

LINDA JAROSCH

ICH LIEBE  
DIE FRAU, DIE  
ICH BIN



LINDA JAROSCH



ICH LIEBE  
DIE FRAU, DIE  
ICH BIN

*Vier-Türme-Verlag*

## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



MIX  
Papier aus verantwortungsvollen Quellen  
FSC® C014889



1. Auflage 2020

© Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach 2020

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Marlene Fritsch

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagmotiv: edwinsmom / photocase.de

Druck und Bindung: Pustet, Regensburg

ISBN 978-3-7365-0321-2

[www.vier-tuerme-verlag.de](http://www.vier-tuerme-verlag.de)

# INHALT

<b>EINFÜHRUNG</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>WAS UNS GEPRÄGT HAT</b> . . . . .	<b>15</b>
Die Prägung Maria Magdalenas – ihre Wirkung auf uns heute . . . . .	18
<b>DAS UNFREIE IN UNS</b> . . . . .	<b>23</b>
Die Gekränkte . . . . .	26
Die Minderwertige . . . . .	28
Die Schuldbeladene . . . . .	32
Die Neidvolle . . . . .	35
Die Perfekte . . . . .	38
Die Unzufriedene . . . . .	41
Die Sich-nichts-Gönnende . . . . .	42
Ein erster Schritt zur Befreiung: dem Dämon einen Namen geben . . . . .	44

## WIE SIEHT BEFREIUNG AUS? . . . . . 47

Die heilende Begegnung Maria Magdalenas . . . . . 48

Was heilt uns? . . . . . 50

    Zuwendung . . . . . 50

    Angenommensein . . . . . 51

    Mitfühlen . . . . . 53

    Befreiung aus Komplexen . . . . . 57

    Befreitsein in Beziehungen . . . . . 60

    Befreitsein mit anderen Frauen . . . . . 68

Befreiung aus der Strenge . . . . . 75

Die inneren Gebote . . . . . 76

    »Ich muss!« . . . . . 76

    »Ich darf nicht!« . . . . . 79

    »Ich kann nicht!« . . . . . 82

## ZURÜCKFALLEN IN ALTE MUSTER . . . . . 87

## UMWENDEN ALS NEUER WEG . . . . . 99

Umwenden aus der Opferhaltung . . . . . 100

    Wie kommen wir auf diesen Weg? . . . . . 101

    Selbsterkenntnis hilft uns weiter . . . . . 102

    Loslassen als Aufbruch . . . . . 105

    Über uns hinauswachsen . . . . . 107

Keine Opferhaltung mehr bedienen . . . . .	108
Verantwortung statt Opferhaltung . . . . .	109
Das Umwenden Maria Magdalenas . . . . .	112
Umwenden und Erkennen . . . . .	116
Verwandlung zulassen . . . . .	119
Sich auf den eigenen Weg machen . . . . .	122
<b>DIE BOTSCHAFT FÜR MEIN LEBEN ERKENNEN . . . . .</b>	<b>127</b>
Die Botschaft in unseren Beziehungen . . . . .	131
Meine Weiblichkeit – meine Botschaft . . . . .	133
<b>AUSBLICK . . . . .</b>	<b>137</b>
<b>NACHWORT . . . . .</b>	<b>143</b>
Literatur zum Nach- und Weiterlesen . . . . .	144



# WAS UNS GEPRÄGT HAT

Jede Generation trägt das Erbe der vorhergehenden in sich. Aus vielen Stärken dieser Generation können wir gut leben, andere »Erbstücke« haben sich für ein gutes Leben nicht ausreichend entwickelt. Sie bleiben uns als Aufgabe, sie selbst zu entfalten. Diese Entfaltung gelingt der neuen Generation manchmal in spärlichen und manchmal in gewaltigen Schritten.

Wir Frauen tragen bis heute das Erbe von Jahrtausenden in uns, dass weibliche Lebenskräfte den männlichen untergeordnet wurden. Aus diesem Erbe herauszuwachsen, braucht Generationen. Besonders in den letzten Jahrzehnten wurden kraftvolle Schritte unternommen, dieses Unrecht gegenüber Frauen immer mehr auszugleichen. Aber wir haben noch viel zu tun.

