

# Bundesweites

Nachlese,



## Sprachloses Erstaunen eines Newcomers

Die passenden Adjektive für dieses Treffen von Mittwoch abend bis Sonntag mittag, einschließlich des vielerorts begangenen Vaternages (Himmelfahrt), reichen bei mir von ganz toll, spitzentmäßig bis hin zu sprachlosem Erstaunen über das, was Männer alles miteinander tun und anfangen können. Spannende und mir noch nicht bekannte Erfahrungen zeigten sich auf den unterschiedlichsten Ebenen, angefangen bei der Auswahl dieser mittelalterlichen Burg, die dann von 170 Männern und 50 Kindern, Jungen und Mädchen, belagert wurde. Wir hatten die ganze Burg mit Burgfried, Burghof, Rittersaal, neuzeitlichem Schwimmbad, Aussichtsterrasse mit Blick zur Burg Hanstein allein für uns, Besucher und Fremdparker wurden des Burgberges verwiesen.

In mancher Hinsicht war das Treffen eine Grenzerfahrung. Liegt Burg Ludwigstein doch an der Werra und die 4 Kilometer entfernte Burg Hanstein auf dem Gebiet der ehemaligen DDR. Einer der angebotenen Workshops bestand aus einer Wanderung zu dieser anderen Burg, entlang und teils auf dem ehemaligen Grenzstreifen. Der Rückweg verlief in einem Unwetter mit Blitz, Donner und Regengüssen - auch eine Grenzerfahrung, wie sich eine Gruppe von Männern in extremen Wetterlagen zueinander verhält.

Meine persönlichen Grenzen konnte ich in den unterschiedlichen Workshops behutsam tastend erfahren. Allein fühlte ich mich dabei nie, immer traf man auf einen Mann, der auffangen und mittragen konnte und es macht einfach mit mehreren Männern mehr Spaß. Nie hätte ich mir vorstellen können, unbedarft wie ich war, daß das System der Workshops funktionieren könnte. Vorgegeben oder vorgeplant, wie man es üblicherweise von einem Veranstalter erwarten dürfte, waren die Workshops nicht. Jeder, der meinte, ein für Männer interessantes Angebot zu haben, stellte seine Fähigkeiten zur

Verfügung. Es entstand eine breite Palette von Thematiken, ich konnte es nicht fassen! Zum Einstieg begann ich mit einem Workshop für Newcomer. Dann tat ich in der Rückenschule meinem Rücken endlich etwas Gutes und lernte nonverbal mit meinem Rückenpartner zu kommunizieren. Bei Übungen nach Feldenkrais erholten sich meine angespannten Muskeln. Bearbeiten konnte ich mein Familiensystem in systemischer Darstellung nach Bert Hellinger. Die tägliche Gesangszeit nach dem Mittagessen brachte eine erhebliche Anzahl mehrstimmig singender Männer zusammen. Andere Themen werde ich mir im nächsten Jahr zutrauen.

Einer der Höhepunkte für mich fand am - leider - letzten Abend beim so genannten bunten Abend statt. Kinder und Männer brachten ihre Beiträge gekonnt und mit Selbstbewußtsein ausstrahlend auf die Bühne, zum Mitlachen, Mitmachen, Nachdenken und Mitsingen. Wann habe ich eine solche Atmosphäre jemals erlebt? Wie beschämend sind dagegen doch diese öden Fernsehshows à la "Big Brother". Ja, erleben scheint mir der passende Begriff! Männer erleben, mich selbst erleben und Grenzerweiterung erleben.

Ein Ding war problematisch: Das Zurückkehren in den normalen Männeralltag - aber was ist schon normal?

Uwe Voigt

zuerst in: "Männer für Männer",  
 hg. v. Nordelbischen Männerforum, Kiel  
 (hier leicht gekürzt)

## Workshop-Angebote

Der Tisch war reichlich gedeckt.  
 Zugreifen mußte nur noch jeder selbst...

