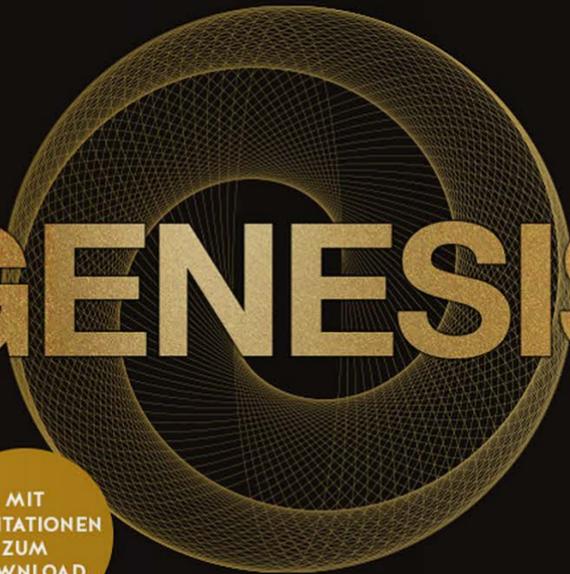


Veit Lindau



GENESIS

MIT
MEDITATIONEN
ZUM
DOWNLOAD

**DIE BEFREIUNG
DER GESCHLECHTER**

**GRÄFE
UND
UNZER**

EDITION

Veit Lindau

Du bist ein Wunder.

GENESIS

**DIE BEFREIUNG
DER GESCHLECHTER**

Widmung

Ich freue mich, dass sich unsere Wege kreuzen
und du diese Zeilen liest.

Ich widme dieses Buch
dem Wunder, das du bist,
deiner kreativen Kraft
und den unbegrenzten Möglichkeiten deiner Beziehungen.

Du bist, egal, was dir andere erzählt haben oder was du selbst von dir
glaubst, *einzigartig, genial* und *wunderschön*.

Es gibt einen Ton, den nur du zur kosmischen Sinfonie beisteuern
kannst. Möge er dich finden und voll öffnen.

Erinnere dich

*Ich sehne mich so sehr nach dir.
Ich sehne mich danach, vollständig von dir hereingelassen zu werden.
Ich bin nicht für Deals und Kompromisse zu haben.*

*Ich will alles.
Den tiefsten Fall und das höchste Licht.
Ich will von dir vollständig erkannt werden.
Schließ mich nicht aus, wenn ich nackt und fragend vor deiner Tür stehe.
Bitte mich herein, auch wenn ich weine oder wüte.*

*Du willst deine Ruhe?
Ich kann dich nicht in Ruhe lassen.
Nicht in diesem Leben.
Denn wir haben geschworen, uns dieses Mal zu finden.*

*Nicht erst am Ende. Mitten drin.
Nicht im Himmel, sondern auf den Straßen deiner Stadt.
Im Dreck, in der Tristesse, im Schmerz.
In Ekstase und Stille.*

*Dieses Mal werden wir uns finden.
Also bebe ich vor Vorfreude,
dränge ich in Ungeduld,
wüte ich in Leidenschaft,
flüstere ich in Verzückung.*

*Bis du mich ganz hereinbittest.
Bis du dich an mich verschenkst, mit allem, was du hast.
Bis du mir all deine Beziehungen als Tempel weihst.
Bis meine Größe jeden Aspekt deiner Arbeit erleuchtet.*

*Lass dein kleines Ich in meinen Armen sterben.
Und deine stillen, leuchtenden Augen werden anderen davon berichten,
dass du geöffnet wurdest.*

*Ich bin hier.
Deine Seele*

Inhalt

Prolog: Die Welt brennt	12
Über dieses Buch	20
Mein Anliegen	20
Mein Wunsch an dich	25
Mein Blick auf Gott	27
Für deinen optimalen Nutzen	35
LGBTQI+	35
Meine Worte richten sich an dich	36

TEIL I

Erinnerung	39
Du bist ein Wunder	41
Auf der Suche nach deiner Geschichte	44
Wer bist du?	46
Wer sind deine wahren Eltern?	53
Eros und Logos sind in dir	58
Eros: Das Streben nach Einheit	59
Logos: Die Triebkraft des Universums	63
Der Cocktail der Schöpfung	67
Der Tanz der Geschlechter	68
Die Biologie hinter unserem Geschlecht	69
Die Hüterinnen von Eros	74
Die Himmelstürmer von Logos	76
Die Vereinigung von Eros und Logos	77
Die zerstörerische Kraft des Patriarchats	78

Die Entstehung des Patriarchats	85
Die Auswirkungen des Patriarchats bis heute	96
Die andere Seite der Medaille: Der verletzte König	100

TEIL II

Vergebung	109
Du bist der Neuanfang	111
Warum Vergebung wichtig für <i>dich</i> ist	112
Die Dämonin der Verachtung in dir	117
Tragen auch Männer Verachtung in sich?	120
Der Dämon der Gewalt in dir	121
Tragen auch Frauen Gewalt in sich?	124
Essenzielle Stadien der Vergebungsarbeit	125

TEIL III

Befreiung	129
Du bist Genesis	131
Die Rückkehr der Königin	133
Geh in Führung	135
Verabschiede das Opfer in dir	140
Verwandle das Leben wieder in einen Tempel	145
Erkenne deine Schönheit	147
Vernetze dich mit anderen Frauen	155
Für deine Lust brauchst du keinen Mann	157
Befreie Gott	159
Sei deiner Tochter eine Königin	162
Erkenne Logos als deinen mächtigen Freund	163
Stopp das Betteln und lade den Mann als Königin ein	169
Bring auch das Schwert in deine Beziehung ein	172

Das Erwachen des Königs	175
Hol dir deine Eier zurück	176
Ziehe dich von der Welt zurück und hinterfrage dich	178
Zerstöre den Mythos Mann	180
Führe dich	182
Finde deinen Polarstern	186
Lass Schwäche deine neue Stärke sein	193
Sei ein Mann von Ehre	197
Meistere dein Schwert	200
Lass Eros deinen Heiler sein	205
Sieh die Welt mit milden Augen	212
Erwecke den König	215
Erkenne deine Privilegien	221
Entwickle die Kunst zu sterben	224
LGBTQI+ – Der Regenbogen der Geschlechter	228
Co-Creation – Die Zukunft der Menschheit	242
Lass Paradigmen und die lineare Zeitachse hinter dir	242
Du trägst die Voraussetzung für Co-Creation in dir	246
So kann Co-Creation praktisch funktionieren	251
Quellen und Erläuterungen	257
Anhang	263
Weiterführende Literatur	263
Lass uns ein Stück Weg gemeinsam gehen	265
Über den Autor	266
Downloadbereich zum Buch	268
Weiterführende Kurse auf www.homodea.com	268
Danke	271

PROLOG: DIE WELT BRENNT

Ich möchte dir von einem Traum erzählen, mit dem dieses Buch in mein Leben kam. Ich erinnere mich an viele meiner Träume und meist weiß ich, ob sie mich als Person auf einer psychologischen Ebene betreffen oder ob sie aus einem anderen, größeren, kollektiven Raum stammen. Als ich an einem Morgen schweißgebadet erwachte, wusste ich, dass ich einen Auftrag erhalten hatte. Eine Botschaft, die in die Welt muss.

In meinem Traum hatte die Erde gebrannt. Die Wälder standen in Flammen. Überall war Krieg. Familien waren zerstritten und es war klar, dass die Menschheit kurz davor war, sich selbst auszulöschen. Trotz der vielen traurigen Bilder war ich sehr ruhig. Wie ein Beobachter aus einer anderen Dimension. Eine Stimme sprach zu mir: »Die Erde brennt, weil der Thron der Königin leer ist.«

Es ist mir fast unmöglich, diesen Thron mit Worten zu beschreiben. Ich sah ihn überdeutlich. Doch es war kein Thron aus einem Märchenfilm. Es ging auch nicht um eine einzelne Königin. Es war ein wesentlich mächtigerer Thron auf einer energetischen, archetypischen Ebene. Mir wurde offenbart, dass wir Menschen in unseren physischen Körpern quasi nur eine, und zwar die größte Ebene eines kosmischen Schauspiels sind. Wir alle werden von wesentlich feineren, einflussreicheren geistigen Feldern benutzt. Je nachdem, wie wir unseren Geist ausrichten, docken wir an Feldern sehr unterschiedlicher Qualität an. Diese drücken sich dann durch unsere Worte, Gefühle und Taten auf der Erde aus.

