

Jutta Westphalen
Die Urkraft der Weiblichkeit

Jutta Westphalen

Die **Urkraft** der **Weiblichkeit**

oder weshalb Frauen die
besseren Lebenskünstler sind

1. Auflage 2016

Verlag Via Nova, Alte Landstr. 12, 36100 Petersberg

Telefon: (06 61) 6 29 73

Fax: (06 61) 96 79 560

E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Satz: Sebastian Carl, Amerang

Druck und Verarbeitung: Appel und Klinger, 96277 Schneckelohe

© Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-86616-359-1



*Für alle, die ihren Blick auf die Dinge richten,
die größer sind als wir.
Denn nur so schaffen wir es,
an die Schönheit unserer Träume zu glauben.*

INHALT

| | | |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1 | Die Welt wird durch die westliche Frau gerettet werden | 11 |
| | Komm, Mädchen, setz dich an meinen Tisch | 13 |
| | Komm, Junge, geh mit mir ein Stück des Weges | 15 |
| | Dein Weg | 16 |
| I. | HERAUSFORDERUNGEN DER ZEITENWENDE..... | 19 |
| 2 | Stürmische Zeiten fordern uns heraus | 19 |
| | Die Zeitenwende findet jetzt statt..... | 19 |
| | Das Zeitalter der weiblichen Qualitäten..... | 23 |
| | Der weibliche und der männliche Weg heute..... | 32 |
| | Eine Ehe-Geschichte von Kojote-Mann und dem Streit mit seiner Frau (Lakota Indianer) | 40 |
| | Unterdrückung der Seele und der wilden Frau..... | 45 |
| | Im Sturm der Veränderung..... | 51 |
| 3 | Wie sich innere Entwicklung heute ausdrückt | 57 |
| | Aufbruch der Frauen..... | 57 |
| | Die sanfte Revolte: Lernen, um die Welt zu verändern..... | 59 |
| | Zweifel in Kraftquellen verwandeln..... | 62 |
| | Die Rückkehr zu „weiblichen“ Stärken: Tochterbäume..... | 65 |
| | Unser weibliches Wurzelwerk erforschen | 67 |
| | Liebesbriefe einiger Frauen an sich selbst: | 70 |
| | Erste Liebe: Begegnung mit dem Wunderbaren | 73 |
| 4 | Die Kraft und Rolle der Männer | 75 |
| | Was indianische Lehrer über heutige Männer sagen | 77 |
| | Übung für deine persönliche innere Mann-Frau-Balance | 81 |
| | Ein Partner-Ritual, um wieder positive Gefühle füreinander zu entwickeln..... | 83 |

| | | |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------|
| | Das perfekte Herz | 84 |
| | Wie wird man ein ganzer Kerl? | 86 |
| | Wie Männer durch die vier Elemente stark werden | 88 |
| | Wie die Wildnis deine Übersinnlichkeit weckt | 90 |
| II. SPUREN VERGESSENER ZEITEN | | 95 |
| 5 | Zurück zum Ursprung..... | 95 |
| | Das Gebet, das Jesus uns lehrte | 95 |
| | Feminine Hochkulturen | 99 |
| | Das Leben im Matriarchat..... | 102 |
| | Die Göttin und die Kultur..... | 105 |
| | Das Rad der Zeit – Das Medizinrad | 109 |
| | Der Wind der Weisheit weht aus der Geschichte herüber..... | 113 |
| 6 | Die Göttin kehrt zurück..... | 117 |
| | Mondlicht auf dem Wasser | 117 |
| | Die Tiere der Göttin | 121 |
| | Meditation: Erde | 137 |
| | Die Magie und Symbole der Göttin | 138 |
| | Unsere „Muttersprache“ | 161 |
| 7 | Botschaften aus der Urzeit..... | 166 |
| | Wenn Steine reden: Die Sprache der Felsbilder Val Camonica..... | 166 |
| | Urzeit-Tempel und das unterirdische Reich der Großen Göttin | 168 |
| | Frauen-Weisheit und Männer-Macht | 174 |
| | Die Königin der Welt | 177 |
| | Erfahrungen im Steinzeitgrab auf Rügen | 179 |
| | Brunnenheiligtum auf Sardinien | 183 |
| | Innere Reise: Die Große Mutter als Quelle des Lebens..... | 184 |