**Wer keinen Mut zum Träumen hat / Träume sind keine Schäume** (Michael) Einführung ins Thema Traum, Traumreise. Austausch über Träume, Nachträume, Jugendträume, Träume wahr werden lassen, Lebensvorstellungen. • **Kundalini-Meditation** (Franz & Atmo) Körpermeditation in vier Phasen. • **Aggressions-übung, Power, Kraft** (Leo) Für gross und klein. Kinder ab 5 Jahren. Mit Schaumstoffschlägern sich schlagen, ohne Schmerz. • **Möglichkeiten einer kollektiven Gesundheits-sorge** (Peter) Ausgehend vom Angebot am Donnerstag habe ich mit ein paar Männern über mögliche Formen einer gemeinsamen Auseinandersetzung zu unserer Gesundheit/Krankheit gesprochen. Ich will mit einlassbereiten Männern Erfahrungen machen. • **Malen - eine intensive Kontaktaufnahme** (Emile) Zwei Partner malen ein Bild. Jeder Partner darf sich eine oder mehrere Farben aussuchen und losmalen ohne verbale Verständigung. Danach Clearing. • **Sharing - für mythopoetische und verwandte Männer** (Bernd) Ich möchte einen kleinen Workshop anbieten, wo Du in einer kleinen Aktion/Ritual jedem etwas von Dir gibst oder zeigst. Etwa fünf Minuten. Ich werde den Anfang und das Ende gestalten. • **Switchboard-Zeitungs-gespräch** (Alexander & Andreas) Informationen, Fragen, Antworten. • **Tanz und Bewegungserfahrung** (Michael) Aus der Ruhe in die Bewegung. In Kontakt mit sich, um in Kontakt zu anderen Männern zu



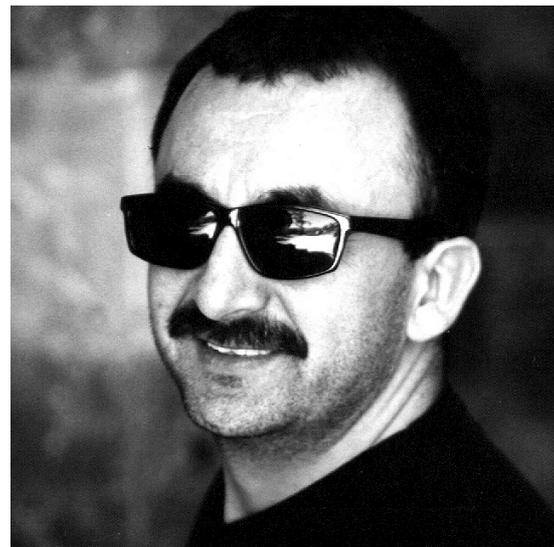
# Männertreffen

die 2te

kommen. Allein, zu zweit, zu vielen. Bewegung finden und gestalten. Töne, Stimme, Hören, Kontakt. • **Die Männerbewegung ist zu unpolitisch** (Peter) Brauchen wir eine Männerpolitik? Wenn ja, wie kann sie aussehen? Wie kann sie lokal, regional und überregional funktionieren: Männerbeauftragte, Geschlechterdemokratie, Mobilisierung für Männer? • **Singen, Chants, Chor** (Christoph) Eingeladen sind alle Männer, auch wenn sie glauben, sie können nicht so doll singen. Mitmach- und Kinderlieder, Kanons, Gospels, asiatische und indianische Mantren, deutsche Volkslieder. • **Herz ist Trumpf** (Matthias) Für Leute, deren Verwandte einen Herzinfarkt hatten. Wie können sie unterstützt werden? • **Freundschaft** (Christian) Fortsetzung vom Vortrag mit zusammenfassender Einführung für Neueinsteiger. Themen: Angst vor Ablehnung, Zurückweisung, Homophobie. Evtl. auch Ziel/Zweck von Freundschaft. • **Spaziergang der Sinne** (Josch) Für Männer und Kinder. Barfuss mit verbundenen Augen rund um die Burg. • **Ich höre was, was du nicht siehst** (Rainer) Für Kinder und Erwachsene. Was kann es heissen, blind zu sein? Was wollt ihr darüber wissen? Auch praktische Übungen. Augenbinde mitbringen. • **Eine bewegte Meditation** (Emile) Nach Wahl der Teilnehmer: vier Himmelsrichtungen, Chakrenbreathing oder anderes. Wechsel von starker Bewegung und Stille. • **Head on** (Haydar) - Homosexualität im kulturellen Spannungsfeld. Vortrag, Film, Head on, kopfüber. • **Wandern, oh Wandern** (Holger) Auf zur andern Burg, Burg Hanstein. Wer kommt mit? • **Kinderangebot** 15.20h: Treffpunkt vor dem Tor, Spielwiese mit Holger und Jörg. Kleine Kinder im Schwimmbad und grosse Kinder mit Erich. • **Fühle deinen Körper, entspanne dich** (Holger) - Folge deinen Empfindungen, begib dich auf die Reise. Ankommen und wohl fühlen. • **Traumreise** (...) Eine angeleitete Meditation mit Musik, anschliessend Erfahrungsaustausch, und wenn du magst: noch etwas Massage. • **Schwitzhütte** (Walter) Die erste Runde ist für Kinder reserviert. • **Männer über fünfzig** (Dieter) Wenn Männer älter werden: Abschied nehmen von Dauer-Power, eigene Grenzen erkennen und annehmen. Sexualität verändert sich. Angst oder Freude. • **Mein Körper als Instrument** (Hubert) Innere und äussere Klangräume. Gemeinsam die Vielfalt männlicher Klangwelten erforschen. • **Radfahren** (Michael) ca. eine Stunde. Berg runter, acht Kilometer hoch, sechs runter, Burg hoch. • **Unsichtbare Mauern** (Johannes) Video-Spielfilm zum Thema HIV und soziale Ausgrenzung. • **Trommeln** (Sven) Im Tipi. Offen für alle Menschen, die Spass haben. • **Burggeschichte für kleine und grosse Kinder** (Friedhelm & Lukas) Bilderbuchgeschichten