Und es beginnt in uns! Das Bewusstwerden, in welchen Bereichen wir noch in patriarchalischen Denkweisen verhaftet sind, ist eine wesentliche Aufgabe. Denn die lang andauernde Prägung dieser Gesellschaftsform haben wir so verinnerlicht, dass wir es oft gar nicht merken, wenn wir ihr immer noch folgen.

Wir können uns beobachten und uns fragen: »Handle ich hier, weil ich es als Frau für mich stimmig empfinde, oder handle ich, weil jemand das von mir erwartet? Erfülle ich die Erwartung, weil ich es aus freien Stücken will oder weil ich dafür vom anderen auch etwas bekommen möchte?«

Oft ist das bedürftige Kind in uns noch so stark, dass wir dringend nach Anerkennung und Gemochtwerden streben. Wir meinen, dies unbedingt von anderen zu brauchen, weil wir es in uns noch nicht finden. Diese Hoffnung, dass andere uns sehen und



wertschätzen, bringt uns leicht dazu, Dinge zu tun, die wir als innerlich freie Frau nie tun würden.

Welche Frau würde sich etwa freiwillig in Schuhe mit hohen Absätzen zwingen, wenn nicht der heimliche Wunsch damit verbunden wäre, dadurch im Blick des Mannes als erotisch anziehende Frau zu gelten? Natürlich kann jede Frau das aus reiner Freude an sich selbst tun, dann kann sie bereit sein, Einengungen in Kauf zu nehmen. Es geht darum zu erkennen, dass wir Frauen bis heute vor allem im modischen Bereich dazu neigen, uns manche Freude vorzugaukeln. In Generationen vor uns wurde den Frauen beispielsweise die Freude an einer Wespentaille vermittelt, die mit der Qual verbunden war, sich in ein enges Korsett zu zwingen. Chinesischen Frauen wurde die Freude an kleinen, verstümmelten Füßen als Schönheitsideal der Männer angepriesen. In der Zeit der bauchfreien Mode sagte mir ein junges Mädchen, dass sie sich damit nicht wirklich gut fühlen würde, aber ohne ihre Anpassung würde sie in der Klasse gehänselt. Es gibt zahlreiche Beispiele, bei denen Frauen sich dem jeweils geltenden Bild für Schönheit und Weiblichkeit angepasst haben, ohne dabei auf ihr eigenes Wohlbefühl zu achten. Wir schauen sehr oft mit dem Blick der Männer auf uns und richten uns danach, wenn der Blick auf uns selbst nicht liebevoll genug ist.

In den vorhergehenden Generationen haben viele Frauen und Mütter an den entwertenden Haltungen gegenüber weiblichen Lebenskräften zutiefst gelitten. Sie konnten in solch diskriminierenden Verhältnissen oft nur überleben, indem sie sich untergeordnet haben. Viele Frauen hatten keine Möglichkeit aufzubegehren, weil die Konsequenzen zu schwer zu ertragen waren. Die Folge war, dass sie entweder ihre Töchter ermutigt haben, nicht in gleicher Weise zu leiden, oder ihr Leid in vielfacher Weise an sie weitergegeben haben. Dabei wussten sie oft nicht, dass sie sich dadurch mit dem entwertenden System verbunden haben. Die Töchter wurden

dann beispielsweise nicht vor dem Missbrauch in der Familie geschützt und nicht gehört. Mütter haben zugelassen, dass die zerstörerischen Kräfte in einem patriarchalischen System ihre Töchter beschädigt haben. Das geschieht auch noch heute. Es beginnt bereits dann, wenn Väter ihre Töchter in ihrer Weiblichkeit durch Worte herabsetzen und die Mütter ihnen nichts entgegensetzen. Viele Frauen lassen die angeblich starken Männer so sein, weil sie wenig Zugang zu ihrer eigenen Stärke haben. Aus diesem System sind viele Mütter bis heute nicht ausgestiegen. Sie können es nicht erkennen oder es fehlen ihnen noch die Kraft und der Mut, sich daraus zu befreien.