In diesem Traum war es so kristallklar zu erkennen, dass die archetypische Macht der Königin seit Tausenden von Jahren nicht mehr auf der Erde willkommen war. Vielleicht war sie es auch noch nie. Ich sah im Traum, wie alte Priesterrinnen, Sängerinnen, moderne Unternehmensführerinnen ihr Leben dafür gaben, den Kanal zu diesem Feld aufrechtzuerhalten. Doch sie waren einsam und zu wenige. Zum Beispiel sah ich Lisa Gerrard und ich verstand plötzlich, warum diese Frau für ihre Musik eine nichtmenschliche Sprache erfunden hatte. Wenn du sie nicht kennst, hör ihre Lieder und du wirst verstehen.

Die Stimme im Traum lehrte mich weiter: »Es ist dringend notwendig, dass jede Frau diese Königin in sich findet und ihr den Thron bereitet, den sie verdient

hat. Frauen müssen mehr in Führung gehen. Nicht als Kopien von Männern, sondern als Königinnen.«

Ich habe lange überlegt, ob ich diese Eindrücke mit dir teile, denn das Letzte, was ich in deinem Kopf erzeugen möchte, ist das Bild einer Frau mit einem Krönchen auf dem Kopf. Die Königin, die ich gern in dir ansprechen möchte, ist eine unsichtbare, unermesslich machtvolle Quelle von Liebe und Weisheit. Sie fehlt und deshalb brennt unsere Erde.

Als ich aus dem Traum erwachte, blieb ich gebannt von der so frischen Erinnerung liegen und fragte im Halbschlaf: »Was ist meine Aufgabe als Mann? Was kann und muss ich beitragen?«

Die Antwort kam prompt: »Deine Aufgabe als Mann ist es, dich und deine Brüder herauszufordern, den König auf dem Thron zu wecken. Denn er sitzt da seit Tausenden von Jahren allein, herrschend und doch blind. Der König hat seine Würde verloren. Es ist Zeit, dass er erwacht. Und dann geh hinaus und bitte alle Frauen, ihren Thron wieder oder zum ersten Mal einzunehmen!«

Ich fragte nach: »Frauen brauchen keinen Mann, der sie bittet. Sie haben die Macht, den Thron selbst einzunehmen.«

»Das stimmt. Doch es macht einen bedeutsamen Unterschied, ob die Königin kämpfen muss, um auf den Thron zurückzukehren oder ob sie respektvoll eingeladen wird. Sie kann kämpfen, o ja. Das hat sie in all der Zeit bewiesen. Doch ihre wahre Natur ist Hingabe. Frauen sind müde vom Sich-behaupten-Müssen. Ihre wahre Schönheit werdet ihr zu Gesicht bekommen, wenn ihr freiwillig den Raum bereitet, in den hinein sie sich entfalten kann.«

»Was soll ich den Frauen und den Männern sagen?«

»Begegne jeder Frau als Stellvertreter des gesamten männlichen Feldes. Sag ihr aufrichtig, was euch leidtut. Bitte sie um Frieden. Bitte sie, endlich auf ihre Weise in allen Bereichen in Führung zu gehen. Finde die Worte, die sie aus dem Mund eines Mannes hören muss, damit ihre Wunde heilen kann. Begegne deinen Brüdern als Bruder. Als ein Mann, der neben ihnen steht. Der von denselben Fragen bewegt ist. Erinnerung sie an den König in ihnen. Appelliere an ihre Größe. Bitte sie, mit dir zusammen der Welt zu zeigen, wie schön Männer sind.«

Das war der Traum. Vor mittlerweile zwei Jahren. Ich begann, Vorträge dazu zu halten, und ich sah es in den Augen der Frauen und Männer, dass sie wussten, was ich meine. Und nun schreibe ich dir und hoffe, dass ich die Worte finde, die du lesen musst, um dich zu erinnern.

Denn unsere Welt brennt wirklich. Vielleicht hast du auf diese ernste Perspektive gerade keine Lust, weil es dir gut geht. Doch wir müssen darüber sprechen. Denn du bist in dem, was für unsere Menschheit kommt, wichtig. Ob du willst oder nicht, du wirst eine bedeutsame Rolle spielen. Die Menschheit steht an einer Weggabelung und wir alle entscheiden mit, wohin es von hier aus geht. Unsere Welt ist so offensichtlich aus dem Gleichgewicht. Sie brennt an so vielen Stellen, auf so vielen Ebenen, es bräuchte das gesamte Buch, um alle Feuer aufzulisten. Wir verbrennen unseren Heimatplaneten. Wir wissen es und wir machen einfach weiter. Wir verbrennen die kreative Lust am Schaffen und das einfache Glück der Gegenwart in einer zwanghaft von Wachstum und Leistung angetriebenen Gesellschaft. Wir verbrennen unsere Freude am Arbeiten im Burn-out. Wir verbrennen das geniale, kreative Potenzial unserer Kinder in völlig veralteten Bildungssystemen. Wir verbrennen die Hoffnung von Abermillionen Menschen auf ein gutes Leben durch brutale soziale und ökonomische Ungerechtigkeiten. Wir verbrennen die atemberaubenden Möglichkeiten so vieler Liebesbeziehungen in der starren Struktur einer Kleinfamilie. Wir verbrennen Nahrung, während Kinder an Hunger sterben.

Unsere Welt brennt. In gewisser Weise hat sie das schon immer. In Teilen konnten wir das Feuer bändigen. Doch jetzt hat der Zauberlehrling zerstörerische Geister entfesselt. Die Dinge entwickeln sich nicht mehr überschaubar, sondern disruptiv und exponentiell. Spätestens seit der Corona-Pandemie wissen wir, dass es nur eines kleinen unsichtbaren Virus bedarf, um die Illusion unserer Kontrolle zutiefst zu erschüttern und viele Teile unserer Gesellschaft in Brand zu setzen.

Unsere Welt brennt nicht nur außen, sondern auch in uns. So viele Menschen, vielleicht auch du, schmoren in der Hitze ungelöster existenzieller Fragen. In so vielen von uns entflammt – nicht mehr lös-

bar – die unbequeme Sehnsucht nach mehr Sinn. Wir haben so viel. Wir wissen so viel. Doch wissen wir auch, wofür wir all das haben und wissen? Wenn Bewusstsein erwacht – und ich wette, das passiert in dir, sonst würdest du nicht so ein Buch lesen –, ist dies nicht nur nett. Neue Konflikte erzeugen eine starke geistige Reibungshitze. Es entsteht ein Wunsch nach einem guten weltlichen Leben *und* seelischer Integrität. Es erwacht das Bedürfnis, alles rational zu verstehen und zu staunen. Innerlich Stille zu finden *und* da draußen auf dem Marktplatz mitmischen zu wollen. Das Mitgefühl mit all den Menschen, die in unser Land strömen *und* die vielen neuen Fragen, die unser multikulturelles Miteinander aufwirft.

Bist du erschöpft, ausgebrannt? Viele Menschen sind dies heutzutage. Warum ist das so? Ist das Normale auch natürlich? Wir reißen uns den Arsch auf. Wir lernen dazu. Wir versuchen in diesem fast aus dem Gleis springenden Schnellzug mitzuhalten. Doch wofür? Geht es hier noch um uns? Ging es das überhaupt jemals? Oder bedienen wir ein Monstrum der Umsatzzahlen? Ich will dich nicht deprimieren. Ich muss aber einmal den Finger tief in die Wunde legen, damit klar wird, dass es in diesem Buch nicht um eine interessante Überlegung geht, sondern um unser Überleben und dann – hoffentlich – unser Erblühen.

Warum müssen Krankenschwestern, die Leben retten, Pädagoginnen, denen wir unsere Kinder anvertrauen, oder Künstler, die diese Welt schön für uns alle machen, so oft um Anerkennung und eine faire Bezahlung betteln, anstatt täglich als Held*innen gefeiert zu werden?

Buckminster Fuller sagte einst, wir wären die Kapitäne eines Raumschiffes namens Erde.¹ Doch wer von uns sitzt denn wirklich am Steuer und warum rasen wir feiernd auf eine Wand zu? Die Wissenschaft ist den Menschen enteilt. Wir wissen intellektuell so viel und setzen erbärmlich wenig davon um. Die alten Institutionen und Unternehmen versuchen wie riesige Tanker, ihren Kurs anzupassen und den Eisbergen auszuweichen – viel zu langsam und fantasielos. Während-

dessen haben neue, elitäre, digitale Netzwerke längst das Ruder an sich gerissen. Ich behaupte, auch sie wissen nicht, was sie tun. Sie manipulieren Verstand und Gefühl von Milliarden Menschen, ohne sich ihrer ethischen und karmischen Verantwortung bewusst zu sein. Sie fesseln Geister noch mehr an die Matrix, anstatt ihnen beim Erwachen zu helfen. Und während wir noch nicht mal ansatzweise begriffen haben, was es bedeutet, Mensch zu sein, erschaffen sie die nächste Generation Leben. Künstliche Intelligenzen sind jetzt bereits schlauer als wir und manipulieren uns mehr, als sie uns wirklich nutzen. Sie diktieren uns ein Tempo auf, das uns ausbrennt.

