

# Die Frau in mir...

WEGE-Leser\*innen suchten und fanden in sich die unterschiedlichsten weiblichen Wesen...

Esther Hörl (44), Groß Gerungs/NÖ

### Wild und Weise



Lange Zeit hab ich mich daran orientiert, was andere glücklich macht und dachte, so muss man sein, das muss man haben, um glücklich zu werden. Es wirkte aber, trotz immenser Bemühungen, bei mir nicht. Auf der Suche, was mir sonst Halt und Richtung geben konnte, wurde mir plötzlich klar, dass schon immer eine innere Wegwei-

serin in mir wohnte. Trotzdem dauerte es noch ein Weilchen und brauchte weitere Lebenserfahrung, um dieser leisen, weisen Stimme auch zu vertrauen und zu folgen:

**Die Frau in mir ist weise und verspielt.** Sie sprüht vor Sanftheit, strotzt vor wilder Kraft, ist Fee und Mustang zugleich, sinnlich und frei. Sie nimmt mir die Angst, berührbar zu sein und steht mir zur Seite in jedem Zweifelsmoment. Allein ihre spürbare Präsenz macht mich ruhig und erinnert mich daran, dass alle Weisheit in mir selber wohnt. Sie spricht zu mir ohne Worte. Ich spüre genau, was sie meint. Sie gibt nie Ratschläge, aber in ihrer Anwesenheit bin ich selbst diamantenklar.

**Die Frau in mir nährt, schützt, spendet Geborgenheit.** Mit ihr gemeinsam ist es leicht, anderen Menschen zu begegnen, deren wahren Wesenskern zu sehen anstatt der präsentierten Fassade. Sie ist vermählt mit meinem inneren Mann und kann sich ihre Weichheit ungefährdet erlauben, denn er gibt ihr Rückhalt und Schutz.

**Die Frau in mir trägt fließendes Weiß und Gold,** sitzt barfuß auf ihrem Mustang oder ist mit Bergschuhen unterwegs. Gut geerdet, stehe ich mitten im Leben, bin geleitet und beschützt.

Johannes Kräutner (58), Laakirchen/OÖ

### Johanna



In meiner Pubertät hatte ich eine ziemlich schräge, nicht gerade wertschätzende Meinung von Frauen. Ich verstand sie nicht und fand sie extrem kompliziert. Erst im Erwachsenwerden lernte ich mühsam, was Wertschätzung bedeutet und wie ein Miteinander von Mann und Frau funktionieren kann. Dazwischen gab es viele (seelische)

Verletzungen, auf beiden Seiten. Und immer wieder fand ich ein Stück mehr Geduld und Liebe – für die Frauen und auch für mich selbst.

**Und die Frau in mir?** Über sie hab ich eigentlich noch nie nachgedacht. Erst eure Einladung hat mich dazu bewogen – und das ist dabei herausgekommen: Meine Innere Frau – Johanna – hat viele Gesichter. Sie hat langes schwarzes Haar und einen unwiderstehlichen Blick. Sie liebt den Sommer, leichte Kleider, ultrakurze Jeans und läuft gerne barfuß im Gras. Sie scheint ziemlich eitel zu sein – und auch sinnlich: Sie liebt es sexy im String, mag es aber auch, wenn ein zartes Seidentuch über Ihre Haut streicht. Johanna liebt Wärme und Geborgenheit. Sie kann aber auch sehr kritisch und streng sein! Selbst wenn ich völlig unschuldig bin, verurteilt sie mich... da kommt wohl meine Mutter durch.

Wer mich persönlich kennt, wird jetzt vielleicht überrascht sein, sowas von mir zu lesen... Aber das darf er/sie auch, weil ich gerade selber überrascht bin. Nein, ich bin weder Homo noch Bi – aber auch ich trage zu 50 Prozent weibliche Gene in mir.

