

Zeitschrift: Frauezitig : FRAZ
Herausgeber: Frauenbefreiungsbewegung Zürich
Band: - (1977)
Heft: 9

Buchbesprechung: "und der Mond fiel auf die Erde"

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: 31.01.2026

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

"und der Mond fiel auf die Erde"

Eine neue Methode zur natürlichen Empfängnisverhütung

Anfangs September erschien ein liebevoll gemachtes und im Eigenverlag herausgegebenes Buch mit dem Titel "und der Mond fiel auf die Erde", von Elena Jäggli und Verena und Christina Zilioli. (Fr. 8.-- im Frauenbuchladen, Eco Libro und Pinkus) Sein Thema ist die natürliche Geburtenregelung, wobei neben der Selbstbeobachtung eine bei uns ziemlich unbekannte Methode vorgestellt wird: die kosmisch-astrologische Geburtenregelung nach Jonas/Rechnitz. Sie baut auf der Feststellung auf, dass die Frau ausser dem zyklischen Eisprung (14 Tage vor der Menstruation) einen zweiten, durch den Mondablauf bestimmten Eisprung hat. Jedes Kind steht im Moment seiner Geburt in einem bestimmten Winkel zwischen Sonne und Mond. Wiederholt sich dieser Winkel, kann jede Frau an diesem Tag schwanger werden. Das Buch enthält die mit dem Computer ausgerechneten Winkel-Tabellen, mit denen der Tag dieses rhythmischen Eisprunges ausgerechnet werden kann. Da sich diese Methode auf die Astrologie stützt, wurde sie von der traditionellen Wissenschaft mit Skepsis betrachtet. In Nitra, CSSR, wird in einem Geburtenregelungszentrum diese Methode seit zehn Jahren angewandt, kombiniert mit der Ogino-Knaus Verhütung. Die Statistik hat über diesen Zeitraum eine Sicherheitsquote von 97,7% ergeben. Das ist etwa gleich hoch wie bei der Spirale.

"Für jede Frau ist es wichtig, den eigenen Körper genau zu kennen. Diese Kenntnis ermöglicht ein neues Verhalten gegenüber dem Körper und zerstört viele Mythen, mit denen sich die traditionelle Schulmedizin uns verkauft hat." Die Selbstbeobachtung ist nicht in erster Linie eine Verhütungsmethode, sondern ein Weg, in Uebereinstimmung mit dem Körper und seinem Rhythmus zu leben. Sie besteht aus der Beobachtung des Ausflusses, Farbe der Vagina und Form des Muttermundes. Mit der Zeit stellen wir fest, dass ein Zusammenhang besteht zwischen psychischer Verfassung und Körper, so sind zum Beispiel viele Frauen während dem Eisprung euphorisch.

Ueber die Herausgeberinnen

Die Methode Jonas/Rechnitz wurde von einer italienischen Selbsthilfegruppe aufgegriffen. Ein Büchlein "controllo autogeno delle nascite" erschien 1975. Drei Zürcherinnen ergänzten daraus ihre Selbstbeobachtungen mit dem Ausrechnen der Mondzyklen. Sie erzählten anderen Frauen von ihren Erfahrungen und kamen so zur Ueberzeugung, dass sie mit Hilfe des italienischen Textes und ihren eigenen Beobachtungen ein Buch machen wollen.

Im Gespräch mit den Herausgeberinnen ist uns aufgefallen, wie diese natürliche Verhütungsmethode nur ein Teil ist von einer "neuen Realität", einem neuen Verständnis von alltäglichen Problemen.

Dazu gehört auch ein anderer Umgang mit den Liebesbeziehungen. Nachdem die Frauen längere Zeit die Pille genommen hatten und oft Pilze und Trichomonaden mit den herkömmlichen Medikamenten behandeln mussten, begannen sie unter Anleitung des "Hexengeflüsters" (Frauen greifen zur Selbsthilfe, Fr. 10.60) diese mit natürlichen Heilmitteln wie Joghurt und Knoblauch zu behandeln. Sie machten auch die Selbstuntersuchungen regelmässig. Die Veränderung im Umgang mit dem Körper verlief parallel mit der Forderung, das Private öffentlich zu machen. Das bedeutet, dass Sexualität, Wohnen, Essen, Medizin usw. im Kampf um eine bessere Realität einbezogen werden.

Diese Frauen wünschen sich andere Beziehungen mit Männern, in denen spielerische Zärtlichkeiten und Erotik ausgelebt werden können, mit Männern, die bereit sind, von ihnen zu lernen:

"Das Spielen mit einem Mann wirst du fantasievoller sehen. Es wird dich nicht verunsichern, wenn du ihm sagst, dass heute ein Tag ist, an dem du empfängnisfähig bist. Wenn er dann nicht mit dir schlafen will, dann weisst du, dass die Beziehung mit ihm so oder so an Fäden hing. Denn du wirst bald sehen, dass die astrologische Berechnung nicht nur die Sache der Frau sein kann. Du wirst auch sehen, dass es nicht nur die Verhütung ist, die du durch die Selbstbeobachtung erfahren hast. Der Anti-Penetrations-Trend eines Teils der Frauenbewegung ist für sie ein intellektuelles Problem. Ihr Motto ist: alle Phantasie an die Macht!"

Das Buch entsteht

Wir kennen kein anderes Frauenbuch, das in der Schweiz in den letzten Jahren im Eigenverlag herausgekommen ist. Wir stellen mit Erstaunen fest, dass ein solches Unternehmen möglich und machbar ist. Eine der Initiantinnen stellte Fr. 5'000.-- Erspartes als Vorschuss zur Verfügung, damit 1000 Exemplare gedruckt werden konnten. Die Autorinnen organisieren den Vertrieb selbst.

Die 25 Seiten Text wurden getippt, die ganzen 120 Seiten gelayoutet, die Illustrationen reproduziert und retouchiert, alles im Offset gedruckt und zum eigenwilligen Format 15 x 15 cm ausgerüstet. Teilweise wurde in Gruppen von 5 bis 6 Frauen gearbeitet, aber am Ende der Vorarbeiten reduzierte sich die Gruppe auf die ursprünglichen zwei. Es zeigte sich, dass die verschiedenen Vorstellungen von Arbeitseinsatz und Ausführung eine Zusammenarbeit erschweren. Die Autorinnen legten grossen Wert darauf, das Buch sorgfältig und schön zu gestalten. Sie stellten das Buch in ihrer Freizeit her und wollten wenigstens bei dieser Arbeit ungestresst sein, auch Zeit für ein Gespräch und Flips haben.

Sissi

Bitte senden sie mir ... Exp.
"und der Mond fiel auf die Erde"
zu Fr. 8.--

Name
Adresse
Ort

Einsenden an: Christina Zilioli
Zurlindenstr. 55
8003 Zürich