Diese Welt brennt an so vielen Ecken und Kanten. Ich könnte ewig so fortfahren. Doch dies ist kein Buch der Verzweiflung. Es ist ein Weckruf für den Gestalter, die Schöpferin in dir. Denn du, und ich meine wirklich dich, wirst eine wichtige Rolle in dem spielen, was kommt. Vielleicht denkst du: »Ich bin doch nur ein einzelner Mensch. Ich bin doch so klein.« Ich muss dich nicht persönlich kennen, um eines ganz sicher zu wissen: *Du bist viel größer und mächtiger, als du denkst.* Nicht in irgendwelchen Büchern oder Vorstandsetagen, sondern dort, wo du atmest und Fragen stellst, entscheidet sich unsere Zukunft. Ich bin kein verklärter Optimist. Ich sehe Nachrichten. Ich sehe das Böse in unseren Taten. Ich sehe die bedrohlichen Zahlen. Ich schaue hin, denn nur so kann ich meiner Verantwortung für die Zukunft gerecht werden. Doch ich sehe auch das Licht. Vielleicht liegt es an den glücklichen Umständen meiner Arbeit. Ich komme tagtäglich mit Menschen zusammen, die das Gute wollen und die wirklich Lust haben, etwas Neues zu erschaffen. Ich glaube auch an Tipping Points. Ich glaube an die Zahl 3. Laut Zukunftsforscher Tristan Horx braucht es etwa 3 bis 6 Prozent der Bevölkerung, um einen neuen Trend zu setzen.² Vielleicht sind wir sogar schon viel mehr. Doch wir müssen uns stärker vernetzen und definitiv müssen sich viele Menschen in dem, was kommt, noch viel wichtiger nehmen. Unser Bewusstsein hat eine erstaunliche Eigenschaft. Wir verfügen über die Fähigkeit, in jedem Augenblick neu zu wählen. Wir können wiederholen, was wir

gestern dachten und taten, und erschaffen so eine Kopie. Oder wir gestatten uns heute und hier einen neuen Gedanken, eine neue Tat und betreten damit ein neues Universum. Die Menschheit steht an einer Weggabelung. Dystopien aus düsteren Filmen könnten real werden. Vielleicht setzen wir das gesamte Experiment in den Sand. Für den Kosmos wird es nur wie ein winziger Lichtfunke gewesen sein, der kurz aufleuchtete und wieder erlosch. Doch was wird es für uns bedeuten, wenn wir scheitern? Für den Geist in uns, der hierherkam, um frei zu wählen und bewusst zu erschaffen?

Genesis ist wahrscheinlich ein im konservativ-religiösen Sinne ketzerisches Buch. Das Wort »Genesis« kommt aus dem Altgriechischen und bedeutet *Schöpfung, Entstehung, Geburt*. Die wahrscheinlich früheste und bekannteste Erwähnung finden wir im ersten Buch Mose und im christlichen Alten Testament. *Genesis* beschreibt dort die Erschaffung der Welt.

»Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Und die Erde war wüst und leer, und es war finster auf der Tiefe; und der Geist Gottes schwebte auf dem Wasser. Und Gott sprach: Es werde Licht! Und es ward Licht.« (Gen 1,1–3)

Ich glaube, dass es Zeit ist, dass wir diesen alten Gott in Frieden ziehen lassen. In einer Zeit, als wir sehr wenig über uns wussten, hat ER uns als Polarstern gedient. Dafür haben wir *Ihn* gefürchtet und verehrt. Haben wir den Mut, uns selbst als *lebendige Genesis* zu begreifen? Schöpfung fand nicht irgendwann im Himmel statt und ist nun erledigt. Was wäre das auch für ein unvollständiges Bauwerk?! *Genesis* entwickelt sich weiter, und zwar genau da, wo du heute atmest, liebst, leidest und erwachst. Gott ist noch lange nicht fertig. Gott spielt weiter. In deiner Küche, umgeben von schreienden Kindern. Im ekstatischen Sex, dem Aufstellen deiner Steuererklärung und im nächsten Vorstandsmeeting. In der dunklen Verzweiflung einsamer Nächte, auf dem Klo und während du diese Zeilen liest. Der alte Gott, auf den wir warteten, den wir anbeteten und fürchteten, hat den Staffelstab

an uns übergeben. Da, wo du lebst, wird die Welt erschaffen. Durch dich! Durch deine Gedanken und Taten. Wir sind die Schöpfer*innen und wir sind das Resultat. Ist das anmaßend? Nein. Es ist viel dreister, wenn du deine schöpferische Verantwortung verleugnest. Es ist geradezu überheblich, wenn du *Gott* von *dir* trennst. Das, was die Mystiker*innen und Weisen aller Zeiten staunend und still, hilflos stammelnd versucht haben, mit dem Begriff *Gott* zu beschreiben, ist nicht da draußen. Es ist in dir. In jeder Zelle deines Körpers. In jedem deiner Atemzüge. In jeder Frage, die du dir heute stellst. *Gott* schreibt diese Zeilen. *Gott* liest diese Zeilen. *Gott* erwacht in dir und mir. Das kann diese schöpferische Urgewalt nur, wenn wir sie von jenem externen Thron herunterholen in unser eigenes Herz. Aus dem fernen Himmel auf die verdreckte Straße. Unsere Genesis ist noch nicht vollendet. Sie fängt heute erst richtig an. Wenn wir aufhören, zu warten und zu hoffen. Wenn wir das Leben in uns ernst nehmen und die Auswirkung, die jede unserer Handlungen auf alles hat. Und wenn wir anerkennen, wie sehr wir uns brauchen. Denn wir erschaffen einander. Starkes *Ich* und starkes *Wir*.

Die Welt brennt auch, weil viel zu viele Menschen warten, dass die Lösung irgendwo da draußen passiert. Jemand wird kommen und es richten. Irgendeine Regierung wird schlau genug sein. Ich wähle eine Partei und die macht es dann. Nein. Wir sind dran – du und ich. Ich glaube, dass es sehr viele gute und begabte Menschen auf der Welt gibt. Doch es fehlt derzeit auffällig ein gemeinsamer, für alle attraktiv leuchtender Mythos, um die Kräfte zu vereinen. Die alten Menschheitsgeschichten sind hoffnungslos veraltet. Die Versprechen der Aufklärung und der liberalen Leistungsgesellschaft sind massiv entzaubert worden. Unsere aktuellen Regierungen vereinen nicht mit starken Visionen, sondern verunsichern durch hektische Kurswendungen, um die Wahlberechtigten nicht zu verschrecken. Kein Wunder, dass derzeit Autokraten und rechtsgerichtete Parteien an Macht gewinnen. Denn in angstgefüllten Zeiten sehnen sich die Menschen nach einfachen Lösungen und der guten, alten Vergangenheit.

Die Welt brennt, weil der Thron der Königin verwaist und der König auf seinem Thron eingepennt ist. *Jetzt* ist die Zeit, da *sie* zurückkehrt und *er* erwacht. Die Welt braucht eine neue Sprache. Radikal neue Visionen. Neue, ungewöhnliche Stimmen. Neue Räume für Intuition. Eine neue Form der Führung und der Co-Creation. Eine neue Art, Computer zu programmieren. Neue Prinzipien der Verteilung. Neue Prioritäten und Werte in Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und im Bett. Diese Welt braucht Menschen, die begreifen, dass die Ehrung des Weiblichen nicht die Bedrohung, sondern die Rettung des Männlichen ist. Befreie dein Geschlecht von allen begrenzenden Ideen und antrainierten Rollen. Du bist viel mehr als ein Mann oder eine Frau. Du bist ein lebendiger Prozess, ein unfassbar schöner, einzigartiger Tanz zweier kosmischer Urkräfte – Eros und Logos³. *Gott* und *Genesis* sind in dir. Entfesse und ehre alle Kräfte in dir, die dunklen und die hellen, und dann staune, was das Leben in dir gebären will.

Du bist kein Irrtum. Du bist *Genesis* im Prozess.

ÜBER DIESES BUCH

Nie zuvor haben sich Frau und Mann so sehr gebraucht wie jetzt. Wir werden die Herausforderungen unserer Zeit nur lösen, wenn wir gemeinsam wirken und uns geistig befruchten. Wir kommen von verschiedenen Ufern. Wir sehen und empfinden die Welt verschieden und das ist gut so. Wir können und müssen jetzt voneinander lernen. Wir haben keine Zeit mehr für das Festhalten an Groll und Schuld. Lass die abgenutzten Vorurteile fallen. Vergib. Lass die Vergangenheit los. Sie ist vorüber. Beginne neu. Öffne der anderen Seite radikal deinen Geist und dein Herz, so als wenn du sie zum ersten Mal entdeckst.