von Annema "Die Biberburgenbaumeister". Baltasar und sein Sohn Ben bauen die schönsten Burgen im ganzen Biberland. Eines Tages möchte Ben allerdings etwas ganz Besonderes bauen: Einen Biberturm. Aber sein Vater ist dagegen. Als Ben seinen Turm dann baut, kommt es zum Streit zwischen Vater und Sohn. Bis sie schliesslich merken... • **Die Verurteilten** (Rainer) Einer der besten Gefängnisfilme unter Männern. Spannende Verfilmung einer Stephen King-Erzählung. Kein Horror. • **Ein Märchen zur Nacht** (Frank) • **Die Kosovo-Kriegserklärung von 1999 und wie das Männertreffen damit umgegangen ist** (Jörg) Eine Nachbesprechung. Siehe Auszüge aus der Diskussion im Reader zum Männertreffen 1999 und Switchboard bis 10/99. • **Männer und Schwangerschaftsabbruch** (Ulrich) Welche Gefühle hattest Du, als Du hörtest, das Deine Freundin von Dir schwanger ist? Wie gestaltest Du den Prozess der Entstehung bis zum Abbruch? Erfahrungsaustausch. Wie ging die Beziehung weiter? Hast Du heute Kinder? • **HIV-Einführungseinheit** (Johannes) Wie wir sie ab dem zehnten Schuljahr anbieten. Übertragungswege. Auffrischung des Wissens. • **Jungenarbeit** (Rainer, Matthias & Christian) Austausch über die bewußte Arbeit und Reflektion mit Jungen und Jungenarbeitern. • **Fight-Club light** (Helmut) Sich selbst kämpfend erleben. • **Einführung in die Feldenkrais-Methode** (Michael) Bewusstsein durch Bewegung, Bewegung wieder neu lernen. Mit wenig Kraft, und langsam durchgeführt, führen sie zur Entspannung und Wachheit. • **Das männliche Kraftfeld im Familiensystem** (Bringfried) Systemische Aufstellung nach Bernd Hellinger. • **Aus dem Inneren in die Kraft** (Frank) Grenzen setzen, Bedürfnisse wahrnehmen, Körperwahrnehmung, Ja/Nein - alles Voraussetzungen, um in die eigene positive Kraft zu kommen. • **Fussball** (Lutz) Sportplatz in Oberrieden • • • • • Direkt von der Pinnwand berichtete

Rainer Zimpel



## Falls was wär

Für d'Mutter

Ha'sch Hunger?  
was will'sch esse?  
s'isch glei g'macht  
ha'sch Durscht?  
was mag'sch trinke?  
s'isch alles im Haus  
ha'sch alles?  
brauch'sch was?

