

**Zeitschrift:** Frauezeitig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 32

**Artikel:** Hexen  
**Autor:** Egger, Ursula  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054389>

### **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>**

## VerTrauen ist zentral

Toga, meine Hexe, lehrt mich vertrauen und wird nicht müde, mich darin weiterzutreiben. Ich habe sie begrüsst und für immer in meinem Leben willkommegeheissen. Toga, meine Liebe, meine Freude, meine Trauer, meine Wut. Alles klare Energien, wie wir sie in den fünf Elementen des Naturreiches (Wasser, Feuer, Erde, Luft und Äther) wiederfinden, seit Jahrtausenden auf der ganzen Welt gefeiert und gefürchtet. In Gemeinschaft mit Toga leben, gibt mir Vertrauen. VerTrauen heisst verbunden sein mit allem Lebendigen, ohne Grenzen sein, grenzenlos leben. Grenzenlos leben ist identisch mit «meine Wahrnehmung ausdehnen», also lernen, den Energiefluss zu entziffern, also mit allem sehen lernen oder, mit anderen Worten, die Intuition erweitern. In gefährlichen Situationen ist es entscheidend, ob ich die Nerven verliere oder ob ich Toga vertraue; das kann heissen, wissen um meine Wurzeln (damit ich nicht in die Psychi komme), wissen, dass ich nicht alleine bin (und doch alleine bin), wissen, wie ich meine Sicherheit herbeiführen kann. Ich übernachtete an einem Strand, in einem alten leerstehenden Bus, der wunderschön in eine von Blumen übersäte sandig hügelige Landschaft eingebettet ist. In circa 200 m Abstand liegt ein Hof. Darin lebt ein Mann. Nach einem ersten Gespräch packt er mich in einer eisernen Umarmung. Schimpfend schüttle ich ihn los. Er entschuldigt sich. Ich kann daraufhin meine ungunstigen Gefühle nicht unterscheiden; sind sie eine Warnung oder sind es Ängste, die durch diesen Angriff geweckt wurden? Der Platz ist so anziehend, weshalb ich mich nicht so schnell vertreiben lassen möchte. Ich frage mein Kristall. Dieses zeigt reale Gefahr an, zweimal. Bald ist Sonnenuntergang, ich bin drei Stunden von der nächsten Stadt weg, Busse fahren keine. Ich bleibe aufmerksam, laufe beim Eindunkeln dem Strand entlang hoch. Ich schnüre die Bus-Türe mit einer Kordel zu und verknüpfte sie fest. Ich lasse alles im Bus und ziehe nur mit dem Schlafsack in die beginnende Nacht. Mondin weckt Toga, jauchzen, heulen, mit Wassernymphen tanzen, ich zische auf und davon, auf Schaumkronen reitend. Die Nacht verzieht sich schnell, die ersten Sonnenstrahlen wecken mich. Müde, aber zufrieden krieche ich aus dem Sand, hüpfte über Felsplatten, schlendere zum Bus zurück wie ein verschlafenes Mondkalb. Beim Bus angelangt, wache ich mit einem Schlag auf – die Tür steht offen, die Kordel ist aufgeknüpft. Der Bauer hatte mich nachts besucht. Die Vorstellung, dass ich knapp einem harten Kampf entronnen bin, lähmt mich – Herzkrampf, Angst und Wut im nachhinein. Zusammenpacken in Windeseile und Toga danken, das Kristall fest an meine Brust drücken, zittern, abhauen, zum Glück noch diese Nacht im Herzen, ihre Versöhnlichkeit, das Vertrauen in diese Form von Information und die Wut.

## Wut nutzen lernen

Nicht in Verzweiflung versinken, in Hass und chronischen Ärger gegen den herrschenden Belagerungs- und Kriegszustand, sondern beGreifen: Wut ist das Kraftwerk aller Frauen und aller Völker, die von



