

DIE KRAFT DER WÖLFIN

**Ein Jahreskurs in lebenskluger und humorvoller
Weiblichkeit...**

Ein Praxisseminar von Hildegard Fuhrberg, Hamburg



UM WAS ES GEHT...

Tritt näher, gute Frau, denn wir alle können uns offen in die Augen schauen.
Wir Frauen haben, bei Lichte betrachtet, ähnliche Probleme und ähnliche
Träume. Wir alle sind uns ähnlicher, als wir glauben wollen. Aber wir leben ja
auch alle in der derselben Welt.

Jung, verliebt und unsterblich werden wir unbemerkt und langsam zu alten, resignierten Bedenkenträgerinnen. Aus dem fitten „Mädchen für alles“ wird heimlich still und leise die „Oma fürs Grobe“. So läuft es oft. Aber das ist kein Fluch der Natur. Wir könnten auch anders

Heute können Frauen bei uns EU-Chefin, Verteidigungsministerin oder Kanzlerin werden. Sie können straffrei Schwangerschaften abbrechen und Mathe studieren oder Tischlerin werden. Keine von uns muss heiraten oder Kinder kriegen, wenn sie das nicht will. Wir können allein auf Reisen gehen, uns scheiden lassen und haben das Wahlrecht. Noch für unsere Mütter war das alles nicht selbstverständlich. Vieles ist sehr gut so, wie es heute ist, und viel besser, als es früher war. Aber ist unsere Welt deshalb wirklich schon in Ordnung?

Tatsachen sprechen für sich. Frauen machen weniger Karriere als Männer. Sie stoßen in Parteien und Wirtschaft oft an gläserne Decken. Sie verdienen sowieso schlechter als Männer. Dafür putzen, pflegen und erziehen sie mehr als Männer. Fast jede Frau hat schon dreiste Zudringlichkeit von Männern erlebt. Allzu oft werden Frauen sowieso darauf reduziert, wie interessant ihre Geschlechtsorgane für Männer sind. Weibliche Föten werden öfter abgetrieben als männliche. Bewusst gesteuerte Massenvergewaltigungen sind eine moderne Kriegswaffe, auch in Europa. Zivilisierte Männer können sich aber auch legal Frauenkörper als Sexnutzfleisch „to go“ mieten. Zwei Drittel aller Analphabeten weltweit sind Frauen. Weltweit hungern mehr Frauen als Männer. Am Ende sterben, auch bei uns, Frauen öfter verarmt als Männer. Da wirkt der Alltag vieler westlicher Frauen, indem Männer ihnen gönnerisch ihr Leben erklären, schon fast harmlos. Aber auch bei uns ist Gewalt in den privaten vier Wänden ein ernstes, aber tabuisiertes Problem. Laut Bundeskriminalamt versucht täglich irgendwo in Deutschland ein Mann seine

Frau zu töten und jeden dritten Tag gelingt es auch. Das findet mitten unter uns, hier bei uns, statt. So schaut's aus. Aber um diese Erfahrung in der vollen Wucht zu begreifen, braucht es ein ganzes Leben, und jede scheint sie für sich allein bewältigen zu wollen.

Unter einer modernen Oberfläche verborgen ist bei vielen Frauen das nackte Elend einer jahrtausendelangen, männlichen Gewalt und weiblicher Leibeigenschaft noch immer wirksam. Sie will halt, scheinbar ganz zufällig, immer genau das, was er will. Viele Frauen wissen gar nicht, was sie selbst wollen. Geschweige denn, dass sie bereit wären, das auch anzustreben. Wie auch? Viele resignieren angesichts der Übermacht und geben sich mit privatem Flitterkram und einem Ideal der Aufopferung für andere zufrieden. Wir tauschen das Gold unserer Selbstbestimmung gegen die Glasperlen der Illusionen von Liebe und Sicherheit ein. Und viele Frauen stimmen diesem Betrug, willig zu. Das ist erschreckend.

