

## AUS DER STADT

## Funkgerät löste Brand aus

**WAIDHOFEN** | Am vorvergangenen Freitag wurde die Waidhofener Stadtfeuerwehr zu einem Brand in einem Hobbyraum eines Waidhofener Amateurfunkers alarmiert. Die NÖN berichtete. Nun steht auch die Brandursache fest: Laut ersten Erhebungen dürfte der Brand durch einen technischen Defekt bei einem batteriebetriebenen Überprüfungsgerät für Funkgeräte ausgelöst worden sein. Verletzt wurde bei dem Brand niemand, jedoch wurden die Räumlichkeiten stark verrauchert. Die Höhe des Sachschadens ist derzeit noch nicht bekannt.

## Mehrheit will keinen WiPark

**WAIDHOFEN** | Vor Kurzem fiel der Startschuss für den Bau des Waidhofener Wirtschaftsparks in Kreilhof. Die NÖN wollte von ihren Lesern via Online-Umfrage wissen, ob sie einen Wirtschaftspark an diesem Standort für eine gute Idee halten. 73,1 Prozent stimmten für Nein.

Umfrageergebnis auf **NÖN.at**

## RICHTIGSTELLUNG

**Neue Besitzer.** Im Artikel „Was wurde aus ... Wirtin Berta Zacharias?“ in der Kalenderwoche 43 schrieb die Ybbstaler NÖN versehentlich, dass das Gasthaus zum Halbmond neue Pächter hat. Das Gasthaus wurde jedoch von Franz Streßler gekauft, womit dieser natürlich der Besitzer des Traditionsbetriebes ist. Die NÖN bedauert diesen Fehler.

## Eine Reise ins

## Spiritualität | Die Biologin Sabine Fischer bietet in Waidhofen

Von Lisa Hofbauer

**WAIDHOFEN** | „Die Devise aller meiner Gruppen lautet, loslassen und nichts zu tun, sich einfach hinzugeben und sich dem Leben anzuvertrauen“, sagt Sabine Fischer. Die diplomierte Lebens- und Sozialberaterin, Biologin und Wanderführerin bietet seit dem Frühjahr 2019 in Waidhofen Bewusstseinsgruppen, achtsames Wandern sowie eine Auszeit am Fluss an.

„In meinen Kursen will ich die Teilnehmer auf ihrem Weg zu mehr Bewusstheit, Achtsamkeit und Lebendigkeit begleiten“, sagt Fischer. „Die Bewusstseinsarbeit nach Christian Meyer gibt nicht nur der Stille Raum, sondern integriert auch die Gefühle, indem man übt, alles, was auftaucht, zuzulassen ohne etwas damit zu tun. Das bewirkt eine zunehmende innere Gelöstheit.“ Die Gefahr zum Beispiel bei der Zen-Meditation sei, so Fischer, dass man sich so auf die Stille ausrichte, dass es zu einer Dissoziation von den Gefühlen kommen kann – der Mensch also unlebendiger werde. „Bei meinen Kursen haben alle Gefühle Platz. Es geht darum, die Emotionen wahrzunehmen, sie zu akzeptieren und sie einfach sein zu lassen – also das Gegenteil des Wegdrängens, das wir so internalisiert haben.“ Nur so werde laut Fischer ein Zustand der tiefen Entspannung ermöglicht.

„Wenn wir bewusster und achtsamer sind, ändert sich unser ganzes Leben. Wir werden authentischer und lebendiger.“

Sabine Fischer



Bei den Bewusstseinsgruppen, die derzeit noch in einer alten Villa in der Vitzthumstraße abgehalten werden, hält sich Fischer dabei an die Methoden ihres spirituellen Lehrers Christian Meyer (zeit-und-raum Berlin), durch dessen Lehre sie wertvolle innere Veränderungen erfahren durfte. Meyer lehrt, wie man das eigene Selbst durch innere Arbeit entdecken kann. Seit mittlerweile fünf Jahren besucht Fischer immer wieder Kurse bei ihrem spirituellen Mentor, dessen Methoden sie nun in ihren Kursen weitergibt.

Doch die gebürtige Waidhofenerin beschäftigt sich nicht erst in den vergangenen fünf Jahren mit Spiritualität und Meditation. Auch schon zuvor befasste sich Sabine Fischer mit der spirituellen Reise nach innen. „Die materielle Welt hat mich noch

nie ganz erfüllt. Ich spürte schon immer, dass der wahre Reichtum innen liegt“, berichtet sie. „Nach meinem Doktoratsstudium in Zürich begann ich, meinem spirituellen Weg sehr viel Raum und Zeit zu widmen.“ Sie habe schon immer das Verhältnis von Mensch und Natur interessiert, weswegen sie nach ihrem Biologiestudium auch eine Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin absolvierte.