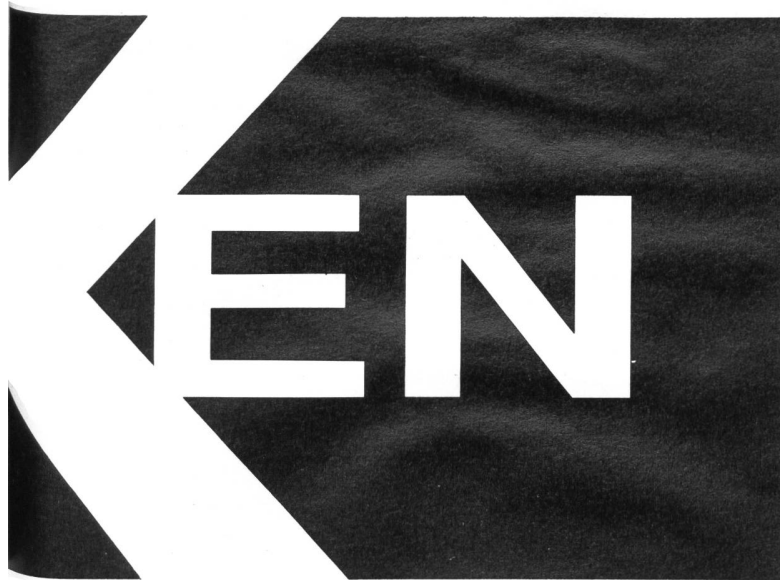
Zerstörung bedroht/betroffen werden. Indem ich sie zulasse, erkenne ich ihre Kraft, kann diese fliessen lassen in das, was ich zu tun wünsche. Mit der Zeit lernte ich Wut auch als Zentrum in meinem Körper unterhalb des Brustbeines (Solar Plexus) wahrzunehmen. Früher hatte meine Wut eine Eigendynamik entwickelt, indem sie sich von ihren Ursachen loskoppelte und mich in verschiedenste Formen von Finsternis hüllte. Arme Toga, eingekerkert, das durfte nicht sein. Sie brach aus. Hexen bekennen sich zur Wut, als klare Energiequelle. Gibt es un-klare Energie?

## Hexen heisst loslassen

Grenzenlosigkeit fordert von mir, dass ich alles loslasse, Bonsaigefühle und Muster, die von meiner persönlichen Geschichte herkommen: Zu Hause immer selbstlos mithelfen oder enorm viel leisten, bedeutet

Anerkennung erhalten, geliebt werden. Also helfe ich zwanghaft mein Leben lang, auch wenn ich dabei hilflos und unerfüllt bleibe und sozial-politisch vielleicht das Falsche tue. Also funktioniere ich nur unter Leistungsdruck, profiliere mich als Workaholic, auch wenn ich mein Leben sinnentleert an eine Bank oder so vergeude und strukturelle Gewalt unterstütze. Alledem liegt zu Grunde, dass ich mich von unklaren (unreinen) Energien, also von «produzierten Gefühlen» der Anerkennung und Liebe, ernähre. Das ist reines Gift für meine Toga und alle Hexen. Die Integrität ist dahin. Glaubensbekenntnisse, Wertmassstäbe, Bildungsideale, Religionen, Psychologien, Gesellschaftslehren (YingJungYang-tsetzung)





und Freud ohne Freude sowie alle -ismen) sind Klötze gewesen, die ich mit Toga's Hilfe verändern und überwinden konnte/kann. Toga setzte sich massiv zur Wehr, stürzte mich ins Chaos – als erstes liess ich meine Opferposition fallen, dann all die unnötigen Gedanken, Gefühle, Zwänge und Identifikationen, welche ich einprogrammiert, eintrainiert und zur täglichen lapidaren und tödlichen Wahrheit gemacht hatte. Erst dann gingen Räume auf, die ich mit neuen «unabhängigen» Lebensträumen füllen und wahrwerden lassen kann. Ich brauche all den Stimmungen, die aus den Mustern entstehen, nicht mehr ausgeliefert zu sein (Angst, Überichs, Selbstmitleid, Trägheit etc.). Ich habe gelernt, Zustände zu verändern. Eben loslassen. Ich tanze viel; meditieren ist eine mögliche Form, oder einfach – mit den Finger schnippen... und das nenne ich alles Hexengebet.

## Hexen beten ungeniert

Die Zaubersprüche aus den Märchen, die überlieferten Beschwörungen alter Hexenkulte sind nichts anderes als Gebete. Gebetsriten versetzen dich in den Zustand der totalen Entspannung, wo es dir möglich ist, die Energie auf einen Punkt/ein Thema zu konzentrieren. Ich rufe meine Lebenskraft auch dann an (und nie eine andere Kraft – kein Gott, kein Guru!) wenn ich hässig bin oder ratlos, um mich wieder anzukoppeln, sozusagen an die Brust von Mutter Erde zu legen. Manchmal bringt mich Toga in den Wald, eine weitere Form meines Gebetes: Ich lege mich zu einem Baum, meine Wirbelsäule und sein Stamm wachsen zusammen, ich atme durch seine Wurzeln Kraft in mich hinein, die Hände füllen sich mit Erde, verwühlen, etwas, was die ganze Zeit schon im Hals gedrückt hat, löst sich. Bilder erscheinen klar und deutlich, wo ich ganz konkret etwas verändern muss, das Herz öffnen, klären, klarsehen. Toga schult kon-

sequent: Schäme dich für nichts. Das ist vergeudete Energie. Wirf deinen Richter über Bord, rede von den falschen Identifikationen, von den Demütigungen, die du dir schon hast gefallen lassen und lerne über deine Tücken zu lachen. Wir heilen unsere Geschichte nur, wenn wir ihre nackten Wahrheiten untereinander aussprechen – und verzeihen lernen.

