

Weiblichkeit in unserer Gesellschaft

Vor kurzem kam mir eine interessante Geschichte zu Ohren. Eine HP-Kollegin, die ausschließlich Psychotherapie praktiziert, erzählte mir von einem Klienten, der bei ihr anrief und in Behandlung kommen wollte. Dieser Mann war gerade dabei, sich einer Geschlechtsumwandlung zu unterziehen. Er nahm schon seit geraumer Zeit weibliche Hormone ein. Jetzt kam er in eine persönliche Krise und bekam Zweifel an seiner Entscheidung. Ihn beschäftigte das Problem, dass er, wenn er dann wirklich eine Frau ist, sich mit Themen wie Unwertgefühlen, mangelndem Selbstwertgefühl, Missachtung, schwierigem Durchsetzungsvermögen, ungleicher Behandlung etc. auseinandersetzen muss. Er war plötzlich nicht mehr sicher, ob ein Leben als Frau in unserer Gesellschaft erstrebenswert wäre.

Dies ist ein interessanter Aspekt, der auch als Erklärungsansatz für Frauenerkrankungen beachtet werden muss.

Ein mangelndes Selbstbewusstsein, sich nicht durchsetzen können, seine Kreativität nicht nach außen leben, kann z. B. die Ursache für Eierstockerkrankungen sein, wenn man die Psychosomatik betrachtet. Seine Wut nicht ausdrücken zu können, sie herunter zu schlucken und nach innen zu richten, was viele Frauen tun, kann die Entstehung eines Myoms fördern, das oft die Größe einer geballten Faust hat.

Wie kommt es nun, dass es nach wie vor einen so großen subjektiven Unterschied zwischen Mann- und Frau-Sein in unserer Gesellschaft gibt?

Warum ist "Weiblichkeit" immer noch ungelebte Mangelware und eher eine leere Hülse als ein attraktives Attribut?

Die Ergebnisse der Emanzipationsbewegung sind ausgesprochen widersprüchlich. Unbestritten ist wohl, dass sich in der Politik und den Verbänden viel verändert hat. Heute sind Frauen in allen möglichen, auch gehobenen, Positionen vertreten, die noch vor 20 Jahren kaum vorstellbar waren. Bei genauerer Betrachtung handelt es sich dabei aber darum, dass Frauen mit männlichen Methoden männliche Positionen erobert haben und nicht selten dabei – z. B. in der Wirtschaft und in der Medizin – auch männliche Standpunkte übernommen haben. Betrachten wir das Ganze aber aus der Sicht der Archetypen, sieht es ganz anders aus. Das archetypisch Weibliche dagegen führt noch immer ein stiefmütterliches Dasein. Weibliche Methoden sind weiterhin Mangelware und weibliche Positionen kommen nach wie vor kaum zu Ehren.

Auch Julia Onken beschreibt in ihrem Buch "Herrin im eigenen Haus", dass die Emanzipation zwar im Außen stattgefunden hat, aber nicht in den Köpfen und in den Gefühlen der Frauen. Nicht ohne Grund heißt der Untertitel des Buches: "Warum Frauen ihr Selbstbewusstsein so schnell verlieren".

Zitate aus diesem Buch:

"Wir verdrängen kollektiv, dass die fünftausend Jahre dauernde patriarchale Gesellschaftsordnung uns an den Abgrund geführt hat."

"In diesem frauenentwertenden Klima ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln, ist beinahe unmöglich. Weiblichkeit wird von Männern definiert."

"Weiblichkeit wird von Männern definiert und somit muss Weiblichkeit immer mit dem Dominanzanspruch des Mannes kompatibel sein. Frauen die als weiblich gelten wollen, dürfen nicht zuviel Selbstbewusstsein besitzen. In unserer Gesellschaft gelten alle Eigenschaften wie Autonomie, Kompetenz, Selbstverantwortung, geistige und materielle Potenz eher als unweiblich, zumindest als für eine Frau nicht fraglos unproblematisch."

"Noch immer leisten Frauen zwei Drittel der gesamten Weltarbeit, werden dafür mit zehn Prozent entlohnt, sie besitzen weniger als ein Hundertstel des Eigentums der Welt."

