

HEYNE <

Die Autorin

Maitreyi D. Piontek ist spirituelle Lehrerin, medizinische Sexologin und esoterische Heilerin. Seit 1972 arbeitet sie mit Menschen und befasst sich mit ganzheitlicher sexueller Heilung, Spiritualität, Meditation und okkulten Wissenschaften. Ihre Arbeit im Bereich Spiritualität und Sexualität gilt als Pionierarbeit und ist für Frauen auf der ganzen Welt zu einem wichtigen Wegweiser auf der Suche nach einer neuen Weiblichkeit geworden. Ihre Bücher wurden bisher in 14 Sprachen übersetzt. Maitreyi ist als internationale Seminarleiterin tätig, führt eine Praxis für ganzheitliche Sexualberatung in Zürich und ist Leiterin einer Mysterienschule.

www.newdaughters.org

www.maitreyipiontek.com

MAITREYI D. PIONTEK

WEIBLICHES MANIFEST

Entdecke deine authentische
und lustvolle Spiritualität

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden.
Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr.
Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden,
die aus den im Buch gemachten praktischen Hinweisen resultieren,
eine Haftung übernehmen.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier *Munken Premium Cream*
liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Taschenbucherstausgabe 06/2013

Copyright © 2009 by Ansata Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Copyright © 2013 dieser Ausgabe by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany 2013
Redaktion: Dr. Diane Zilliges
Illustrationen: Sandra Tschan
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München
Umschlagmotiv: © Egyptian National Museum, Cairo;
Egypt/Bridgeman, Berlin
Herstellung: Helga Schörnig
Satz: Christine Roithner Verlagsservice, Breitenauich
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-70233-2

<http://www.heyne.de>

Dieses Buch widme ich all den Frauen,

- ♥ die ihren weiblichen Weg gehen, auch wenn es schwierig wird,
- ♥ die ihre weibliche Verantwortung wahrnehmen und ihren weiblichen Beitrag leisten,
- ♥ die mutig genug sind, wahrhaftig zu sein,
- ♥ die Spaß daran haben, ihre Weiblichkeit zu heilen und zu entwickeln,
- ♥ die sich selbst treu sind und ihre Seele nicht verkaufen,
- ♥ die sich dafür einsetzen, ihre Weiblichkeit zurückzuerobern,
- ♥ die die weiblichen Schätze bewahren und beschützen,
- ♥ die ihrer Weiblichkeit eine echte Chance geben.

Inhalt

Liebe Leserin	13
Dein weibliches Manifest	18
<i>Im Zeitalter der Täuschung</i>	23
Weiblichkeit heute	25
Die Zeit ist reif für weibliche Heilung	26
Dein Beitrag zählt	27
Vergessenes weibliches ABC	29
Auf dem Scheiterhaufen	31
Prioritäten setzen	32
Weibliche Wunden	34
Weibliches Meer	34
Die Zeit der großen Täuschung	37
Die Schleier lüften	38
Den Gefühlen trauen	39
Die Welt braucht sexuelle Intelligenz	40
Echte Frauenpower	42
Was möchte dieses Buch?	43
Unterscheidungsgabe	43
Weibliche Befreiung	44
Unterschiedliche Frauen	47
Widersacherinnen	47
Zeit für den nächsten Schritt	48
Mit Haut und Haaren	49
<i>Polarität</i>	53
Getrennte Wege	55
Grundsätzliches	55
Feminin oder maskulin	57
Männlich gepolt	58
Weibliches Potenzial	59
Gegensätze: weiblich oder männlich?	60
Schwach – Stark	60

Wasser – Feuer	62
Innen – Außen	64
Tiefe – Höhepunkt	66
Entspannung – Spannung	70
Richtlinien zur Entspannung	71
Langsam – schnell	73
Leere – Fülle	76
Fühlen – Denken	78
Intuition – Logik	80
Genießen – Trainieren	81
Hingabe – Kontrolle	82
Natürlich – technisch	85
Realität – Fantasie	88
Östrogen – Testosteron	91
Sein – Tun	92
Nähren – Erzeugen	94
Blut – Energie	95
Inhalt – Form	100
Religiös – politisch	102
Weisheit – Wissen	104
Sich gut fühlen – Gut sein	106
Stille – Lärm/Bewegung	108
Was bedeuten all die Polaritäten für dich?	110
Deinen weiblichen Weg beginnen	110
Aus weiblicher Kraft	112
Männliche Überlebensstrategien	113
Männliches Handicap	115
Der Weg des Wassers	116
<i>Weibliche Expedition</i>	117
Selbst ist die Frau	120
Die Erde leidet	121
Das Nein der Frauen	123
Ja oder Nein?	124
Ergründe dein Nein	125
Unabhängigkeit	127
Will ich mich wirklich entwickeln?	129
Gefahren und Chancen der Selbstheilung	129
Weibliche Gesetze	132
Schwangerschaften	133

Richtlinien zur weiblichen Art, Projekte umzusetzen	134
Meditieren statt therapieren	136
Weibliche Traditionen	136
Esoterisch oder exoterisch	137
Verborgene Weisheit	139
Weibliches Fundament	140
Weg der Ent-Täuschung	140
Deine Heimkehr	141
Es wird auch schwierig werden	142
Schwachpunkte kennen	144
Krisen	145
Hindernisse	148
Prüfungen	149
Gut vorbereitet starten	153
Neue alte Wege	154
Kollektiver Sog	156
Heilung im Inneren	160
Die weibliche Sprache lernen	161
Göttliche Magie	163
Mit der Beständigkeit des Wassers	163
<i>Materiell, spirituell oder sexuell?</i>	165
Im richtigen Modus	167
Andere Ebene – anderer Zugang	168
Ursachen beheben	170
Hinter den Kulissen	172
Die Ebenen und Körper	173
Verschiedene Lebensprinzipien	174
Richtige Währung	175
Materieller Körper	176
Geld regiert die Welt – zumindest die materielle	177
Geld verdienen – spirituell korrekt	178
Arbeit am weiblichen Körper	180
Spirituelle Körperarbeit	180
Spirituelle Erschütterungen	182
Weibliche Arbeit am Körper	182
Den weiblichen Körper nähren	184
Der Wille	187
Richtlinien zur Entwicklung des weiblichen Willens.	190