| | |
|-----------------------------------------------------------|-----|
| III. Uralte Seelenpfade | 187 |
| 8 Auf der Suche nach der Seele | 187 |
| Wege wie Pflanzen..... | 187 |
| Der Ruf zur Einweihung..... | 190 |
| Die Tradition lebt: Seelen-Prüfungen heute | 192 |
| Töchter der Erde und des Himmels..... | 197 |
| Meilensteine auf dem Weg: Krisen und Einweihungen..... | 199 |
| In der großen Einsamkeit ist Anderssein ganz normal | 201 |
| 9 Die Ebenen der Wahrnehmung | 203 |
| Der Körper und das Reptilien-Gehirn | 208 |
| Die Liebe und das Wissen der Wildkatze | 210 |
| Der Schmetterling und die Seele | 212 |
| Mit dem Adler in spirituellen Höhen schweben | 215 |
| 10 Mit der Seele die Welt entdecken | 218 |
| Wie die Schlange meine Lehrerin wurde | 218 |
| Wie sich ein wilder Puma in mein Leben schlich..... | 219 |
| Wie ich dem Schmetterling folgte..... | 220 |
| Wie ein Bote der Götter in mein Leben trat | 222 |
| IV. WIE ALTES WISSEN NEUE WEGE WEIST | 223 |
| 11 Weibliche Weisheit | 223 |
| Die wilde Frau und der spirituelle Weg..... | 223 |
| Die Tochter der Erde: Frauenkraft und Intelligenz..... | 224 |
| Ausstieg aus der Selbstverachtung | 228 |
| Der biologische und spirituelle Weg der Frauen..... | 235 |
| Die Farben der Göttin und Frau..... | 239 |
| Altes und neues Wissen zum Jahreskreis..... | 241 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 12 Alte Lehren werden die Welt verändern | 248 |
| Die weiße Büffelkalbfrau | 266 |
| Die Töchter der Spinnenfrau | 271 |
| Eine schamanische Reise zur Spinnenfrau | 274 |
| Weise Indianerinnen hüten unsere Lebenskraft | 276 |
| | |
| 13 Wege, die Lösungen für heutige Menschen aufzeigen | 286 |
| Die Erfahrungen früherer Generationen praktisch nutzen | 290 |
| Die Schamanin und ihr Stab der Macht..... | 291 |
| Das Geheimnis der Heilung und uraltes Heilwissen | 294 |
| Der Weg der Seele führt durchs Herz: Erziehung zum Leben und zum Frieden..... | 304 |
| Den inneren Schatten umarmen | 306 |
| Die weise alte Frau: „Die Großmutter“ | 308 |
| Dein Rad des Lebens, deine Werte, Ziele und Träume | 312 |
| | |
| Literatur | 315 |
| Mein Dank | 317 |

1 DIE WELT WIRD DURCH DIE WESTLICHE FRAU GERETTET WERDEN

Als der Dalai Lama diese berühmten Worte sprach, erinnerte er uns daran, dass die Frau von Natur aus ihren Fokus auf die Liebe und Heilung der Wunden unserer Zeit hat und dass die westliche Frau die meiste Freiheit und größte Möglichkeit hat, aktiv zu werden.

Sowohl auf der persönlichen Ebene als auch global finden gerade grundlegende Veränderungen statt. Es scheint ein kosmischer Sturm zu sein, der durch unser Leben fegt und uns dazu bringt, unsere hartnäckigen Gewohnheiten zu hinterfragen. Wir erkennen Denkmuster, schädliche Handlungsweisen und unbewusste Programmierungen und uns wird klar, dass wir uns verändern und andere Schwerpunkte setzen müssen. Mit dieser neuen Sichtweise ändert sich auch unsere Realität und es kann etwas völlig Neues entstehen.