**Ich empfehle allen Männern,** auch mal über ihre innere Frau nachzudenken. Unglaublich was da alles so auftaucht! Ich hab gerade richtig Spaß damit – und ertappe mich sogar dabei, wie ich mich ein bisschen in Johanna verliebe...

Bernadette Bruckner (42), Pettenbach/OÖ

## Anima will mehr!



„Du bist anstrengend!“, „Du hast Haare auf den Zähnen“, „Du bist ja ein Mannsweib!“... Starke Frauen sind noch immer verpönt und gefürchtet. Ich war schon als Kind ziemlich laut (typisch Löwe halt!) und habe sogar Erwachsene rumkommandiert, die auch auf mich hörten. Und doch wurde ich immer belächelt – weil ich

meine eigene Meinung hatte und genau wusste, was ICH will. Seit frühester Kindheit hörte und fühlte ich viele Glaubenssätze, Werte, Sichtweisen, Vorurteile darüber, was „weiblich“ ist und was nicht. Doch tief im Innersten spürte ich immer, dass ich mehr bin als nur eine Frau, die so oder so aussehen, sich so oder so kleiden oder verhalten muss, um „richtig weiblich“ zu sein.

**Wer bin ich?** In erster Linie MENSCH:

Lebendig. Lebensfroh. Schöpferisch achtsam gehend.

Natürlich bin ich auch FRAU:

Lebendig. Lebensfroh. Schöpferisch achtsam gehend.

**Und meine INNERE Frau?**

Die wollte immer mehr. Von allem!

Meine Mutter hatte gute Pläne mit mir: Heiraten, Kinderkriegen, arbeiten gehen... Ich lächelte und tat was Anderes. Meine Anima wollte mehr!

Daher habe ich nach Topjobs im In- und Ausland meinen eigenen Weg gewählt. Stoisch meinen Herzensrufen folgend entwickelte ich eine eigene Coaching- und Ernährungsform und begann, Bücher zu schreiben. Auch in anderen Sprachen, inklusive Amazon Bestseller.

Meine Anima will noch immer mehr!

Daher habe ich bald mein eigenes Forschungsinstitut.

Daher habe ich studiert und mache bald mein Doktorat.

**Ich vertraue meiner Anima!**

Als Mensch.

Als Frau.

Als intuitives Wesen.

Bernd Bechtloff (52), St.Ruprecht/Stmk.

## Vermählung



Ich brauchte sehr lange (ungefähr 40 Jahre), um mich in meiner Männerhaut wohl und zuhause zu fühlen. Das Mitfühlen und Einschwingen auf das Weibliche – in mir und um mich herum – erschien mir immer interessanter. Außerdem hat es mir unvergessliche Erlebnisse beschert. Zum Beispiel durfte ich vier wunderschöne Hausgeburten miter-

leben, wo ich als Mann und Vater sehr gebraucht war. Ich gab den jeweiligen Müttern jene schützende Geborgenheit, die es ihnen ermöglichte, sich weit zu öffnen und gut zu gebären. Meine Empathie mit dem Weiblichen ging sogar so weit, dass bei mir in der ersten Schwangerschaft (ich war 19) körperliche Symptome auftauchten, die unsere Hebamme eindeutig als „Schwangerschaftsbeschwerden“ diagnostizierte.

**Heute sind meine Kinder (fast alle) erwachsen.** Ich bin mit meiner dritten Frau zusammen, und sie ist die erste, bei der sich mein innerstes Wesen so weit entspannen konnte, dass wir auch geheiratet haben. Sie hat mich sehr viel über die männliche und weibliche Kraft gelehrt. Mit ihr erkannte ich, dass meine in der Jugend empfundene Abneigung gegenüber allem Männlichen eigentlich eine Abneigung gegen „Verrohung“ war.

Heute weiß ich, dass Verrohung nichts typisch Männliches ist. Das kommt in beiden Geschlechtern vor. Meinem heutigen Empfinden nach gibt es auch keine „typisch“ weiblichen oder männlichen Attribute. Ich fühle mich Frauen und Männern gleichermaßen zugetan, wenn sie empfindsame Menschen sind, die sich nicht von der tiefen Wahrnehmung ihres Wesens und ihres Körpers abgetrennt haben.