Dennoch ist Feminismus unbeliebt, auch bei Frauen. Einsame, akademische Zicken mit unrasierten Beinen, schrillen Stimmen und schmalen Lippen, das ist das verbreitete Klischee.

Aber wir täten schon gut daran, aus unserem kindlichen Dornröschenschlaf uralter Gewohnheiten zu erwachen. Es sieht leider alles danach aus, als würde uns kein „höheres Wesen“ retten, keine Religion, keine Partei, keine Therapie und auch nicht der Dalai Lama oder der Prinz auf dem weißen Pferd. Wir müssen da vermutlich selbst ran und den normalen Alltag unserer Kultur auf den Kopf stellen. Denn eins ist klar: Zur Unterdrückung gehören immer zwei, einer der es macht und eine, die es mit-macht und es sich gefallen lässt.

Wir Frauen lassen uns eindeutig viel zu viel gefallen. Jammern hilft aber nichts. Schlank sein auch nicht und schön sein auch nicht. Nicht mal schmollen, zicken

oder ganz lieb sein nützt uns. Auch vernünftig sein und sachlich bleiben, ist oft ein Schuss in den Ofen, wenn es um unsere eigenen Bedürfnisse geht.

Wir arrangieren uns oft schlussendlich doch seufzend mit dem, was wir für unabänderlich halten. Und so ist es möglich, dass wir als weibliche Menschen die „Arschkarte“ einfach behalten und sie dann auch noch ganz nebenbei an unsere Kinder weitergeben. Dafür sind wir verantwortlich.

Allerdings treten nicht alle Kinder in unsere unseligen Fußstapfen. Ein junges Mädchen wollte sich nicht mit etwas abfinden, was sie unerträglich fand. Sie startete eine Bewegung, über die heute alle in Europa reden: „Friday for future“. Und sie weiß, dass es ohne die Verletzung wohlerzogener Spielregeln nicht geht. Aber es geht! Nur halt nicht zuhause vor der Glotze oder mit einem facebook-click.

Diese Erfahrung zeigt, dass Politik immer nur reagiert, wenn der Druck von unten stark genug ist. Das sollte uns klar sein. Wir müssen also zuallererst unsere Schicksalsergebenheit über Bord werfen und lernen zu handeln, statt nur zu reden, zu klagen oder vor uns hin zu träumen.

WO GEHT DIE REISE HIN?

Wölfinnen können uns bei dem großen Vorhaben, ein würdiges Leben anzustreben, gute Ratgeberinnen sein. Sie sind teamfähig und fürsorglich. Sie kennen Krankenpflege und Beerdigungen. In der Paarungszeit pflegen sie ein zärtliches Liebesleben. Sie gehen enge Bindungen ein. Die Jungen werden mit sehr viel Geduld erzogen. Sie sind hervorragende Netzwerkerinnen und leben team spirit. Im Rudel muss die Leitwölfin nicht immer vorneweg sein, aber sie trifft Entscheidungen, wenn es Erfahrung braucht. Der zündende Funke, die Inspiration und die Begeisterung für ein freies Leben – damit fängt alles überhaupt erst an ...

Es geht um nicht weniger als ein menschenwürdiges Leben für alle Menschen, und bei den Frauen fangen wir mal damit an, denn die haben es besonders nötig. Frauen haben mehr gute Gründe, eine lebenswerte Zukunft zu schaffen, als viele Männer. Es geht ihnen nämlich wesentlich schlechter, auch wenn sie es gar nicht mehr merken.

Es hat schon viele soziale Utopien gegeben, nur wenige wurden bisher erfolgreich in die Tat umgesetzt, das ist bekannt. Doch haben Frauen auch schon echte Meilensteine erreicht: Seit 100 Jahren können Frauen bei uns wählen. Seit wenigen Jahren ist sexuelle Gewalt an Kindern ein gesellschaftlich wahrgenommenes Problem und Vergewaltigung in der Ehe eine Straftat. Das ist ebenso bedeutend, wie das berufliche oder sexuelle Selbstbestimmungsrecht der Frauen ganz allgemein oder das Angebot an Kinderkrippen.