Zahlreiche Frauen stehen auch heute in ihren Lebenswünschen immer wieder hinter dem Mann, den Eltern oder den Kindern zurück. Sie trauen sich nicht, sich ihnen als eigener Mensch mit eigenen Bedürfnissen zu zeigen. Meist befürchten sie Bewertungen oder Ablehnung, wenn sie einem bestimmten Frauenbild nicht entsprechen. Sie fügen sich dann in dieses Bild, sind innerlich aber traurig oder im Groll oder werden krank.

In den letzten Jahren haben Frauen auch häufig auf die Defizite weiblicher Sprache hingewiesen. Wir sind so mit der männlich geprägten Sprache verwachsen, dass wir das Fehlen weiblicher Ausdrücke kaum noch spüren. Manche Frauen empfinden diese Achtsamkeit als übertrieben, andere erkennen darin die Notwendigkeit, uns einer weiblich geprägten Sprache bewusster zu werden. Einer in diesem Sinn aufmerksamen Frau fiel in ihrer kirchlichen Gemeinde zunehmend auf, wie stark sich der männliche Einfluss in den Gebeten widerspiegelt. Ihr fehlten die Worte, die auch ein weibliches Bild von Gott zeichneten. Sie meinte, wenn einmal ausschließlich weiblich geprägte Ausdrücke in einem Gottesdienst zur Sprache kämen, würde den Männern die Einseitigkeit bewusster werden. Das mag für viele Frauen nicht wichtig sein, aber das Hinterfragen bestehender Verhältnisse ist immer

wichtig, wenn es uns zu mehr Bewusstsein darüber führt, ob sie für uns Frauen noch stimmig sind.

Die Auswirkungen einer patriarchalischen Gesellschaft sind noch in vielen Bereichen zu spüren. Das kann im Miteinander weder die Frau noch den Mann zufriedenstellen, denn beide begegnen sich dabei nicht auf gleicher Ebene. Wenn einer sich überlegen fühlt und der andere unterlegen, kann keine wirkliche Nähe entstehen. Die Frau versucht diese häufig auf der emotionalen Ebene zu finden, kann den Mann dabei aber oft nicht erreichen. Der Mann erhofft sie vielfach auf der körperlichen Ebene zu erfahren und ist enttäuscht, wenn er damit bei seiner Frau nicht ankommt.

Es gibt aber genügend Frauen, die bewusst nach einem überlegenen Mann suchen, weil sie die unterlegene Rolle einnehmen wollen, auch in der Sexualität. Wenn die Dominanz eines anderen und ihre weibliche Unterwerfung zu ihrem Glück führt, dann ist es ihre Freiheit, sich dafür zu entscheiden. Begegnung auf Augenhöhe ist dann nicht ihr Ziel. Die Überlegenheit des Mannes, die sie sucht, kann auch ihre Unsicherheit als Frau überdecken oder ihre eigene Stärke unterdrücken. Prägungen, die unbewusst in uns liegen, bringen uns oft dazu, dass wir die Muster wiederholen, die uns aus unserer Geschichte vertraut sind, bis wir sie erkennen.

## **DIE PRÄGUNG MARIA MAGDALENAS – IHRE WIRKUNG AUF UNS HEUTE**

Maria Magdalena ist eine Frauengestalt, die in den Texten der Bibel herausragt. Sie wird darin 14 Mal genannt und keine andere Frau, außer der Mutter Jesu, hat diese Aufmerksamkeit erfahren. Sie muss also eine besondere Persönlichkeit gewesen sein. Im Gegensatz zu anderen Frauen wird sie nicht in Beziehung zu jemandem erwähnt, also nicht als »die Frau von« oder »die Schwester

von« oder »die Tochter von«. Sie scheint eine eigenständige Frau gewesen zu sein. Ihrem Beinamen nach stammt sie aus Magdala, einem Ort am See Genezaret. Ganz eindeutig ist von ihr in den Texten belegt, dass sie von sieben Dämonen besetzt war und durch Jesus davon geheilt wurde, dass sie nach ihrer Heilung eine Jüngerin Jesu wurde, dass sie Zeugin der Auferstehung war und von Jesus den Auftrag erhielt, seine Botschaft zu verkünden und der Welt weiterzugeben.