Der Gefühlskörper	192
Fühlen ist die Basis	193
Emotionale Wunden	194
Emotionale Belastungen erkennen	195
Weitere Ursachen für einen gestörten Emotionalkörper	197
Emotionale Stimulation	197
Emotionale Verschmutzung	198
Sensitive	200
Die häufigsten Ursachen emotionaler Verschmutzung	200
Es braucht mehr Sensibilität	204
Richtlinien zur emotionalen Heilung	206
Transformation	207
Astralebene	208
Kreativität	209
Verstand und Mentalkörper	211
Mentalkörper	213
Weibliche Meditation	213
Frauen meditieren anders	214
Geist/spirituelle Ebene	216
Richtlinien zur Entfaltung der spirituellen Ebene	217
Seele	218
Weibliche Mysterien	219
Die Seelen nicht verhungern lassen	221
Die Polarität zwischen den Ebenen	221
Spirituelle Zentren	223
Das Lebenszentrum	224
Weibliches Zentrum	226
Gebärmutterbewusstsein	227
Tor zu Himmel und Hölle	230
Wie die kollektive Ebene wirkt	231
Missbrauch betrifft alle	234
Persönlichkeitskonzept	236
Die eigene Persönlichkeit und das eigene Ego erkennen	239
Identifizierungen aufgeben	242
Schutz vor deiner eigenen Persönlichkeit	244
Keiner ist vor sich selbst sicher	244
Spirituelle Masken	246
Egofalle	247

Macht der Persönlichkeit	249
Die Psychologie verletzt Frauen	250
Erfolg und Ego	251
Traditioneller Unterricht	252
<i>Reisevorbereitungen</i>	255
Deine weibliche Heilung beginnt	258
Deine Beweggründe	260
Deine Ausrichtung	261
Ziele	264
Deine Gesundheit	266
Weiblicher Tempel	267
Heilende Wunder	268
Körpersignale erkennen	270
Basics der weiblichen Selbstheilung	271
Weibliche Wurzeln und die Zentrierung	272
Emotionale Heilung	273
Muster auflösen	275
Hexenbesen	276
Die innere Heilerin	278
Reinige dich selbst	279
Sexuelle Befreiung	279
Finanzen	280
<i>Führer und Verführer</i>	283
Braucht frau Hilfe auf dem Weg?	286
Gefühlswelten erschließen	286
Wieder eine Frage der Ebene	287
Übertragungen und spirituelle Eintrittskarten	289
»Mein« Inder	290
Die Reise beginnt	291
Gruppen- oder Einzelreise?	292
Frauengruppen heute	293
Gruppenseelen	295
Gruppengeist	296
Geschützte Räume	298
Östliche oder westliche Wege?	299
Wichtige Umwege	300
Im Westen	303
Lehrerinnen und Schulen	304
Egopower im spirituellen Gewand	306

Männliche Helfer	306
Spirituelle Märchenprinzen	307
Echte Unterstützung finden	310
Es geht nur um dich	311
Esoterisches Kuddelmuddel	312
Gib deiner Weiblichkeit eine Chance!	314
Weibliches Lernen	315
<i>Verschiedene Lebensetappen</i>	317
Weise Frauen	320
Unterschiedliche Voraussetzungen	321
Wachstumsphase bis 14	323
Es beginnt lange vor der Geburt	324
Vor der Empfängnis	326
Unbewusster Kinderwunsch	327
Unfruchtbar	327
Geburt	331
Die neuen Menschen	332
Erziehung zum Glück	332
Verlorene Weisheiten	334
Blütezeit von 14 bis 28	335
Erweckung der Sexualität	335
Rebellion	336
Sprache des Blutes	337
Zeit des Reifens von 28 bis 42	339
Altersvorsorge auf mehreren Ebenen	341
Last-Minute-Schwangerschaften	343
Phase des Rückzugs von 42 bis 56	345
Gut genährt	347
Im Inneren ruhen	348
Andere unterstützen	349
Die Qualität der Zeit nutzen	351
Der Winter von 56 bis 70	353
Neubeginn: 70 bis in die Unendlichkeit	355
Lebe deine Bestimmung	356
<i>Schlusswort</i>	359
Danksagung	365
Seminare und Adressen	366

Liebe Leserin (und lieber Leser),

es ist über 25 Jahre her, dass sich mir die Tore zur mystischen Weiblichkeit erstmals öffneten und ich die Welt aus einer neuen weiblichen Perspektive betrachten und erfahren konnte. Diese Öffnung war die Belohnung für meine unermüdliche Suche, meine intensive spirituelle und sexuelle Befreiungsarbeit und die jahrelange Meditationspraxis. Seit ich meine Volljährigkeit erlangt habe und selbst über mein Leben bestimmen darf, hat mein spiritueller Weg mit allem, was dazu gehört, oberste Priorität. So machte ich mich im Alter von 21 Jahren auf die Suche und reiste nach Indien, um mein Leben vollständig diesem Projekt zu widmen. Seither sind Meditation, Spiritualität und meine sexuelle Entwicklung die wichtigsten Konstanten in meinem Leben.