Frauen konzentrieren sich schon länger auf sich selbst, indem sie ihre persönlichen Bedürfnisse erforschen, um unser Leben erfüllender zu gestalten. Wie unsere Ahnen sitzen wir zusammen im Kreis und lauschen indigenen Schamanen und Geschichtenerzählerinnen aus allen vier Himmelsrichtungen. Und intuitiv erinnern wir uns an eine Zeit, die es vor den frauenverachtenden Kriegergesellschaften gab. Eine tiefe Sehnsucht treibt Frauen dazu, nach uralten weiblichen Wissensquellen und archaischen Wurzeln im Bewusstsein der Menschheitsgeschichte zu graben. Schließlich werden wir fündig in der vergessenen und umgedeuteten Frühgeschichte vor unserer Zeitrechnung. Denn dort entdecken wir zahlreiche Belege für friedliche Hochkulturen, die über Jahrtausende von Frauen geleitet wurden. Sie verehrten eine machtvolle Schöpfungs-Göttin, es gab uraltes Mutterrecht und sie lebten in einer völlig anderen Gesellschaftsstruktur.

Das weibliche Wissen ging niemals ganz verloren und sogar heute noch können wir Spuren in Märchen und Symbolen entdecken. Außerdem haben

unsere vorausschauenden Ahninnen und zahlreiche indigene Völker weltweit steinerne Botschaften und Medizinräder für uns hinterlassen. Wenn wir sie entschlüsseln und neu beleben, können wir die Kraft der Verbundenheit und persönlichen Freiheit wiederentdecken. So weist uns altes Wissen ganz neue Wege.

Diese vor uns liegenden Pfade verlangen innere Arbeit und Selbstreflexion. Und dies erfordert viel Mut, weil wir unsere Schattenkrieger besiegen müssen, um ihnen dann neue Aufgaben zu geben. **Denn wir müssen jetzt erschaffen, was wir wollen, verändern, was uns nicht gefällt, wissen, wer wir sind und entscheiden, was wichtig ist, um so zu leben, wie wir es erträumen.** Dies alles geschieht am wirkungsvollsten miteinander. Gemeinsam können wir ein glückliches Leben erschaffen durch Verbindungen und Offenheit, indem jede Frau ihre einzigartigen Gaben anerkennt und auch die Persönlichkeit anderer Frauen unterstützt. Denn gerade jetzt brauchen wir mutige Frauen, die bereit sind, Macht auszuüben und verantwortungsvoll zu agieren. Sie müssen ihre persönliche Kraft richtig nutzen, ihr ganzes Selbst zum Leuchten bringen und die Fackel weiterreichen. Wenn jedes einzelne Individuum erwacht, wird unser aller Leben geheilt. Frauen verändern gerade ihre eigene Welt und damit verändern sie unsere Welt: für Frauen und Männer, Töchter und Söhne.

Schon jetzt werden die Früchte der Selbstverwirklichung der westlichen Frauen in allen Bereichen der Gesellschaft sichtbar. Sie zeigen sich als Mitgefühl, Wissen, Intuition, Engagement, Kompetenz, Wahrheit, Ehrlichkeit und Liebe von Herz zu Herz. Diese Verbindung der Seelen wird die Gesellschaft verändern. Zahlreiche Frauen erwachen nun, eine nach der anderen, und zeigen sich strahlend, selbstverwirklicht, authentisch und bewusst. Sie handeln mutig, kommunikativ, feminin und intuitiv in allen Ebenen der Gesellschaft und haben die Power, unsere Welt friedlicher, harmonischer und sozialer zu gestalten. Dies wird wichtiger sein als alles andere, was wir uns vorstellen können.

Wir brauchen ganz dringend eine wache Weiblichkeit, die den Wandel wagt.

