

Bettina Gronow und 42 Frauen

Schätze der Frauen

Seelenbuch Verlag 

Danksagung

Ich bedanke mich bei dir, weil du dieses Buch in deinen Händen hältst. Ich bedanke mich bei all den Frauen, die sich hier in diesem Buch eingefunden haben und ich bedanke mich bei den Frauen dieser Welt.

Danke, dass ihr eure Schätze mit uns teilt.

Inhalt

Vorwort

Kathleen Antoniak

Kornelia Kramer

Angelique Machon

Marion Schwab

Julia Goessler

Georgia Bucher Dittrich

Astrid Reinhardt

Helene Grabner

Dagmar Braaksma

Monika Cuzma Cepeda

Kristin Steinert

Silke Lang

Susanne Griep

Dani Wuger

Sabrina Neubauer-Reichel

Tanja Werner

Sibylle Stromberger

Nicole Pichler

Andrea aus S.

Mia Nunn
Birgit Augele
Tanja Tara Müller
Martina Möller
Selma Sona Gerstenberg
Monika Barro
Anne-Katrin Ott
Jana von Janso
Martina Yaaba
Natalie Hörberg
Nicole Tschiermer-Fryand
Heidrun Klaua
Astrid Best-Botthof
Sandra Wolff
Jennifer Anita Nikodem
Ute Liesegang
Anya Kaldek
Melanie Derer
Nadine Krachten
Andreea Inan
Martina Hartl
Agnieszka Malkinska
Dana Rieck
Über die Herausgeberin

Vorwort

Welche Worte ich hier am Anfang auch wähle, sie werden verblassen, denn wunderbare Worte werden folgen.

Ich freue mich sehr, dir dieses wunderschöne Werk präsentieren zu dürfen. Mein Name ist Bettina Gronow und ich durfte unterschiedliche Frauen interviewen. Die Frauen haben sich bei mir, auf einen Facebook-Post hin, gemeldet. Einige Frauen, die ich persönlich kannte, habe ich ergänzend gefragt, da ich wusste, sie haben vieles zu berichten.

So ist eine bunte Mischung aus wunderbaren Frauen entstanden. Jede Frau hat von mir individuelle Fragen bekommen, welche ich mir intuitiv überlegt habe. Ihnen stand es frei, die Fragen so zu beantworten, wie sie wollten.

Die Antworten sind im Original erhalten geblieben und nun warten sie auch schon darauf, von dir gelesen zu werden.

Damit du einen kleinen Einblick in die jeweilige Frau bekommst, gibt es einen Steckbrief, der hier und dort ebenfalls individuell ist. Denn das Motto dieses Buches lautet: Nichts muss, alles darf sein!

Hier und dort lade ich dich selbst ein, ein paar Zeilen zu notieren. Sei gespannt – auf alles was dich erwartet.

Kathleen Antoniak

Alter: 40

Familie: Mutter von zwei Söhnen

Wohnort: Bernau bei Berlin

Beruf: Erzieherin

Hobbys: Garten, Musik, Konzerte

Besonderheiten: Ich mache mich auf den Weg!

Was bedeutet für dich Liebe?

In Bezug auf meine Familie, dass sie bedingungslos ist, hin und wieder mit kleinen Tälern, ansonsten bedingungslos. Liebe macht uns nicht fehlerfrei, aber sie lässt zu, dass wir weicher sind, dass wir unser Herz öffnen und dass uns dieses Urvertrauen durchströmt, dass alles seinen Platz hat, auch wenn Chaos herrscht. In Bezug auf die Liebe zu einem anderen Menschen, ob in Partnerschaft oder Freundschaft, oder zu uns selbst, packt die Liebe ihr zweites Geschenk aus, wir wachsen mit diesem Gefühl.

Wie empfindest du dein Leben als Frau?

