



Von den Urkräften der Weiblichkeit

Was macht uns Frauen in der Tiefe aus?
Wo ruhen unsere heilenden, wandelnden und
schöpferischen Kräfte? Wie können wir
diese wiedererwecken und uns mit unserer
ursprünglichsten Natur verbinden? Wir waren
zusammen mit der Heilerin und Buchautorin
Tala Mohajeri auf Spurensuche

„Tanze deine Muster, webe deinen Zauber,
schreibe deine Geschichten,
singe deine Lieder, male deine Schönheit,
gebäre deine Kinder“ MIRANDA GRAY



Die urweibliche Energie verkörpert die Begierde des
Lebens nach dem Leben selbst. Lasst sie uns ehren und
mit ihren Kräften in Verbindung treten...





Unsere Gebärmutter ist das Zentrum
unserer weiblichen Wandlungskraft,
unserer Instinkte, Intuition,
Kreativität und Weisheit

S pürt ihr die Hände auf euren Schultern?“ Mit geschlossenen Augen stehen wir sechs Frauen auf einer Waldlichtung. Tala Mohajeri, Heilpraktikerin, Buchautorin und Leiterin unseres heutigen Workshops, führt uns mit ruhigen Worten von diesem Ort in die Geschichte der Frauen aller Zeiten: „Hinter euch steht eure Mutter, Großmutter, Ur-Großmutter, eure Ur-Ahninnen und Ur-Ur-Ahninnen“, spricht Tala weiter. Ich verwandle ihre Worte in Bilder: „All diese Frauen wissen um die Lebensfreude, wissen um die Not... Sie stehen hinter uns – und sind zugleich in uns und flüsteren uns zu: „Ich respektiere dich, ich sehe dich, ich ehre deinen Weg“ Die gehörten Sätze verschwimmen mit den inneren Bildern zu einer gefühlten herzlich-warmen Umarmung, und es scheint, als könnte ich die Anwesenheit meiner Vorfahrinnen tatsächlich spüren. „Alle Frauen sind durch die Geschichte hindurch über die Rhythmen des Mondes miteinander verbunden.“

Tala und wir fünf Frauen haben uns heute hier am Waldrand zusammengefunden, um uns mit unserer Ur-Weiblichkeit zu verbinden. Wir wollen herausfinden, welche besonderen – und allzu oft völlig verloren geglaubten – Kräfte und Fähigkeiten in uns Frauen ruhen. Dieser Tag, so werde ich es später wahrnehmen, gleicht einer Einweihung. Denn uns werden so viele Geheimnisse über unser Frau-Sein offenbart, dass wir am Ende nicht umhin kommen, festzustellen: Ja, tief in unserem Schoß bergen wir kostbare Energien und uraltes Wissen. Und Generation um Generation obliegt es uns Frauen, dieses in der Welt zu halten.

Es ist und bleibt unsere Aufgabe, denn als Frauen sind wir stets mit den Rhythmen und Pulsschlägen des Universums verbunden.

Schöpferkraft

Ein Feuer prasselt; wir Frauen haben uns im Kreis gesetzt, bereit, uns über die Fäden alten Wissens mit unseren Ahninnen und dem großen Ganzen zu verweben. Eine zeitlose Szene, die sich seit Anbeginn der Menschheit zu wiederholen scheint, denke ich. „Was macht uns als Frau aus? Was verbinden wir mit Weiblichkeit?“, fragt Tala. „Intuition, Sinnlichkeit, Heilkraft, Schöpferkraft, Verbindungen schaffen, Leben gebären... Die Antworten aus der Runde führen uns in unser tiefstes Inneres: „Die Gebärmutter ist unser Kraftzentrum. Sie ist der Raum, der Leben schenkt und um den Tod weiß. Dank ihrer sind wir angebunden an alle Rhythmen der Erde und des Mondes“, so Tala. Menstruation bedeutet übersetzt Mondwechsel. Die Worte Men (Mond) und Mensis (Monat) gehören im Sanskrit zur Ur-Silbe Ma. Der Zyklus der Gebärmutter ist das Maß der Frau und gilt in Form des Mondkalenders als das erste Zeitmaß der Menschen überhaupt. Durch die enge Verbindung mit dem Mond, der seit jeher als Quelle des schöpferischen Geistes galt, verfügen auch die Frauen über besondere Schöpferkraft. Auch wenn sich diese im Verlauf des Menstruationszyklus verändert, haben Frauen stets die Fähigkeit, das Unmanifestierte zum Sein zu bringen. „Wir wissen, dass wir mit jedem Zyklus etwas in unser Leben gebären können, ganz gleich, ob es eine Idee, ein