In diesen jungen Jahren wäre ich niemals auf die Idee gekommen, mich mit weiblicher Heilung zu befassen. Wozu auch? Mein Leben war spirituell, lustvoll, abenteuerlich und intensiv. Als langjährige Schülerin von Osho wurde ich intensiv geschult und gut darauf vorbereitet, dass tief greifende Heil- und Transformationsprozesse in mir geschehen konnten. Dass sie mich in eine neue Weiblichkeit führen würden, hatte ich überhaupt nicht erwartet. Inzwischen weiß ich, dass sich mystische und spirituelle Erfahrungen immer durch die Hintertür einschleichen und uns dort überraschen, wo wir es gerade nicht erwarten. Und dass solche Erfahrungen und Erkenntnisse immer total anders sind, als wir denken oder es uns wünschen. Das ist auch der Grund, warum Mystiker und eingeweihte Lehrer mit unkonventionellen und oft wider-

sprüchlichen Methoden arbeiten. Sie umgehen und verwirren den Verstand, damit er die für die Entwicklung der Seele wichtigen umwälzenden Prozesse nicht mit all seinen Erwartungen und Ideen verhindern kann. Sobald sich der Verstand einschaltet und bestimmte Vorstellungen und Bilder verfolgt, können die Wunder in uns nicht geschehen.

So stellten nun auch meine mystischen weiblichen Erfahrungen alles, was ich kannte, auf den Kopf und infrage. Kein Stein blieb auf dem anderen. Mein ganzes Wesen musste sich wandeln. Berührt, verwundert und zugleich total neugierig begann ich, mich auf die neue Realität einzustimmen und voller Experimentierfreude eine geheimnisvolle neue Welt zu entdecken.

Damals war Weiblichkeit nicht so populär wie heute. Es war eine völlig andere Zeit. Frauen waren noch überhaupt nicht auf weibliche Werte sensibilisiert. So gab es auch nur sehr wenige Frauen, die sich ernsthaft für ihre sexuelle und spirituelle Befreiung einsetzten. Nach Jahrhunderten der sexuellen Unterdrückung und der spirituellen Scheinheiligkeit wurde gar nicht mehr vermutet, dass sich in der weiblichen Sphäre so viel Weisheit und Kraft verbergen würden. Dass auch normalsterbliche Frauen einen Zutritt in die Mysterienwelt finden können, damit rechneten die meisten nicht – und viele tun es leider bis heute nicht. Sie geben sich in ihrer spirituellen Entwicklung schon mit sehr wenig zufrieden. Die meisten Frauen sind sich nicht bewusst, dass wir jahrtausendlang von einer echten authentischen Spiritualität abgeschnitten wurden und es zunächst erforderlich ist, die üblichen Methoden grundlegend zu hinterfragen. Damit sich ein neues weibliches Bewusstsein entfalten kann, braucht es die tief greifende spirituelle Befreiung ebenso wie die sexuelle.

Obwohl ich bereits gut meditieren konnte und eine sehr befreite und natürliche Sexualität lebte, realisierte ich bald,

dass da ein noch viel größeres Potenzial in mir schlummerte, das im Zusammenhang mit meiner Weiblichkeit stand. Zugleich musste ich meiner Realität ins Auge blicken und mir eingestehen, wie verletzt, unbewusst und geschwächt meine weiblichen Anteile im Grunde waren. Es ging fortan darum, diese unbewussten weiblichen Anteile in der Tiefe zu heilen und zu rehabilitieren. Ich setzte alles daran, dass dies geschehen konnte.

Ich bekam damals auf meinem Weg in die weibliche Freiheit keinerlei Unterstützung von außen. Ich hatte keine Vorgaben oder Ideen, wie ich diesen neuen Weg gehen sollte, und auch keine Vorstellung davon, was mich erwarten würde. Es gab keine anderen Frauen, Ratgeber oder Lehrerinnen, an deren Erfahrungen ich mich hätte orientieren können und die mir hätten sagen können, wo es langgeht. Es war glücklicherweise aber auch niemand da, der meinen Weg mit eigenen Sehnsüchten, Träumen oder Konzepten blockieren oder mich im Namen der Weiblichkeit in eine falsche Richtung führen konnte. Das war meine große Chance. Mein Weg war unbeschrieben, undefiniert und völlig offen. Ich war darauf angewiesen, meiner Intuition, meinen weiblichen Kraftquellen und meinen neuen weiblichen Tools zu vertrauen, die mir den Mut, die Sicherheit und die Kraft verliehen, gegen den Strom zu schwimmen.

Dieses unkonventionelle Abenteuer führte mich immer tiefer in die Mysterien der Weiblichkeit. Es brachte mich an Orte, von denen ich nicht einmal gewagt hätte zu träumen, so überwältigend waren sie. Auf diese unerwartete Art und Weise in die Mysterien der Weiblichkeit eingeweiht zu werden, erfüllte mich mit einer tiefen Demut und Dankbarkeit.

Meine Reise brachte mich aber auch in die tiefsten Abgründe meiner Seele, an Orte der Verwirrung, der Ohnmacht und

des Zweifels. Mich auf diese schmerzhaften Bereiche einzulassen, war ein wichtiger Teil dieser Entdeckungsreise. Immer wieder wurden mir harte Prüfungen gestellt und ich musste mich aufs Neue entscheiden, ob ich diesen unbequemen Weg in ein neues weibliches Bewusstsein wirklich gehen wollte.