Die Frauenbewegung ist langfristig gesehen die bisher einzige soziale Bewegung, die beharrlich an ihren Zielen arbeitet und gewisse Erfolge vorzuweisen hat. Das stimmt, auch wenn es keine Zeitschriftentitelstory ist. Aber da ist noch viel „Luft nach oben“ und noch viel zu tun.

Also fangen wir an weiterzumachen!

Wir können den Männern mit gutem Beispiel vorangehen, denn auch sie leiden auf ihre eigene Art unter der derzeitigen unwürdigen und festgefahrenen Geschlechterzwangsjacke.

Der angebotene Jahreskurs vermittelt ein wunderschönes Frauenbild, eine wertschätzende Sicht auf die eigene, freie Weiblichkeit. Dazu muss aber auch unsere verwirrte Zwillingsschwester erlöst werden, die verborgen in uns steckt.

Diese Zwillingsschwester hat den Bonus des „hilflosen Opfers“ in ihrem Leben fest eingerechnet. Immer sind nur alle andere Schuld an allem. Sie hat mit

nichts etwas am Hut. In Konflikten lächelt sie und intrigiert hinter den Kulissen. Sie ist nett, egal, wie wütend sie ist. Das verlangt sie auch von anderen Frauen. Es der ganzen Welt „recht“ zu machen, das ist ihr wichtig, auch wenn die Welt dummes Zeug will. Wir kennen diese verborgene Seite in uns allen. Sie ist der unglückliche Teil in uns, der nichts ändern will.

Sie aus ihren Fesseln zu lösen, ist entscheidend für jede von uns. Dann kann der Weg sich ebnen, der zu einem sinnerfüllten, aktiven Leben führt. Der Kurs geht davon aus, dass das Persönliche auch immer politisch ist und umgekehrt. Deshalb gibt es weder einen rein individuellen noch einen nur gesellschaftspolitischen Ausweg für Frauen. Beides muss sich treffen, wie bei den Fäden eines Webstücks.

WIE ARBEITEN WIR?

Alte Märchen, Filme, Rollenspiele, Lieder, Kunst, und altes und neues kritisches Frauenwissen, mündlich überliefert und in Übungen gepackt.....

Wir erkunden, was Feminismus alles sein kann und was Weiblichkeit in unserer Gegenwart bedeuten könnte.

Jede Frau wird, verbunden mit ihrer Lebensgeschichte, ihr ganz persönliches Arbeitsprogramm erarbeiten. Das gilt für den persönlichen und den gesellschaftlichen Bereich des Lebens. Wir werden uns bei später möglichen Treffen, über Ergebnisse austauschen.



TERMINE UND INHALTE DES JAHRESKURS:

FRÜHJAHRSTREFFEN 22. und 23. Februar 2020

Das weiße Kind betritt die Bühne und begegnet Freud und Leid in der Familie. Vorbilder, Spiel und Traditionen, Gewalt und Trennungen berühren sie. Was könnte freie Mütterlichkeit für das Kind sein? Opferbewusstsein als toxisches Erbe, Epigenetik und Vergebung als Auflösung. Familie ist da, wo die Kinder sind. Das Mädchen bringt das Potential der Ahnen mit und spürt neue Aufgaben.

Weiß wird zu Rot – der Übergang.....die Pubertät

SOMMERTREFFEN 6. und 7. Juni 2020

Die rote Frau erscheint und zeigt ihre Schönheit. Der Tanz der Verliebtheit und Liebe, Sexualität und vielleicht Kinderwunsch bewegen sie. Sie will ankommen im Leben. Beruf und Gesellschaft nagen an ihr. Entwertung und Demütigung sind gewöhnlich. Reproduktionstechnologie und digitalisierte Sexualität machen ihr zu schaffen. Kind und Karriere, dieser Plan scheitert oft. Ist Depression oder Burn-out ein Ausweg? Der Lebensplan verschwimmt in alltäglichen Belastungen. Kluge Entscheidungen sind schwer. Nützliche Fragen

und Empörung entstehen dennoch. Die Wildnis ruft, aber Frauen haben keine Zeit. Doch sie haben Träume.