Mein Anliegen

Dieses Buch verfolgt drei Anliegen.

1. Auf der tiefsten Ebene möchte ich dich für das Wunder deines eigenen Lebens begeistern. Für mich bist du ein komplexes Wunder mit so faszinierenden und mächtigen schöpferischen Fähigkeiten. Da wir alle nicht wissen, wie lange wir leben dürfen, ist jeder Tag eine kostbare Chance, diese Wundertüte neugierig und mutig auszupacken. Wir sollten uns niemals der grauen Routine eines vorprogrammierten Alltags hingeben, sondern uns diesem Moment jetzt gerade intensiv, fragend, liebend hingeben.
2. Ich möchte dir ein Verständnis jenes einzigartigen Mix zweier alchemistischer Urkräfte – Logos und Eros – vermitteln und dir zeigen, dass sie nicht nur eine Idee sind, sondern mächtige Zutaten deiner Kreativität. Wenn du beide bewusst in dir wachrufst und aus alten Gefängnissen befreist, wirst du eine enorme Steigerung an Kreativität, Wirksamkeit, Freiheit und Lebensfreude erfahren.
3. Ich möchte mit diesem Buch einen Beitrag für den Frieden zwischen den Geschlechtern und in der Welt leisten.

Wenn wir das Wort Krieg hören, denken wir meist an Soldaten und Waffen, an sich bekämpfende Länder oder Parteien. Doch ich bin über-

zeugt, dass jeder Streit und jede Schlacht dieser Welt einem wesentlich leiseren, älteren und doch so viel mächtigeren Krieg entspringt – der Feindschaft der Geschlechter. Vielleicht empfindest du diese Wortwahl als übertrieben, weil du in einer Umgebung lebst, in der sich Männer und Frauen relativ respektieren. Zuerst einmal freue ich mich dann für dich, denn dies ist leider in vielen Teilen der Erde noch nicht der Fall. Jedoch befürchte ich, dass das, was die meisten als Frieden zwischen den Geschlechtern betrachten, eher ein zur Norm gewordener Waffenstillstand ist. Tief unter der Oberfläche eiert eine uralte Wunde, die sich in abgedroschenen Klischees über die »andere« Seite, in verachtenden Witzen und sexistischen Anfeindungen, aber auch in aufgegebenen Träumen und Frust offenbart. Nein, diese Wunde ist immer noch nicht vollständig erfüllt und noch lange nicht geheilt.

Feminist*innen würden jetzt sagen, dass diese Wunde so alt ist wie das Patriarchat, also etwa 10 000 Jahre. Dieses Buch wird sich viel mit dieser Epoche der Menschheit auseinandersetzen, denn wir müssen begreifen, wie sehr uns diese Zeit geprägt hat. Sie hat uns alle – Frauen und Männer – für essenzielle und wertvolle Anteile unserer Seele blind gemacht. Wir haben eine Kultur erschaffen, die froh darüber ist, lediglich aus dem Zustand der gnadenlosen Ausbeutung in den der halbwegs zivilisierten Konkurrenz gewechselt zu sein. Ich meine damit nicht nur unsere Wirtschaft, sondern auch die subtile und doch so machtvolle Konkurrenz zwischen Frauen und Männern – in Ehen, Teams und Unternehmen.

Vielleicht hast du dich bereits viel mit dem Patriarchat beschäftigt. Ich hoffe, dass ich der so dringend notwendigen Geschichtsaufarbeitung eine Perspektive hinzufügen kann, die noch mehr Männer positiv motiviert, an den Tisch zu kommen. Denn mal ganz ehrlich, warum soll ich mich als Vertreter der Spezies, die ständig angeklagt wird und die ganz sicher eine Menge Privilegien loslassen werden muss, freiwillig dem Prozess stellen? Ich wünsche mir sehr, dass es mir gelingt, euch wunderbare, coole und so verletzbare Typen davon zu überzeugen, dass wir auch gewinnen werden.

Doch ich möchte mit dir geschichtlich noch weiter zurück und im Bewusstsein wesentlich tiefer reisen. Denn tatsächlich glaube ich, dass die Wunde, die nach Heilung ruft, deutlich älter ist als das Patriarchat. Seit der kognitiven Revolution vor 50 000 bis 90 000 Jahren ist etwas in uns Menschen erwacht. Manche nennen es Bewusstsein, andere Seele, wiederum andere Atman. Ein Funke Licht in uns drängt an die Oberfläche. Wir ringen darum, uns selbst und unser Gegenüber zu erkennen. Alles, was wir bisher erfanden und erschufen, alles, was wir zerstörten – all das war auch ein Versuch, uns selbst zu finden. Jede Sucht und jede Ablenkung, in die wir uns stürzen, ist eine Spiegelung unseres Vergessens. Jeder Schmerz, den wir immer noch uns selbst und anderen zufügen, ist in Wahrheit ein Ausdruck der Sehnsucht, endlich in einen Spiegel zu sehen und wirklich uns zu sehen. Endlich in die Augen eines anderen zu schauen und einander wahrhaft zu erkennen. Ja, es geht in diesem Buch sehr viel um den Krieg zwischen dem männlichen und dem weiblichen kollektiven Feld, in dem all die unzähligen Missverständnisse, Enttäuschungen und Verletzungen gespeichert sind, die wir uns in Blindheit angetan haben. Es geht auch um die Beilegung deines persönlichen Kampfes mit dem anderen Geschlecht. Doch vor allem ist dieses Buch ein Beitrag für deinen inneren Frieden und deine Freiheit. Denn du bist so viel mehr als ein Mann oder eine Frau. Du bist das Aufeinandertreffen kosmischer Urgewalten – von Eros und Logos. Wenn diese beiden in dir miteinander tanzen dürfen, werden sie dich nicht nur heilen und stärken. Du wirst einen evolutionären Quantensprung erfahren. Ich weiß, dies sind starke Worte. Vielleicht denkst du, ich übertreibe. Du musst wissen, ich habe die Ehre, für und mit Tausenden von Menschen auf einer sehr ehrlichen und radikalen Ebene an Bewusstseinsentwicklung zu arbeiten. Und dabei bin ich täglich Zeuge, wie viel Freude und Kreativität freigesetzt wird, wenn wir vergeben und die Vergangenheit loslassen, wenn wir Licht und Schatten, Größe und Hässlichkeit in uns willkommen heißen, und wenn wir eine noch größere Dimension dessen erkennen, wer wir sind.

Es wäre mir eine solche Freude, wenn du nach dem Lesen der letzten Seiten das Buch dankbar und still zusammenklappst, dich mit leuchtendem Herzen vor den nächsten Spiegel stellst und aufrichtig sagen kannst: »Ich sehe mich. Ich liebe mich. Ich bin bereit, das Wunder meines Lebens voll anzunehmen.« Vielleicht klingt es für dich seltsam. Ich wünschte, ich könnte dir all das, was in diesem Buch steht, von Angesicht zu Angesicht sagen: Ich begreife mich weniger als ein Autor als vielmehr als ein Heiratsvermittler zwischen dir und dem noch in dir schlummernden Potenzial. Wir sind fast alle in feste, starre Ich-Ideen hineinerzogen worden. Ich möchte dich einladen, jede Schublade zu sprengen, in die du deinen Geist gesperrt hast. Dein Herz weiß schon immer, dass du ein unbegrenztes Wesen bist. Es hat dich hierhergeführt und lässt dich diese Zeilen lesen. Jetzt musst du nur noch deinem wundervollen Verstand gestatten, viel freier und größer darüber zu denken, wer du bist. Egal, wie alt du bist; egal, wie viele Siege und Niederlagen du erfahren hast – dies heute ist erst der Anfang!

Doch was hat deine Potenzialentfaltung eigentlich mit dem Frieden in der Welt und der Befreiung der Geschlechter zu tun? Nun, eine, vielleicht *die* bedeutsamste Hochzeit, die wir auf dem Weg zu uns selbst erfahren dürfen, ist die bewusste Vermählung der weiblichen und männlichen Qualitäten. Denn die Konkurrenz zwischen den beiden Polen findet nicht nur in unserer Gesellschaft statt, sondern auch in uns. Wenn du als Mann gelernt hast, deine weiblichen Anteile zu unterdrücken, macht dich das nicht männlicher. Es engt deine emotionale Bandbreite ein. Es reduziert deine Kreativität und verschließt dir den Zugang zu deiner Intuition. Dieser Krieg in dir macht dich von Frauen coabhängig. Er kann dich krank machen und dich zeitiger sterben lassen. Du wirst durch dieses Buch erfahren, dass alles, was gut ist an deiner Männlichkeit, durch das nährende Licht deiner weiblichen Anteile noch mehr erblühen wird. Du wirst durch diesen Weg potenter, smarter, souveräner. Interessiert?

