerinnen um sich versammelte, zitierte sie: «Was immer wir Liebe nennen ist auch» – Liebe als Realität und Wahrheit.

Die christliche Botschaft ist die Liebe, und die Liebe zeigt sich im Umgang mit dem andern Menschen. *Das Herzstück einer tragenden Freundschaft ist die Gegenseitigkeit*.

Freundschaft ist ein «Sollen»

Dem griechischen Denken, in welchem Freundschaft in der Natur des Menschen, also im Sein gründet, stellte Imelda Abbt die Sollensebene gegenüber, wie sie in den Thesen des Philosophen Immanuel Kant (1724–1804) zum Ausdruck kommt. Was kann ich erkennen? Was soll ich tun? Was kann ich hoffen? Mit solchen Fragen veränderte Kant vorhergegangene Perspektiven philosophischen Denkens. Einsicht in die menschliche Begrenztheit geht einher mit der Aufforderung zur Hoffnung und zum Glauben. Wir können Gott nicht erkennen, wir können ihn nur erfahren. Was sollen wir tun, dass es zu Freundschaft kommt? Bei Kant ist dieses Sollen der *Vollzug der Freiheit, entscheiden und verantworten zu können*. Es ist eine von der Vernunft her verlangte Pflicht und nicht mehr eine von aussen her kommende oder von der Natur auferlegte Gegebenheit. Die Achtung vor dem andern Menschen wird von uns verlangt. Kant sagte: «Denn ohne Abstriche betrachtet, ist die Freundschaft die Vereinigung zweier Personen durch gleiche, wechselseitige Liebe und Achtung.» Friede kann nur werden auf Freundschaftsbasis.

Das Nidelbad-Arbeitsseminar für Frauen «Von der Freundschaft» wird im Frühjahr 1991, vom 11. bis 13. März 1991, wiederholt.

Das Thema des Arbeitsseminars für Frauen im Herbst 1991 heisst «Gelassenheit». Es findet vom 28. bis 30. Oktober 1991 im Diakonenhaus Nidelbad in Rüschlikon statt.

Freundschaft kann nicht einfach organisiert werden. In der Freundschaft muss sich auch «das Andere» zeigen, nicht nur das machbare, vordergründige. Freundschaft ist eine Ebene, wo Kreativität möglich ist, wo man sagen kann, was in einem drin ist, und es ist dann aufgehoben und wird nicht missbraucht. Es braucht einen Willen und eine gemeinsame Kraft, auch *Solidarität*, damit Freundschaft werde. «Was in meiner Seele vorging, war ihm wichtig» – so sagte es Bettina von Arnim. Sie meinte Friedrich Schleiermacher, den Theologen und Philosophen der deutschen Romantik, der ihr als Freund viel bedeutete.

«Die Frau Deines Lebens bist Du»

Zum Abschluss des Seminars ging Imelda Abbt der *Bedeutung von Freundschaft im Leben aus der Sicht einer Frau*, der Amerikanerin Janice G. Raymond, Professorin für Frauenstudien an der Universität von Massachusetts, nach. In ihrem Buch «A Passion for Friends», auf deutsch «Frauenfreundschaft», mit dem Untertitel «Philosophie der Zuneigung» (Verlag Frauenoffensive München, 1986), geht Janice Raymond davon aus, dass Frauenfreundschaft im Umgang mit dem eigenen Selbst beginnt. «Die Frau Deines Lebens bist Du» – in dieser Zeile eines Liedes der feministischen Musikerin Alix Dobkin kommt in einfachen Worten zum Ausdruck, dass der *Ausgangspunkt für eine echte Freundschaft die Liebe zu sich selber ist*. Nur wenn ich mich selber akzeptiere, kann ich auf einen andern Menschen zugehen und der andere findet zu mir hin. So bildet die *Inter-Subjektivität*, die *Zwischenmenschlichkeit*, die Grundlage in der ganzen Freundschaftsfrage, betonte Imelda Abbt. Wir Menschen richten uns nach kulturellen Vorbildern aus, das Idealbild der Frau ist aber vom Mann gemacht, wie Elfriede Huber-Abrahamowicz bei anderer Gelegenheit ausführte. Frauen tragen dieses Bild in sich und sind sich dieser Fremdbestimmtheit kaum bewusst. Doch Frauen existieren auch ausserhalb männlicher Erfindungsgabe, wie Simone de Beauvoir sagte. Frauen müssen ihre eigenen Bilder schaffen und die ursprünglichen Beziehungen zu ihrem lebendigen Selbst suchen.