hoffentlich isch nix  
s'wird doch nix sei  
aber falls was wär  
ha'sch g'nug Geld debei?  
nemm die hundert Mark  
ich kann's doch mache  
halt de Mund  
steck se ei  
net verliere

da, fünf Mark für Zigarette  
un e Kärtle zum Telefoniere  
falls was wär  
s'muß jo nix sei  
aber s'könnt was passiere

was könnt ich dir noch gebe?  
nemm de Schirm mit  
do trag'sch net schwer  
un falls es net regn't  
ha'sch wenigstens was  
für de Rege debei

möcht'sch wirklich fort?  
bleib doch do  
was will'sch denn dort?  
laß dei Auto steh  
nemm lieber de Zug  
aber ich schwätz dir net nei  
mach was d'will'sch  
mit deine sechsevierzig Jahr  
bi'sch alt g'nug

aus: Harald Hurst, "So e Glück!  
Geschichten und Gedichte",  
vorgetragen von Ralph Schneller  
während des Bunten Abends  
(s.a. "Gedrucktes" in dieser Ausgabe)

## Fight-Club light

### Von der besonderen Bedeutung des Kämpfens für Männer

"Fight-Club light" hieß ein Workshop auf dem diesjährigen Männertreffen auf Burg Ludwigstein in der Nähe von Göttingen. - An einem Nachmittag schauten wir uns den Film "Fight-Club" auf Video an, der 1999 von David Fincher in den USA gedreht worden war. Ein Film, der mit der Grenze von Aggression und Gewalt spielt, nur leider im letzten Drittel Terror und Gewalt überbetont und somit die Wirkung zuvor gemachter Aussagen abschwächt: "Eine Frau ist nicht die Lösung unseres Problems." / "Alles, was Du hast, hat irgendwann auch Dich." / "Du bist nicht Dein Bankkonto und auch nicht Deine Wohnung." / "Wir sind 30jährige Milchgesichter; wir haben uns noch nie geprügelt."

Kämpfen - in ritualisierter und geregelter Form, so das Credo des Films -, gibt den Männern etwas, das ihnen andere Workshops nicht geben können, nämlich Zugang zu ihrer vollen, natürlichen, impulsiven Aggressionskraft. Diese unbewusste Seite an sich verdrängt die Hauptfigur im Film (Edward Norton) und kann sie bei seiner ihn unbefriedigenden, weil herzlosen Büroarbeit auch nicht ausleben. Makaberweise arbeitet er als Unfallbegutachter bei einem großen Automobilhersteller und muss aufgrund seiner Berechnungsformel entscheiden, ob eine Rückrufaktion oder aber die Entschädigungszahlung über die Versicherung kostengünstiger für den Konzern ist. Der Wert von Menschenleben findet dabei keine Berücksichtigung. Aber: Unser Held leidet an Schlaflosigkeit! Erst als er seine unterdrückten Impulse zulässt - lange Zeit über den Umweg der Projektion auf die Figur des Tyler Durden (Brad Pitt) - findet er zu sich selbst.

Der Film behandelt das Thema Aggression und Gewalt auf drei Ebenen: [1] Innerhalb einer Person bzw. des eigenen inneren Teams (intrapersonal); [2] Zwischen verschiedenen Personen (interpersonal); [3] Zwischen Person und Gesellschaft (strukturell).

Auf allen drei Ebenen gilt es, sich zu emanzipieren. Wie bereits erwähnt, geht es dem Film am Schluss hauptsächlich um die letztere. Uns soll hier interessieren, wie man Dank des Partners als "Spielkamerad" die aggressiven Anteile in sich integrieren und sich damit anfreunden kann, dass wir alle dieses kraftvolle Erbe - ob evolutionär, anthropologisch oder durch Sozialisation bedingt - in uns tragen und verpflichtet sind, mit diesem gewaltigen Potential verantwortungsvoll zu Werke zu gehen.

- **Aggression ist keine Gewalt!**
- **Aber die Grenze dazwischen ist ein schmaler Grad und es bedarf eines klaren, selbsterfahrenen Blicks, immer die Grenze zu wahren!**
- **Wir werden keine friedlichen Menschen dadurch, wenn wir Aggressionen in uns unterdrücken, sondern indem wir lernen, gesund damit umzugehen!**

Dies ist eine Aufgabe für jeden Menschen selbst und gleichzeitig auch für Multiplikatoren wie Pädagogen, Lehrer, Sporttrainer, Filmemacher sowie allen weiteren Berufsgruppen, die Kinder erziehen, Erwachsene bilden oder Jugendliche führen wollen.



... festem, dynamischem Körperkontakt.



Freude an ...

Eine Lern- und Lehrmethode hierfür kann der darstellende oder dargestellte Kampf sein... und damit zurück zu unserem Workshop.