Es gab Momente, da wollte ich tauschen, weil es mir leichter schien, ein Mann zu sein. Es ist eine Herausforderung – wie bei allem. Ob Mann oder Frau, jedes Alter hat seine tollen Seiten und Seiten, an denen wir erwachsen werden. Das Leben als Frau zeigt dir aber so viel, dass ich nicht mehr tauschen möchte. Es ist alles gut, wie es ist.

Wie waren deine Pläne für dein Leben?

Es gab keine großen Pläne. Alles hat seinen Lauf genommen und es ergaben sich wunderbare Dinge, aber auch Wege, die widerspiegeln, dass man keine Pläne gemacht hatte. Es ist immer noch ein Prozess, der im Fluss ist.

Was würdest du einer jungen Frau mit auf den Weg geben?

Mutig zu sein, auch mal das Negative zu akzeptieren, weil wir aus diesen Dingen so viel lernen. Das Positive zu nutzen, um das Selbstbewusstsein aufzubauen, hinter sich zu stehen, ohne dass es arrogant wirkt. Auf das Herz zu hören, meistens gibt es die richtigen Antworten, ohne dass wir es fragen.

Wenn du einmal alt bist und auf dein Leben zurückblickst, was möchtest du sehen?

In erster Linie, dass meine Kinder, meine Familie glücklich sind, egal in welcher Situation sie sich befinden. Dass sie es geschafft haben, im Leben auch die kleinen Dinge weiterhin zu sehen. Für mich, dass ich lächle.

Wie wichtig ist dir deine Kreativität in deinem Leben?

Sehr wichtig. Sie ist mein Ventil, kam oft zu kurz, da ich ihr durch den Alltag den verdienten Platz genommen habe. Immer wieder sehe ich, wenn ich etwas Kreatives tue, wie gut es mir tut, wie es erdet und gleichzeitig das Tor öffnet zu

dieser anderen Seite in uns, die wir nicht immer kontrollieren können und sollten.

Wie würde dich deine Mutter beschreiben?

Diese Frage kann ich nicht beantworten.

Welcher Moment war für dich besonders kostbar?

Es gab so viele. In letzter Zeit der Moment zu sehen, wie ich wachse und was es mit mir und meinem Umfeld macht. Dinge noch mal ganz anders zu sehen, mit mehr Liebe und Vertrauen ins Leben.

Kornelia Kramer

Alter: 62

Familie: Single, 1 Sohn, Großmutter von (fast) 2 Enkeln

Wohnort: im Ruhrgebiet

(Haupt-)Beruf: Verwaltungsangestellte

*Herzensbusiness: spirituelle Wegbereiterin für Frauen
mit Wunsch nach Wandlung und Veränderung*

Was bedeutet für dich Weiblichkeit?

Gute Frage. Aufgewachsen unter sehr weiblichem Einfluss bei innerlich und oft auch äußerlich abwesendem Vater habe ich früh gelernt, dass Frauen zwar alles tun dürfen, was „Mann“ nicht tun will oder wofür er sich nicht zuständig fühlt, aber für alles andere seine Erlaubnis benötigen und noch lange nicht tun dürfen, was sie wollen. Allerdings waren die Frauen in meiner Familie sehr starke und (vor allem meine Mutter) sehr eigenwillige Frauen, die im Prinzip immer gemacht haben, was sie wollten, sogar dann, wenn es dafür Prügel gab. Und die gab es reichlich. Ich habe also lernen müssen: „It's a mens world“, in der wir leben und Frauen spielten halt nur eine schwache, untergeordnete Rolle in der Gesellschaft und mussten für ein selbstbestimmtes Leben massiv kämpfen, also „männlich“ sein. Ich lernte, dass Weiblichkeit bedeutet, schwach und abhängig zu sein und es galt, weibliche Eigenschaften wie Weichheit, Sanftmut, Liebe und Intuition etc. als unerwünschte Eigenschaften zu unterdrücken, da diese eine

Frau nicht weiterbringen, wenn sie respektiert werden will. Wollte (und will) eine Frau in eine Führungsposition, musste sie sich der Männerwelt und deren Eigenschaften wie Durchsetzungsvermögen, Härte etc. anpassen oder diese sogar übertreffen.

