

## Die Kraft in mir – ganz Frausein

### Die Facetten der ganzheitlichen Weiblichkeit neu entdecken

Sowohl auf der persönlichen Ebene von Frauen wie auch in Gesellschaft und Berufsleben zeigt sich zunehmend das **Fehlen der weiblichen Kultur und der Mangel an weiblichen Werten**. Die modernen Rollen der Frau in Beruf und Partnerschaft und die



„Mutter Gaia“ von Susan Liebe

bis an die Kraftgrenzen gehende Doppelbelastung haben das Frausein gravierend verändert – in psychischer und physischer, aber auch in sozialer Hinsicht. Die vielen ureigenen Facetten von Weiblichkeit, die Stärken der Frau ebenso wie ihre Bedürfnisse sind dabei häufig auf der Strecke geblieben. Weil sie sich ganz stark von ihrer ursprünglichen Intuition, weiblichen Potentialen und damit dem Selbstwertgefühl entfernt hat, ist der Kon-

flikt zwischen dem, was eine Frau zeigt und lebt, und dem, was sie wirklich fühlt und braucht, oft so groß, dass es zu physischen und psychischen Störungen und Krankheiten führt.

Für eine Frau von heute ist die Zeit gekommen, sich von ungesunden Rollen zu verabschieden und den Mut zu entwickeln, Veränderungen willkommen zu heißen. **Eine ganzheitliche Weiblichkeit beinhaltet Gesundheit von Körper-Seele-Geist** und bezieht gleichermaßen psychologische und emotionale Aspekte, Sozialverhalten in Partnerschaft, Familie und Beruf, weibliche Spiritualität und Kultur sowie weibliches Körpergefühl und Erscheinungsbild, ausgewogene Lebensführung und gesunde Ernährung mit ein.

C.G. Jung hat einmal gesagt: „Es ist ein Kennzeichen der Frau, dass sie alles aus Liebe zu einem Menschen tun kann. Diejenigen Frauen aber, die aus Liebe zu einer Sache Bedeutendes leisten, sind die größten Ausnahmen, weil das ihrer Natur nicht entspricht. Die Liebe zur Sache ist ein männlicher Vorzug. Da aber der Mensch Männliches und Weibliches in seiner Natur vereinigt, kann ein Mann Weibliches

und eine Frau Männliches leben. Jedoch steht dem Manne das Weibliche im Hintergrund sowie der Frau das Männliche. Lebt man nun das Gegengeschlechtliche, so lebt man in seinem eigenen Hintergrund, wobei das Eigentliche zu kurz kommt. Ein Mann sollte als Mann leben und eine Frau als Frau.“

Mutter Erde leidet unter dem Kampf, der Rücksichtslosigkeit, dem Krieg und der Gewalt. Und mit Mutter Erde leidet der weibliche Aspekt in uns, der neu belebt werden muss. Die Übermacht der männlichen Energien hat uns an den Rand der Zerstörung und zur Ohnmacht geführt.

Wenn es uns gelingt, den weiblichen Weg zu stärken, und so einen Ausgleich der männlichen und weiblichen Energien zu erreichen, würde sich auf unserer Erde viel ändern. **Alle diese Krisen zeigen uns, dass es höchste Zeit ist, den weiblichen Weg des Mitgefühls und der Erhaltung des Lebens und der Natur zu gehen.**

Auf dem weiblichen Weg zu sein bedeutet, mit der weiblichen Kraftquelle verbunden zu sein. Wasser als Element der Natur weist Frauen den Weg in ihre weibliche Heimat. Wasser ist Symbol und Essenz der Weiblichkeit, die Quelle des Wassers sind die Gefühle und die Natürlichkeit, der Boden des Wassers ist Erde: Realität, Weisheit, Intuition.

Es ist an der Zeit, dass sich mehr Frauen am Weiblichen orientieren und Wege suchen, die ihrer eigenen Natur wirklich entsprechen. Wenn sich Frauen um ihre eigenen Angelegenheiten kümmern und Männer sich um ihre, können die Voraussetzungen geschaffen werden, dass sich Männer und Frauen wieder in Liebe und Respekt begegnen und sich gegenseitig inspirieren.



**Bella Steudel**

Dipl.-Weiblichkeitspädagogin, Chemnitz:  
T. 0371- 4447889, [www.lebensschule-bellavita.de](http://www.lebensschule-bellavita.de)

**Empfehlung:** Um Möglichkeiten für solche neuen Wege zu zeigen, organisieren Bella Steudel und ihr Team am **28. Mai in Chemnitz** zum 3. Mal die „**Messe für die Frau**“. Sie möchten Frauen ermutigen, ihre natürliche Schönheit zu sehen, zu unterstreichen und ihre weibliche Kraft zu spüren. Die Ausstellerinnen wollen den Besucherinnen Anregungen geben, wie sie selbstbestimmt und sich selbst liebend ihren weiblichen Weg finden und gehen können: „Wenn Weiblichkeit wieder die Heimat der Frau wird, kann die Frau aus ihr Kraft, Liebe und Weisheit schöpfen.“

Infos: [www.lebensschule-bellavita.de](http://www.lebensschule-bellavita.de) Kontakt/Anmeldung für Aussteller: Eva Lindner 03724-89504, [lindnerbella@yahoo.de](mailto:lindnerbella@yahoo.de)

**Entdecke die Quelle Deines Seins durch die Heilung von Körper, Geist und Seele.**

- Geistheilung mit Reiki • Channeling • energetische Wirbelsäulenbegradigung mit Ausgleich des Beckenschiefstandes • Heilanwendung nach der Metamorphischen Methode (Aktivierung bestimmter Reflexzonenpunkte) • Heilanwendung „Cantor-Holistic-Touch“

Bei: Juliane Peschke,  
Dorfstr. 11, 01855 Mitteldorf (Sächs. Schweiz),  
Tel: 035022-91774