Die überwältigenden und erkenntnisreichen Erfahrungen, die ich auf dem weiblichen Weg machte, inspirierten mich, auch meine Arbeit mit anderen komplett neu auszurichten. Ich hatte damals eine gut gehende Praxis für ganzheitliche Sexualberatung in Zürich, war erfolgreiche Seminarleiterin und befasste mich privat und beruflich intensiv mit der chinesischen Gesundheitslehre und taoistischer Energiearbeit. Auch hierin musste ich alles grundlegend verändern und neu erfinden. Einerseits war ich von der chinesischen Gesundheitslehre, ihrer Medizin, Kräuterkunde und auch Ernährungslehre sehr angetan. Andererseits realisierte ich, wie ungünstig sich die taoistischen Übungen und die sogenannten spirituellen Praktiken, die, wie ich ernüchert feststellen musste, ausschließlich auf den männlichen Energiehaushalt ausgerichtet sind, auf meinen weiblichen Heilprozess auswirkten.

Je tiefer ich mich auf meinen eigenen Heilprozess einließ, umso deutlicher konnte ich die Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen Energiemustern wahrnehmen. Meine überwältigenden spirituellen Erfahrungen ermöglichten es mir nach einer Zeit, diesen Weg nicht nur selbst zu gehen, sondern auch andere Frauen zu motivieren, ihren weiblichen Weg zu entdecken.

1996 erschien mein erstes Buch *Das Tao der Frau*, was so viel heißt wie »der Weg der Frau«. Es beschreibt diese ersten Schritte. Obwohl das Buch für mich eine grundlegende Kritik am Taoistischen und an anderen männlichen Systemen war,

hielt ich es damals nicht für nötig, diese negativen Aspekte und meine Kritik auszuformulieren. Ich dachte, dass eine Frau, die sich auf den weiblichen Weg einlässt, das automatisch selbst erkennen würde. So war ich der Meinung, dass meine frauengerechte Alternative, weiblich ausgerichtete Praxisbücher anzubieten, ausreichend sei, um Frauen für den weiblichen Weg zu sensibilisieren. Ich unterschätzte damals, wie tief vergraben die weiblichen Wunden liegen und wie männlich Frauen dadurch geworden sind. So wurden meine Bemühungen, die Weiblichkeit neu zu definieren, um sie nachhaltig zu heilen und zu befreien und Frauen für eine neue Weiblichkeit zu mobilisieren, fälschlicherweise in vielen Kreisen als eine Lobeshymne auf die taoistische Tradition aus China verstanden, die in ihrer Essenz alles andere als frauenfreundlich ist.

Ich habe jahrelang mit angesehen, wie dieser neue Ansatz der weiblichen Heilung missverstanden wurde, und je tiefer ich in diese Thematik eintauchte, umso mehr realisierte ich, dass nicht nur meine Arbeit, sondern die Weiblichkeit generell durch Fehlinterpretationen, täuschende Manipulationen sowie durch dauernden Missbrauch stark behindert wurde. Das war die Realität. So stand es um die Weiblichkeit. Und wieso sollte diese weibliche Arbeit davon verschont bleiben? Als großes Mysterium wird die Weiblichkeit seit Jahrtausenden geschützt, versteckt und mit unzähligen Schleiern verhüllt, und diese zahllosen Schleier müssen erst gelüftet werden, damit uns die Weiblichkeit ihre verborgenen Geheimnisse offenbart. Deshalb ist es auch kein Wunder, wenn es im Zusammenhang mit Weiblichkeit auch heute noch immer wieder zu verwirrenden Missverständnissen kommt.

Da ich mich schon seit so langer Zeit auf dem weiblichen Weg befinde und mich mit so vielen Aspekten der sexuellen und spirituellen Befreiung befasst habe, weiß ich aus eigener

Erfahrung, wie heimtückisch der Umgang mit dem Unbewussten ist und wie viel Aufmerksamkeit und Übung es benötigt, den Weg aus dem unbewussten weiblichen Kollektiv in ein neues weibliches Bewusstsein zu finden. Ich bin von Natur aus mit einer sehr ausgeprägten Wahrnehmung ausgestattet, die mich Energiemuster und Realitäten erkennen lässt, bevor sie sich manifestieren. Diese Gabe ermöglichte es mir, neue Dimensionen der Weiblichkeit zu erschließen, und sie hilft mir auch, Frauen ganzheitlich zu schulen und sie in ein neues weibliches Bewusstsein zu begleiten.

Obwohl Weiblichkeit inzwischen en vogue ist, gibt es bislang nur sehr wenige Frauen, die sich wirklich auf den weiblichen Prozess einlassen können und ihre Weiblichkeit tief greifend heilen und rehabilitieren. Es sind deswegen so wenige, weil den meisten schlicht und einfach die dafür nötige spirituelle Schulung und das Know-how fehlen, um diesen Weg erfolgreich gehen zu können. Es reicht nicht aus, sich lediglich ein paar weibliche Juwelen oder Übungen herauszupicken oder mit Frauen Feste und Rituale zu feiern. Es reicht nicht aus, sich mit anderen Frauen auszutauschen und zu vernetzen oder sich etwas femininer anzuziehen. Das alles macht den männlichen Weg vieler Frauen vielleicht etwas sinnlicher, es lässt ihn weiblich erscheinen, doch weiblich wird er dadurch nicht. Die Weiblichkeit kann nicht erweckt werden, sie braucht einen tief greifenden Heil- und Befreiungsprozess, damit sie sich endlich natürlich entfalten kann.