Viele Frauen in unserer Gesellschaft müssen bereits ihren Mann stehen. Oft auf Kosten ihrer natürlichen Weiblichkeit. Sie leiden selbst

am allermeisten an der inneren Verhärtung. Dieses Buch hilft dir als Frau, diesen Panzer zu lösen und dich aus einer gestärkten Weiblichkeit heraus neu und dieses Mal freiwillig auf deine männlichen Qualitäten zu beziehen. Stell dir vor, es ist möglich, jederzeit aktiv auf beide Pole zuzugreifen und sie im Sex genauso wie im Business bewusst und absichtlich einzusetzen. Interessiert?

Wenn du Eros und Logos ermöglichst, dich zu lehren und sich in dir alchemistisch zu verbinden, wirst du ein völlig neues Level an Lebensqualität und Selbstwirksamkeit erfahren. Denn nun schwingen sich beide Pole zu wahrer Co-Creation empor. Du wirst den geistigen Sprung vom ausschließenden, trennenden zum integralen Bewusstsein erfahren. Du wirst kognitiv, kreativ, ästhetisch, erotisch und kommunikativ einen gewaltigen Schub erleben. Lust darauf?

Und dann bringst du dieses neue Level an Freiheit und Lebendigkeit in alle deine Beziehungen. Wer sich selbst tiefer erkennt, sieht auch das Gegenüber viel klarer. Dein Blick hält die Frauen und Männer in deiner Umgebung nicht mehr mit sexistischen Vorurteilen fest, sondern entbindet sie neugierig daraus. Du gibst Raum zum Staunen und ermutigst zum Entfalten. Menschen werden sich in deiner Umgebung wohl und inspiriert fühlen. Sie werden, ohne dass du darüber groß Worte verlierst, in deinem Feld der Offenheit neue Aspekte an sich entdecken.

Jetzt müssen und werden wir, Frauen und Männer, neu zusammenkommen. Wir dürfen und werden nicht mehr recht haben wollen, sondern die Angst auflösen und diese uralte Wunde heilen. Wir werden unsere Beziehungen nicht mehr für Machtgeplänkel und Routinespielchen vergeuden, sondern nutzen, um uns miteinander an eine Möglichkeit zu erinnern, von der unsere Mythen und Gedichte seit Tausenden Jahren erzählen. Wir wissen alle instinktiv, dass es das bis hierher nicht gewesen sein kann. Unsere Sehnsucht wird uns nicht stagnieren lassen, bis wir täglich zusammenkommen und uns feiern. Weil wir endlich in der Lage sind, unsere verblüffende Verschieden-

heit *und* die darunterliegende Einheit anzuerkennen. Wir werden im Namen der Liebe, der Lust und für die Zukunft unserer Enkel zusammenkommen und dem Wort *Genesis* eine neue Bedeutung geben. Wir werden nicht mehr hoffen und beten, dass ein Wunder passiert. Wir werden realisieren, dass das Wunder bereits geschehen ist. Die Urkraft des Lebens hat uns erschaffen und uns gleichzeitig mit der Fähigkeit ausgestattet, selbst neue Welten zu kreieren. Dies ist noch ein Fluch, weil wir nicht wissen, was wir tun. Doch vor allem ist es ein Geschenk. Eine Gnade.

So lass uns mit diesem Buch noch einmal rekapitulieren, woher wir kommen, lass uns endlich die Vergangenheit vollständig vergeben und loslassen, lass uns Mann und Frau aus inneren und äußeren Gefängnissen befreien und dann mit Passion und Liebe eine Welt erschaffen, die die wahre Würde und Größe spiegelt, zu der wir fähig sind.

Mein Wunsch an dich

Wenn ich mir etwas von dir wünschen dürfte, dann, dass du unserer Beziehung eine Chance gibst, dich wirklich zu berühren. Ich möchte dich nicht intellektuell berieseln. Ich bin kein Wissenschaftler, kein Philosoph und auch kein Coach, zumindest nicht nur. Ich schreibe dir als Mensch, als fragendes, lauschendes, neugieriges Wesen. Während ich schreibe, stelle ich mir vor, wir kennen uns. Wir sind gute Freunde. Wir nerven uns manchmal, doch in der Tiefe schätzen wir uns. Wir können Tacheles miteinander reden, weil wir uns grundsätzlich vertrauen. Ich sitze dir gegenüber und möchte dich mit Themen und Fragen bewegen, die uns alle angehen. Ich möchte dich herausfordern, dich zum Nachdenken, Lachen, Weinen und Handeln bringen. Ich möchte dich ermutigen, noch viel mehr an dich zu glauben. Du machst mir mit dem Lesen dieses Buches das größte Geschenk, was ein Mensch einem anderen bereiten kann. Du schenkst mir deine Aufmerksamkeit und damit deine Lebenszeit. Jede einzelne Stunde deines Lebens ist so unbezahlbar wertvoll, deshalb bitte ich dich: Gib den Worten und der Botschaft zwischen den Zeilen die Chance,

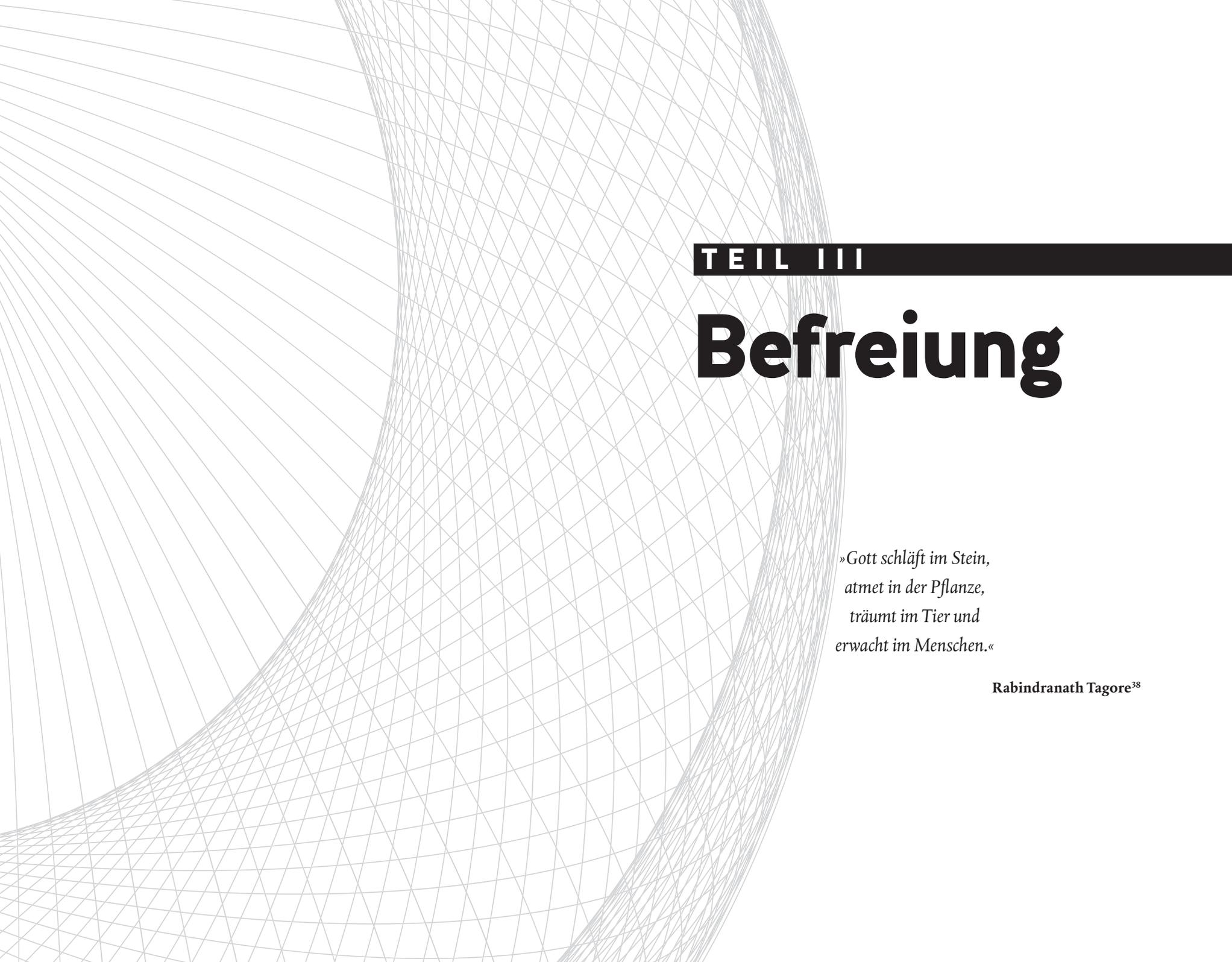
The background features a complex, three-dimensional wireframe sphere. The lines are thin and grey, creating a mesh-like structure that recedes into the distance, giving a sense of depth and perspective. The sphere is centered on the left side of the page, with its right edge fading into the white background.