Als der Film zu Ende war, stellten sich alle Männer, die gekommen waren - 19 an der Zahl - in einen Kreis und hielten sich an den Händen. Nun wurde jeder reihum aufgefordert, mit drei Sätzen zu folgenden drei Fragen kurz Stellung zu beziehen: Wie fand ich den Film? Was hat die Thematik mit mir zu tun? Werde ich morgen wiederkommen und kämpfen?

Am nächsten Tag kamen 16 Männer und waren bereit, sich mit sich selbst und einem anderen Mann kämpfend auseinanderzusetzen (und sich danach wieder neu und heiler zusammenzusetzen). Das Motto lautete: "Schenk mir Deine ganze Kraft, damit wir beide daran wachsen können".

Nachdem 12 Kampfspiele - die körperlichen Streitformen - vorgestellt waren, entschieden sich die meisten für den sportpädagogisch modifizierten Ringkampf. Verschiedene Männer wollten sich nach anderem Reglement wie zum Beispiel "Hahnenkampf" oder "Gatka" begegnen (nur Fingerhakeln wollte keiner machen...).

Drei Aspekte sind vor Kampfbeginn zu beachten:

- Wichtig ist es, zu prüfen, wer sich mit wem in geeigneter Weise körperlich unterstützt, damit der Kampf für beide Partner nicht destruktiv, sondern aufbauend verlaufen kann. Dies erfolgt durch koordinative und kooperierende Körperübungen. Die Chemie zwischen den Männern muss stimmen. Sie müssen miteinander können und wollen. Für jeden muss der andere sowohl eine Hilfe als auch eine

#### Hahnenkampf

Dabei dürfen beide Partner nur auf einem Bein stehen und müssen versuchen, den anderen durch Schubsen, Ausweichen oder Rempeln dazu zu bringen, dass er aus dem Gleichgewicht kommt und mit dem zweiten Fuß wieder den Boden berührt.

#### Gatka

ist indischer Schwertkampf und die darauf vorbereitende Übung ein Spiel um die Dominanz von Raum und Rhythmus. Anders als beim Hahnenkampf, wo beide Partner nach den gleichen Regeln agieren, wird hier mit verteilten Rollen gespielt. Der Angreifer darf mit der flachen Hand zu den Schulter, den Oberschenkeln und der Brust schlagen. Dagegen darf der Verteidiger den Angreifer mit beiden Händen auf die Brust wegstoßen oder am Genick packen und heranziehen oder ein Bein am Knie fassen und hochziehen. Jeder Teilnehmer erlebt einmal die Perspektive des Angreifers und einmal des Verteidigers.

Herausforderung sein. Das ist soziales Lernen!

- Ebenso wichtig ist es, dass jeder Mann einen vertrauenswürdigen Coach findet, der ihn betreut. Coach zu sein ist eine umfassende Aufgabe. Es heißt, den Schützling zu versorgen, zu motivieren und ihm während des Kampfes taktische Tipps zuzurufen.
- Des weiteren hat es sich als hilfreich erwiesen, wenn der kämpfende Mann sich einen Beinamen gibt - einen ihn stärkenden und großmachenden Kampfnamen, der ihn über sich selbst erhebt und vielleicht auf etwas Transzendentes verweist. Ein Ideal, für das der Mann bereit ist einzustehen, seine ganze Kraft zu geben und dafür zu streiten. Der Mann kämpft dann um mehr als nur für sich. Die Verbindung mit etwas Mystischem verleiht mehr Kräfte, als wenn der Mann nur für sein begrenztes Ego einträte.

Die Kämpfe selbst möchte ich nicht beschreiben. Ein solcher Versuch wäre von vorneherein zum Scheitern verurteilt. Dafür reicht das grobmaschige Netz der Sprache nicht aus. Es geht auch nicht um Sportberichterstattung. Die Fotos stehen - denke ich - für sich.

Die zwei für den Workshop angesetzten Stunden reichten nicht; wir brauchten die doppelte Zeit. Leider haben wir deswegen nicht mehr darüber sprechen können, was das Kämpfen sowohl persönlich als auch für alle Männer so attraktiv machte.

