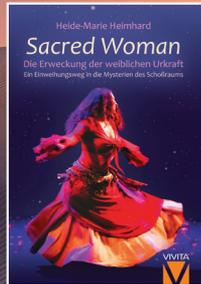


# Sacred Woman

## die Verehrung des Weiblichen

Ein Interview mit  
**Heide-Marie Heimhard** über den  
von ihr ins Leben gerufenen  
Inspirationsweg auf der Basis  
ihres Buches Sacred Woman



„Es ist an der Zeit, dass das Weibliche wieder die Heiligung und Verehrung erfährt, die ihm gebührt.“

Heide-Marie Heimhard, Begründerin von Sacred Woman®



Foto: Marion Rotheneder

**Vivita: Heide-Marie, was erlebst Du seit dem Erscheinen Deines Buches im Juni 2018?**

**HH:** Nach einer ersten Anfangsphase hat *Sacred Woman* nun bereits eine große Verbreitung gefunden. Dadurch kommt eine Bewegung ins Rollen, der sich gerade viele Frauen anschließen. Eine Leserin sprach bei einem meiner Seminare sogar von einer Revolution. Das hat mich aufhorchen lassen. Ich war mir zwar des absolut Neuen durchaus bewusst, nicht aber der Tragweite dessen, was das im Buch enthaltene Wissen für die Frauen von heute wirklich bedeutet. Es ist auf der Höhe der Zeit – es trifft ihren Nerv.

**Vivita: Deine Leserinnen besuchen Deine Seminare – wie treten sie sonst noch an Dich heran?**

**HH:** Im Moment bekomme ich täglich Anrufe oder Zuschriften von Frauen, die mir berichten, was die Lektüre von *Sacred Woman* in ihnen ausgelöst hat. Es ist eine regelrechte Welle, in die ich eintauche, wobei ich es als großes Glück empfinde, dass sich all die Jahre des Schreibens nicht nur für meinen persönlichen Entwicklungsprozess gelohnt

haben, sondern etwas dabei entstanden ist, das nun für viele Frauen eine Inspirationsquelle darstellt. Sie dürsten regelrecht nach den Botschaften, die *Sacred Woman* enthält, suchen die Nähe zu mir und vertrauen sich mir an. Manche sagen mir sogar, dass sie *Sacred Woman* wie eine „Bibel der Frauen“ bei sich tragen, und das berührt mich sehr. Denn mir ging es in manchen Zeiten meines Lebens selbst so, dass ein bestimmtes Buch wegweisend für mich war. Solche Seelenbegleiter sind von unschätzbarem Wert.

**Vivita: *Sacred Woman* bedeutet übersetzt: Die geheiligte Frau. Wie kam es zu dem Titel?**

**HH:** Was den Titel angeht, habe ich durchaus mit mir gerungen, denn einerseits finde ich die vielen Anglizismen in der deutschen Sprache recht überflüssig und oftmals wenig geschmeidig. Andererseits hatte ich schon immer eine große persönliche Affinität zur englischen Sprache. Aber entscheidend für die Titelfindung war ein Gespräch mit meinem Verleger, in dem wir uns darüber verständigt haben, dass die Schwingung des Wortes „sakral“ noch mal eine andere Tiefendimension hat als das Wort heilig bzw. geheiligt. Sakral ist universeller, hat die Wurzel im Lateinischen und kommt daher anders als das Wort „heilig“ in vielen Sprachen vor. „Die sakrale Frau“ klingt auf deutsch aber etwas seltsam, und so haben wir uns für *Sacred Woman* als Titel entschieden.

**Vivita: Was ist die zentrale Botschaft von *Sacred Woman*?**

**HH:** Die Verehrung des Weiblichen steht im Zentrum des Buches. Es geht darum, die Heiligkeit der Weiblichkeit wieder ins Bewusstsein zu rufen. Das ist die übergeordnete Botschaft. „Heilig“ bedeutet ja auch „heil“ im Sinne von „ganz“ – *Sacred Woman* umfasst daher alle zentralen Themen der Weiblichkeit und nicht nur Ausschnitte davon. Ich hatte den Anspruch, ein Buch zu schreiben, das alle essenziellen Themen des Frauseins vereint. Deshalb habe ich mir auch viel Zeit gelassen und die Inhalte lange reifen lassen. Das heißt natürlich nicht, dass zu allen Themen alles gesagt worden ist. Aber im Idealfall ist deutlich geworden, wie vielschichtig der weibliche (Heilungs-)Weg ist.

**Vivita: Wie viel Deiner persönlichen Erfahrung als Frau ist mit in Dein Werk eingeflossen?**

**HH:** Das ganze Buch ist natürlich von meiner Erfahrung durchdrungen – sie ist der Ausgangspunkt von allem. Die Botschaften des Buches selbst empfinde ich als überpersönlich – gleichzeitig habe ich sie empfangen und formuliert. Sie sind durch meine Person geprägt, aber sie existieren auch losgelöst von mir. Ich freue mich, dass ich nun den Dank meiner Leserinnen ernte, denn das Schreiben meiner Bücher hat viele Jahre meines Lebens in Anspruch genommen. Die Dankbarkeit, die mich zur Zeit einhüllt, die

# Sacred Woman

die Verehrung des Weiblichen



Interview

nehme ich persönlich, denn das nährt mich, dadurch fließt etwas zu mir zurück. Aber die Botschaften selbst, die haben eben auch einen überpersönlichen Charakter, stammen aus dem universellen weiblichen Feld. Ich war einfach von Anfang an auf die Frequenz dieses Feldes eingestimmt, habe nie etwas anderes gekannt, bin nie irgendeinen anderen Weg gegangen, sondern habe schon immer dieser urweiblichen Melodie in mir gelauscht ...