Dem Thema "Aggression – die unterdrückte Kraft" widmet Julia Onken ein ganzes Kapitel:

"Als aggressiv bezeichnet zu werden, kommt für eine Frau beinahe einem Todesurteil gleich." Aber Aggression ist Durchsetzungskraft. Die bei Frauen oft eingekapselte Durchsetzungskraft verwandelt sich bei ihnen oft zu einer Selbstersetzungssaktion. Als Lösungsvorschläge regt Julia Onken an, wieder eine Vertrauensbasis zu unseren Gefühlen herzustellen und sie nicht ständig anzuzweifeln und in Frage zu stellen. Selbstliebe und Selbstannahme sollen gefördert werden. Sie schlägt vor: "Versuche in Dir die innere Ofenbank zu finden."

Die Tempelgruppe nach Chameli Ardagh, die ich als eine Selbsterfahrungsgruppe für Frauen in meiner Praxis regelmäßig anbiete, ist meiner Meinung nach eine Arbeit im Sinne von Julia Onkens Lösungsvorschlägen (siehe Kapitel 9 – Tempelgruppe).

Ein weiterer Aspekt der mangelnden Selbstannahme und Selbstliebe bei Frauen ist:

Frauen wie Mädchen quälen sich weltweit mit einem körperlichen Figurideal, das fast alle Frauen unglücklich macht und auch kaum einen Mann glücklich. Schnell findet man die Modezeitschriften als Schuldige und Verfechter des kranken Ideals, die aber heute wiederum von Frauen gemanagt und geschrieben werden – wahrscheinlich mit männlicher Denkweise. Rüdiger Dahlke bezeichnet in einem Artikel aus der Zeitschrift *Lebens(t)räume* 06/08 das weibliche Badezimmer als "persönliche Folterkammer" der Frau. "Sie bewegt sich in der Regel so lange vor ihrem ersten und wichtigsten Folterinstrument, dem Spiegel, bis sie eine möglichst ungünstige Position gefunden hat, die ihr erlaubt, ausgesprochen frustriert, um nicht zu sagen angewidert, hinein zu schauen. Aus dem Spiegel schaut ihr eigenes Gesicht entsprechend zurück und der Tag ist gelaufen." – "Aber damit nicht genug, nach der Spiegelfolter tritt sie auf ihr zweites Folterinstrument, die Waage, und frustriert sich ein zweites Mal." – "Ausgeprägte Masochistinnen treten dann noch auf die Fettwaage und erleben der Folter dritte Variante..."

In Deutschland waren bereits vor Jahren 62% der Mädchen zwischen 12 und 18 Jahren essgestört. Es ist also deutlich sichtbar, dass die Frauen heutzutage noch sehr weit davon entfernt sind, ihre eigene Wirklichkeit und ihren Körper anzunehmen, um damit in ihre Kraft zu kommen.

Auch Eva-Maria Zurhorst erkennt in ihrem Buch "Liebe Dich selbst und es ist egal, wen Du heiratest."

Zitate aus Kapitel 6 (Von Furien und Jammerlappen): "Die Frauen haben ihre natürliche Weiblichkeit verloren und Männer ihre natürliche Männlichkeit." – "Die Emanzipation hat die Frauen nicht wirklich zu sich selbst gebracht."

Häufig haben sich die Frauen im Kampf gegen die Vorherrschaft der Männer nicht in ihrer eigentlichen Kraft gestärkt, sondern sie wurden härter, verbitterter und unbeugsamer als die Männer, aus deren Schatten sie sich mit aller Gewalt herausmanövrieren wollten.

Sie bietet einen klaren Lösungsansatz für Frauen an und formuliert neue und positive Wege: "Worum es eigentlich für die Frauen ginge, wäre, an die unendliche transformierende Kraft ihrer Liebe und die seismographische Genauigkeit ihrer natürlichen Intuition zu glauben. Die Frau muss sich nicht mehr weiter von etwas emanzipieren, sondern sich vollends auf ihre eigene unerschöpfliche Quelle, ihr Herz, einlassen."