Mit meiner Frau erlebe ich einen so starken Gleichklang, dass alles, was sie betrifft, auch mich betrifft, und alles, was sie fühlt, auch ich fühle.

**Der große Gegensatz Mann-Frau** hat sich aufgehoben, sowohl in mir selbst als auch zwischen uns beiden.

Dennoch bin ich Mann – und das mehr denn je! Und dennoch ist sie Frau – und das mehr denn je. Meine Innere Frau hat sich mit meinem Inneren Mann vermählt.

Heidi Malzacher (72), Stuttgart/D

### Spät, aber doch!



Am Muttertag 1960 starb meine Mutti nach langer Krankheitszeit. Ich war damals 12 Jahre alt, und der Pfarrer sagte zu mir: „Das war gottgewollt, und jetzt musst du für deine Männer sorgen.“ Also habe ich alles gegeben für „meine Männer“. Mein Vater mochte keine Mädchen, er war nur stolz auf seine drei Söhne. „Frauen sollen's Maul

halten, da kommt eh nichts Gscheids raus.“, sagte er immer – und ich wurde immer schweigsamer!

Dann kam eine Zeit, in der sexuelle Belästigungen an der Tagesordnung waren. Die Männer durften mit mir machen, was sie wollten – da habe ich vieles erlebt, bis hin zur Vergewaltigung. Auch ein uneheliches Kind kam dabei heraus. Aber meinen Sohn liebte ich von Anfang an über alles. Um ihm eine gute Mutter zu sein, habe ich auf vieles verzichtet. Mein Vater starb mit 86 Jahren, nachdem ich ihn noch zwei Jahre zu Hause gepflegt hatte. Als es ans Sterben ging, hat er nach mir verlangt, und ich habe seine Hand gehalten! Jetzt sollte also MEIN Leben beginnen – aber ich wusste gar nicht, was „mein Leben“ ist. So machte ich mich auf einen schmerzhaften aber faszinierenden Weg – zu mir als Frau. Auf diesem Weg habe ich nach und nach viele weibliche Schätze und weibliche Weisheit gefunden:

Ich wurde nicht stark wie ein Mann, sondern eine richtig starke Frau. In allem was ich heute mache, steckt Liebe, Herzblut und die Wertschätzung gegenüber meinen Mitmenschen. Ich übe ein wertvolles Ehrenamt aus, setze mich für Menschen ein, die ohne Lebensfreude sind – und habe dafür sogar schon die Bundesverdienstmedaille verliehen bekommen. Und ich bin lauter geworden: Ich mache meinen Mund auf so weit es geht, sage klar und deutlich meine Meinung, mische mich ein, bitte und verlange auch etwas, wenn's notwendig ist. Bei alledem bin ich aber nie verletzend – vielmehr stecke ich mit meinem Humor die anderen an.

Und das Allerschönste daran ist: Ich kann auch meine Enkeltöchter anstecken! Ich lebe mit ihnen in einem Haushalt, und es macht so viel Freude zu erleben, wenn sie sich stark zeigen oder wenn ich sie für etwas begeistern kann.

Manfred Mohr (58), Grafrath/D Bayern

### Alte Rollenbilder



Die Diskussion über die „weibliche Seite im Manne“ finde ich irgendwie nicht mehr ganz zeitgemäß. Für mich hat jeder Mensch sowohl weibliche wie auch männliche Züge – und das ganz unabhängig davon, ob es sich dabei um Frau oder Mann handelt. Ich kenne einige Männer, die sich entscheiden, für einige Jahre statt

ihrer Partnerin daheim bei den Kindern zu bleiben. Genauso gibt es in meinem Bekanntenkreis natürlich auch mehrere Frauen, die durch ihre Arbeit die Familie versorgen und damit ein Stück weit in die „Männerrolle“ schlüpfen.