TEIL II

Vergebung

»Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,
dass ich liebe, wo man hasst;
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;
dass ich verbinde, wo Streit ist;
dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.«

Auszug aus »Das Gebet« von Franz von Assisi³⁶

The background of the page is a complex, three-dimensional wireframe sphere. The lines are thin and grey, creating a grid-like structure that curves and tapers towards the top and bottom, giving it a sense of depth and movement. The sphere is centered on the left side of the page, with its right edge fading into the white background.

TEIL III

Befreiung

*»Gott schläft im Stein,
atmet in der Pflanze,
träumt im Tier und
erwacht im Menschen.«*

Rabindranath Tagore³⁸

DU BIST GENESIS

Was war, ist vergangen. Was kommen wird, ist noch nicht da. Wir lernen aus der Geschichte, warum wir heute sind, wie wir sind. Doch letztendlich geht es darum, das Alte loszulassen. Bist du bereit, dich neu zu entdecken? Bist du bereit, dich aus den alten Geschlechterrollen zu befreien? Denn du bist so viel mehr. Du bist unbegrenztes Bewusstsein. In dir stellt sich der Kosmos existenzielle Fragen und kreiert neue Möglichkeiten. Du bist alles andere als normal. Du bist eine magische Abnormalität in der Matrix des Universums. Es ist ein Wunder, dass du überhaupt lebst. Dich wird es so nicht noch einmal geben. Du bist die exklusive Sonderedition eines Parfums, in dem ganz bestimmte Begabungen und Sehnsüchte, plus Eros und Logos in einem speziellen Verhältnis gemischt wurden, um dich und die Welt zu verzaubern. Verschwende deine kostbare Lebenszeit nicht damit, die langweilige Kopie einer langweiligen Kopie zu sein. Befreie das Original in dir. Egal, wie alt du bist, es ist nie zu früh und nie zu spät, dir die Frage zu stellen, wer du wirklich bist.

Der Abschnitt »Befreiung« besteht aus drei großen Kapiteln:

»Die Rückkehr der Königin« wendet sich nicht nur an die Frau, sondern an die weiblichen Anteile in uns allen.

»Das Erwachen des Königs« wendet sich nicht nur an den Mann, sondern an die männlichen Anteile in uns allen.

»LGBTQI+ – Der Regenbogen der Geschlechter« wendet sich zuerst an die offiziell 7 bis 8 Prozent unserer Bevölkerung, die sich nicht mit den klassisch binär-heterosexuellen Geschlechterrollen identifizieren können, doch darüber hinaus wendet er sich an uns alle. In ihm treffen sich die Königin und der König zum befreiten Tanz. Lies daher auch du es, unabhängig von deinem Geschlecht. Lass dich überraschen. Vor allem von dir selbst.

Bitte versteh den Abschnitt Befreiung nicht als ein ratgebendes Kapitel, in dem dir jemand anders erklärt, was du tun sollst. Das kann

und will ich nicht. Es kann keine fertige Bedienungsanleitung für den richtigen Mann oder die perfekte Frau geben. Auf dieser Welt leben 7,8 Milliarden Originale.³⁹ Ich wünsche dir die wilde Neugier, alle begrenzenden Überzeugungen und Rollenmuster über dich als Mann, Frau oder wer auch immer du bist, radikal einzureißen, deinen Verstand und dein Herz der Sonne und den Sternen entgegenzustrecken und den heiligen Geist des Lebens herauszufordern, dir zu zeigen, wer du wirklich bist. Vor allem wünsche ich dir den Mut, jeden Tag etwas mehr in die Antwort hinein zu leben. Wenn du die ausgetrampelten Pfade verlässt, beginnt Schöpfung.



**Genesis ist kein Märchen, keine Idee.
Genesis, das bist du.**

DIE RÜCKKEHR DER KÖNIGIN

Als ich mit den nun folgenden Perspektiven auf Vortragstour ging, kam im Vorfeld ein starker Zweifel in mir auf. Sollte ich es nicht Frauen überlassen, über Frauenthemen zu Frauen zu sprechen? Also bin ich in mich gegangen und zu dem klaren Schluss gekommen, dass es eine meiner zentralen Lebensaufgaben ist, Frauen zu sehen, zu verstehen und zu ermutigen. Liebe Frau, ich weiß natürlich, dass du mich nicht brauchst, um loszugehen. Doch manchmal tut es gut, wenn wir aus einer anderen Ecke noch einmal das zu hören bekommen, was wir in der Tiefe längst schon wissen. Bemerkenswert viele Frauen kamen nach dem Vortrag zu mir und gaben mir, meist still berührt, das Feedback: »Danke. Ich wusste dies irgendwie schon. Doch es war für mich extrem heilsam, dies aus dem Mund eines Mannes zu hören.«

Was ich damit sagen möchte: Ich nähere mich dir und deinem Mysterium mit Respekt. Vielleicht kann ich dir dies anhand meiner eigenen Geschichte zeigen, denn ich lebe seit 28 Jahren mit einer Frau zusammen. Das ist eigentlich ein Wunder, denn ich langweile mich sehr schnell. Doch diese Beziehung hat mich noch nie unterfordert. Sie begann als ein Abenteuer und das hat sich bis heute nicht geändert. Andrea hat sich von Beginn an allen stereotypen Erwartungen entzogen und mich auf eine gute Weise immer wieder *ent-täuscht*. Heute verstehe ich: Ich habe keine starre Person geheiratet, sondern einen *lebendigen Prozess*. Eine wache Frau ist eine evolutionäre Jukebox. Es ist kein Ende der Überraschungen in Sicht. Unsere Beziehung startete wie wohl die meisten relativ unbewusst und mit einem starken Faktor an Co-Abhängigkeit. Wir projizierten blind und ungestüm Sehnsüchte und Forderungen aufeinander. Wir klagten uns gegenseitig für Verletzungen an, die uns lange vor unserer Begegnung zugefügt wurden. Wenn wir nicht beide sehr willensstark und freiheitsliebend wären, wären wir wahrscheinlich miteinander in diesen altbekannten Grabenkämpfen eingeschlafen. Doch so brachen wir beide immer wieder aus dem Bannstrahl unserer gegenseitigen Vorurteile aus. Früher

geschah dies oft sehr brutal, heute wesentlich sanfter und schneller. Wir sind nicht zusammengekommen, um Rollen zu bedienen. Wir begreifen unsere Beziehung als ein evolutionäres Dienstleistungsunternehmen mit einer zentralen Mission – uns selbst und den anderen in seinem Erwachen und Erblühen zu fördern.

Mein Fazit dieser intensiven Entdeckungsreise bis hierher lautet: Eine freie Frau ist ein lebendes Paradox. Andrea ist in dieser Zeit weicher *und* (in einem guten Sinne) fester geworden. Sie ist weiblicher *und* männlicher. Ihr Verstand schärft sich wie ein Schwert, während ihre Liebe tiefer und bedingungsloser wird. Je mehr sich Andrea befreit, desto größer wird die Bandbreite der Qualitäten, auf die sie zugreifen kann. Von tough bis ultrazart. Von charmant bis zornig. Von still bis wild.

Ich erwähne dies, weil es mir wirklich wichtig ist, dass du als Frau verstehst, dass ich dir weder deinen Weg aufzeigen kann noch will. Ich biete dir einen liebevollen, aber bestimmt auch manchmal provokativen, männlichen Spiegel an. Nicht als Richtschnur, sondern als ein Echo von der anderen Seite des Ufers. Gerade weil wir uns alle in einem tiefgreifenden Transformationsprozess befinden, sollten wir in einem achtsamen Austausch bleiben. Ich habe mir privat und als Mentor angewöhnt, nur dann Feedback zu geben, wenn ich gefragt werde. Das handhabe ich mit Andrea so und in meiner Arbeit. Wenn Frauen in meine Vorträge kommen, gehe ich davon aus, dass sie hören wollen, was ich zu sagen habe. Also spreche ich zu ihnen. Wenn du dieses Kapitel liest, werte ich dies als Zeichen, dass du an meiner Meinung interessiert bist. Also teile ich sie offen mit dir. Die folgenden Abschnitte sind meine Einladung und Aufforderung an die Königin in dir, ihren Thron noch viel mehr einzunehmen.

