

**Zeitschrift:** Fraueztig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1988-1989)  
**Heft:** 28

**Artikel:** Meine eigene Kirche  
**Autor:** Obi, Monika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054638>

#### 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>**

## Bücher zum Thema

**Michel Bultea** **Die Töchter der Wasser**

Mythologische Gestalten des Unbewussten. «Die Töchter der Wasser sind mythologische Gestalten, die in die Tiefen und Untiefen der Psyche führen und den weiblichen Teil eines jeden Menschen auf der Suche nach der inneren Metamorphose wider spiegeln», Edition Tramontana, 1982, Fr. 25.90

**Luisa Francia**

**Mondsüchtig**

Prosatexte und Gedichte, Fr. 24.-

**Luisa Francia**

**Mond, Tanz, Magie**

Eine Sammlung von Mythen und Bräuchen, aber auch ein Handbuch für Frauen, die sich ihre Geschichte und die Schattierungen ihrer Kraft erarbeiten wollen. Es ist zudem ein Buch über weibliche Magie, die Magie der fünf Sinne, des Körpers, des Benennens. Frauenoffensive....., Fr. 24.80

**Barbara Block Koltuv**

**Das Geheimnis Lilith oder:  
Die verfehlte Göttin.**

Auf der Spur eines Mythos. «Eine Frau muss, um psychisch zu wachsen und sich zu entwickeln, die Eigenschaften der Lilith, Freiheit, Bewegungsfähigkeit und Instinkthaftigkeit integrieren», Goldmann TB 1988, Fr. 9.80

**Ursa Krattiger**

**Die perlmutterne Mönchlin**

Reise in eine weibliche Spiritualität. «Suche nach neuen Werten für ein Selbstverständnis der Frau, besonders als einer Frau, die sich Gott verbunden fühlt», rororo 1981, Fr. 8.80

**Hallie Iglehart**

**Weibliche Spiritualität**

Traumarbeit, Meditationen, Rituale. «Aus der uralten Kraft des Weiblichen, die immer mehr moderne Frauen heute in sich stärken wollen, erwachsen neue Möglichkeiten, in Harmonie mit sich und den anderen und im Einklang mit der Natur zu leben», Kösel 1986. Fr. 27.50

**Ute Manan Schiran**

**Mein Begehr ist die Erde**

Fragmente weiblicher Tabus. Ist Mitbegründerin des freien Instituts für Matriarchale Philosophie und der Schule für weiblich-elementare Lebenskunst und Magie, Verlag Inanah 1986, Fr. 22.30

**Ute Manan Schiran**

**Menschenfrauen fliegen wieder**

Die Jahreskreisfeste als weiblicher Initiationsweg. Vorwort von Luisa Francia, Knaur TB 1988, Fr. 8.80

**Monica Sjöö und Barbara Mor**

**Wiederkehr der Göttin**

Die Religion der grossen kosmischen Mutter und ihre Vertreibung durch den Vatergott, Labyrinth Verlag 1985, Fr. 26.80

**Sylvia Brinton Perer**

**Der Weg zur Göttin in der Tiefe**

Die Erlösung der dunklen Schwester: eine Initiation für Frauen, Ansata 1985, Fr. 28.-

*Zusammengestellt vom  
Frauenbuchladen Bern*



# Meine eigene Kirche

... wenn ich stundenlang umherirre, immer dieselben Fragen im Kopf, diese elend sentimentale Abhängigkeit im Bauch und das absolut lähmende Gefühl in den Beinen. Wenn alle Überlistungsarten erfolglos bleiben, ich das «Nein heute nicht» nicht mehr hören kann, mir schlachtwegs der Atem fehlt, um noch ein Gegenargument hinzuspeuzen, bleibt mir nur noch meine eigene Höhle. In schierer Verzweiflung krieche ich am Eisschrank vorbei, fische stattdessen sämtliche Lavendeldüfte (zum Seelenflug), Edelsteine, Loslassungsbücher (Chris Griscome) und hechte wie eben zuvor (Sonntag, 7 h) in die Badewanne, Beschwörungsformeln an meine Göttin im Kopf. Absolute Verzweiflung und die elende Anstrengung, mir selbst Gutes zu tun. Heisses Wasser läuft, mein weißer Edelstein torkelt auf der Stirn. Ich versuche nicht zu denken und ziehe meinen Atem ins Becken runter. «Wasser lässt die Fische ruhen» und andere astrologische Weisheiten, wie «Originalität» oder «durch Leiden zur Auflösung», lassen meinen Kopf weiterrennen, der Angst davon. Soll ich wirklich zum Kurs und zur Schwitzhütte: Rituale und Frauenpower und alle meine längst gehegten Wünsche? Verdammkt, mit dieser Angst hatte ich nicht gerechnet. Höre irgendwann Vogelstimmen (Vögel im Herbst?), schwatzend kichernd, öffne meine Augen, spüre meinen Stein, muss grinsen, atmen. Last ist abgeflossen, zumindest für diesen Moment, indem ich, der Himmel weiß war-

um, plötzlich an den FRAZ-Aufruf für Beiträge zum Thema Spiritualität denke. Übe meiner Stimme zu folgen, weiss um die Heilkraft der Ironie und beschliesse, nicht zur dynamischen Meditation zu gehen. Keine Lust zu schreien, habe dieses verdammte Leiden satt, brauch meine Göttin, einmal mehr, bin froh, heute nicht mehr in den Rückfällen (Bulimie) zu landen. Siegeszug im Bauch und tausend Bitten im Kopf, richte ich meine eigne Kirche her.

Monika Obi

*Da ist jene Höhle*

*In der Luft hinter meinem Körper,*

*Die niemand antasten wird:*

*Ein Kloster, eine Stille*

*Umkleidet eine Flamme aus Feuer.*

*Wenn ich aufrecht stehe im Wind,*

*Werden meine Knochen zu dunklen*

*Smaragden.*

James Wright, *The Jewel*