Rot wird zu schwarz – der Übergangdie Wechseljahre

HERBSTTREFFEN 19. und 20. September 2020

Das schwarze Kleid der Alten erzählt von Lebensgeschichten, die niemand hören will. Die Seniorenresidenz ruft und die Pflegestufe wartet. Das Geld ist knapp, sehr knapp. Das Leben wird fremd und Gebrechen mehren sich. Wer sich damit nicht wohl fühlt, muss den Mut haben, eine „verrückte“ Alte zu werden. Lebenskluge Ahninnen sind ein Kulturschatz mit echter Autorität. Ihr Wissen über Sinn, Rituale, über Geburt, Tod und Trauer, Familie und Sexualität, ist lebenswichtig für Frauen. Sie kennt die 13 Regeln einer weisen Alten. Die Alte gibt das wissende Erbe weiter an die Nachfahrenden, die es hören wollen.

Schwarz wird zu Sternengefunkel – der Übergang Sterben und Tod

WINTERTREFFEN 18. und 19. Dezember 2020

Im Winter rückt die Gemeinschaft zusammen. Wie schon früher in der Spinnstube stellt sich uns die Frage, ob Frauen die besseren Menschen sind. Wir brauchen Basiswissen über alternative Frauenheilkunde. Gute Kenntnisse über Umweltmedizin für Frauenkörper, verhelfen uns zu selbstbestimmten Entscheidungen, statt Pharmakonzerne auf unsere Kosten zu füttern. Statt zweifelhafter Routinemammographien rücken Verantwortlichkeit und Spiritualität ins Zentrum. Das Wissen vom Leben und Sterben und kluges weibliches Konfliktverhalten werden neu überdacht und mündlich weitergegeben. „Das Beste kommt zuletzt!“ sagt die Alte und wendet sich der Mutter und dem Kind zu. Weiß, Rot und Schwarz bilden zusammen das wiederkehrende Muster der Gemeinschaft. Der Kreislauf fließt weiter.

WAS IST DAS ANLIEGEN DIESES JAHRESKURSES?

Frauen mögen beste Freundinnen haben, aber der Clan im Rücken, der fehlt. Auch Kindheit, Reife und Alter sind in unserer Alltagskultur streng getrennt. Über manche heiklen Themen redet man eh nicht und frau auch nicht. Wir stehen Problemen, die uns alle auf ähnliche Art und Weise betreffen, vereinzelt und isoliert gegenüber. Viele resignieren oder tragen ihr Päckchen zur Psychotherapie. Aber aus der Malaise einen XX-Chromosomensatz zu haben, gibt es nicht wirklich einen individuellen Ausweg. Wir können der Welt nicht einfach den Rücken kehren und uns ganz allein glücklich meditieren oder therapieren. Es wird wahrscheinlich nicht klappen. Viele hängen in uralten Schleifen und hinderlichen Gewohnheiten fest. Es ist für Frauen leicht möglich, sich im Gewirr einer konsum- und männerdominierten Gesellschaft hoffnungslos zu verlaufen.

Wir wollen den Alltag für uns selbst und andere neugestalten, so dass ein für Frauen und Mädchen lebenswertes Umfeld möglich wird. Um nichts weniger als das, geht es. Frauen, die den „Schuss“ gehört haben, wissen, dass wir aber nur im Feld vieler Frauen Gewicht haben. Allein machen sie uns ein! Das gilt heute wie früher.

Nun soll aber weder einer Partei noch privaten Lesezirkeln das Wort geredet werden. Das Anliegen des Jahreskurs „Die Kraft der Wölfin“ ist, weibliche Lebenserfahrungen gemeinsam auszuwerten und uns gegenseitig mit Handlungsstrategien zu inspirieren. So kann ein wirkmächtiges Bewusstsein bei Frauen entstehen, das unmittelbar in den Alltag hineinwirkt. Jede Teilnehmerin wird ihr ganz persönliches Arbeitsprogramm erarbeiten, das aus ihr eines Tages eine zufriedene, weise Alte werden lässt, die ein lebenswertes Leben führt.

