

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 64 (1993)  
**Heft:** 9

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Ritter, Erika

### **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:** 28.01.2026

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

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

AM PULS BLEIBEN lautet das Thema der diesjährigen Herbsttagung vom 10./11. November in Thun. Der Anlass wird als gemeinsame Fortbildungstagung des «Heimverbandes Schweiz» und des Vereins Bernischer Alterseinrichtungen VBA durchgeführt.

Am Puls bleiben . . .

Während einer geleiteten Meditation führte die Trainerin auf ihrem Weg durch den menschlichen Körper mit dem Blutkreislauf mitten ins Herz. Das näher rückende Zentrum kündigte sich vorerst mit einem fernen, gleichmässigen Bumm, Bumm, Bumm an, welches sich zunehmend verstärkte. An diesem Punkt der Meditation angelangt, stand es jedem von uns offen, weiterzumachen oder die Übung abubrechen. Ich entschloss mich, den Weg bis zur Mitte zu gehen.

Der Ton steigerte sich in seiner Intensität mit dem Fluss der Visualisierung, bis letztendlich im Zentrum des Herzens kein anderer Laut mehr auszumachen war: Bumm, bumm, bumm . . . Ich hatte grosse Mühe, mich dem führenden und dominanten Pulsschlag zu öffnen, mich ihm zu überlassen und dabei meinen eigenen Rhythmus, der sich durch den fremden Einfluss doch beachtlich hatte aus der Ruhe bringen lassen, dem fremden Willen zu unterstellen. Erst später wurde mir die positive, helfende Seite der Übung so richtig bewusst.

Diese Meditation übt heute noch einen zwiespältigen, faszinierenden Anreiz auf mich aus. Wenn ich die entsprechende Kassette einlege, bleibt die Unruhe aus dem Wissen heraus: da ist ein fremder Puls, der dich bestimmt, da ist etwas, das bis in deine Mitte vordringt, dich damit durchdringt und deine ganze Lebendigkeit erfasst. Ich bleibe nicht einfach AM Puls einer fremden Wesenheit, sondern ihr Puls überträgt sich auf mich, bleibt für eine Weile in mir.

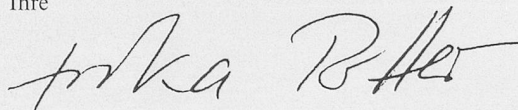
Am Puls bleiben heisst, dass dieses Bumm, Bumm, Bumm doppeltes Leben anzeigt. Ich selber lebe bewusst damit, solange mein eigener Pulsschlag die nötige Energiezufuhr zu den existenzsichernden Zentren anzeigt. Dies erlaubt mir aber auch, am Puls einer andern Wesenheit zu bleiben und festzustellen, wie es um ihre Befindlichkeit steht. Ich nehme auf, ertaste und erfühle vorerst, wie dieser Puls sich manifestiert: ruhig, gleichmässig, rasch, erregt, fiebrig, zu vermehrter Leistung gefordert, gar jagend, krankhaft, übermässig bis zum Herzflimmern – oder aber müde, erschöpft, langsam, schwach, unregelmässig, im Rhythmus gestört, energie- und antriebslos. Herzflimmern wie Erschöpfung können zum Kollaps führen und damit lebensbedrohende Ausmasse annehmen.

Wenn klar ist, welchen Rhythmus der überprüfte Puls aufweist, lassen sich notfalls entsprechende Hilfsmassnahmen einleiten, sei dies beruhigender oder unterstützender Art.

Der Puls zeigt den Trend an, weist auf mögliche Störungen und Krankheiten, auf eventuelle Entwicklungen hin und hilft dem Überprüfen, die richtige Diagnose zu stellen und in der Folge entsprechende Schritte einzuleiten. Am Puls der Zeit bleiben, am Puls des Lebens fühlen heisst immer auch: Entwicklungen nachspüren. Entwicklung jedoch ist ein Zusammenspiel, bestimmt von gegebenen Anlagen und Umwelteinflüssen mit ihren physikalischen, psychologischen und gesellschaftlichen Gegebenheiten. Zurzeit ist die Entwicklung vor allem geprägt durch die sozio-ökonomischen Verhältnisse, die den Grad der Leitbilder und Lebenseinstellung, den Rahmen der äusseren Lebensbedingungen bestimmen.

Bleiben wir am Puls der Zeit. Spüren wir, hören wir hin, um zu vernehmen, was er uns zu sagen hat, welche Massnahmen er möglicherweise von uns fordert. Nehmen wir uns Zeit für den Puls der Zeit. Kommen Sie nach Thun.

Ihre



<b>Willkommen in Thun</b>	578
<b>Mitteilungen aus dem Bundesamt für Sozialversicherungen</b>	582
<b>Nähe und Intimität im Zusammenhang mit Dementen</b>	585
<b>Management durch Einsichten in Komplexitäten</b>	588
<b>Windrose – ein Lernspiel für Menschen mit einer Behinderung</b>	594
<b>«Unsere Kinder brauchen die individuelle Förderung»</b> Eltern von schwer geistig behinderten Kindern tagten in Biel	597
<b>Seit 1943 im Dienste Behinderter</b>	600
<b>Sport, Spiel, Bewegung im sozialpädagogischen Umfeld</b> In Schwung gebracht; Tagung im Kinderheim Bühl	604
<b>Heimerziehung – der goldene Käfig</b>	608
<b>Freiheit und Bindung – Hinweis auf einen grossen Humanisten</b> Zweiteiliger Bericht über Michel de Montaigne	612
<b>Bouquet garni</b> Lebensmittel aus dem Genlabor Computerprogramm in der Ernährung Ökoskope, eine Methode zur ökologischen Beurteilung von Reinigungsmitteln	615 618 619
<b>Meldungen und Berichte aus den Regionen, Pressemeldungen, Kurzberichte finden Sie ab Seite</b>	623