An anderer Stelle vertieft sie noch: "Ich glaube, weiblich sein heißt nicht, aufopferungsvolle Hausfrau und Mutter zu sein. Weiblich sein heißt im Herzen frei, instinktiv und empfänglich zu sein. Weiblich sein heißt, dem Mann und den Kindern vorzuleben, wie kraftvoll, wohlhabend und heil ein Leben wird, wenn man sich von seinem Herzen leiten lässt."

Zum Schluss des Kapitels geht sie dann noch auf die gesellschaftliche Auswirkung einer solchen neuen Haltung ein: "Frauen bleibt nichts anderes übrig, als zuallererst sich selbst wieder zu vertrauen. Wenn sie ihrem Herz, ihrem Instinkt und ihrem Körper endlich glauben, können sie sich den Männern wieder anvertrauen und diese lehren wie wichtig und kostbar die weibliche Kraft ist. Ohne ihre wärmende, tragende, uns nährenden Energie stirbt jedes Leben. Unseren Beziehungen, unserer Wirtschaft, unseren Kirchen und Religionen, unserer Erde und

unseren Männern – allem fehlt in dieser Zeit diese macht- und zugleich hingebungsvolle weibliche Kraft."

Auf den gesellschaftlichen Aspekt geht Angelika Koppe in ihrem Buch "Mut zur Selbstheilung" vertiefend ein: "Die Achtung der weiblichen Körperlichkeit" ist verloren gegangen.

"Die ausdrücklichen Zeichen des Frau-Seins waren in frühen Zeiten etwas Verehrungswürdiges und eine Frau galt als den Geheimnissen des Lebens besonders nahe stehend. Sie hatte einen besonderen Zugang zu diesen Mächten, diesen Kräften der Natur. Menses und Macht waren miteinander verknüpft." – "Diese tiefe Verbindung von FrauSein mit den Naturrhythmen war die Grundlage für die hohe Achtung von Frauen, die sich in einer starken öffentlichen und religiösen Position der Frauen in vorpatriarchalen Zeiten ausdrückte. (Shuttle / Redgrove: "Die weiße Wunde Menstruation"). Heute herrscht das Unsichtbarmachen der Mense vor und die medizinische Wissenschaft prägt die gesellschaftliche Definition dessen, was Eisprung und Menstruation als Zyklus sind: ein hormongesteuertes anfälliges Regelsystem." – "Die gesellschaftliche Verbreitung dieses Körpermodells wirkt wie eine Art Gehirnwäsche in den Köpfen der Frauen: Frau, du bist keine Wunder-Volle mehr, die neues Leben schaffen kann und die in geheimnisvoller Weise eng mit den Lebensrhythmen verbunden und verwoben ist. Deine Besonderheit basiert auf einem störanfälligen und – abgesehen von Schwangerschaften – unnützen Regelsystem von Eisprung und Menstruation. Wozu sind die Organe nach der Zeit der Gebärfähigkeit da? Wird *Alles-da-unten* nutzlos oder sogar besonders krankheitsanfällig? Dann nehmen wir am besten alles raus."

"Diese Ideologie vom Modell Frauenkörper ist Ursache dafür, dass Frauen oft klag- und kritiklos die als normal vorgegebenen medizinisch-therapeutischen Behandlungen akzeptieren. Wenn Frauen ihre Gebärmutter als Körperorgan wie einen Arm oder ein Bein erleben würden, wären die in den westlichen Ländern massenhaft vorgenommenen Hysterektomien undenkbar. Eine nicht zu unterschätzende, wenn auch weniger nachweisbare Auswirkung vom Modell Frauenkörper sind die Isolations- und Entwurzelungsgefühle, die Heimatlosigkeit von Frauen in ihrem Körper. Die gesellschaftliche Entwertung weiblicher Körperlichkeit beeinflusst die individuelle Nicht-Beachtung und Ablehnung des eigenen Körpers, die Körperverlassenheit als Haltung sich selbst gegenüber."

"Zusammengefasst haben die gesellschaftliche Ideologie des Modell Frauenkörper selbstentfremdende Konsequenzen für Frauen. Nicht nur in der erzeugten Fremdheit dem eigenen weiblichen Körper gegenüber, sondern auch in der Schmälerung und dem Verlust des Glaubens an die Verbundenheit und Verwurzelung in die Lebensprozesse, was sich in dem Verlust von spirituellem Zuhausefühlen fortsetzt, das wesentlich ist für die Kraft des Glaubens in Heilungsprozesse und Selbsthilfe."

