

DIE WEISE MONDIN

Ein Frauencamp über den weiblichen Wechsel – mit Regina König und Team

Der „Wechsel“ mit all seinen Turbulenzen ist eine wichtige Zeit im Leben jeder Frau. Im unterschiedlichen Maße müssen wir uns in dieser „2. Pubertät“ mit körperlichen Veränderungen und Wehwechen, mit emotionalen Auf's und Ab's und der Tatsache des Älterwerdens auseinandersetzen.

In dieser weiblichen „Midlife-Krise“ wandelt sich unsere gewohnte Identität, unsere Rolle in Beziehung, Familie und Beruf, das Interesse an uns als Frau. Wir sind aufgefordert, uns mit vielen unbequemen und auch irritierenden Fragen, die uns schon in der Pubertät begleitet haben, zu beschäftigen: Wer bin ich wirklich? Was sind meine eigenen Werte, verborgenen Wünsche, geleugneten Sehnsüchte? Was ist mir wirklich wichtig? Was erfüllt mich in meiner Tiefe? Und wenn ich damit eine Weile gegangen bin: Was ist meine Aufgabe als Frau in dieser Welt? Wie soll mein eigenes Leben, das noch vor mir liegt, aussehen?

Gelingt diese wichtige Auseinandersetzung nicht, ist die Gefahr groß, in Bitterkeit und Depression abzugleiten und die noch verbleibende Lebenszeit mit einem Gefühl der Leere und der ungestillten Bedürfnisse einfach abzusetzen. Wer aber Antworten auf diese Fragen findet, erlangt die Reife einer guten Älteren; einer erfahrenen Frau, die nicht mehr ständig selbst bekommen will, sondern sich

zunehmend daran erfreut, ihr Wissen, ihre Weisheit und ihr gewachsenes Verstehen weiter zu geben. Eine bewusst durchlebte Menopause verbindet mit einer ureigenen Kraft, die Selbstvertrauen, Stärke, innerer Schönheit und sexuellem Überfluss mit einschließt.

Das Frauencamp „Die Weise Mondin“ will Mut machen, diese Zeit der Umwälzungen weder zu übergehen, noch der Medizin zu überlassen, sondern sie selbstverantwortlich, individuell und schöpferisch in die Hand zu nehmen. Frauen ab 40 sind zu dieser Gruppe herzlich eingeladen! Wir freuen uns, wenn auch einige Frauen über 60 dabei sind, die uns mit ihren Erfahrungen bereichern.



ACHTUNG – für alle Frauencamps gilt:

- ~ Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einer ARUNA-Gruppe, vorzugsweise am Kurs „Der Kreis der Frauen“.
- ~ Bitte bei Interesse unbedingt frühzeitig anmelden!
- ~ **Detailliertere Infos im Internet unter**
www.aruna-tantra.de/seminare-fuer-frauen