Freundschaft ist mehr als liebevolle Zuneigung, sie ist eine frei gewählte Bindung, die auf Gegenseitigkeit beruht. Sie verlangt von beiden viel Wille und Einsatzbereitschaft. Das So-sein-wie-man-Ist muss auch höher gehoben werden, so entsteht in der wechselseitigen Forderung etwas Neues, das wieder Kraft und Freude spendet. Janice G. Raymond spricht von einer Frauenkultur, die verändernd und befruchtend wirken kann. Das heisst, dass *Freundschaft sich nicht aufs Private beschränken, sondern politische und gesellschaftliche Anteilnahme einschliessen soll*. Dazu gehört auch *Spiritualität*, das Streben des Menschen nach Ideellem, nach dem was hinter der Welt steht. Dieses Verlangen muss bedacht und mit dem andern Bestreben in Einklang gebracht werden. Denken und Handeln gehören zu einer Frauenkultur. Denken heisst auch, sich mit Sinn und Wahrheit beschäftigen. Aus der neu gewonnenen Selbstachtung heraus, wo jede Frau sich selbst sein kann und kein Machtkampf spürbar ist, können neue Formen, neue Werte entstehen. Wo Freundschaft die

Basis der Kultur ist, hat die andere Grundeinstellung, der Kampf aller gegen alle, nichts zu suchen. Janice G. Raymond hat ihr Buch aus philosophischem Blickwinkel geschrieben und in der Einleitung, die hier als Schlusswort stehen soll, heisst es:

«Die Definition der Philosophie ist Liebe zur Weisheit. Wir alle wären gern Liebende der Weisheit, wüssten wir nur wie. Doch es ist nicht leicht, der Weisheit nachzugehen. Und gute Freundinnen zu finden, ist ebenso schwer. Können wir jedoch erkennen, wo die Freundschaft wohnt und wie wir sie am Leben erhalten, dann haben wir Weisheit wie Freundschaft erworben.»

Irene Hofstetter

Muttersein – Tochtersein

Warum ist der Tod, das Weggehen aus diesem Leben, wesentlich häufiger Thema philosophischer und literarischer Auseinandersetzungen, als der Beginn eines Menschenlebens? Für die Schriftstellerin und Philosophin, Dr. Elfriede Huber-Abrahamowicz, hat das mit der von Männern geprägten Kultur und Tradition zu tun. In ihrem Roman «Die Nabelschnur» (Adonia-Verlag Thalwil, 1990) geht sie davon aus, dass «die Gebärtigkeit», so der von ihr geprägte Begriff, für Frauen von zentraler Bedeutung ist und dass diese Anschauung entscheidend zu einer Veränderung des herrschenden Weltbildes beitragen kann. Das ist an sich keineswegs neu, jede Frau wird während ihres geburtfähigen Alters daran erinnert, dass sie ein Kind gebären könnte. Doch selten ist zwischen Buchdeckeln so offen und vorbehaltlos davon die Rede, wie

verhängt die Herzen von Mutter und Kind ein Leben lang sind, wie das Wechselspiel zwischen Kampf und Hingabe, Verstehen und Nichtverstehen, abläuft.

Anna, die Protagonistin dieses Buches, ist unterwegs zu ihrer Tochter Ruth, die verletzt im Spital in London liegt, brutal überfallen von einem Mann. Die Fluglotsen streiken, und Anna hat eine mehrstündige Bahnfahrt vor sich. In Gedanken versucht sie, ihre Tochter zu erreichen und nicht zu versinken in Verzweiflung. Bilder aus der Vergangenheit steigen auf, sie erzählt in einer Art «Traumsprechen» von Erfahrungen aus der Kindheit, von der eigenen Mutter. Eigentlich fühlt sich ein Kind oft als Liebhaber der Mutter, mit allen Schmerzen und Freuden. Mütter und Töchter haben viele gemeinsame Erfahrungen. Sie kennen das Ungleichgewicht des Gebens, und es sind ihrer viel zu wenige, die sich dagegen wehren, die zu ihren heimlichen Bedürfnissen stehen. Anna versucht es immer wieder. Ihr ungestümer Geist sucht die lebendige Beziehung zum Du, sei es die Mutter, der Partner oder die Tochter, und ihre philosophischen Reflexionen geben Einblick in ein Frauenleben, das sich nach neuen Freiheiten sehnt.

Wer die Gedichte von Elfriede Huber-Abrahamowicz kennt, nimmt kaum wahr, dass «Die Nabelschnur» nicht in Versform, sondern in Prosa geschrieben ist. Die Sprache der Lyrikerin ist leicht und kristallklar, von einer anrührenden, persönlichen Offenheit, die auch die wienerischen Eigenheiten zulässt. Die Erfahrungen von Mutter und Tochter sind einem vertraut, und dass sie hier als verbindendes Netz von Nabelschnüren interpretiert und in ein Ganzes eingebettet werden, ist tröstlich.

Irene Hofstetter

Für Temporär- und Dauerstellen in allen nichtärztlichen Gesundheitsberufen:



Adia übernimmt.

ADIA MEDICAL

In über 50 Filialen vermitteln unsere ausgebildeten Personalberater Temporär- und Dauerstellen in allen nicht-ärztlichen Gesundheitsberufen. Sind Sie auf Stellensuche? Oder haben Sie einen Personalengpass? Dann rufen Sie doch das Sekretariat der ADIA MEDICAL SCHWEIZ, Klausstrasse 43, 8034 Zürich, an: Telefon 01 383 03 03.