Zu lange wurden Frauen vom inneren Kreis der Religionen ausgeschlossen. Sie haben weder innere Schulungen erhalten, noch wurden sie in die Geheimwissenschaften eingeweiht. Es war ihnen sogar verboten, und in den großen Weltreligionen wie Christentum, Islam, Buddhismus und Judentum ist das zum großen Teil bis heute so. Frauen sind es nicht gewohnt,

ihr Inneres zu entwickeln, zu meditieren und ein höheres Bewusstsein zu erlangen. Und weil diese wichtigen Erfahrungen nicht im weiblichen Kollektiv verankert sind, vermissen Frauen sie nicht einmal und suchen auch nicht danach. Sie geben sich mit einer sehr unterentwickelten, unterdrückten Spiritualität zufrieden.

Viele Frauen und auch sogenannte spirituelle Lehrerinnen sind sich nicht bewusst, dass es eine fundierte innere Schulung benötigt, um die weiblichen Mysterien zu ergründen und die weibliche Spiritualität aus ihrer endlosen Gefangenschaft zu befreien. Dies zu wagen, das ist die weibliche Aufgabe. Um Missverständnisse aufzulösen und weitere Leerläufe zu vermeiden, schrieb ich dieses *Weibliche Manifest*. Ich möchte dich damit inspirieren und motivieren, dich auf die Suche nach deiner verlorenen authentischen Spiritualität zu machen. Ich möchte dich anregen, diesen herausfordernden und zugleich lustvollen weiblichen Weg zu gehen – den Weg der meditativen Genießerin.

Dein weibliches Manifest

Damit sich dein weibliches Potenzial manifestieren kann, benötigst du ein tiefes Verständnis für deine Weiblichkeit und die universellen Gesetze, in die sie eingebettet ist. Dazu ist es unerlässlich, sich grundlegende Gedanken zum Thema Weiblichkeit zu machen und sich mit den Eigenheiten und Umständen des Frauseins kritisch auseinanderzusetzen. Zu viele verfälschte Ideen blockieren heute den weiblichen Weg. Viele Frauen werden dadurch unnötigerweise demotiviert und geben ihre Ideale und Visionen entmutigt auf. Deshalb ist das *Weibliche Manifest* bewusst kein Praxisbuch. Bevor du konkrete Schritte unternimmst, gib dir Zeit, dich mit dem Thema Weiblichkeit etwas tiefer zu beschäftigen.

Der weibliche Weg ist anders, als du denkst, denn es gibt keine Worte, die die Weiblichkeit in ihrer Ganzheit erfassen oder beschreiben könnten. Der weibliche Weg ist ein spiritueller und authentischer Weg, der nicht durch Übungen oder Techniken erschlossen wird, sondern durch Wahrhaftigkeit und Liebe. Der weibliche Weg ist eine Lebenshaltung. Er öffnet sich Frauen, die sich auf die weiblichen Bereiche ihrer Seele einlassen. Dieser tief greifende weibliche Prozess kann lediglich mit weiblichen Methoden wie beispielsweise Stille, Lieben, Heilritualen und symbolischen Handlungen, mit Meditation, Feiern und Dankbarkeitsgesten unterstützt werden. Übungen haben auf dem weiblichen Weg keine Priorität, weil wir Menschen einfach zu klein sind, um alles selbst zu kreieren. Wir müssen lernen zuzulassen, dass etwas passiert, das größer ist als wir.

Meine ersten Bücher schrieb ich als Ergänzung zum praktischen Unterricht für meine Schülerinnen, sodass sie nach dem Seminar dranbleiben konnten. Dass so viele Frauen rund um den Globus diese Texte lesen würden, damit hatte ich nicht gerechnet. Dieses Buch nun soll deine praktische Arbeit ergänzen. Vor allem möchte ich dir damit die spirituelle Ausrichtung und die etwas größeren Zusammenhänge der weiblichen Heilarbeit genauer erläutern. Denn das ist und war auch immer schon der Kern der weiblichen Arbeit, wie ich sie seit Jahren unterrichte und beschreibe. Übungen und Meditationen machen nur dann Sinn, wenn sie einem größeren Zusammenhang entstammen und in deiner persönlichen spirituellen Ausrichtung und Praxis eingebettet sind.

Dieses Buch soll dich anregen, deine eigene weibliche Realität zu erkennen. Damit Worte deine Weiblichkeit erreichen, müssen sie der Weiblichkeit entspringen, das heißt sie müssen aus der Intuition und eigener weiblicher Erfahrung heraus fließen. Das entspricht nicht der logischen, objektiven, wis-

senschaftlich-männlichen oder professionellen Art, in der die meisten Texte, die du heute liest, verfasst sind. Der weibliche Weg braucht die Beständigkeit des Wassers, um tiefe Spuren zu hinterlassen. Deshalb werde ich absichtlich gewisse Aussagen wiederholen.

Es ist nicht meine Absicht, dir alle Fragen zu beantworten. Im Gegenteil: Ich möchte neue Fragen in dir aufwerfen. Ich möchte nicht deine eventuellen Unsicherheiten mit Tipps und Empfehlungen überdecken, damit du sie nicht mehr spürst. Ich möchte die Sucherin und Forscherin in dir aktivieren, damit du selbst nach neuen Möglichkeiten in dir suchst, dein Leben anders zu leben – damit du lebst, wozu du bestimmt bist.

Wird versucht, die weibliche Welt mit dem Intellekt zu verstehen, tauchen immer Widersprüche auf. Der Intellekt ist das falsche Medium, um die Weiblichkeit zu erfassen. Es ist trotzdem wichtig, diese Ebene mit einzubeziehen, denn ohne eine differenzierte und auch etwas kritische Auseinandersetzung mit den Umständen kannst du dir in deinem Leben kaum den Raum schaffen, in dem sich deine Weiblichkeit manifestieren könnte.