Dass „Männer vom Mars“ und „Frauen von der Venus“ kommen, klingt zwar ganz nett, wurde für mich jedoch schon längst von der Realität überholt. In unserer modernen Zeit gleichen sich Frau und Mann immer mehr an und übernehmen gegenseitig ihre scheinbar so klassischen Rollen. Und das ist auch gut so.

Carl Gustav Jung hat in sehr wunderbarer Weise den Individuationsprozess des Menschen beschrieben, indem die Frau ihren inneren Mann (Animus) und der Mann seine innere Frau (Anima) annehmen und lieben lernen. Anima und Animus heiraten dann einander in einer „alchymischen Hochzeit“, was den betreffenden Menschen mit seinen weiblichen wie auch männlichen Anteilen versöhnt und ganz werden lässt. Darum ist es doch sehr begrüßenswert, wenn wir Männer uns getrauen, immer mehr zu unseren mütterlichen, venusischen, intuitiven und fühlenden Anteilen zu stehen.

Die alten Modelle und Rollenbilder von Frau und Mann sollten so langsam ausgedient haben. Im neuen Jahrtausend sollten wir mehr auf die vielen Gemeinsamkeiten der beiden Geschlechter achten und weniger auf die scheinbar so gravierenden Gegensätze.

In Schweden gibt es dazu ein nettes Sprichwort: „Willst du einen König als Mann, beginne damit, den König in ihm zu erblicken.“ In ähnlicher Weise möchte ich in abgewandelter Form dazu einladen: „Willst du einen fühlenden Mann, so beginne, seine fühlende Seite an ihm zu sehen und so zu fördern.“

Astrid Schad-Gotschy (52), Elsbethen bei Salzburg

## Miras Neugeburt



Geprägt von den Erfahrungen meiner Kindheit und Jugend, wollte ich immer den anderen gefallen, es allen recht machen – und vergaß dabei auf mich selbst. Ich war eine Planerin. Verkopft und auf der Suche. Aber was wollte ich finden? Ich gab mir große Mühe, den zahlreichen Rollen als Ehefrau, Mutter, Hausfrau, Versicherungsange-

stellte, Gärtnerin, Freundin... zu entsprechen. Nur zerrte das immens an meinen Kräften und laugte mich aus. Es entstand dabei das eigenartige Gefühl, fremdgesteuert zu sein.

Als meine beiden Töchter heranwuchsen, spürte ich zunehmend diese Sehnsucht – dass da noch mehr ist, was mich ausmacht. Und eines Tages schoss es wie ein Blitz durch meinen Kopf: „Und jetzt? War das schon alles?“ Diese Frage brachte mich dazu, der Wahrheit schonungslos ins Gesicht zu sehen. Das war der Wendepunkt in meinem Leben.

**Meine „alte Welt“ brach zusammen.** Die alte Sehnsucht blieb jedoch bestehen und motivierte mich, weiterzugehen. Ich kannte dieses besondere Gefühl von Weiblichkeit ja schon recht gut. Diese innere Schönheit und Liebe, die ich während der beiden Schwangerschaften spürte und nach außen strahlte – diese Urkraft, der ich bei den Geburten meiner Töchter begegnet war – ich spürte und wusste, dass dies ein Teil von mir war, der gelebt werden möchte. Ein Teil, dem sein wahrer Platz in mir gebührt.

**Für diesen Samen,** der so lange Zeit in mir brachgelegen hatte, war nun endlich der Zeitpunkt gekommen, sich einen Weg ins Licht zu bahnen und zu wachsen.

Leise und sanft hat sie sich eines Tages wieder in mein Leben geschlichen. Sie ihren Raum zurückerobert. Mira, meine Innere Frau war wieder da. Wunderschön, voller Lebensfreude und voller Vertrauen in die Kraft der eigenen Weiblichkeit.