Da ich mich niemals von einem Mann abhängig machen wollte, habe ich nur Männer angezogen, die ihrerseits eher die „weibliche“ Seite nach außen lebten. Den männlichen Part des Geldverdienens habe ich übernommen und geglaubt, dadurch „unabhängig“ bleiben zu können. Die durchaus „männliche“ Seite des Partners habe ich dann bei der Trennung erleben dürfen, wo der sanfte Partner plötzlich sehr männlich seine Rechte durchzusetzen verstand. Du siehst, ein Riesenthema, mit dem ich auch noch nicht fertig bin. Letztendlich bedeutet Weiblichkeit für mich persönlich die bedingungslose Liebe zu uns selbst und anderen. Die bedingungslose Annahme unserer weiblichen Persönlichkeit mit all ihren wundervollen Facetten, mit all den guten und schwierigen Eigenschaften, mit unserem inneren Reichtum, mit unseren Tränen, unseren Schmerzen, Erfahrungen und Verletzungen. Die Annahme unserer Fähigkeit zur Hingabe, zum Weich- und Konsequentsein, zum Leise- und zum Lautsein. Zum Lieben und zum Hassen, den Mut, unser Licht leuchten zu lassen, aufzustehen und einzustehen für das, was wir lieben und wollen. Stark sein und schwach sein. Und vor allem bedeutet Weiblichkeit für mich die Fähigkeit zur Heilung. Die Fähigkeit, unsere Wunden und damit die Wunden unserer Ahninnen zu heilen, indem wir beginnen, uns selbst zu lieben und anzunehmen, so wie wir nun mal sind.

***Welche Erfahrung war
die bisher lehrreichste für dich?***

Leider waren die Frauen in meiner Familie trotz ihrer inneren Stärken der Meinung, ohne Mann geht es nicht – und damals war es leider auch so, weil sie finanziell abhängig von ihren Ehemännern waren, die ja sogar ihre Einwilligung zur Berufstätigkeit geben mussten und diese auch jederzeit widerrufen konnten.

Und die Trennung von ihren gewalttätigen Männern war nur möglich, wenn es einen anderen Mann, einen „Retter“ gab und leider gab meine Mutter auch das an mich weiter: Eine Frau braucht einen Mann. Sprüche wie: Wenn der „Richtige“ kommt, wird alles gut. Ich wehrte mich zwar im Außen gegen diese Ansicht, aber wir alle wissen, wie Glaubenssätze unterbewusst wirken. Der Verstand weiß, aber das Unterbewusstsein mit seinen Glaubenssätzen hat die Macht. Und auch wenn ich die Familie ernährt habe in meiner Ehe und auch als Alleinerziehende nach meiner Scheidung meinen Sohn finanziert habe, war die Hoffnung auf den Ritter in der goldenen Rüstung unterbewusst wohl immer da. Ich kam mit einem Mann zusammen, vor dem mich meine Intuition von Anfang an warnte und der zum Teil eine gewisse Ähnlichkeit mit meinem Vater hatte. Er war aber anfangs sehr bemüht und hat sehr viel für mich getan und ich dachte, nun sei er endlich da, der Prinz. Na ja, die Bemühungen hörten irgendwann schlagartig auf und ich fand mich in einer toxischen Beziehung mit einem Narzissten wieder (was ich aber erst heute weiß). Dennoch bin ich für diese Beziehung ausgesprochen dankbar, denn hätte sich dieser Mann nicht immer wieder verweigert und mich nicht immer wieder „auf den Pott“ gesetzt, ich wäre heute nicht da, wo ich bin und würde wohl noch immer als „bedauernswertes Opfer der Umstände“ auf den „Richtigen“ warten. So aber habe ich mich wohl oder übel auf den Weg gemacht, mich selbst zu finden und vor allem herauszufinden, was ich denn tatsächlich vom Leben will, denn danach hatte nie jemand gefragt, ich hatte immer nur

„funktioniert“ und irgendwie das getan, was von mir erwartet wurde, was alle tun und wunderte mich, warum ich dauernd krank war. Ich hatte ja schon immer ein schwaches Immunsystem – schon als Kind war das so.