## Eineinhalb Jahre in Zen-Kloster in Amerika

Und schon bald begann auch Fischers Reise durch verschiedene spirituelle Traditionen – sie beschäftigte sich unter anderem mit dem Schamanismus, mit dem tibetischen und dem Zen-Buddhismus, der christlichen Mystik sowie der Naturspiritualität. Ihre spirituelle Reise führte Fischer unter anderem auch nach San Francisco, Kalifornien, wo sie eineinhalb Jahre in einem Zen-Kloster verbrachte. „Ich lernte viel, aber auch die

## Stadt Waidhofen 14

# Innere

## Bewusstseinsgruppen und Naturerfahrung an.

mehrfährige Zen-Praxis stillte meine Sehnsucht nach wahrer Selbsterkenntnis nicht“, erzählt sie. Bis sie ihr Weg schließlich zu der konfessionslosen Bewusstseinsarbeit von Christian Meyer führte, die spirituelle Wege mit den Erkenntnissen der westlichen Psychologie und Psychotherapie vereint.

Zurück in Österreich begann Fischer nach ihrem Aufenthalt in Kalifornien im Wildnisgebiet Dürrenstein als Biologin zu arbeiten. Vor zwei Jahren kündigte sie dort jedoch und es verschlug sie zurück nach Waidhofen, wo sie nun Einzelsitzungen, achtsame Naturerfahrungen und abendliche Bewusstseinsgruppen anbietet. „Ich merkte damals, ich muss das jetzt einfach machen“, erzählt sie. Sie ist überzeugt: „Wenn wir bewusster und achtsamer sind, ändert sich unser ganzes Leben. Wir werden authentischer und lebendiger. Die inneren Veränderungen bewirken dann auch äußere.“

### Angebote & Infos

#### Angebote:

- Auszeit am Fluss
- Achtsames Wandern
- Bewusstseinsgruppe nach Christian Meyer
- Integrales Coaching (Einzelsitzungen)

Durch die neue Coronaverordnung mussten alle geplanten Veranstaltungen im November abgesagt werden. Die **Bewusstseinsgruppe** wird jedoch, wenn möglich, ab Dezember fortgesetzt.

**Geplante Termine:** 9. Dezember in einer alten Villa in der Vitzthumstraße, 21. Dezember und im Jänner wöchentlich am Montag in einer Praxis am Unteren Stadtplatz (jeweils 18.30 bis 20.30 Uhr).

#### Anmeldungen und weitere Infos:

**www.sabinefischer.at**

**Kontakt:** info@sabinefischer.at oder über das Kontaktformular auf der Webseite.



In ihrer Bewusstseinsgruppe lehnt sich Sabine Fischer (2. von rechts) an Christian Meyer an. In diesem Kurs begleitet sie die Teilnehmer auf ihrer Reise nach innen, zum eigenen Selbst.

Foto: Hofbauer

SEAT  
**Arona**  
FR Austria.

5 Jahre Garantie\*  
auf alle Modelle

SEAT

seat.at/arona

Verbrauch: 5,4 – 8,9 l/100 km. CO<sub>2</sub>-Emissionen: 141 – 201 g/km. Stand 10/2020. Symbollfoto.  
\*5 Jahre Garantie oder 100.000 km Laufleistung, je nachdem, was früher eintritt.

## [a:bua]-Preisträger gesucht

**Stadtpreise | Bis 20. November können noch Personen in vier Bereichen nominiert werden.**

**WAIDHOFEN |** Auch wenn derzeit noch nicht klar ist, in welchem Rahmen die [a:bua]-Preise im kommenden Jänner vergeben werden können, werden bereits Nominierungen für den Waidhofener Stadtpreis gesucht. „Angesichts der besonderen Situation können wir den [a:bua] nicht im Rahmen einer großen Feier im Kristallsaal vergeben, wie wir das aus den Vorjahren gewohnt sind. Dennoch werden wir einen würdigen Rahmen finden und die Preisträger der Stadt gebührend auszeichnen“, erklärt Bürgermeister Werner Krammer.

Wie jedes Jahr werden auch heuer wieder Personen, die sich durch besondere Leistungen und herausragendes Engagement in den Bereichen Sport, Kultur, Soziales und Zukunft hervorgetan haben, gesucht.

Einreichungen sind bis 20. November online auf [www.waidhofen.at/formulare](http://www.waidhofen.at/formulare) möglich. Eine Jury kürt schließlich die Sieger in den einzelnen Kategorien. Richtlinien, die für alle Bereiche eingehalten werden müssen, sind auf der Homepage der Stadt einsehbar. Selbstonominierungen sind ausgeschlossen.

ermodell – bis zu € 4.000,- Preisvorteil