Weiblichkeit kann sich dir nur durch deine eigene Suche und deine eigenen weiblichen Erfahrungen entschleiern. Ich kann weibliche Weisheiten und Erfahrungen, die mir zur Verfügung stehen, nur umschreiben. Solange du diese Erfahrungen nicht selbst gemacht hast, wirst du diese Worte irgendwie interpretieren und mich vermutlich missverstehen. Dies könnte dich beim Lesen ab und zu verunsichern oder gar etwas stören, doch das gehört dazu. Es geht in diesem Buch nicht darum, dass du mich, sondern dass du dich besser kennlernst. Zu diesem Zweck konfrontiere ich dich beim Lesen immer wieder mit Fragen. »Wer bin ich?«, heißt es dann. Am besten legst du dir ein Tagebuch zu, in dem du deine Antworten und eigenen Einsichten festhalten kannst.

Der weibliche Weg funktioniert für Frauen, weil er individuell und für jede einzigartig ist. Er unterstützt Frauen darin, wahrhaftig sie selbst zu sein. Niemand kann eine Frau langfristig wirklich zufriedenstellen. Aber: Sie selbst kann es. (Falls ein paar Männer diese Zeilen lesen sollten, hier ein wohlwollender Tipp: Entspannt euch, ihr seid nicht für das Glück einer Frau zuständig. Ihr dürft sie aber trotzdem lieben, ehren und verwöhnen und sie so nehmen, wie sie ist.)

Es ist notwendig, dass Frauen fundiert geschult werden und wirkungsvolle Tools zur Verfügung haben, damit sie den Weg aus der alten unbewussten Weiblichkeit in ein neues Bewusstsein finden können. Darum erlernen wir Frauen die Kunst der weiblichen Selbstheilung: damit wir es nicht nur besser wissen, sondern es für uns selbst auch bestmöglich manifestieren können. Wenn wir uns alle für unsere eigene weibliche Heilung und Entwicklung einsetzen, du dich für deine und ich mich für meine, geschieht schon sehr, sehr viel.

Es wird in diesem Buch nicht möglich sein, alle weiblichen Themen und Aspekte zu berücksichtigen. Was für dich alles dazugehört, musst du ohnehin selbst herausfinden. Das Tagebuch, das ich dir als Begleitung zu diesem Buch empfohlen habe, soll nach und nach dein ganz persönliches, individuelles »weibliches Manifest« werden.

Viel Spaß und Inspiration auf deiner weiblichen Entdeckungsreise wünscht dir

Maitreyi

Im Zeitalter der Täuschung



Weiblichkeit heute

In der Zeit, in der wir leben, sind die Dinge selten so, wie sie sich präsentieren. Für ein paar Euro, ein bisschen Sex und etwas Zuwendung wird getäuscht, gemogelt und manipuliert. Um einen Mann zu kriegen, besprühen sich Frauen mit künstlichen Pheromonen, vergrößern ihren Busen mit Silikon, spritzen sich Botox unter die Haut und peppen sich ab und zu mit einer Linie Kokain etwas auf. Mogelpackungen sind heute an der Tagesordnung und in allen Lebensbereichen anzutreffen. Auf den ersten Blick wirkt eine Mogelpackung häufig ansprechender als das Echte. Doch langfristiges Mogeln ist sehr anstrengend, und wenn das Kartenhaus zusammenbricht, kommt das böse Erwachen: Der Moment, in dem frau ihrer eigenen Realität ungeschminkt und nackt gegenübersteht und nicht mehr wegschauen kann. Ich weiß von einer Ordensschwester, die mit ihrem Leben im Kloster Mühe hatte. Mithilfe von Klosterfrau-Melissengeist gelang es ihr zu entspannen und, wie sie mir erzählte, etwas Heiterkeit in ihr klösterliches Dasein zu bringen. Ich kann mir gut vorstellen, dass es sich mit ein paar Schnäpschen intus losgelöster frohlockt. Ich begleitete diese Nonne auf ihrem Alkoholentzug.

Wir leben in einer Zeit, in der Ärzte keine Heiler und Yogalehrerinnen keine Yoginis mehr sind. Esoterik, Spiritualität und Weiblichkeit wurden in den letzten Jahren kommerziell derartig ausgeschlachtet, dass es für Frauen immer schwieriger wird, sich im Dschungel von Glanzprospekten, Erleuchteten, Wunderheilern, Magiern, Therapiemethoden und Tantra-

Seminaren zurechtzufinden. In der Flut von vielversprechenden Hilfsangeboten fragen sich viele Frauen zu Recht: Ist das nun spirituell, sexuell oder kommerziell? Und was soll das Ganze überhaupt? Das sind wichtige Fragen, die sich frau immer wieder aufs Neue stellen sollte.

Die Zeit ist reif für weibliche Heilung

Um Wege aus diesem kommerziellen Irrgarten zu finden und die weibliche Spiritualität zu rehabilitieren, braucht es jetzt mutige Frauen, die sich gegen die kollektiven Strömungen und geschickten Manipulationen durchsetzen können. Es braucht Frauen, die ihre Weiblichkeit heilen und ihre Individualität entfalten, damit sich das neue weibliche Bewusstsein und die Heilkraft wirklicher weiblicher Wesen manifestieren können. Um dem Wahnsinn, der sich heute auf unserem Planeten abspielt, entgegenzuwirken, braucht es Frauen, die wahrhaftige weibliche Akzente setzen und nicht nur schön darüber reden oder so tun als ob. Es braucht Frauen, die ihren weiblichen Weg gehen. Noch sind diese Frauen eine kaum bemerkbare Minderheit. Doch die Zeit ist reif für weibliche Heilung und Transformation, denn das weibliche Zeitalter hat schon begonnen.