**Mit ihr bin ich jetzt unterwegs.**

Gemeinsam mit vielen anderen Frauen, die diesen Ruf ebenso vernehmen – im Wissen, dass es ihre Aufgabe ist, für sich selbst und ihre Familien zu sorgen, um den nächsten Generationen den Weg zu bereiten.

Oliver Erenyi (44), Linz

## Die Geliebte



Da ist es wieder, dieses nagende Gefühl. Ich will nichts mehr für Erika (Name geändert) empfinden! Die Sache ist doch schon längst vorbei! Mein Kopf hat klipp und klar gesagt: „Diese Beziehung ist beendet!“ Und doch schweiften meine Gedanken in ruhigen Momenten immer wieder zu Erika ab.

Solange ich meinen Verpflichtungen nachkomme, ist keine Spur davon zu fühlen. Aber sobald es ruhiger wird, schleicht sich immer diese Sentimentalität ein. Und in ganz schwachen Momenten schreibe ich Erika dann eine Message und warte wie ein Bettler auf das erlösende „Bling“ meines Handys, das mir anzeigt, dass sie geantwortet hat...

**Ich mag es nicht, passiv und empfänglich zu werden.** Denn dann kommen immer die Schatten, und auch ein bisschen Traurigkeit. Aber in meinem Job als Medium und Energetiker MUSS ich immer wieder passiv und empfänglich sein! Auch als Autor vermag mich die innere Muse nur dann zu küssen, wenn ich mir Zeiten einräume, in denen ich ablasse vom Streben in die äußere Welt.

**Wenn ich dann in die Stille der inneren Welt eintauche,** wenn die Muse zu mir kommt, mich küsst und mir ihre Ideen schenkt, dann fühle ich den Segen des Empfangens. Dann bin ich weit weg von jeglicher Sentimentalität, erhebe mich auf den Schwingen der Fantasie zu neuen Höhen, habe den Mut eine schönere Welt zu erträumen! Dann spüre ich, dass ich unendlich sicher und geliebt bin, im Schoße meiner Inneren Frau. Dann fühle ich mich getragen, gehalten, emotional genährt – und der Schatten, den Erika in meinem Leben hinterlassen hat, ist verschwunden.

**Meine Innere Frau hat unzählige Gesichter.** Eins ist jedoch gewiss: Ich begegne ihr nur in der Stille, einem Liebhaber gleich, der sich davonschleicht, um seine Geliebte zu treffen. Wenn meine Geliebte traurig ist, dann schenke ich ihr Gehör und bin für sie da. Schnell sind Tränen und Kummer vergessen, denn meine liebe Innere Frau hütet ein Geheimnis: Sie ist frei von Raum und Zeit!



Beatrix Podewils (59), Berg am Starnberger See/D

### Die Königin



#### Wer ist die Frau in mir?

Sie ist das weibliche Ur-Prinzip und die Gebärende des Neuen. Sie ist eine intuitiv Wissende. Sie ist eine archaische Kraft. Sie ist rein und trägt ihren Ursprung in sich selbst. Sie ist bereit zu sterben, um das Lebendige hervorzu- bringen und erkennt im Tod des Alten bereits das werdende Neue.

**Sie ist eine Wegbereiterin.** Dafür steht sie ein und weiß sie, was zu tun ist. Behutsam geht sie mit diesem Schatz um. Vertrauen ist ihr Glaube und ihre Stärke ist Mut.

Während der Verstand noch denkt, sieht sie mit dem Herzen längst klar. Sie lauscht den Geschichten der Stille, und beobachtet das Unsichtbare. Sie weiß, dass sie nichts weiß. Und zugleich ist sie ein Gefäß für das Nichts. Sie fühlt, dass darin alles enthalten ist.

**Filigranes Geschehen in ihr.** Leise Musik. Allgegenwärtiger Klang der Schöpfung. Sie ist die Symphonie, deren Klänge um die Farben des Unaussprechlichen wissen.

Leise geht sie mit ihrer Größe um, denn sie ist eine Königin, deren Bewegung aus sich selbst heraus geschieht.

