





Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title “Celebrate your womanhood Therapy”. Copyright der Originalausgabe © 1987 by CareNotes, Saint Meinrad, Indiana

Copyright der 1.-2. deutschen Auflage © Sequoyah Verlag, erschienen unter der ISBN 978-3-85466-008-8; Copyright der überarbeiteten Neuauflage © 2023 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-96933-064-7

1. Auflage 2023

Satz: XPresentation, Güllesheim

Übersetzung: Sylvester Lohninger, Robert Jaroslowski

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Güllesheim  
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

# *Feiere dein Frausein*

*Verfasst von Karen Katafiasz*

*Illustriert von R. W. Alley*

Aus dem Amerikanischen von  
Sylvester Lohninger und Robert Jaroslowski

**SILBERSCHNUR  VERLAG**

# Vorwort

In einer nicht weit zurückliegenden Studie äußerten Mädchen, dass ihr Leben besser wäre, wenn sie Jungen wären; und Jungen zeigten Verachtung für den Gedanken, ein Mädchen zu sein. Jahrhundertlang praktizierte kulturelle Einstellungen, die Frauen abwerten, haben ihr Erbe hinterlassen. Viele Frauen verspüren auch weiterhin ein vages Gefühl der Leerheit in sich, einen Zweifel, ob sie auch völlig gleichwertig, vollständig und akzeptabel sind.

Durch die Geschichte hindurch war der "Platz" der Frauen für gewöhnlich klar festgelegt, wobei bestimmte Rollen den Männern vorbehalten waren. Frauen, die diese Beschränkungen herausforderten, haben oft dadurch Erfolg gehabt, dass sie sich den Männern so weit wie möglich anglichen. "Wie ein Mann" zu denken oder zu handeln wurde als großes Lob betrachtet.

Aber viele Frauen erkannten, dass das Aufbrechen alter Beschränkungen unter solchen

Bedingungen von ihnen verlangte, etwas von unvergleichlichem Wert aufzugeben: den Reichtum ihrer ureigenen Lebenserfahrungen und Seinsweisen.

Die Identität von Frauen ist nicht abhängig davon, ob sie sich mit Männern messen können, so als ob das Männliche der Standard und die Norm des Menschseins, der menschlichen Natur überhaupt wäre. Ebenso wenig sind die Erfahrungen von Frauen bloß eine Fußnote zur “eigentlichen” männlichen Historie. Vielmehr stehen die Leben von Frauen und Männern parallel zueinander – Seite an Seite – als gleichwertige, beiderseits gültige und gleich kostbare Formen des Menschseins.

Im charmanten “Elfenhellfer”-Stil präsentiert dieses Büchlein eine gesunde Alternative zur Giftigkeit des Sexismus, indem es die Kraft und Macht, den Stolz und die fröhlich-fraulichen, wunderbaren Möglichkeiten des Frauseins feiert.

1.

*Stehe stolz und freudig*

*in deinem Frausein.*

*Erinnere dich: Frauen halten  
die Hälfte des Himmels hoch.*



## 2.

*Frauen in deiner Familie,  
die vor dir lebten, haben ein  
Erbe von Stärke, Humor,  
Ausdauer und bedingungsloser  
Liebe hinterlassen.*

*Verbinde deinen Geist  
mit dem ihren und nimm ihre  
Vermächtnisse in Anspruch.*



### 3.

*Erinnere dich deiner  
Vormütter in der Geschichte  
der menschlichen Familie.  
Ihr mutiges Ringen um  
Gerechtigkeit und Veränderung  
hat deinen Weg geebnet.  
Auch ihr Vermächtnis  
kannst du beanspruchen.*