Da ich schon immer spirituell interessiert war, fand ich meine Beraterinnen, machte Seminare für Persönlichkeitsentwicklung, entdeckte die segensreiche Aufstellungsarbeit und lernte so Schritt für Schritt, meinen Weg tatsächlich selbstbestimmt zu gehen und entsprechende Entscheidungen zu treffen. Ohne heimlich in Richtung „Prinz“ zu schießen. Ich lernte, Sachen zu tun, die keinen anderen Sinn und Zweck hatten, als mir selbst damit gutzutun und mir Spaß zu machen, anstatt wie vorher oft (Gott, wie peinlich) mich für etwas zu interessieren, was vielleicht einen potenziellen Partner beeindrucken könnte (jetzt lass ich aber hier richtig die Hosen runter). Ich habe gelernt, zu mir und dem, was ich tue, zu stehen.

Was würdest du ändern, wenn du könntest?

Wenn ich könnte, würde ich den Menschen Bewusstsein schenken, denn damit haben sie die Fähigkeit, ihre Verletzungen aus der Vergangenheit zu heilen, indem sie die Perspektive darauf verändern. Bewusstsein ist der Schlüssel zur Heilung und zur Veränderung. Wenn mir z. B. bewusst ist, dass verletzendes Verhalten meiner Eltern mir gegenüber nicht persönlich gemeint, sondern Ausdruck ihrer eigenen Ohnmacht und Hilflosigkeit war, kann ich diese vergangene Situation neu bewerten und die Verletzung des Kindes darf heilen. Und bewusste Menschen mit einem „heilen“ inneren Kind müssen nicht aus Gier, Egoismus oder Hass anderen Lebewesen Schaden zufügen.

Welche Herausforderungen sind dir im Zusammenhang mit Frauen begegnet?

Als größte Herausforderung im Zusammenhang mit Frauen empfinde ich die Tatsache, dass Frauen sich oftmals noch immer bekämpfen, anstatt sich zu unterstützen und zu stärken. Glücklicherweise beginnt sich aber auch das zu ändern und es gibt so viele großartige Frauen, die sehr viel bewegen und sich zusammentun, um etwas zu bewegen.

Welchen Schatz in dir möchtest du gerne noch bergen?

Tatsächlich bin ich noch immer ein wenig auf der Suche nach meiner Essenz, meinem Ich, so wie ich gedacht war. Da liegt – trotz der fortwährenden Arbeit an mir und meines „fortgeschrittenen Alters“ – noch einiges an Schmerz, Verletzungen und auch „Erziehung“ drüber, sodass ich mich oft frage: Bin ich das? Ist dieser Gedanke, dieses Verhalten etc. wirklich meins? Oder ist es das, was ich gelernt habe zu sein? Das, was erwartet wurde?

Was berührt dich besonders tief?

Da gibt es sicher einiges. Der Anblick einer wunderschönen Landschaft, die Bilder unberührter Natur, ein Tag am Meer. Das unschuldige Vertrauen und die bedingungslose Liebe, die von Tieren und Kindern ausgeht, was so oft durch Gewalt und Missachtung zerstört wird.

Am allermeisten berührt mich allerdings die unschuldige, vertrauensvolle und hingebungsvolle Liebe meines dreijährigen Enkels, zu dem ich eine tiefe Seelenverbindung spüre.

Welche Rolle spielen Männer in deiner Welt?

Die wichtigsten Männer in meinem Leben sind zurzeit mein Sohn und mein Enkel sowie mein Kater Teddy. Und abgesehen von ein paar lieben Arbeitskollegen spielen Männer in meiner Welt derzeit eher keine Rolle.