Ich habe in meinen Seminaren mit sehr vielen Frauen zu tun. Da ich Frauen liebe, beobachte ich sie gern und höre zu. Ich bin überzeugt, dass sehr viele Frauen weit unter ihren Möglichkeiten leben und sich dümmer stellen, als sie sind. Das sage ich ganz in Liebe. Es macht mich traurig und oft wütend. Deshalb will ich gar nicht erst

versuchen, in diesem Kapitel jedes Fettnäpfchen zu vermeiden. Ich möchte das, was ich denke, nicht durch den Filter der politischen Korrektheit oder Vorsicht filtern. Ich sage es, wie ich es denke. Du kannst das oder auch mich ruhig bescheuert finden. Doch vielleicht markierst du dir die Stellen, die dich besonders empören, und kommst dann später noch einmal darauf zurück. Eventuell steht dort später etwas anderes, als du beim ersten Mal gelesen hast. Möglicherweise machst du dann sogar die Erfahrung, dass dich deine Vorbehalte bis jetzt davon abgehalten haben, den vollen Nutzen aus dem Feedback der Männer um dich herum zu ziehen. Männer sind nicht dumm. Sie verarbeiten die Welt nur anders als du. Sie sehen dich anders, als du es tust. Ihr Feedback kann dir helfen, ganzer zu werden.

Geh in Führung

Geh in allen Bereichen des Lebens wesentlich mehr in Führung. Natürlich brauchst du dafür nicht die Erlaubnis eines Mannes. Doch derzeit müssen Frauen häufig noch viel zu sehr kämpfen, um gehört zu werden. Auf dem Weg in die Sichtbarkeit bezahlen deshalb viele von ihnen einen großen Preis. Sie legen sich einen Panzer zu. Sie werden hart. Sie werden in einer gewissen Weise *männlich*, um sich durchsetzen zu können. Das ist nicht gut. Denn dabei gehen Natürlichkeit, Tiefe und die besondere Magie eures Geschlechtes verloren.

Ich erlebe viele Frauen bissig, frustriert und häufig bereits resigniert. Ich verstehe, warum. Ich verstehe, dass viele Frauen nicht einmal mehr entschlossen versuchen, die Genesis der Menschheit proaktiv und konstruktiv zu beeinflussen. Doch dies ist eine evolutionäre Katastrophe. Denn das Vakuum, welches die Königin hinterlässt, wenn sie ins Exil wandert, werden die kleinen und großen Tyrannen dieser Welt füllen. Sie werden die Beziehungen, Familien, Schulen, Unternehmen und Regierungen übernehmen und nicht führen, sondern herrschen. Dieser Unterschied ist existenziell. Beim Herrschen dreht sich alles um den Erhalt von Macht, egal, wie sehr das System darunter leidet. Beim Führen sitzt die Person mit der

meisten Kompetenz auf dem Thron. Sie führt nicht, um zu herrschen, sondern um dem Wohlergehen des Systems zu dienen. In einer idealen Welt würden wir alle den Unterschied kennen und so souverän in uns selbst ruhen, dass wir völlig selbstverständlich der Person die Führung anvertrauen, die in diesem Bereich die Beste ist. Lass uns an diesem Traum festhalten und im Abschnitt Co-Creation weiterspinnen (siehe Seite 242).

Über Jahrtausende haben Männer die Story aufgebaut, sie wären für viele entscheidende Systeme einfach die besseren Führer. Das mag für eine auf Ausbeutung und Konkurrenz basierende Gesellschaft sogar stimmen. Männer mögen tatsächlich kompetenter darin sein und mehr Begeisterung dafür entwickeln können, Kriege zu führen, Unternehmen auf pure Wachstumszahlen zu trimmen und Krankenhäuser in wirtschaftliche Unternehmen zu verwandeln. Aber mal ganz ehrlich, wer braucht das noch? Wenn ich in den Nachrichten sehe, wie sich erwachsene männliche Staatsoberhäupter wie stolze Pfaue oder wild gewordene Gorillas aufführen, bekenne ich als Mann, der an die Zukunft der Menschheit glaubt, Folgendes: Ich bevorzuge es, wenn unser Land von einer Frau regiert wird.

Interessanterweise werfen wir Frauen in führenden Positionen gern Führungsschwäche vor. Mich verwundert es nicht. Denn wir wissen noch sehr wenig darüber, wie weibliche Führung aussehen kann. Deshalb bitte ich dich auch, beim Weiterlesen daran zu denken, dass ich von einer neuen Form der Führung schreibe, die uns alle überraschen wird. Begehe als Frau bitte nicht den Fehler und werde zu einer männlichen Kopie, um mitbestimmen zu können. Dann haben wir nichts gewonnen. Verfalle aber auch nicht in den kindlichen Glauben, dir stünde nach 10 000 Jahren das Recht auf Bestimmen einfach so zu, egal, ob du die erforderliche Kompetenz aufbringst oder nicht.

Erziehung

Ich bin absolut überzeugt, dass Frauen in vielen Bereichen eine natürliche Kompetenz besitzen und diese noch lange nicht voll auf den

Tisch packen. Nenn mich altmodisch, doch ich glaube, dass die meisten Frauen die Führung übernehmen sollten, wenn es um die Erziehung ihrer Kinder besonders in den ersten Jahren geht. Logos denkt sich gefühlt alle zwei Jahre ein neues spektakuläres Erziehungskonzept aus. Doch welche Absicht steht dahinter? Kinder in noch effektivere Leistungsmaschinen zu verwandeln? Für mich klingt dies sehr einseitig und männlich. Ich glaube, dass Frauen ganz genau wissen, was diese Wesen brauchen. Denn sie waren und sind eins mit ihnen. Eros trimmt nicht auf Leistung. Eros hütet und gewährt Raum für eine natürliche Potenzialentfaltung. Dies ist keine Aufforderung, Männer aus der Erziehung auszuschließen – weder was ihr Feedback noch die Übernahme von Verantwortung betrifft. Jedes Familiensystem ist einzigartig. Wenn du als Frau deiner Stimme vertraust und deine Wünsche klar kommunizierst, findet ihr die für euch angemessene Rollenverteilung. Ich habe großen Respekt vor der Zerreißprobe, vor der Mütter heutzutage stehen: Kind, Karriere, Wünsche, Ängste, Druck von außen, ... Das alles unter einen Hut zu bringen – puuuuh! Doch gerade deshalb musst du in Führung gehen, sonst werden dich die Erwartungen der äußeren Welt führen. Lass dir von niemandem erzählen, was möglich ist und was nicht. Zieh dich zurück. Werde still. Frag dein Herz, was es braucht, um dich als Frau, Mutter und Geliebte wohlzufühlen. Formuliere eine vollständige Vision deines Lebens. Und dann mach es möglich! Geh in Führung!

Sex und Liebe

Ich habe bewusst mit dem Thema Erziehung begonnen, denn dies ist die entscheidende Phase, in denen wir Einfluss auf das Gedeihen der kommenden Generationen haben. Ein weiterer essenzieller Lebensbereich, in dem ich mir wesentlich mehr Führung durch Frauen wünsche, sind unsere Liebesbeziehungen. Du als Frau bist (eigentlich) die Expertin lebendiger Beziehungen. Du weißt, was es braucht, um eine Verbindung zu nähren. Du erkennst sehr wahrscheinlich wesentlich früher, wenn etwas fehlt. Sein Logos kann sich wegbeamen und ver-

Ich möchte dich hier nicht aufrufen, wahllos mit dem Schwert herumzufucheln und bei jeder Gelegenheit mit Konsequenzen zu drohen. Doch wenn es Zeit ist, eine Grenze zu wahren, zieh dein Schwert. Geringschätzung, Missbrauch oder Süchte zu dulden ist keine Liebe, sondern aktive Beihilfe. Alles, was sich an destruktiven Verhaltensmustern immer wieder und längerfristig in deinem Umfeld zeigt, manifestiert sich, weil du es gestattest! Solange du ausstrahlst, dass »man es mit dir machen kann«, werden Männer auftauchen, die es mit dir machen. Du wirst niemals herausfinden, wer du wirklich bist und was für dich möglich ist, wenn du dich weigerst, dein Schwert zu ziehen. Wenn du wissen willst, was du und die Menschen um dich herum tatsächlich drauf haben, fordere euch positiv heraus. Zieh das Schwert deiner Klarheit. Wenn du beginnst, in deinen Beziehungen konkret-überprüfbare Werte aufzustellen, passieren zwei Dinge. Zuerst werden alle Lügen und coabhängigen Strukturen auffliegen. Das tut weh, doch das musst du aushalten. Bleib ruhig im Feuer stehen. Du wirst sehen, wer es wirklich ernst meint und wer nur große Worte gelabert hat. Du wirst falsche Freund*innen, schwache Businesspartner*innen und Fake-Liebespartner*innen verlieren. Dann wird durch alle, die geblieben sind, ein Ruck gehen und sie werden mit Dankbarkeit reagieren. »Endlich bekennt sich jemand in unserem Kreis zu Größe und Exzellenz. YES! Darauf habe ich gewartet. Ich ziehe mit.« Wenn der Mann an deiner Seite dein Mann ist, wird er aufwachen und dich mit ganz neuen Augen sehen. Er wird Kraftreserven freilegen, von denen er nicht wusste, dass sie existieren. Er wird über sich selbst staunen und dir für alle Zeiten dankbar sein, dass du den Mut hattest, dein Schwert zu ziehen. Denn dein Schwert ist die höchste Form menschlicher Liebe.