**Sie ist Schönheit als Spiegel des Ewigen.** Doch sie weiß es nicht, denn sie ist einfach nur das, was sie ist.

Wie selbstverständlich bewegt sie sich in den Räumen und Zwischenräumen, eine Wandlerin in dieser Welt, aber nicht von dieser Welt.

Dich, kosmische Mutter und Überbringerin der höchsten Schöpferkraft, frage ich:

**Bist du das – die Frau in mir?**

Harald A. Friedl (51), Bad Gleichenberg/Stmk

### Erobern – Behüten – Lieben



Als ich mit 21 von Zuhause aufbrach, um per Autostopp durch die Sahara zu reisen, empfand ich mich als „männlichen Abenteurer“, der sich „mutig“ der Welt stellt, um sich zu bewähren. Je weiter ich reiste, je abgelegener die gewählten Pfade verliefen, je „exotischer“ mir die begegneten Menschen erschienen, desto langsamer

wurde mein Schritt, desto mehr verstummte die Sehnsucht nach präsentablen Triumphen. Zunehmend fand ich mich in erlesenen Momenten und besonderen Begegnungen als Lauschender wieder, der mit wachsendem Verständnis Stück für Stück ein Teil der sich mir öffnenden Welt wurde. Mein Selbstverständnis wandelte sich grundlegend. Es war, als schlüpfte ich aus dem starren Kokon des wagemutigen Eroberers, der sich und der Welt etwas beweisen musste, hinaus zum Spürenden, Lernenden, Fördernden...

**Als ich den winzigen Körper meines ersten, viel zu früh geborenen Kindes in Händen hielt,** spürte ich die Verbundenheit mit ihm, unserer gemeinsamen Welt und unserer Zukunft, ruhend in meiner Hand...

Als Vater und Ehemann verwurzelte ich mich nun in der Rolle des Nestbauers, Verteidigers und Wegbereiters. Bis ich mich drei Jahre später, am Beginn eines langen Sommers, alleine wiederfand. Verlassen von der Mutter meiner Kinder. Nach erster Verzweiflung wurde mir klar: Jetzt muss ich beides sein – Vater und Mutter; Verteidiger und Tröstende; Ermutiger und Behütende; Sparringpartner und Liebeskummer-Versteherin...

**Heute sehe und spüre ich mit Freude und Vertrauen,** wie sich meine Kinder einerseits „männlich“ mutig und stets auch „weiblich“ einfühlsam und vorausblickend ihren Weg bahnen. Tief in mir regt sich manchmal die törichte Frage: *Liebe ich sie nun als Papa oder als Mama?* Doch die leise Verunsicherung löst sich sogleich in einem Lächeln auf, ob der Gewissheit, wie wenige dies heute noch so verstehen und wie unwichtig diese Unterscheidung einmal werden wird...

Silvia Edinger (66), Horn/NÖ

## Weiblich?



„Wo wüsst denn hin, Bürscherl?, tönte die Stimme am Gelände des Pfadfinderlagers, wo wir meinen Bruder besuchten. Ich war stolz darauf, für einen Buben gehalten zu werden – mit meinen kurzen Haaren und in den Blue Jeans, aus denen mein Cousin herausgewachsen war und die ich genauso gern trug, wie seine abgelegten, gestreiften

Herrenpyjamas. Ich hätte ein Bub werden und (wie mein Großvater) *Rudolf* heißen sollen – wie zuvor schon meine Mutter, der man dann kurzerhand den Namen *Rudolfine* verpasste. Ich bekam dann den Namen *Silvia*, aber mit dem „Weiblichen“ tat ich mich immer schwer. Ich wollte meinen Vater mit Leistung beeindrucken und bewunderte heimlich die Mädchen, die mit süßem Augenaufschlag und einem gesäuselten „*Papiliii*“ alles bekamen, was sie sich wünschten. **Trotz meinem verpatzten männlichen Start** ins Leben, trotz noch immer kurzer Haare und Vorliebe für Jeans, bin ich aber dennoch ein bisschen weiblich geworden. Zumindest tanze ich „Bollywood“ und versuche auch sonst gelegentlich, weiblich verführerisch zu wirken. **I am, what I am.**