Gedicht, ein Lied, ein Bild oder das Leben selbst ist“, sagt Tala. In diesem Sinne ist die Gebärmutter ein Transformationsorgan, mit ihr ist uns Wandlung möglich: Wir bringen den Lebensfunken hervor, tragen ihn in unserem Körper, nähren ihn und lassen ihn wachsen, bis wir ihn zur Welt bringen. Kinder treten aus unserem Schoß in diese Welt ein, geistige Kinder gelangen durch unseren Körper, unsere Hände und Füße, unsere Stimme in diese Welt. „Und eine Frau, die keine Kinder oder keine Gebärmutter mehr hat, ist eine ebenso vollständige und natürliche Frau. Ihre Kinder sind Visionen und Ideen, mit denen sie die Welt beschenkt“, so Tala. Ich erinnere mich, dass die Gebärmutter in verschiedenen Kulturen als Kessel dargestellt wird, aus dem die Frauen schöpfen. Wie treffend dieses Symbol doch ist; Frauen bringen Neues in die Welt, und nur sie allein wissen, was es wird. Wohl deshalb wurden die Frauen in vergangenen Zeiten verehrt und angerufen, um Wissen und Prophezeiungen zu erhalten, wie etwa das Orakel von Delphi zeigt. Delphi galt in der Antike als Mittelpunkt der Welt und war als heilige Stätte der Ur-Mutter Gaia geweiht. Der Name Delphi ist abgeleitet vom griechischen Wort „delphos“, was Gebärmutter heißt.

Rote Mondin-Zeit

„Unser Zyklus erinnert uns daran, dass es Zeiten der Innenpflege gibt, denn die Gebärmutter kann sich durch die Menstruation reinigen“, erklärt Tala und ergänzt: „Dieses Blut wurde in frühen Zeiten nicht etwa als ‚schmutzig‘ wahrgenommen, sondern galt als wertvolle Opfergabe und diente als magisches Werkzeug, ein

mit dem etwas abgewehrt oder um etwas gebeten werden konnte. Es hieß, die Wirkung sei besonders intensiv, da es das Tiefste ist, das aus uns Frauen kommt.“

Die Eigenschaft, einen freien, empfangenden Raum (die Gebärmutter) schaffen zu können, in dem Leben gedeihen kann, ist für Frauen ganz natürlich. Während der Menstruation reinigen sich Frauen aber auch auf energetischer Ebene, indem sie sich der Energien und Informationen entledigen, die sie von Umwelt und Mitmenschen im Verlauf des Monats aufgenommen haben. Hierin liegt eine große Kraft.

Das Gehörte halt in mir nach: Damit das Leben einen neuen Anfang nehmen kann, ist es notwendig, zuvor Platz zu schaffen – etwas Altes muss weichen. Wir tragen immer beide Fähigkeiten in uns, die Macht zu erschaffen und zu zerstören.

