

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2018)
Heft: 2: Kraftquelle Natur : der Aufenthalt in der Natur verschafft Erholung und schärft die Sinne : und macht auch ältere Menschen glücklich

Artikel: Von Göttern, Pilgern und Königstöchteren
Autor: Torcasso, Rita
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-846727>

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: 10.01.2026

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

Von Göttern, Pilgern und Königstöchtern

Der Kraftort Zürichs mit den vier Kirchen Grossmünster, Wasserkirche, St. Peter Hofstatt und Fraumünster, die über Jahrhunderte Pilger angezogen

Auf Inseln am See fand man die ersten Kultstätten, später entstand ein heiliger Weg der Pilger. Um Zürichs Kraftorte ranken sich seit Jahrtausenden Geschichten.

Text: Rita Torcasso

Die Seele Zürichs war von jeher das Wasser als Lebensader. Bis ins 7. Jahrhundert war der Zürichsee mit dem Tugenersee und dem Walensee verbunden; es gab also eine über 70 Kilometer lange Wasserstrasse nach Zürich. Funde zeigen, dass hier schon vor 8000 Jahren Menschen lebten. Damals ragten noch zwei Inseln aus dem See. Heute geht man davon aus, dass auf der grösseren der beiden Inseln eine Göttin als Spenderin des Lebens verehrt wurde und später dort ein römi-

scher Rundtempel wohl Merkur, dem Gott des Handels, geweiht war.

«Via Sacra» der Pilger

Die wasserreiche Landschaft mit den Moränenhügeln scheint die Menschen inspiriert zu haben. Die ersten Christen stiessen auch in der Limmat auf eine Insel. Der Legende nach wurden die beiden Stadtheiligen Felix und Regula dort geköpft. Sie sollen mit ihren Köpfen hügelauflwärts gegangen sein, wo sie begraben wurden und später das

Grossmünster entstand. Zu Ehren der beiden Heiligen wurde im Fluss die Wasserkirche gebaut, die damals noch von Wasser umgeben war. Auf der andern Seite der Limmat kamen die Reliquien der Heiligen in die Klosterkirche Fraumünster. Über Jahrhunderte verlief zwischen den drei Kultstätten die «Via Sacra» der Pilger. Mit der Reformation wurde die Verehrung der Stadtheiligen unterbunden.

Doch als Kraftorte werden die Kirchen auch heute noch wahrgenommen.

haben.

Foto: Baugeschichtliches Archiv Zürich, 1905

mit dem Ufer verbunden. Doch auch nach 400 Jahren weltlicher Nutzung blieb sie im Volk als Kirche verankert. 1939 wurde das Kirchenschiff wieder eröffnet. Und in der Krypta kann man den sagenumwobenen Märtyrersstein von Felix und Regula besichtigen.

Frauen regierten und verteidigten die Stadt

Wie sehr Geschichten einen Ort prägen, zeigt sich bei der Fraumünsterkirche. Heute kann man am 11. September, wenn Felix und Regula gefeiert wird, wieder eine Prozession zwischen den Kirchen beobachten, die von den Ostkirchen in Zürich organisiert wird. Im Kreuzgang zeigen Gemälde von Paul Bodmer die Kräfte, die im 10. Jahrhundert zum Kirchenbau führten. Die Legende erzählt, dass die beiden Königstöchter Hildegard und Berta vom Uetliberg herunterkamen: An die Limmat geführt wurden sie von einem Hirsch, der mit leuchtendem Geweih voranging; auch Engel sind auf den Gemälden zu sehen. Die beiden Frauen wurden nicht nur erfolgreiche Klostervorsteherinnen, sondern regierten auch die Stadt.

Ganz in der Nähe des Fraumünsters liegt ein weiterer Kraftort, der Lindenhof. Bis ins 14. Jahrhundert war der Hügel mit der Stadtbefestigung das Zentrum der Macht. Als die Festung geschleift wurde, entstand einer der schönsten Plätze Zürichs. Früher versammelte man sich hier für die Prozessionen, heute ist er Aussichtsterrasse

Kraftorte

Die Geomantie betrachtet sie als Orte, die eine starke Erdstrahlung aufweisen; als Kraftorte gelten auch magische Orte, die mit vielen Sagen und Legenden verbunden sind, oder spirituelle Orte wie Kultstätten, Kirchen oder Klöster. Zugeschrieben werden ihnen Beruhigung, Stärkung oder Bewusstseinsweiterung. Weltweit bekannte Kraftorte sind zum Beispiel die Pyramiden von Gizeh oder Stonehenge.

Magisches Zürich



Nicht nur in der Stadt Zürich kann man uralte magische Kraftorte verbunden mit Legenden finden. Barbara Hutzl-Ronge stellt im

Buch «Magisches Zürich» 24 Spaziergänge vor: am Zürichsee, im Zürcher Unter- und Oberland, in Winterthur und im Knonauer Amt. Das Buch ist gut illustriert mit Wanderkarten und Fotos von Fundstücken. Man erfährt nicht nur viel von der Geschichte besonderer Orte, sondern auch einiges aus der archäologischen Forschung. Barbara Hutzl-Ronge, Magisches Zürich, Wanderungen zu Orten der Kraft, AT Verlag, 2013.

und Begegnungsort. Jeder Versuch, auf dem Platz zu bauen, wurde immer wieder vom Zürchervolk abgewehrt. Auch zum Lindenhof gehört eine Sage: 1292, als Albrecht von Habsburg die Stadt einnehmen wollte, täuschten Zürcher Frauen, deren Männer in Winterthur Krieg führten, mit Kindern, Pfeifen und Trommeln auf dem Lindenhof ein grosses Heer vor, und der Belagerer zog sich zurück. Heute steht die wehrhafte Zürcherin dort noch als Brunnenfigur auf dem Platz.

Die Wanderung zu den Kraftorten Zürichs endet in der Parkanlage Arboretum in der Enge. Dort fand man am Ufer 3000 Jahre alte Kultgegenstände: eine geheimnisvolle Vogelstatuette, die auf eine Vogelgöttin verweisen könnte, und ein Mondhorn, mit dem man wohl Mondumläufe gezählt hat. Wer hier in den See eintaucht, ist also in eine jahrtausendealte Kultur eingebunden. Als Konstante bis in die Neuzeit gilt, dass Wasser eine seelenreinigende Kraft hat.