Dieses Buch ist eine Rückbesinnung auf unsere Ursprünge. Es ist der Versuch, unsere geistigen Wurzeln zu wässern, zu beleben und die wahre Geschichte wieder herzustellen. So wie ein Baum nicht ohne Wurzeln leben kann, verkümmert auch ein Mensch, wenn ihm seine tatsächlichen Wurzeln vorenthal-

ten werden. Das Gleiche geschieht mit einem Volk und es ist weltweit mit den Frauen geschehen. So fehlte Frauen ganz viel von ihrem Wurzelwerk, um sich zu erneuern und Lebenskraft zu schöpfen.

KOMM, MÄDCHEN, SETZ DICH AN MEINEN TISCH

Schön, dass du hier bist und mich besuchst! Ich habe dich schon erwartet, denn ich habe von deinem Kommen geträumt. Daher weiß ich schon seit einigen Tagen, dass du den Weg zu mir finden wirst. Du warst lange, sehr lange unterwegs. Nun bist du hier und ich heiße dich herzlich willkommen. Du liebe Seele, komm, ruh dich aus in diesem bequemen Sessel.

Sieh, ich habe schon das kostbare Geschirr meiner Ur-Großmutter aus dem alten Holzschrank geholt und für uns gedeckt. Genau wie wir jetzt haben schon meine Ahninnen an diesem Tisch gegessen. Schon vor hundert Jahren hat die Großmutter meiner Mutter hier mit ihren Freundinnen, Töchtern und Schülerinnen zusammengesessen. Es waren sehr unterschiedliche Frauen. Junge Mädchen, Mütter mit ihren Kindern, aber auch ältere Frauen, Großmütter und Tanten. Sie waren Händlerinnen, Lehrerinnen, Richterinnen, Künstlerinnen, Nomadinnen, Kämpferinnen, Ärztinnen, Kräuterkundige, Hebammen und Bäuerinnen. Sie hatten frische Feldblumen auf dem Tisch, genau wie wir. Und sie haben aus genau diesen Tassen getrunken und von diesen Tellern gegessen. Ich erzähle dir dies, denn es gibt Dinge und Wahrheiten, die bleiben gleich und ändern sich nicht. Diese Frauen, die vor uns lebten, haben über wichtige Dinge gesprochen. Gerade so wie wir heute wertvolle Zeit miteinander verbringen werden. Bei diesen Frauentreffen ging es um das tägliche Leben. Sie sprachen über ihre Gefühle und tauschten sich über ihre Kinder und Beziehungen aus. Sie lösten Probleme und teilten die unterschiedlichsten Erfahrungen.

Schon immer gehen Frauen auf diese Weise miteinander um: Sie laden sich gegenseitig ein. Und während sie zusammen sitzen und speisen, tauschen sie sich darüber aus, was sie bewegt. Mit der Zeit entwickeln sie durch diese Treffen ein tiefes Verständnis füreinander. Sie verbinden sich auf einer emotionalen Ebene und öffnen ihre Herzen. Während sie zusammensitzen, lernen sie von den Wegen, die andere gehen, und jede einzelne wird stärker. Frauenge-

meinschaften stärken die weibliche Kraft. So wird jede Frau sicherer, selbstbewusster und femininer. Sie lachen zusammen und haben Spaß. Dann wieder weinen sie gemeinsam und teilen ihren Schmerz. Sie beraten und helfen sich gegenseitig. Sie teilen ihr Wissen und knüpfen tiefe Freundschaften. Sie stärken sich gegenseitig auf ihren unterschiedlichen Lebenswegen und fassen neuen Mut durch den Trost und das Vorbild der anderen.

Du bist heute zu mir gekommen und mein gern gesehener Gast. Wenn du dich ausgeruht hast, werden wir über etwas sehr Wichtiges sprechen. Ich möchte mit dir über etwas Uraltes und unermesslich Kostbares reden. Über etwas Beständiges, Ewiges. Diese Wahrheit ist so alt wie die Schöpfung: Es geht um die Seele und ihren Weg...