Alfred Katzer (71), Bad Ischl/OÖ

## Becken-Bewusstsein

Vor mehr als 25 Jahren entdeckte ich einen spannenden Zugang zu meiner Inneren Frau: die „*Meditation zur Öffnung des Mutterschoß-Herzens*“ von Steven Levine. Das ist eigentlich eine Heilmeditation für Frauen, um ihren Beckenbereich zu unterstützen, oder auch für Schwangere zur Vorbereitung auf die Geburt. In seinem Buch erwähnt Levine, dass diese Meditation auch für Männer sehr wertvoll sei, um „ihrer Gebärmutter“ gewahr zu werden...

**Klingt schräg, aber bitte ausprobieren!** Ich jedenfalls hab mich auf mein „Becken-Bewusstsein“ eingelassen und war von der Wirkung beeindruckt. Ich hab mir die Anleitung auf Kassette gesprochen, immer wieder angehört und auf diesem Weg nach und nach meine Innere Frau erkundet und lieben gelernt.

Veronika Eisschiel (68), Linz

## Die Innere und die Äußere



Sagt die Innere zur Äußeren: *Komm, leg doch mal dein Gehabe ab! Sei so wie ich: einfach da!*

Meint die Äußere zur Inneren: *Du hast leicht reden – wer bin ich denn dann ohne mich?...*

**Meine weibliche „Saite“ zu finden** und erklingen zu lassen, sie zu mögen, zu bewahren, zu leben und dann auch noch zu lieben, ist manchmal ein Kunststück und oft erst über Umwege erreichbar. Wenn die Innere mit mir aus dem Haus geht, spüre ich, wie sehr sie in gewissen Zeiten Schutz braucht. Dann bespricht sie sich mit der Äußeren, um ganz sein zu können in dieser Welt. Die Schutzbedürftigkeit ist aber nur ein Teil von ihr – denn gerade die Innere hat eine große Stärke: In ihrem tiefsten Wesen und Sein ist sie unglaublich machtvoll spürbar in Sexualität und unendlicher Liebe!

**Was wir Frauen im Innen sind, spiegelt sich im Außen** – teilt sich in Sonne und Schatten – zeigt sich in allen Farben – in Schönheit genauso wie in Abgründen. Frausein ist ungeheuer spannend – so oder so oder so...

## MUSIK in mir

Und weiter geht's mit der fröhlichen Innenschau:

**Musik gilt ja gemeinhin als „Sprache der Seele“.** Drum sind auch die musikalischen Geschmäcker sehr verschieden. Die einen können sich nicht satt-hören an wilden Rhythmen, HardRock oder Techno – andere lieben Volksmusik oder Schlager – die nächsten schmelzen bei sinnlichen Songs und Balladen dahin – manche überfällt die Ganzkörper-Gänsehaut beim Hören von Bach, Mozart, Chopin oder Wagner...

**Welche Musik berührt und bewegt DICH am meisten** (vielleicht schon dein ganzes Leben)? **Haben die Klänge und du eine gemeinsame Geschichte?** **Hast du einen Lieblingskomponisten oder -interpreten?**

**Was empfindest du beim Hören dieser Musik?**

**Wie klingt DEINE Seele?...**

- **Schicke dein „musikalisches Bekenntnis“** (Textlänge 1.000 bis max. 2.000 Zeichen) unter Angabe von **Name, Alter und Adresse** und mit passendem **Foto bis spätestens 16. November** an [redaktion@wege.at](mailto:redaktion@wege.at). Falls dein Text in der Winter-WEGE veröffentlicht wird, erhältst du von uns nach Erscheinen ein kleines **Dankeschön-Geschenk!**