Um sie ranken sich jedoch auch unterschiedliche weitere Geschichten, und heute weiß man, dass ihr Bild lange Zeit mit anderen Frauengestalten der Bibel vermischt worden ist. Mit Maria Magdalena wurde beispielweise das Bild der Sünderin verknüpft, der namenlosen Frau, die Jesus die Füße gewaschen und mit ihrem Haar getrocknet hat. An einer anderen Stelle wird diese Frau als Maria von Bethanien bezeichnet. Vermutlich hat die Namensgleichheit dazu geführt, dass sie mit Maria Magdalena in Verbindung gebracht wurde. Auch das Bild der reuigen Sünderin, einer Frau, die viele Männer gehabt haben soll, wurde Maria Magdalena zugeordnet. Das ist in der Bibel jedoch mit keinem Hinweis belegt. Diese Verknüpfung wurde inzwischen sogar als falsch erklärt.

Die verschiedenen Deutungen und die Legenden, die daraus entstanden sind, haben das Bild Maria Magdalenas mitgeprägt. Zu einem erniedrigenden Frauenbild hat ein Papst im Jahr 591 beigetragen, der sie öffentlich als Prostituierte bezeichnete. Aus diesem Missverständnis heraus wurde Maria Magdalena in der kirchlichen Tradition immer wieder als solche betrachtet. An diesem diskriminierenden Bild hielt man lange fest, und es hat sich bis heute nicht ganz aufgelöst.

Dieses Bild kann dadurch entstanden sein, dass Frauen in der damaligen Gesellschaft schon als Sünderin bezeichnet wurden, wenn sie sich den starren Regeln dieser Gesellschaft widersetzen.

Väter, Ehemänner oder Brüder bestimmten darüber, wie eine Frau zu leben hat. Es war schon eine Sünde, wenn eine Frau sich Wissen aneignen wollte. Übertrat eine Frau diese strengen Regeln, hing man ihr auch leicht die Nachrede sexueller Freizügigkeit an. Eine Gesellschaft, besonders auch eine Religion, die sehr leibfeindlich ausgerichtet ist, kommt immer in Gefahr, das Nichtzugelassene auf andere Menschen zu projizieren. Die Verurteilung der Sinnlichkeit wird dann leicht auf die Frau übertragen, hier auf Maria Magdalena. Sie wurde nicht als ihr Ausdruck weiblicher Stärke gesehen, sondern ihr als Verfehlung ausgelegt.

Prostitution kann allerdings auch anders verstanden werden: Wir prostituieren uns, wenn wir unsere eigenen Gefühle verraten und uns vor anderen erniedrigen, wenn wir unsere Würde aufs Spiel setzen, nur um von anderen Menschen gemocht und anerkannt zu werden.

Das, was Maria Magdalena in ihrer Zeit erfahren hat, hat auch mit unseren Erfahrungen zu tun. Wie sie in einer stark männlich geprägten Welt als Frau gesehen und behandelt wurde, hat sich in das Frauenbild der nachfolgenden Generationen tief eingepreßt. Ihre weiblichen Eigenschaften, mit denen sie ihr Frausein ausdrückte, wurden entwertet und nicht verstanden. Daraus haben sich Missdeutungen ergeben, die über sie verbreitet wurden. Sie wurde benutzt, um ein frauenfeindliches Bild zu bestätigen. Viele christlich geprägte Frauen haben diesen sogenannten Autoritäten geglaubt und dieses abwertende Bild von weiblicher Sündhaftigkeit verinnerlicht. Es ist bis heute nicht in jedem Bereich ausgeräumt.

Was man Maria Magdalena und vielen anderen Frauen durch die Entwertung des Weiblichen angetan hat, hat sich als erfahreneres Unrecht in sie eingepreßt. Aber es hat sich auch die Sehnsucht Maria Magdalenas eingepreßt, auf dieses Unrecht anders zu ant-

worten als nur durch Kränkung. Aus dieser Sehnsucht heraus haben schon viele Frauen eine besondere Stärke entwickelt. Sie haben gerade aus der Erfahrung von Unrecht etwas Entscheidendes für sich und für die Gesellschaft vorgebracht.