Meine Liebe, ich habe dich erwartet und weiß, dass du dich schon vor langer Zeit auf den Weg gemacht hast, um deine Wahrheit und Macht zu entdecken. Gern nehme ich dich an die Hand, um dir neue Gedanken mit auf den Weg zu geben. Gleichzeitig lasse ich dich frei. Du kannst jederzeit entscheiden, ob du mein Wissen und meine Vorschläge annehmen möchtest oder nicht. Denn es ist wichtig, dass du dir einen freien und starken Willen bewahrst. In deinem Herzen weißt du, wenn du den richtigen Weg des Fortschritts gehst!

Wenn alte Frauen zu ihren Töchtern, Enkelinnen und Schülerinnen nicht von der Seele reden... Wer sollte es tun? Und wenn es niemanden gibt, der dieses Wissen bewahrt und weitergibt, wird es lange vergessen sein. Darum freue ich mich besonders, dass du heute zu mir gekommen bist!

Wir haben das Leben geschenkt bekommen, um zu lernen und zu wachsen. Wir entwickeln uns physisch, emotional, spirituell und mental. Du spürst, dass sich in deinem Leben gerade sehr vieles verändert. Das ist der Grund, dass du dieses Buch in den Händen hältst. Denn du hast dich auf eine wichtige Suche begeben und möchtest etwas finden, das besser zu dir passt als das, was du jetzt hast. Komm, trink deinen Tee und nimm einen Keks. Entspann dich und höre zu, was ich dir zu sagen habe. Wir leben in einer sehr aufregenden Zeit. So vieles ändert sich um dich herum und gleichzeitig in dir selber. Da ist es natürlich hilfreich, zu verstehen, was passiert und warum es geschieht. Auf diesem Abenteuer-Weg begleite ich dich gerne und unterstütze dich, dein inneres Gleichgewicht zu finden und zu bewahren.

KOMM, JUNGE, GEH MIT MIR EIN STÜCK DES WEGES

Ich grüße dich und freue mich, dass du dich auf den Weg zu mir gemacht hast. Mich zu finden ist nicht leicht. Denn, wie du weißt, liegt mein kleines Haus ganz versteckt. Nur derjenige entdeckt es, der eine tiefe Sehnsucht in sich verspürt. Für andere ist es so unscheinbar, dass sie daran vorbeilaufen. Es ist sozusagen unsichtbar. Aber du bist einer von den wunderbaren Männern, die sich bewusst auf den Weg gemacht haben. Du schaust genau hin. Du hast Kontakt zu deinen Gefühlen und möchtest etwas ändern. Du willst deine Seele kennen lernen. Ich freue mich, dass du gekommen bist! Und ob du es glaubst oder nicht, ich habe dich erwartet. Deine Gedanken und Gefühle haben mir dein Kommen angekündigt. Darum habe ich den Weg für dich markiert, so dass du mich finden konntest.

Auf unserem gemeinsamen Weg bitte ich dich, dein Herz zu öffnen, denn nur dann kann ich dich aus der inneren Einsamkeit und dem Schmerz herausführen. Ich weiß, wie schwer das für dich ist. Aber sei sicher: Ich will dich nicht verändern, sondern einfach auf eine Reise mitnehmen, auf der du entdecken kannst, dass es viel mehr gibt als das Motto: „Ich denke, also bin ich“. Die Zeit ist vorbei, in der du dich hinter klugen Gedanken verstecken musstest. **Denn andere Menschen sind vielmehr daran interessiert, wer du bist. Sie möchten erfahren, was du fühlst. Es interessiert sie, was du hörst, wenn du lauschst, und möchten wissen, was dir im Leben wichtig ist.**

Dein Herz und deine Augen öffnen sich, wenn du dich auf die weise Frau oder Großmutter einlassen kannst. Ich stimme dich auf die weiblichen Aspekte ein, die es auch in jedem Mann gibt, und spreche zu deinem Verstand, zu deinem Herzen und zu deinem Geist. So öffnest du dich für eine neue Sicht der Wirklichkeit und die Wahrheit über dein innerstes Wesen. Als Großmutter reiche ich dir die Hand, um dich in das geheimnisvolle Land der Seele zu führen. Auf dem vor uns liegenden Abenteuer zeige ich dir, wie du immer näher in deine Balance und innere Heimat gelangst.