Ein heiliger Akt

Die uns Frauen gegebene Fähigkeit zur Wandlung vermögen wir auch auf Männer zu übertragen – durch die sexuelle Vereinigung: „Der Mann braucht den Schoß der Frau zur energetischen Reinigung. Insbesondere Männer, die nicht angebunden sind, das heißt, die sich nicht mit dem ‚All-Eins-Sein‘ verbunden haben, brauchen die Zuwendung der Frauen. Denn die Frau hat dank ihrer Gebärmutter die Möglichkeit, Energien zu transformieren. Früher gingen initiierte Männer zur Reinigung in die Schwitzhütte oder reinigten sich durch Rituale“, so Tala, und wir erfahren weiter: „Ein Mann ist ein guter Mann, wenn er vertraut ist mit den mystischen Gesetzen des Universums

und der Erde; wenn er der weiblichen Urmutter, dienen kann. Durch diese Form der Anbindung bringt er die Frau zum Blühen, und es fließen ihre Lebenskräfte.“ Denn auch die Frau braucht den Mann, damit ihre Energien zur Schöpfung von Leben und Fülle ins Fließen kommen können. Dafür nimmt sie die männliche Energie auf, verschmilzt mit dieser und transformiert sie sodann. „Da viele Männer nicht weich in ihrem Herzen sein ‚dürfen‘ oder können, ist ihr Herz oft verletzt. Frauen hingegen sind häufig in ihrem Schoß verletzt“, sagt Tala. So gesehen ist Sex ein heiliger Akt – auch der Lust, vor allem aber der Heilung. Allerdings nur, füge ich in Gedanken hinzu, wenn zwischen dem Mann und der Frau die Resonanz der Liebe schwingt. Nur wenn die Frau selbstbestimmt und ganz und gar bereit ist, den Mann an- und aufzunehmen, kann es für beide heilsam sein. „Bei gesunder Sexualität lässt der Mann die Frau erstrahlen“, schließt Tala und schaut lächelnd in die Runde.

Dreifache Göttin

Wir Teilnehmerinnen kehren zurück in den Kreis. Eine Stunde war jede von uns für eine kleine Medizinwanderung ganz für sich im Wald unterwegs. „Schaut euch um nach Aspekten der ‚weißen, roten und schwarzen Göttin‘ und versucht wahrzunehmen, welche Erkenntnisse diese euch vermitteln könnten“, gibt Tala uns mit auf den Weg. Was auch immer genau das bedeuten mag, ich bin mir sicher, wir werden es später noch erfahren ... Eine ganze Weile streife ich durch den Wald, um mich sodann auf einer einladend mit Moos bewachsenen



ANIMA UND ANIMUS

Das weibliche Prinzip umfasst Herzenergie, zyklisches Denken, Fließen, Weichheit, Nähren, Fürsorge. Das männliche Prinzip ist Struktur, Verstandesenergie, Kraft, lineares Denken; es ist haltend und aktiv. Jeder Mensch, unabhängig vom Geschlecht, hat immer beide Anteile in sich, Animus und Anima genannt. Leider haben sich die Menschen, auch die Frauen, zunehmend vom weiblichen Prinzip entfremdet.

Wurzel niederzulassen; ich atme, rieche, schaue. Ich entdecke Fliegenpilze – rot mit weißen Punkten. Und noch etwas bemerke ich zu meinen Füßen – frisch aufgewühlte schwarze Erde, auf der etwas Weißes liegt: Es sind kleine Knochen, Wirbelknochen. Wofür könnten diese stehen? Als Hinweis auf meine Ahninnen? „Die Göttin in uns Frauen ist eine dreifache Göttin, denn sie hat drei Manifestationen. Diese haben Entsprechungen in den Mondphasen, den Jahreszeiten und Entwicklungsschritten der Persönlichkeitsausbildung“, erklärt Tala nach unserer Rückkehr. Die weiße Göttin symbolisiert den zunehmenden Mond und den Frühling. Sie steht für Neuanfang – Geburt, Wachstum und für den Beginn der Le-