Den meisten Frauen geht es so, wie es mir am Anfang ging: Sie sind noch zu wenig auf weibliche Werte sensibilisiert, so dass ihnen gar nicht bewusst ist, wie männlich sie funktionieren. Deshalb realisieren sie auch nicht, dass ihre kostbarsten weiblichen Schätze unentdeckt verkümmern. Die Weiblichkeit ist so stark manipuliert und verzerrt, dass Frauen ihre wahre Heimat nicht mehr erkennen. Es ist ein Irrsinn, wie weit Frauen sich von ihren weiblichen Wurzeln entfernt haben und wie viele sich mit Halbwahrheiten, Sinnlosigkeiten und Mittelmäßigkeit begnügen und betrügen. Zu viele

Frauen haben ihre tiefsten Wünsche und Sehnsüchte begraben und mogeln sich halbherzig durchs Leben.

Dein Beitrag zählt

Wenn du wüsstest, was für eine wichtige Rolle du spielst! Sicherlich würdest du dich mehr um deine Heimkehr kümmern. Auf dem weiblichen Weg geht es nicht darum, ob ihn andere Frauen auch gehen. Der weibliche Weg ist weder eine Massenveranstaltung noch eine gemeinsame Aktivität. Es geht nur und ganz allein um dich. Es geht um die einzelne Frau, die ihren individuellen Weg geht. Denn gerade du kannst durch unscheinbare Kleinigkeiten etwas sehr Großes bewirken. Wir Frauen haben viel mehr Möglichkeiten und mehr Macht, als wir uns vorstellen können. Neben unserer Funktion als Mütter in unserer Qualität, etwas Neues zu gebären, besitzen wir die Macht, uns selbst zu gebären und zu verändern. Sich selbst zu verändern und sich selbst zu heilen, das bedeutet, die Welt zu verändern.

Es ist nicht schwierig, eine glückliche, erfüllte und unabhängige Frau zu sein. Das liegt in der Natur der Frau. Frauen haben sich jedoch so weit von ihrer wahren Natur entfremdet, dass diese Heimkehr weder spontan noch intuitiv geschieht. Du musst die weibliche Heilung wirklich wollen und bereit sein, dich für die Rehabilitation deiner Weiblichkeit einzusetzen. Dazu musst du das Weibliche kennenlernen und weibliche Wege gehen. Solange du männliche Wege gehst, verkümmert dein weibliches Potenzial in der Gefangenschaft.

WEIBLICHE WEISHEIT

*Die weibliche Natur braucht weibliche Wege, sie kann sich
niemals durch männliche Wege entfalten.*

Die Welt braucht lustvolle, natürliche, unabhängige Frauen. Einige haben sich tief inspirieren lassen, sie haben sich auf das weibliche Abenteuer eingelassen. Durch solche Frauen habe ich erfahren, dass der weibliche Weg, wie ich ihn erlebe und unterrichte, nicht nur für mich funktioniert. Die weiblichen Schätze sind allen Frauen zugänglich, die bereit sind, ihrer Heilung so viel Zeit einzuräumen, wie sie eben braucht. So wie ich Frauen inspiriere, so haben andere Frauen mich motiviert, meine Arbeit zu intensivieren, und mich aufgefordert, immer neue innere Grenzen zu durchbrechen und neue Bereiche zu erforschen. Es sind auch die Frauen, die mich seit Jahren baten, endlich wieder zu schreiben und meine Erfahrung mit anderen Frauen zu teilen.

Seit dem Erscheinen meines ersten Buches *Das Tao der Frau* hat sich in mir und meiner Arbeit sehr viel weiterentwickelt. Nie hätte ich mir erträumt, was der weibliche Weg für Kostbarkeiten in sich birgt. Ohne meine spirituellen Schwestern, meine Schülerinnen und meine Freundinnen säße ich nicht hier am Computer und würde dieses Buch schreiben. Auch sie haben erfahren, dass der weibliche Weg sie wieder in Kontakt mit den alten weiblichen Weisheiten und den ewigen weiblichen Mysterien bringt. Das Tor zu diesen Mysterien hat sich geöffnet. Die enorme Kraft, die dadurch in diese weibliche Arbeit strömt, ermöglicht es, Angefangenes weiterzuführen. Es ist mir ein tiefes Anliegen, die kostbaren weiblichen Schätze mit dir zu teilen und deine weibliche Seele zu berühren – ungeschminkt, unzensiert und natürlich in der Hoffnung, dass wir gemeinsam einen Schritt weiterkommen.

WEIBLICHE WEISHEIT

Der weibliche Weg verlangt, wie alles Gute auf Erden, seine Opfer. Er verlangt Mut, Ehrlichkeit und die Bereitschaft, sich mit Haut und Haaren auf den Prozess einzulassen. Dieser Weg ist ein sehr privater, innerer Weg. Den Frauen, die nur ab und zu etwas an der Weiblichkeit nippen, bleiben die weiblichen Mysterien verschlossen. Und das ist auch gut so.