Das können wir heute auch, denn je wertschätzender und freundlicher wir auf uns schauen, desto unabhängiger werden wir von äußeren Einflüssen und Autoritäten, desto gereifter sind wir in der Fähigkeit, herzlich und liebevoll mit uns umzugehen und das nach außen weiterzugeben. Zugleich bleibt es auch das Erbe und die Aufgabe der heutigen Männer, aus ihrer Prägung überhöhter Männlichkeit herauszuwachsen und im Miteinander etwas Gleichwertiges zu formen, was auch immer häufiger geschieht.

# NACHWORT

Wir Frauen kennen alle die verschiedenen Bereiche, in denen wir unser weibliches Potenzial noch nicht in der Stärke ausleben, wie sie in uns vorhanden ist. Doch die Sehnsucht ist da, und ich wollte mit diesem Buch dazu beitragen, dass wir uns durch nichts davon abhalten lassen, weiter unsere Schritte in diese Richtung zu tun. Dabei ist für mich das Naheliegendste, dass wir uns milder und freundlicher begegnen, als wir es oft tun. Wir lösen uns dann von engen Bildern und wir werden milder und herzlicher mit anderen. Damit setzen wir neue Akzente.

Spontan fiel mir zu meinem gewählten Thema Maria Magdalena ein, die ein starkes Bild für weibliche Selbstwerdung und Liebesfähigkeit ausdrückt.

Ich bin mir bewusst, dass nicht jede Frau mit diesem Bild von Maria Magdalena etwas anfangen kann. Und doch habe ich es gewählt, weil die biblische Erzählung mit den betreffenden Menschen schon als ewig gültige Erfahrung in uns liegt. Es ist wie ein inneres Wissen, das wir in uns haben, aber das Bilder und Worte braucht, um es zu begreifen.

Jede Frau versucht auf ihre Weise und durch ihre eigenen Erfahrungen, diesen Weg zu verstehen. Eines ist für uns alle dabei gleich: Wir sehnen uns danach, stärker lieben und damit auch besser leben zu können. Mit dieser stärksten Macht wollen wir verbunden sein und wir wollen sie als Lebensenergie weitertragen.

Das ist mein Anliegen mit diesem Buch. Es hat mich sehr herausgefordert, Maria Magdalena so mit dem Frauenleben von heute zu verbinden, dass ihr Weg als Orientierung für uns verstanden

werden kann. Dabei hat mich seit Langem eine Freundin ermutigt und mit ihren Gedanken inspiriert, dieses Buch zu schreiben. Sie hat mich zugleich erstaunt, als sie mir erzählte, dass sie sich ein Maria-Magdalenen-Tagebuch zugelegt hätte, in das sie ihre Empfindungen schreibt. Spontan habe ich das übernommen und beim Schreiben immer im Blick gehabt, wie Maria Magdalena als weise, liebende Frau auf mein Erleben schauen würde. Ich wollte in ihrer Energie bleiben. Das hat meinen Blick auf neue Weise für mein Leben und die Liebe geöffnet.

Ich danke all den Frauen, die mir in vielen Gesprächen zu wichtigen Erkenntnissen verholfen haben, die mir ermöglicht haben, ihre Erfahrungen mit aufzunehmen, und allen, die mich inspiriert und unterstützt haben. Zum Ende des Buches übernehme ich noch die Inspiration einer Frau, die mich anregte, voll Freude zu feiern, dass das Buch fertiggestellt ist. Das werde ich tun. Ein rotes Kleid und rote Schuhe liegen bereit, ein Champagner wartet auf mich und vielleicht sogar ein heiteres Tänzchen mit meinem Mann.

## LITERATUR ZUM NACH- UND WEITERLESEN

- Susanne Ruschmann, Maria von Magdala, Stuttgart 2003  
Monika Renz, Der Mystiker aus Nazareth, Freiburg i. Br. 2013  
Jean-Yves Leloup, Das Evangelium der Maria, München 2004  
Eugen Drewermann, Die Botschaft der Frauen, München 1997