benserfahrungen sowie der Ich-Entwicklung. Sie ist die Jungfrau, die heranwächst. Die rote Göttin symbolisiert den Vollmond und die Sommerkraft mit Fülle und Fruchtbarkeit. Sie steht für materielle Sicherheit und Mutterschaft und damit für das fürsorgliche Prinzip in Bezug auf Kinder und Projekte. Es ist die Frau in der Lebensmitte mit Blutung und Mutterschaft, die ihre eigene Sexualität wahrnimmt. Ihr Thema ist die Du-Entwicklung, in der sie als Lebensspenderin ihre Identität zu finden sucht, um weiter zu reifen: Wie lebe ich meine Kreativität? Meine Werte? Die schwarze Göttin symbolisiert den abnehmenden Mond und den Winter. Sie steht für den Aspekt der „alten Weisen“. Es ist die Frau jenseits der Wechseljahre, gereift und vertraut sowohl mit dem Ich als auch mit dem Du – ihr geht es um die Wir-Entwicklung: Ich setze mich ohne Kompromisse für etwas ein, das der Allgemeinheit dient.

„In unserem Frausein vereinen wir all diese Qualitäten zugleich – über den Tag, das Jahr, das Leben“, sagt Tala. Und wenn ihr achtsam seid, begegnen euch diese Aspekte überall und wieder: Immer wenn ihr etwas seht, das rot, weiß oder schwarz ist, haltet einen kleinen Moment inne und erinnert euch daran: Wir Frauen sind Göttinnen – weise, verspielt, fürsorglich, kreativ, kämpferisch, liebevoll ...“ sagt Tala und beschließt den heutigen Frauenkreis mit den Worten: „Verbindet euch mit eurem tiefsten Inneren und erkennt die Antworten und Kräfte, die es hervorbringt: Beachtet die weiße Göttin in euch, denn sie vermag nicht mehr dienliche Struk-

turen und längst überholte Ansichten aufzubrechen und sät frische Gedanken. Vertraut der roten Göttin in euch, denn sie kann aus Ideen und Visionen Taten und Materie formen, sie handelt umsichtig und verantwortungsvoll. Hört auf die schwarze Göttin in euch; sie hat Wissen zu Weisheit gelebt, kennt den Kreislauf des Lebens und ist in Kontakt mit unseren Ahnen. Ihr tragt alle Ratgeberinnen zugleich in euch.“

Mit Dankbarkeit verlasse ich diesen wunderbaren Ort, der mich heute mit so viel Wissen und Erkenntnissen beschenkte. Im Gehen nehme ich wie zum Abschied ein Klopfen wahr und schaue den Baumstamm entlang hoch, von dem es zu kommen scheint: ein Buntspecht – sein Federkleid ist schwarz, weiß und rot. ♡

ZUM WEITERLESEN

Miranda Gray: Roter Mond – Von der Kraft des weiblichen Zyklus; Stadelmann Verlag; 232 Seiten; 16,99 €

TEXT **BLANCHE RADOM**

FOTOS **RACHEL KIMBERLEY KAYE STOCKSY GETTY**



TALA MOHAJERI ist Heilpraktikerin und Buchautorin („Die Wildnis in Dir“) und leitet

Frauengruppen und Workshops.
Weitere Infos: www.talamohajeri.com

klinisch
pHwert
5,5
geprüft
seba med
ANTI-POLLUTION



NEU

Macht Schluss mit dem Stress für die Haut.

Schutz vor äußeren Umwelteinflüssen

MIZELLENWASSER

- feuchtigkeitsspendende Reinigung mit Hyaluronsäure

FEUCHTIGKEITSFLUID LSF 20

- hautstärkend mit fermentierten Milchsäurebakterien

TAGESPFLEGE LSF 20

- mit Vitamin E und fermentierten Milchsäurebakterien

GESUNDER SCHUTZ GESUNDE HAUT

Dermatologisch-klinisch getestet.
Definition ohne Mikroplastik /
ohne Kunststoffe: BUND, 2018

www.sebamed.de