**Vivita:** Was erwartet die Teilnehmerinnen des Sacred Woman®-Inspirationsweges?

**HH:** Der Dreijahreszyklus eröffnet ihnen ein neues Verständnis des Frauseins und zeigt, wie verletzte Weiblichkeit auf wirklich weibliche Weise geheilt werden kann. Intensive Innenschau und Selbsterfahrung im Tanz wechseln sich ab und befruchten sich gegenseitig. Im Zentrum steht die Erforschung der eigenen Weiblichkeit jenseits von Konzepten – ein sehr individueller Prozess, bei dem die Frauen von mir persönlich intensiv begleitet werden. Dies geht nur im überschaubaren Rahmen und innerhalb einer vertrauten Gruppe, die kontinuierlich über Jahre miteinander wächst. Der Inspirationsweg ist daher keine Frauengruppe im herkömmlichen Sinn, er ist auch keine Ausbildung oder Massenveranstaltung – es geht um jede einzelne Frau selbst und ihre ureigene Transformation.

**Vivita:** Das heißt: Frauengruppe ist nicht gleich

**Frauengruppe. Was macht diesen Inspirationsweg besonders?**

**HH:** Er wendet sich an alle Frauen, die sich nach einer erfüllten Weiblichkeit sehnen und Unterstützung auf ihrem individuellen Weg suchen. Darum geht es – um die Einzigartigkeit jeder einzelnen Frau. In den aktuellen Angeboten für Frauen herrscht ja mittlerweile eine regelrechte Monokultur vor – es findet sich überall ein ähnlicher fernöstlicher Mix aus Advaita-Philosophie, Yoga oder Tantra und einem – gemessen an weiblicher Tiefe – recht oberflächlichen Erfahrungsaustausch. Bei Sacred Woman hingegen geht es um die Hingabe an einen wirklich befreienden Wandlungsprozess, der uns in die Tiefe und zu unserer Essenz als Frau führt.

**Vivita:** Was bedeutet in diesem Zusammenhang Dein „Aufruf zum analogen Frausein“?

**HH:** Das Netz von Sacred Woman ist nicht franchiseähnlich aufgebaut. Wir sind auch nicht in den kommerziell ausgerichteten sozialen Netzwerken vertreten. Das Internet nutzen wir lediglich zur Verbreitung von Informationen, nicht als „Treffpunkt“ – es gibt daher keine Internetgruppen. Sacred Woman stellt sich damit ganz bewusst dem Zeitgeist entgegen und führt Frauen zurück ins analoge Miteinander. Denn im körperlosen virtuellen Raum kann gar keine echte Verbundenheit entstehen. Diese entsteht nur im ganz konkreten Miteinander – erst dann reagieren auch unsere Körper aufeinander und beginnen zusammen zu

schwingen, was ein ganz wesentlicher Aspekt von Heilung ist. Der sterile virtuelle Raum ist genau genommen wieder einer, in dem das Körperliche geringgeschätzt wird – und damit auch das Weibliche.

**Vivita:** Was wünschst Du Dir für die Zukunft der durch Deine Bücher ins Leben gerufenen Bewegung?

**HH:** Ich wünsche mir, dass die Bewegung von Sacred Woman insbesondere die Frauen erreicht, die bereit sind, sich auf ihrem Weg Zeit zu lassen und ihrer Entwicklung Raum zu geben. Es ist enorm wichtig, dass wir uns erst einmal wirklich auf uns selbst konzentrieren! Viele wollen heute zum Beispiel selbst Frauengruppen leiten und besuchen dafür mal eben ein Wochenendseminar. Bevor ich jedoch mit Frauen arbeite, sollte ich meine eigenen Themen in Ruhe durchgearbeitet haben. Erst dann bin ich der verantwortungsvollen Tätigkeit als Leiterin einer Frauengruppe wirklich gewachsen. Sacred Woman unterstützt zwar gerade auch Frauen, die beruflich mit weiblicher Heilung zu tun haben oder sie zu ihrem Beruf machen wollen – aber eben auf die oben beschriebene Weise. Ich bin mir sicher, dass wir so gemeinsam im Geist von Sacred Woman noch viel vollbringen werden ... ▲

[ INFO ]

Mehr Informationen zum Inspirationsweg von Sacred Woman® finden sich unter [www.sacred-woman.de](http://www.sacred-woman.de). Vom 1.-2. Juni 2019 findet das nächste Einführungsseminar zum Inspirationsweg statt und am 26.-30. Juli 2019 die Sommertanzwoche am Starnberger See. Die Autorin bietet auch Begleitung für Frauen und Paare an.