Feminismus bedeutet in diesem Kontext übrigens nicht gegen Männer, sondern für Frauen zu sein. Das ist lustvoll, kritisch und heilend, auch für Männer.

Über mich:

1952 wurde ich in Süddeutschland auf dem Land geboren. Ich bin Mutter zweier erwachsener Kinder und aktive Großmutter für drei Enkelkinder.

Seit 1979 bin ich in eigener Praxis als Heilpraktikerin berufstätig. In dieser Zeit habe ich häufig unterrichtet, Vorträge und Seminare abgehalten, unter anderem auch am damaligen „Völkerkundemuseum Hamburg“. Meine Themen sind: europäische Naturheilkunde und das schamanische Wissen des alten Europas. Ich habe für 9 Jahre den Verein „schamanisches Netzwerk Europa e.V.“ als Vorstandsvorsitzende geleitet.

Seit 22 Jahren leite ich die 3-jährige Ausbildung „Mütter Nacht im Labyrinth“, schamanisch inspirierte Heilkunde für Frauen. 25 Jahre lang habe ich das Seminar „Willkommen im Leben“, ein Frauentraining, ebenfalls konzipiert und geleitet.

An der medizinischen Fakultät der Universität Hamburg hatte ich einen Lehrauftrag für empirische Pflanzenheilkunde. In Zusammenarbeit mit der Psychiatrie Eppendorf hielt ich einen Vortrag an der Universität Hamburg zum Thema „interkulturelle Wahrnehmung von Psychosen“.

Mit 16 Jahren habe die erste Frauengruppe gegründet und mich seither beständig im Bereich Frauengesundheit und Frauenrechte engagiert. Ich lebe und arbeite in Hamburg.



Der Jahreskurs „ **Die Kraft der Wölfin**“ richtet sich an.....

- Frauen von 18 bis 99
 - Mütter und Singles
 - Politische und ahnungslose Frauen
 - Prostituierte und Theologinnen
 - Schulabbrecherinnen und Akademikerinnen
 - Wohlhabende Frauen und Hartz 4 Empfängerinnen
 - Kranke und gesunde Frauen
 - Veganerinnen und Fleischesserinnen
 - Lesbische, heterosexuelle, transsexuelle, bisexuelle und asexuelle Frauen
 - Lehrerinnen und Schülerinnen
 - Großmütter und Enkelinnen
 - Handwerkerinnen und Büroladies
 - Ordentliche und chaotische Frauen
 - Denkerinnen und Träumerinnen
 - Einheimische und zugezogene Frauen
 - Skeptische und zuversichtliche Frauen
 - Schwarze, gelbe, rote, blaue, weiße und grüne Frauen
-einfach an alle Frauen die breit sind, zu lernen.

WO? WIE? WANN? WIE VIEL ?

Ort: Naturheilpraxis Fuhrberg, Brookkehre 11 in 21029 Hamburg-Bergedorf

Zeiten: Samstag und Sonntag jeweils 8 und 4 Stunden (12 Stunden pro

Wochenende, inkl. Pausen)Kosten: pro Wochenendseminar 194,40 € + 19 %

Mwst. von 45,60 € inklusive, das sind 240 € inkl.Mst. pro Treffen.

Zusammen für 4 Seminare im Jahr inkl. MwSt. = 960,00 €

Mindestteilnehmerinnenzahl 10 Frauen. Maximal können 16 Frauen teilnehmen.

Voraussetzungen gibt es nicht.

Anmeldeschluss ist 14. Februar 2020

Bildungsgutscheine werden nicht akzeptiert. Schlechte Erfahrungen

Kontakt, Anfragen und Anmeldungen über :

SEMINAR CON-SENS

Hildegard Fuhrberg

Brookkehre 11

21029 Hamburg

con-sens@web.de

040/7242420

www.alteheilkunst.com