Welche Frau würdest du gerne einmal sein?

Ich komme immer mehr dahin, gerne die Frau sein zu wollen, die ich bin, mit allem, was dazugehört: mit den Diamanten, aber auch den Steinen, mit allen Fähigkeiten und dem Positiven, aber auch mit den Macken und Schrullen. Ich, mit allem, was zu mir gehört. Voll und ganz, ohne Wenn und Aber. Leider klappt das nicht immer, aber ich bleibe dran. Darüber hinaus gibt es so viele wunderbare Frauen, dass ich gar nicht sagen kann, welche davon ich gerne mal wäre. Mein Respekt gilt vor allem Frauen, die zu einer Zeit Großes bewirkt haben, in der Frauen gesellschaftlich und politisch nur eine untergeordnete Rolle spielten und sich für die Rechte der Frauen stark gemacht haben. Frauen, ohne deren Stärke und Hartnäckigkeit und ohne deren Mut wir Frauen heute nicht da wären, wo wir sind. Wie z. B. die längst in Vergessenheit geratene Dr. Elisabeth Selbert, deren Vehemenz wir zu verdanken haben, dass Artikel 3, Abs. 2 Grundgesetz lautet: „Männer und Frauen sind gleichberechtigt.“ Und auch einer Alice Schwarzer, die ja leider häufig belächelt oder sogar als Rassistin diffamiert und abgelehnt wird, haben wir Frauen zu verdanken, dass wir heute in Deutschland so selbstbestimmt leben können, wie wir es tun. Und da gäbe es noch so einige wunderbare Frauen zu nennen, von denen ich viel lernen durfte und noch immer darf.

Angelique Machon

Alter: 53 Jahre

Familie: Mutter von zwei Söhnen

Wohnort: Südspanien

Beruf: Lebens- und Familien-Puzzlerin, Netzwerkerin, Tabubrecherin zusammen mit meinem Mann, dem Profiler 4Transformation

Was bedeutet für dich Dankbarkeit?

Das Gute erkennen, in allem was ist, selbst in sehr heftigen Momenten und bei wenig schönen Ereignissen. Warum: Weil das Leben immer für uns ist. Und das zu erkennen, lehrte mich, zutiefst Dankbarkeit zu empfinden. Ganz im Gegensatz zum Schreiben eines Dankbarkeitstagebuches, da war ich gefühlt immer nur an der Oberfläche und nie lange dabei.

Welcher weibliche Anteil fiel dir schwer, in dein Leben zu integrieren?

Einfach alles Weibliche: Empfangen, Hingabe, Nähe, Weichheit, Körperlichkeit, Sexualität, Muttersein. Als Kind wollte ich immer ein Junge sein, als Teenager fing der Widerstand gegen meinen Körper an. Als junge Frau schließlich, und mit großem Wunsch nach einem Freund, wurde mir gesagt, dass ich eine männerfeindliche

Ausstrahlung hätte! Ich war vermutlich deshalb auch insgesamt zwanzig Jahre Single. Warum: Bei sexuellem Missbrauch spaltet sich ein Teil von dir ab, um zu überleben. Durch das Bewusstwerden meines Traumas habe ich plötzlich ganz viele Antworten auf meine jahrelangen Fragen bekommen.

Welcher war der wichtigste Wendepunkt in deinem Leben?

Mit vierzig, als meine eigene kleine Familie, und somit auch mein bis dahin gedachtes Lebensziel einer „glücklichen Familie“, zerbrach. Meine Kinder waren drei und fünf, mein Körper reagierte an allen Ecken und Enden nur noch mit Schmerz und ich war massivst erschöpft. Zeitgleich ging ganz klar die Tür zu meinem alten Beruf als Biologielaborantin in der Pharmaforschung zu. Parallel begann mein Weg mit Ausbildungen und Seminaren zu Heilung und Persönlichkeitsentwicklung. Und mein Kindheitstrauma, der sexuelle Missbrauch, tauchte zum ersten Mal in meinem Bewusstsein auf.