DAS ERWACHEN DES KÖNIGS

Lieber Mann, ich bin nicht hier, um dir zu erklären, was für dich richtig ist. Das kann ich nicht und das will ich nicht. Aber ich möchte dich von Mann zu Mann herausfordern, die folgenden Seiten für eine selbstkritische Analyse zu nutzen. Wir sind – vom Potenzial her – toll. Aber wir stellen uns an vielen Stellen noch so hilflos bis grob an. Männer befinden sich auf so vielen Ebenen in der Krise und haben es größtenteils noch nicht einmal realisiert. Unsere klassischen Rollen – der Tyrann, der Macho, der Mitläufer, der Schlaumeier ... – greifen nicht mehr. Das ist kein Verlust. So originell waren die nicht. Wenn wir uns persönlich gegenüber säßen, würde ich dich sehr gern fragen, warum du diese Zeilen liest. Was hat dich dazu motiviert, dich mit diesen Inhalten zu beschäftigen? Waren es eigene Fragen, die ich zur Lektüre bewegt haben? Die Bitte einer Frau? Was bringt einen Mann wie dich dazu, innezuhalten?

Ich möchte dich in ein Bild einladen. Stell dir vor, wir kennen uns. Gut sogar. Wir sind Freunde und vertrauen uns unsere Ängste, Zweifel und Wünsche an. Wir haben uns für dieses Kapitel in einer kleinen Hütte in den Bergen getroffen. Keine Kids, keine Frauen. Nur zwei Kerle am Kaminfeuer. Wir lassen unseren Stolz fallen und schauen gemeinsam, ehrlich auf unser Leben. Ich habe diesem Kapitel den Titel »Das Erwachen des Königs« gegeben, weil ich glaube, dass Männer vor langer Zeit auf dem Thron eingeschlafen sind, der ihnen anvertraut wurde. Ich weiß auch nicht, was genau passieren wird, wenn der König in dir und mir wieder voll erwacht. Doch ich weiß, dass er dringend gebraucht wird. Ich möchte mit dir über scheinbar altmodische Tugenden sprechen wie Ehre, Tugend, Anstand und Höflichkeit. Ich möchte mit dir erkunden, ob und wie wir sie neu beseelen können. Bist du bereit, den Jungen, den Krieger und den König an einen Tisch zu rufen und mit ihnen gemeinsam zu beraten, wie es weitergehen soll? Du lässt ein altes, 10 000 Jahre lang besiedeltes Ufer hinter dir und brichst ins Neuland auf. Was für ein Abenteuer! Was haben wir

Männer alles noch nicht in uns entdeckt, geschweige denn gelebt? Die Welt hat von unserer wahren Tiefe und Schönheit bis hierher nur einen Bruchteil zu Gesicht bekommen.

Es ist Zeit, dass wir uns aus coabhängigen Beziehungsmustern mit Frauen lösen und lernen, uns selbst auszuhalten, zu heilen und nach Hause zu holen. Einige unserer noch geheimen Stärken werden sich erst offenbaren, wenn wir Mut zur Schwäche aufbringen. Es ist Zeit, dass wir uns eingestehen, dass wir unter unserem Panzer ein zartes, großzügig liebendes Herz beschützt haben. Und jetzt werden wir aus Liebe zu uns selbst die Rüstung ablegen und unser offenes Lieben ertragen lernen. Diesen sanften Befreiungsschlag schulden wir uns, unseren Liebsten und der Welt. Sie brauchen uns *jetzt*, nicht morgen. Niemand hat etwas davon, wenn wir schuldbewusst kuschen und uns kleinmachen. Wir werden gebraucht. In unserer edelsten, feinfühligsten, freiesten Version.

Wenn du eine Frau bist, lade ich dich ein, diesen Abschnitt offen und neugierig zu lesen. Möge er dir dabei helfen, unser Geschlecht noch besser zu verstehen, aber auch einen noch direkteren Zugang zu deinem inneren Mann zu gewinnen.

Hol dir deine Eier zurück

Beginnen wir mit einer einfachen und direkten Frage:

Wer hat deine Eier?

Interessanterweise wissen die meisten Männer sofort, worauf diese Frage abzielt. Natürlich nicht auf deine physischen Hoden. Die baumeln hoffentlich putzmunter zwischen deinen Beinen. Ich meine die metaphorischen Eier deiner schöpferischen Potenz. Nur weil ein Mann eine große Klappe hat, heißt dies noch lange nicht, dass er frei darüber bestimmt, wohin er seine Power lenkt. Auch wenn wir im Außen gern bullig und selbstbewusst auftreten, wollen wir dazugehören, gefallen und geliebt werden. Ich kenne viele Männer, die bereits als

kleiner Junge ihre Eier bei ihrer Mutter abgegeben haben. Sie durften nicht laut und aggressiv werden. Ihre Mutter hat sie darauf getrimmt, nett und sanft zu sein. Verstehe mich nicht falsch. Ich mag sanfte, höfliche Männer. Doch es macht einen großen Unterschied, ob du dies aus freier Wahl heraus bist oder ob du auch noch mit 30, 40 oder 50 versuchst, der Erlöser deiner Mutter zu sein. Dann ziehst du zwar in die Welt, doch deine Eier bleiben »zu Hause«. Dann gibt es Männer, die sich heiraten (erjagen) lassen und die dann ihre Eier im Nachtschrank ihrer Ehefrau ablegen. Sie trauen sich nicht mehr, frei zu denken und wild zu fühlen. Die Frau hat die Hosen an. Frauen, die ihre eigene Kraft fürchten, kastrieren ihre Männer. Sie erschaffen sich ein harmloses Männchen an ihrer Seite, was sie im Namen der »Liebe« kontrollieren können. Manche Männer gehen laut und rockig in eine Beziehung und werden, wenn sie nicht aufpassen, immer leiser. Es beginnt vielleicht damit, dass sie aus Bequemlichkeit unangenehme Themen und Situationen vermeiden. Um den Drachen in ihrer Frau nicht zu wecken, schwächen sie Wahrheiten ab oder lassen sie ganz weg. Aber jedes Mal, wenn du dich versteckst oder klein machst, schrumpeln deine geistigen Hoden etwas mehr! Doch nicht nur zu Hause lauert die Gefahr. Die Welt bietet uns viele Versuchungen. Wenn du nicht aufpasst, gibst du deine Power schnell an die Vorstandsetage deines Unternehmens, die goldene Karriereleiter, eine heimliche Geliebte, einen Guru oder den Alkohol ab. Du siehst es auf Familienfeiern am trüben Blick, dem schlurfenden Gang und den traurigen Witzen, wer seine Eier vor langer Zeit in fremde Hände gegeben hat. Du wirst sie brauchen, um die folgenden Kapitel wirklich offen zu lesen. Deine Eier gehören beim Erschaffen, Arbeiten und im Sex immer zu dir! Solange du einer anderen Person, einem dir fremden Projekt oder einer Sucht dienst, anstatt deiner wahren Mission, wirst du nicht deine volle Größe erfahren. Ein Mann, der seine Eier bei sich hat, denkt frei. Er ist nicht bestechlich. Er kann seine Wahrheit auch unter unbequemen oder sogar bedrohlichen Umständen aufrechterhalten. Er hält Einsamkeit und Ablehnung aus. Er geht nicht den leichten Weg, sondern

DANKE

*In tiefer Dankbarkeit für das Geschenk von Bewusstsein,
für die Gnade, lieben zu dürfen,
und für die Möglichkeit des immer tieferen Erwachens
und des Erkennens in unserer Begegnung.*

IMPRESSUM

© 2021 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH,
Postfach 860366, 81630 München



EDITION

Gräfe und Unzer ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER
VERLAG GmbH, www.gu.de

ISBN 978 3-8338-7717-9

1. Auflage 2021

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung
durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische
Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Miriam Nüberlin

Lektorat: Silke Panten

Covergestaltung: Independent Medien-Design,
Marta Olesniewicz, München

Coverillustration: Marko Puclin

Autorenfoto: Leona Lindau

Herstellung: Markus Plötz

Satz und Innenlayout: Björn Fremgen, KONTRASTE

Reproduktion: Repro Ludwig, Zell am See

Druck und Bindung: Livonia, Riga

Die GU-Homepage finden Sie unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE