

# Starke wilde Frauen - Mut zur Weiblichkeit



„Frauen haben sehr viel Energie und sie stehen knapp davor es zu erkennen“

Colonel Lyn

# Weiblichkeit hat eine enorme Kraft

- Sie ist eingebettet in einen Schöpfungszyklus!
- Wo ist sie hin? Wo haben wir sie verloren?
- Von Adams Rippe zu Evas Chromosomen, die Definition der Frauen?
- Ganz Frau?
- Wie funktioniert das weibliche Prinzip?
- Was tut der weiblichen Entwicklung gut und was nicht?
- Wie finden wir unsere weiblichen Wurzeln wieder?
- Heilung durch echte Weiblichkeit – Frau und Karriere?

# **Wir brauchen ein neues Frauenbild!**

- Dramatische Katastrophen und Krisen weltweit
- Maskuline Verantwortungslosigkeit
- Testosteronkrise
- Das Ende des Machotums wird gefordert
- Die Stunde der Frauen ist gekommen
- Mehr Frauenpower muss her
- Weibliches Gefühlskapital soll uns aus der Krise holen
- Es ist heute höchster Handlungsbedarf!

# Worum geht es heute?

- Etwas Altes, etwas Neues?  
Etwas Altes neu definieren?
- Frauen ermutigen ihr Potential zu leben
- Ihnen helfen Kontrolle über ihr Leben zu bekommen
- Alles zu werden was sie sein können
- Selbstliebe, Selbstachtung, ein starkes Selbstwertgefühl entwickeln
- Um einen machtvollen Platz in der Gesellschaft einzunehmen
- Und das ohne die Männer dabei abzuwerten

# Matriarchat

- Matriarchat, Göttinnen Kulturen
- Freizügig und tolerant, stellten sicher, dass die Essensverteilung gerecht passiert, dass es keine strafende kontrollierende Instanz gibt
- Besitz wurden von den Frauen weitergegeben
- Finanzen von ihnen geregelt
- Das Wichtigste: die Verbindung zum Göttlichen
- Das Wohlergehen der Jungen und Alten stand über allem anderen
- Mütter genossen das allerhöchste Ansehen, selbst wenn sie keine eigenen Kinder hatten, sondern mütterliche Menschen waren

# Matriarchat

- Alles was weiblich war, war schützenswert:  
Mutter Erde, die Mütter und die Frauen
- Mütter erheben alle Dinge zu Höherem
- Sanfte Kriegerinnen
- Friede war das höchste Ziel

# Ganz Frau?

- Weibliche Talente, Werte, Strategien, soft skills,
- an die nächsten Generationen denkend, nährend
- umsichtig, vorsichtig, mutig
- starke soziale Kompetenz, Gerechtigkeit,
- weibliches Verhalten ist weich, sanft und beharrlich zugleich, es ist ganzheitlich
- Lösungsintuition, Wertevorstellungen, Bauchgefühl,
- emotionale Intelligenz, Eigenverantwortung,
- Urteilsvermögen, Standfestigkeit,
- Spiritualität – Umsetzung der Schöpfung im tägl. Leben

# Das Herzstück weiblicher Weltsicht

- Interdependenz, die Erkenntnis, dass Beziehungen das Leben ausmachen – wechselseitige Abhängigkeiten
- Alle Beteiligten können wachsen und Kraft gewinnen: Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Einzelteile
- Transformationsfunktion
- spirituelle Qualität – es entsteht etwas Größeres
- Das alles ist zutiefst weiblich



# Weltfrieden!?

- Aus einem spirituellen Blickwinkel ist unsere Hauptaufgabe im Leben viel größer
- als Geld zu verdienen, einen Lebenspartner zu finden, Karriere zu machen, Kinder großzuziehen, schön auszusehen, und dem Alter zu trotzen,...
- Das Erkennen der Schöpfung im täglichen Leben, eine tiefe Dankbarkeit
- Feines Geflecht der Verbundenheit
- Einsicht, dass echte Intimität auf der Grundlage gegenseitiger Achtung und Liebe der Maßstab ist
- Angeborene weibliche Spiritualität ist die Triebfeder
- Durch das Gefühl der Verantwortung - unsere Welt vor Habgier und Gewalt zu beschützen

## Vom Matriarchat zum Patriarchat- warum sind Frauen so geworden?

- Männer haben begonnen die Frauen zu bewirtschaften
- Sie zu unterdrücken, zu verunsichern, zu vertreiben, ihre Kraft zu zerstören
- Kolonialisierung: hat den Frauen die Stimme und Kraft genommen, die Kinder verängstigt und die Männer den Priestern unterstellt
- Unterschiedliche Sozialisierung der beiden Geschlechter

## Vom Matriarchat zum Patriarchat- warum sind Frauen so geworden?

- „Wir Frauen wurden in unserer Kultur einer Gehirnwäsche unterzogen, die uns einredete, wir müssten, um gut zu sein, die Bedürfnisse aller anderen Personen über unsere eigenen stellen... Viele Frauen sind verbittert, weil sie sich aus Pflichtgefühl dazu gezwungen fühlen, sich für andere aufzuopfern. Kein Wunder, dass so viele Frauen unter Erschöpfung leiden.“
- „Selbstaufopferung tötet jene, die sich aufopfern“

Louise Hay

## Vom Matriarchat zum Patriarchat- warum sind Frauen so geworden?

- Akzeptieren von eingeschränkten Wahlmöglichkeiten
- Haushälterinnen, Serviererinnen, Hausfrauen
- Bedürfnisse der anderen vor den eigenen
- Angst verlassen zu werden wurde eingepflegt
- Angst davor erfolgreich zu sein, weil wir glauben wir verdienen es nicht
- Frauen gönnen sich daher wenig, unterstützen selbstlos die Männer und treten in Konkurrenz mit den Frauen
- Dahinter steckt eine schwache Erde!

## Vom Matriarchat zum Patriarchat- warum sind Frauen so geworden?

- „Frauenkrankheit“ Opferrolle
- Frauen sind von ihrem Wesen her sehr sensibel und offen – haben nicht gelernt sich zu schützen, abzugrenzen
- Um wertvoll zu sein haben sich Frauen einen männlichen Lebensstil zugelegt
- Frauen sind abgeschnitten von ihren Wurzeln, und haben eine schwache Erde/Mitte
- Es fehlt ihnen die Heimat

# Männer als Maßstab

## Aristoteles

- Es hat nie eine theoretische Grundlage zum Verständnis weiblicher Entwicklung gegeben
- Aristoteles: die Frau ist ein unvollendeter Mann, ist auf einer niedrigen Entwicklungsstufe stehen geblieben
- Frauen sind Rohmaterial
- Vitale, intelligente, formende Kraft, die Seele wurde mit Männer assoziiert, sind geistig und spirituell auf einer höheren Stufe
- Ist die Frau stark: Buben, ist sie schwach: Mädchen

# Männer als Maßstab

## Medizin – Gesundheitssystem

- Medizin: Frauen wurden lange als Männer mit Brüsten, Eierstöcken und Gebärmutter betrachtet
- Studien wurden nur an Männern durchgeführt
- Gesundheitssystem wird von Männern/männlichen Frauen vermarktet
- Sozialwissenschaft und Naturwissenschaft gleiche Haltung: die Frau ist minderwertig

# Männer als Maßstab Kirche

- Lilith als die erste Frau von Adam
- Dann Eva, war williger
- Vertreibung aus dem Paradies – Eva´s Schuld?
- Frau und Schuld waren seitdem eng verbunden
- Frauen sind moralisch, geistig und körperlich minderwertig
- Vertreibungen, Verbrennungen,...



# Männer als Maßstab

## Freud

- Buben entwickeln sich günstiger als Mädchen
- Penisneid, Ödipuskomplex (dem angeborenen Wunsch eines Buben mit seiner Mutter zu schlafen)
- Auflösung des Ödipuskomplex macht Männer unabhängig und autonom,
- Isoliert zu leben wurde als wertvolle männliche Eigenschaft hochgehoben

## **Männer als Maßstab für alles sollte endlich fallen!**

- Männer streben nach einem isolierten Selbst
- Frauen streben nach Bindung und Zugehörigkeit als Nährboden für ein gesundes Selbstgefühl
- Ableitung nach Freud ist einfach falsch!
- Die Vorstellung, dass Beziehungsorientierung eine Schwäche und Autonomie eine Stärke ist muss endlich fallen!!!

## Männer als Maßstab für Karriere und Erfolg

- männlicher Arbeits- und Lebensstil
- Zwang zur Isolierung – Gefühl der Leere
- Stressverursachend, führt schnell zum burn-out
- dieser Lebensstil widerspricht dem Lebenskonzept der Frauen völlig
- Sind daher öfter und schneller im burn-out
- Schwache Erde/Mitte

## Männer als Maßstab Werbung

- Werbung untergräbt die weibliche Selbstachtung
- Botschaft: du bist nicht gut genug....
- Um mitspielen zu können brauchst du....
- Angriffsziel: der weibliche Körper
- Um die innere Leere durch die Isolierung aufzufüllen, kaufen wir ein
- Auch um den eigenen Selbstwert zu bestätigen, kaufen wir ein
- Und spielen dieses Spiel mit
- Manipulierende Werbung ist ein gutes Mittel um Frauen zu kontrollieren und zu unterdrücken

# Die Zeit der Feministinnen

- Frauen waren so wütend, dass sie den Männern alle Schuld gaben
- Das hat uns nicht sehr weit gebracht
- Heute:
- Frauen spüren immer mehr, dass sie entwurzelt sind, und dadurch keine Kraft mehr haben
- Wut und Schuldzuweisungen hinter uns lassen
- Opferrolle und Ohnmacht hinter uns zu lassen

# Echte Gleichberechtigung

- Das weibliche Prinzip orientiert sich nicht an einer Welt die nur an Profit orientiert ist und den natürlichen Rhythmen widerspricht
- Frauen spüren schon lange, dass das nicht stimmig ist
- Und beginnen jetzt schön langsam sich aufzulehnen
- Aber anders als das die Feministinnen vor uns taten
- Unsere Aufgabe ist es zu nähren und zusammenzuhalten damit alle wachsen können und etwas Größeres entstehen kann!
- Im Sinne des sozialen Zusammenhaltes und der Beziehungen

# Echte Gleichberechtigung

- Die Frauen müssen heute ihre persönliche Macht erkennen und Gebrauch davon machen
- Damit Gleichberechtigung schaffen
- Aber nicht dadurch, dass wir die Männer abwerten oder dass Frau zum Mann wird
- Wir brauchen weibliche Wege!!!
- Weibliche Frauen, die ihre Kraft und Stärke aus ihrer Weiblichkeit nehmen und in ihre Positionen einbringen!

# Wie?

- Mädchen-Mutter-Matrone: muss komplett neu überdacht werden
- Einerseits:  
Zurück zur Basis: zur Mitte, die eigene Erde stärken, unsere Wurzeln finden
- Andererseits:  
Müssen wir uns nach außen neu definieren, die Werte wieder ins rechte Licht stellen, unseren Platz der Göttin wieder einnehmen!
- Liebe, Achtung, und Respekt und zwar ganz selbstverständlich!



# Die Kraft der Mitte - Zentrierung

- Zentrierung als wichtigste Grundlage auf der Selbstheilung überhaupt erst stattfinden kann
- Mit dem eigenen Selbst in Verbindung sein
- Als ganzer Mensch verantwortungsvoll aus dieser Verbindung heraus leben

## **5 Teile:**

- Verbindung mit der spirituellen Heimat
- Erdung
- Atmung
- Inneres Lächeln
- Kraft aus der Mitte

# Verbindung

- Die verschiedenen Einzelbereiche des Menschen wieder miteinander zu verbinden:
- Spiritualität
- Kopf
- Herz
- Bauch
- Gefühle
- Körper
- Sinnlichkeit
- Bewusstsein

# Heilung und Stärkung

- Auf die eigene innere Natur hören
- Ihr Wesen erspüren
- Es akzeptieren
- Pflegen
- Schützen
- Heilen
- Nach außen ganz selbstverständlich wirken lassen
- Heilung und Stärkung unserer Weiblichkeit =  
Heilung und Stärkung unseres Planeten Erde!
- Das alles ist zutiefst weiblich!

# Was müssen wir verändern

- Unsere Denkmuster verändern
- Glaubenssätze erkennen
- Es ist NICHT MÖGLICH positive Veränderungen herbeizuführen, wenn negative Glaubenssätze im Hintergrund wirken!
- Affirmationen
- Meditation um die inner Quelle zu finden
- Heilmeditationen
- Dankbar sein
- Nein sagen lernen

# Was müssen wir verändern

- Seine „Schutzengel“ aktivieren
- Gut für unser Herz sorgen
- Selbstwertgefühl und Selbstliebe aktivieren
- Verantwortung für die eigene, weibliche Gesundheit übernehmen
- Sich von unedlen Menschen fernhalten

# Was müssen wir verändern

- „Beenden sie jede Form von Kritik
- Jagen sie sich keine Angst ein
- Werden sie ihre eigene beste Freundin
- Behandeln sie sich als würden sie geliebt
- Sorgen sie gut für ihren Körper
- Bilden sie sich
- Bauen sie sich eine gesicherte finanzielle Zukunft
- Seine sie kreativ
- Stellen sie Freude/Glücklichsein ins Zentrum ihres Lebens
- Bewahren sie ihre Integrität: halten sie was sie versprechen
- Entwickeln sie eine starke spirituelle Verbindung mit dem Leben“

Louise Hay

# Mut zur Macht

- Mut zu einer weiblichen Macht, wo alte Werte neu vermittelt werden müssen
- „Die Feminisierung der Welt ist keine soziale Frage, sondern eine ökonomische Notwendigkeit“
- Stark und wild werden
- Loslassen vom alten Konkurrenzkampf um die Gunst der Männer!
- Zusammenschließen mit anderen Frauen!

# **Die Lilith erhebt sich**



**„In Ihnen steckt eine kluge, kraftvolle, dynamische, begabte, zuversichtliche, lebendige, wache, wunderbare Frau.**

**Lassen sie sie zum Vorschein kommen und spielen sie.**

**Die Welt wartet auf sie.“**

**Louise Hay**