Warum: Hier hat der Weg zu mir, zu einem neuen Bewusstsein und zu meiner Berufung begonnen.

Wie lebendig fühlst du dich?

Gefühlt 1000 % lebendiger als an meinem Wendepunkt und gleichzeitig wissend, dass da noch so viel mehr möglich ist. Warum: Weil ich auf meinem Weg bin und immer mehr meiner Intuition folge.

Wie beschreiben dich Menschen, die dich nur kurz kennen?

Begeistert, inspirierend, ermutigend, mutig.

Warum: Ich habe von einigen Leuten immer wieder mal Feedback bekommen, dass meine erzählte Geschichte oder ein kurzes Pausengespräch mit mir dazu geführt hat, dass sie selbst sich entschieden haben, auch einen Schritt weiterzugehen. Wenn ich von Missbrauch gesprochen habe, konnten andere sich öffnen und zum ersten Mal auch darüber sprechen.

Welche Fähigkeit schätzt du besonders an dir?

Meine etwas andere Sicht/Wahrnehmung auf die alltäglichen Dinge. Und das damit verbundene Übersetzen der Botschaften des Lebens und des Körpers (Puzzleteile) in ein stimmiges sinnvolles Bild.

Warum: Zum einen ist es mein ganz persönlicher Turbo für die eigene Selbstreflektion. Für andere bringe ich scheinbar zusammenhanglose Ereignisse, Geschichten, Familienkonstellationen oder körperliche Symptome in einen sinnvollen Zusammenhang, meist mit großem Staunen und Aha-Effekt.

Was möchtest du gleichaltrigen Frauen gerne sagen bzw. mit auf den Weg geben?

Egal was war und egal was ist, um deinen Traum und dein wahres Sein zu leben, ist es nie zu spät. Wir sind nicht für alles verantwortlich, was uns geschehen ist, denn wir haben viel davon aus unserer Familienstruktur übernommen. Wir

bekommen nicht nur Augen-, Haar- und Hautfarbe vererbt, sondern auch Ängste, Traumata und Beziehungsmuster. Und wir sind jetzt die Generation, die dieses von Generation zu Generation unbewusste Weitergeben durchbrechen kann, für uns und unsere Kinder.

Wie darf/soll dein Leben einmal zu Ende gehen?

Als gesunde, weise Frau weit über neunzig und bis zu meinem letzten Tag suchen Menschen das direkte Gespräch mit mir. Ich lebe in einer wohlwollenden Gemeinschaft in der Natur, in der jeder sein kann, wie er ist und würdevolles Sterben gehört hier ganz selbstverständlich zum Leben. Ich entscheide, wann es sich für mich stimmig anfühlt zu gehen und schlafe dann einfach glücklich und zufrieden lächelnd ein.

Marion Schwab

Alter: 35 Jahre

*Familie: Mama eines Mädchens seit Juni 2015
und eines Jungen seit Dezember 2016*

Wohnort: in der Nähe von Heidelberg

Beruf: Physiotherapeutin und Networkerin

Wie beschreibst du deine Rolle als Mutter?

Von Superwoman bis Mater Dolorosa ist alles dabei. Sehr widersprüchlich also. Zum einen will man seinen Kindern alles gönnen, was sie wollen und was man selber gerne hätte, und auf der anderen Seite funktioniert das aber überhaupt nicht, weil sie dann gnadenlos überfordert sind. Ein täglicher Versuch/Kampf des „so viel wie nötig, so wenig wie möglich“.