In dieser Zeit, in der sich alles rasend schnell ändert und große Aufgaben zu lösen sind, können wir nur gemeinsam etwas Neues aufbauen. Denn es werden sowohl männliche als auch weibliche Fähigkeiten gebraucht. Zusammen müs-

sen wir vieles verändern. Es ist uns bewusst, dass in der Vergangenheit viele Herzen sehr lange unberührt geblieben sind. Sie schlugen tapfer weiter, obwohl sie von einem Kokon aus Angst eingepresst waren, der mit Jahresringen versehen ist. Das Herz war so einsam und allein. Es war so hart zu sich selbst. Doch wir wünschen uns sehnlichst, dass sich Frauen und Männer gegenseitig das Gefühl geben können, füreinander ein Geschenk zu sein.

- Wie ist dein Herz?
- Ist es holzig oder biegsam? versteinert? stark? schwammig? leuchtend? duftend? voller Dornen? warm? farbig? mutig? vertrocknet? hart? kalt? mitfühlend? berechnend?

Dein Herz will wieder lebendig und warm in deiner Brust schlagen. Sei nicht zu stolz, sondern geh ein Stück des Wegs mit mir. Entspanne dich und höre einfach zu. Ich freue mich, dass du den Weg zu mir gefunden hast, und bin ganz sicher, dass du große Schätze entdecken wirst.

DEIN WEG

Stell dir vor, du hättest ungeahnte Kräfte und mit deiner Magie könntest du dein Leben grundlegend verändern...

- Was würdest du tun?

Die Schätze in uns liegen für viele verborgen und unentdeckt in geheimen Kammern, hinter Schlössern und alten Türen.

- Was sind deine Talente, vergessenen Künste und Kostbarkeiten?

Innere Ordnung will geschaffen werden, um Nützliches und Schönes zu bewahren. So wirst du zur Hüterin und zum Bewahrer deiner inneren und äußeren Schätze, die den Weg in die Zukunft bereichern. Deine Seele sendet dir ständig Botschaften, die dir den Weg weisen.

- Was sagen dir deine Träume?
- Wie spricht deine Intuition mit dir?
- Weißt du, was deine innere Berufung ist?

Was würdest du also tun, wenn du alle Möglichkeiten hättest, um dein Leben zu ändern?

Viele wissen keine Antwort auf diese Frage. Denn die meisten von uns haben auf ihrem Seelenweg viel von der Energie verloren, die zu ihnen gehört. Einige von uns haben ihre Talente vergessen. Doch nun werden wir Brücken in ein neues Leben finden. Denn vielen Menschen und besonders Frauen wurden Wissen, Reichtum und Würde gestohlen. Andere haben ihre Kraft weggegeben und verschenkt.

Doch du bist hier, um den Anspruch auf dein Eigentum geltend zu machen. Du hast dich auf den weiten Weg gemacht, um dein unveräußerliches Erbe und deine persönliche Energie zurückzuholen. Auf deinem spirituellen Pfad wirst du sehr viel lernen. Dieser uralte Weg bringt es mit sich, dass du dich selbst gut kennlernst und erforschst, um deine Stärken und auch deine Schattenseiten kennenzulernen. So wirst du, wie unzählige vor dir, deine Wahrheit erkennen und deine Selbstachtung stärken. Wenn du dich auf den spirituellen Pfad begibst, wirst du irgendwann wirkliche Harmonie in dir finden. Du bist dann in deiner Mitte, kennst den Ort deiner Weisheit und persönlichen Macht. Wenn das geschehen ist, drückst du mit deiner Lebenskraft das aus, was sich für dich richtig anfühlt. Du wirst deine innere Harmonie in die Welt tragen und dein Tun wird auch zur Heilung unserer Erde beitragen.