## Magie, bewusst gelenkte Kraft

Entschieden das Ruder der Aufmerksamkeit übernehmen, heisst, die Kraft dorthin lenken, wo meine Absicht liegt. Ich lasse mich nicht bestimmen, sondern bestimme. Es gäbe an dieser Stelle viel zu sagen, wie ich das Verhältnis im politischen Sinne verstehe – vielleicht ein andermal, es gäbe einen Artikel für sich! Magie heisst, in den neuen, gefundenen Räumen meine Wirklichkeit kreieren. Diese Handlung nenne ich Zaubern. Zaubern ist das Befehlen von Wünschen; klar, zielgerichtet und entschieden an die Grosse Energie/Kraftquelle gerichtet. Dabei stelle ich mir das Gewünschte genau vor. Für sehr grosse Wünsche braucht es viele Leute! Als ich ein Jahr lang Wohnungsnotständige gewesen bin, hat mein Wünschen dann gewirkt, als ich endlich meinen Zustand des «nirgends zu Hause sein» nach einem zügigen Weinkrampf-Nachmittag akzeptieren konnte. Ich entspannte mich dadurch, und so fanden in einer Woche drei Angebote den Weg zu mir. Also, nach dem Befehlen ist es nötig loszulassen, sonst verkrampft sich die Energie im Wollen oder Zweifeln – der Zauber klappt nicht mehr. Magie ersetzt Kämpfen nicht, doch unterstützt und ergänzt sie den Kampf sinn/lustvoll. Utopien wahrhexen heisst miteinander fühlen – mitfühlen – grenzenlos; meditieren, konzentrieren, kristallisieren (Wunsch-Technik), auf Reisen gehen, um Kraft zu holen.

*Ursula Egger*

## Hexenträume werden wahr?

Visionen finden, um sie zu verwirklichen, ist der Hexe letzter Schluss, sich neu träumen, sich in Verantwortung als Hexe sehen und realisieren in neuen Lebensformen, Arbeitsweisen, Berufen...

Eine Hexe = viele neue Dimensionen, hundert Hexen = ein Hexenparadies und alles Hexen – gewagt – gewonnen ...ollala!

Angenommen, das weltweite Fernsehen würde aus irgendwelchen hexischen Gründen die Macker-identifizierten Sendungen und Filme absetzen, es würden nur noch weibisch wilde, feministische und hexische Filme und Sendungen über die Bildschirme flackern; NoVa, eine Frauen-Nachrichten-Sendung des ZDF wäre nicht mehr alleine auf weiter Männer-Flur... jetzt komm' ich mir gleich wie eine Märchen-Tante vor und all das, weil ich nicht nur gerne scharf- und klar-sehe, sondern auch gerne mal fern-sehe, wer weiss, Hexenträume werden wahr?

## Archimaga neo-matriarchales Training

...ist keine feste Lehre, keine Religion – nichts zum Glauben...

...aber zum Anbeissen!

Der Hexe vertrauen lernen, Rituale finden, sich mit der Natur vereinen, Patriarchales ent-programmieren, Wut be/kennen, Räume füllen mit Neuem, kann an Abend-Kursen als Einführung erfahren werden, im Frühjahr 1990 während einer ganzen Woche am Meer und ab Herbst 90 in einer für ein halbes Jahr festen, konstanten Gruppe, welche all-monatlich ein ganzes Wochenende zusammen ist, entschieden, die Hexe zu leben. In einem der Kurse widme ich die Aufmerksamkeit der Lust-Göttin. Die hat sich wohlhustig in unseren Mösen eingenistet, pulsiert sprudelnde Lebenskraft durch die Vulva hoch, durch unseren Bauch; eine Quelle, die unser verletztes Liebes-Dasein heilt und unsere Lust hemmungslos befreit, feucht und warm – unsere persönliche Kraft. Göttinnen nähren die Hexen, heilen alle verletzten Geschichten, weit über Gruppengrenzen hinweg. Was kollektiv an uns verbrochen wurde/wird, können wir kollektiv heilen, wandeln, bekämpfen!

*Kurse Archimaga  
Postfach 3014  
8031 Zürich*