Das große Glück ist, dass man sich als Mama mit den Kindern mitentwickeln darf. Viel Reflexion gehört für mich dazu und auch die Perspektive der Kinder zu erkennen, um ihnen zu ermöglichen, Fähigkeiten zu lernen. Niemand bereitet dich darauf vor und mein Ex meinte mal: „Für das Auto, einen Hund oder eine Waffe brauchst du einen Führerschein ... Kinder kannst du einfach so in die Welt setzen.“

Aber genau darin liegt auch der Schatz oder das Glück. Es gibt kein festgeschriebenes „Wenn“ -> „Dann“ und das

macht es auch so wunderbar, denn nur wer ohne Erwartung ist, kann auch überrascht werden.

Wie beschreibst du deine Rolle als Frau?

Die Rolle geht total unter zurzeit. Ich würde mich vor allem als funktionierendes Mutter-/Arbeits-/Familientier bezeichnen. Ich entdecke aber auch Momente, wo ich es mir wert bin, mich zu schminken oder meinen Kaltblüterbeinen zu Leibe zu rücken ... einfach nur für mich, weil ich mir gefallen will und nicht, weil man(n) es von mir erwartet.

Was bedeutet für dich, mutig zu sein?

Immer wieder einen Schritt aus der Komfortzone zu gehen. Ehrlich zu sich zu sein und zu anderen, so unangenehm es auch sein mag.

Was liebst du an dir besonders?

Dass ich mich doch immer wieder aus meinen Sümpfen raushole und mich meinem Schweinehund stelle. Außerdem meine Musikalität.

Welches Geheimnis trägst du in dir?

Ich kann ganz schlecht mit Geld umgehen, bin aber sehr bemüht, es zu ändern.

Was möchtest du noch unbedingt in deinem Leben machen?

Es gibt ganz viele kleine und große Sachen, materieller Natur, die mich reizen und die ich gerne hätte. Am Ende nehmen wir aber nichts mit und müssen uns unserem Lebensfilm stellen. Ich möchte zu Lebzeiten schon zurückblicken können und sagen dürfen: „Ja, ich war gut zu meiner Familie, meinen Freunden und vor allem auch zu mir.“

Was bedeutet für dich glücklich zu sein?

Zu spüren, wie sehr deine Kinder dir durch kleine Gesten zeigen, wie lieb sie dich haben. Keine Geschenke oder Worte, sondern einfach nur das kleine Kind, das dir nachts über die Wange streichelt und „Schlaf schön, Mama“ sagt, wenn es zu dir ins Bett gekrabbelt kommt. Dann kommen dir selbst beim Schreiben die Tränen vor Glück. Kleinigkeiten zu sehen, wahrzunehmen und sich daran zu freuen, Leben im Hier und Jetzt, ohne To-do-Liste im Kopf oder auf einem Zettel.

Wie wichtig sind dir Frauen-Freundschaften?

Ganz, ganz wichtig! Niemand versteht dich besser als die andere Frau, Mama, Ehefrau, Alleinerziehende oder Superheldin!

Julia Goessler

Alter: 40 Jahre

Familie: Partner und zwei kleine Kinder

Wohnort: Berlin

Beruf: Mamaherzen-Heilerin

Besonderheiten: Nach elf Jahren im Konzern bin ich 2020 als Schreibabyflüsterin und Mamacoach durchgestartet.

Während ich anderen helfe, heilen bei mir viele eigene Themen und ich entwickle mich in großen Sprüngen weiter.

Wärst du manchmal lieber ein Mann?

Tatsächlich nicht. Ich bin gerne eine Frau, denn wir dürfen alles sein: stark, herausfordernd, Zielen hinterherjagend, aber auch weich, verletzlich. Ich darf weinen, ich darf mich in starke Arme kuscheln. Ich habe das Gefühl, wir Frauen können mehr Facetten haben als Männer.

Was bedeutet für dich Kraft/Ausdauer?

Mit Energie und einem Ziel vor Augen sich immer weiter zu entwickeln. Das kann beruflich, körperlich, aber auch seelisch sein. Dafür braucht es eine Vision von meinem Traumleben, die ich verfolgen möchte. Mit geistiger Kraft und Ausdauer komme ich dahin.

Welche Werte sind für dich besonders weiblich?