Vergessenes weibliches ABC

Es stimmt mich oft traurig, wenn ich sehe, wie weit entfernt Frauen von ihrem weiblichen Potenzial, ihrer Weisheit und ihrer Kraft leben. Die Mehrheit heute weiß nicht, was es bedeutet, weiblich zu sein, oder was es bedeutet, weibliche Wurzeln zu haben. Die meisten Frauen kennen die Sprache des Blutes nicht und wissen nicht, wie sie ihre Weiblichkeit nähren und heilen können. Sie können ihre verletzten Gefühle nicht integrieren und kennen weder die Geheimnisse der Sexualität noch ihre eigenen weiblichen Schätze. Sie haben weder gelernt, allein zu sein, noch Stille zu genießen, noch sind sie in Kontakt mit ihrer weiblichen Heimat. Die Frauen sind so sehr im Außen beschäftigt, dass ihr Inneres leer, kalt und verunsichert bleibt. Sie sind stolz auf ihre männlichen Qualitäten und verbannen das Weibliche aus ihrem Leben.

- ♥ Zu viele Frauen haben der weiblichen Welt den Rücken gekehrt.
- ♥ Zu viele Frauen missbrauchen ihre Weiblichkeit.
- ♥ Zu viele Frauen nehmen regelmäßig Schlaftabletten oder Psychopharmaka – weil sie sich selbst nicht aushalten?

- ♥ Zu viele Frauen greifen zur Flasche oder halten sich an ihrem Nikotinstängel fest – um ihre innere Leere nicht zu spüren?
- ♥ Zu viele Frauen verkaufen für ein paar Euro oder ein bisschen Anerkennung ihre Seele.
- ♥ Zu viele Frauen täuschen vor, anders zu sein, als sie wirklich sind.
- ♥ Zu viele Frauen investieren Energie, Zeit und Geld, um sich eine tolle Maske anzueignen.
- ♥ Zu viele Frauen sind abgestumpft und gleichgültig und gehen den bequemsten Weg.
- ♥ Zu viele Frauen fühlen sich als Opfer und wissen nichts von ihren Visionen oder davon, wie sie sie umsetzen können.
- ♥ Zu viele Frauen sind so mit Äußerlichkeiten beschäftigt, dass sie kein erfüllendes Innenleben haben.
- ♥ Zu viele Frauen vernachlässigen ihre innere weibliche Entwicklung und bleiben deshalb abhängig, unterentwickelt und unbewusst.
- ♥ Zu viele Frauen nehmen ihre Gedanken so wichtig, dass sie nichts mehr fühlen.
- ♥ Zu viele Frauen kennen die Geheimnisse der Weiblichkeit nicht und sind von den unsichtbaren Welten abgeschnitten.
- ♥ Zu viele Frauen haben die Verbindung zu ihrer spirituellen Heimat verloren.
- ♥ Zu viele Frauen haben keinen Zugang zur weiblichen mystischen Welt und sind gefangen in ihrer eigenen kleinen Welt.
- ♥ Zu viele Frauen therapieren andere, ohne selbst auf dem weiblichen Weg zu sein oder zu meditieren.

Die meisten Frauen haben sich an diesen unnatürlichen Zustand gewöhnt. Das ist auch kein Wunder. Die Frauen der Welt haben eine lange Leidensgeschichte hinter sich, die nicht von einem Tag auf den anderen aufgelöst werden kann. Wir geben alle unser Bestes. Wüssten wir es besser, würden wir es besser machen, oder?

Auf dem Scheiterhaufen

Weder die Gesellschaft noch unsere Religionen haben ein echtes Interesse an starken, unabhängigen weiblichen Frauen. Es ist nicht so lange her, dass hier in Europa genau solche Frauen ausgerottet wurden. Ich weiß nicht, wie viele Frauen und mit ihnen auch ihre Katzen es waren, die auf dem Scheiterhaufen gelandet sind. Die von der christlichen Kirche vollbrachten Gräueltaten an Frauen haben die weibliche Seele in ihrem tiefsten Inneren erschüttert und traumatisiert, so stark, dass ein panisches Misstrauen die Frauen bis heute davon abhält, ihre weiblichen Kräfte und ihre weibliche Spiritualität zu entwickeln. Was sie jedoch weltweit betrachtet kaum davon abhält, sich an den religiösen Institutionen zu orientieren, die diese und andere Gräueltaten vollbrachten. Andere Menschen aus »religiösen Motiven« zu verletzen oder gar zu töten, sehe ich als eines der großen Verbrechen von Menschen an.

Viele Frauen haben Angst vor Magie und vor ihrer eigenen weiblichen Kraft. Heilung kann beispielsweise durch wirkungsvolle Rituale eingeleitet und unterstützt werden. Auch magische Rituale sind Bestandteil der weiblichen Heilarbeit. Als ich zum ersten Mal einen Newsletter verschickte, der den Begriff »magische Rituale« enthielt, meldeten sich postwendend über hundert Frauen mit dem Hinweis, dass sie künftig keine Infos mehr von mir erhalten wollten. Normalerweise



Maitreyi D. Piontek

Weibliches Manifest

Entdecke deine authentische und lustvolle Spiritualität

Taschenbuch, Broschur, 368 Seiten, 13,5 x 20,6 cm

ISBN: 978-3-453-70233-2

Heyne Spiritualität und Esoterik

Erscheinungstermin: Mai 2013

Das ABC der neuen Weiblichkeit

Maitreyi D. Piontek führt ihre Leserinnen zurück in ihre verlorene mystische Heimat. Mit konkreten Handlungsanregungen und fundiertem Hintergrundwissen eröffnet die Erfolgsautorin zeitgemäße Wege in die spirituelle, sexuelle, emotionale und nicht zuletzt finanzielle Freiheit. Ein Plädoyer für die individuelle Entfaltung weiblicher Selbstverwirklichung und ein praktischer Ratgeber für ein authentisches und lustvolles Leben im Einklang mit der eigenen wahren Bestimmung.