Nach den Zitaten von Angelika Koppe noch einmal einen Blick auf die Frauenheilkunde als solche, "wie weiblich ist sie wirklich in unserer Gesellschaft?" (Inspiriert durch einen Artikel von Rüdiger Dahlke aus der Zeitschrift "Lebens(t)räume" Nr. 6/05):

Nirgendwo wird der Mangel an weiblichen Methoden so deutlich wie in der Medizin, und ganz speziell in der Gynäkologie. Hier spielt natürlich die Geschichte der Frauenheilkunde eine große Rolle, die in den letzten 500 Jahren fast ausschließlich in Männerhänden war und die viel mit Verachtung, mangelnder Wertschätzung, bis hin zur Unterdrückung des "Weiblichen" zu tun hatte. Mit weiblichen Organen der Frau ging und geht man so um, als wären es Motorteile eines Autos. Nun könnte man denken, dass solche Entgleisungen der Vergangenheit angehören, aber leider weit gefehlt.

Als nächstes Organ im Rahmen dieser Art von "Prophylaxe" zeichnen sich die weiblichen Brüste ab. In den USA wurden schon zigtausende von Frauen – selbstverständlich auf deren eigenen Wunsch – ihrer gesunden Brüste entledigt, um Brustkrebs "vorzubeugen". Und in

Deutschland greift diese neue Unsitte ebenfalls erheblich um sich. Es ist zu befürchten, dass wir – wie schon so oft in der Vergangenheit – den US-amerikanischen Trend nacheifern werden.

Wie grundsätzlich das Problem aber ist, zeigt sich daran, dass Frauen auf Packungen der Pharmaindustrie bis heute überhaupt nicht vorkommen. Und das ist mehr als symbolisch. Dort wird empfohlen, der Erwachsene nehme 3x tgl. eine, Kinder die Hälfte. Der Erwachsene ist aber der durchschnittliche Mann von 180 cm Größe mit einem Gewicht von 80 kg. Sehr viele Frauen sind von ihrem Körpergewicht eher zwischen ihm und Kindern angesiedelt, werden aber gnadenlos nach dem männlichen Schema überdosiert. Die Pharmaindustrie hat verständlicherweise kein Interesse Pharmaka, einzusparen, nur weil Frauen sich irgendwie doch von Männern unterscheiden.

Es ist höchste Zeit, aus der Gynäkologie eine "Frauen-Heil-Kunde" zu machen, die das Wort ernst nimmt. Hierzu gehören nicht nur, aber auch, ein wirkliches Konzept von Vorbeugung, und auch archetypisch weibliche Therapie, wie sie etwa mit Reisen in die inneren Bilderwelten möglich wären. Carl Simonton, der US-amerikanische Psychoonkologe, konnte in einer Doppelblindstudie belegen, dass die Überlebenszeit bei Krebs sich mehr als verdoppelt, wenn diese Therapie in den Seelenbilderwelten zusätzlich angewandt wird. Auch die Pflanzenheilkunde, das uralte Wissen der "Weisen Frauen", sowie die sanfte Medizin der Homöopathie stufe ich als weibliche Wege ein. Ähnlich können Ausleitung, Entgiften, Entschlacken und Fasten wiederentdeckt werden, und der weibliche Pol des Geschehenlassens könnte mehr verankert werden. Der ganze Komplex der Psychotherapie gehört eigentlich auch in den archetypisch weiblichen Bereich. Jedenfalls, wenn es sich dabei um Therapien handelt, die die Seelenbilderwelt als Grundlage nutzen.

Der Dokumentarfilm "Der Weiße Weg" (www.der-weisse-weg.de) von Elke von Linde, der über Visionen der Urvölker Amerikas berichtet, sagt aus, dass unsere zerrüttete Welt nur durch weibliche Energien wieder in Balance kommen kann:



"Frauen sollen Vermittlerinnen zwischen Himmel und Erde sein"