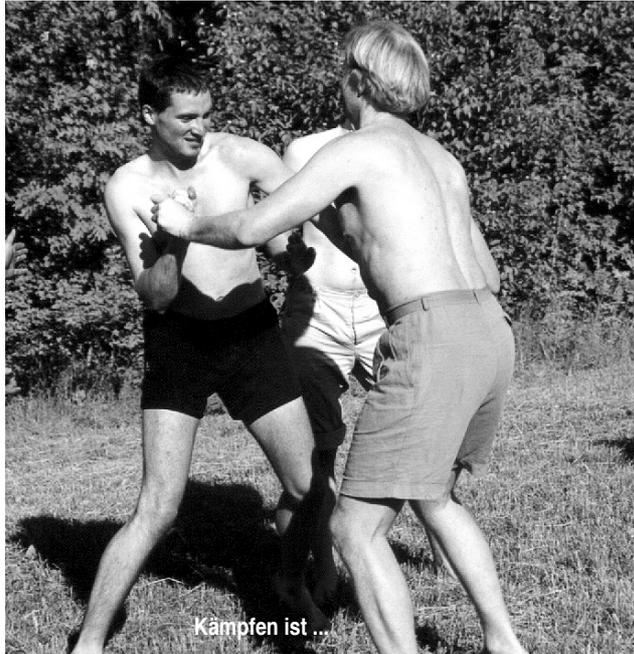
**Was ist nun die besondere Bedeutung des Kämpfens für Männer?**

Hier einige Thesen, über die wir vielleicht beim nächsten Treffen ausführlicher sprechen können:

[1] - Beim Kämpfen können viele Männer auf einfachere Weise nahen, eventuell auch erotischen Körperkontakt - mit Geruch, Schweiß und "Stöhnen" - aufnehmen und zulassen, weil sie dadurch vor dem für Heterosexuelle schwierigen Verdacht der Homosexualität geschützt sind (fester, dynamischer Körperkontakt wird in unserem heutigen, meist bewegungsreduziertem Alltag schnell mit sexuellen Assoziationen in Verbindung gebracht).

[2] - Wo sonst ist es möglich, einmal die ganze körperliche und mentale Kraft und Ausdauer zu erproben und gleichzeitig vor Gewalt geschützt zu sein? "Einmal alles zu zeigen, was man als Mann draufhat", wenn man sich in der "fight-or-flight"-Reaktion für Kampf entschieden hat und mit der Angst im Nacken nach vorne geht. Sich der eigenen Schutzkompetenz zu vergewissern, ist ein archaisches Bedürfnis von Männern - auch wenn wir es heute gesellschaftlich deligiert haben (Polizist als "Schutzmann"). Unsere Welt haben wir immer sicherer gemacht, aber die Angst in uns ist ein evolutionäres Erbe, das als Motor eng mit der Aggressionsfähigkeit verbunden ist.

[3] - Wo sonst zeigen sich Stärken und Schwächen so schnell und deutlich? Lebensmasken können in konfrontativen Bewegungsarrangements nicht länger aufrecht erhalten werden und fallen in einem Kontext zu Boden, wo für alle Beteiligten - auch für den Stärksten - klar ist, dass er Federn lassen muss. Durch die Grenzerfahrung erlebt mann, wo mann steht, was mann kann, was mann noch nicht kann und was in den Phantasiebereich von Actionfilmen gehört. So entsteht ein Raum, der es möglich



**Die Regeln des Fight-Club light**

1. Du entscheidest, in welche Kampfform Du dich begeben willst.
2. Wenn einer "Stopp" signalisiert, wird der Kampf unterbrochen.
3. Der Kampf dauert die vorher vereinbarte Zeit.
4. Du trägst Verantwortung für Deine Gesundheit und die des anderen.
5. Dein Coach und der Referee passen mit auf Dich auf.
6. Es kämpfen immer nur zwei Männer, die anderen sind als Schutzkreis präsent.
7. Sprich mit Deinem Kontrahenten nach dem Kampf, nicht davor.
8. Tausche Dich mit den anderen Männern des Kampftages über das Erlebte aus.
9. Keine Hemden, keine Gürtel, keine Schuhe, kein Schmuck.
10. Du kämpfst nur mit jemandem, zu dem Du ein gutes Gefühl hast.
11. Gib Dein Bestes.
12. Gib alles, was Du hast, hinein.

macht, ein neues Bild von sich anzunehmen, das zugleich kleiner und größer ist als das alte, weil es ehrlicher und realistischer ist, und weil es in einer Situation kreiert wurde, in der Aufgeben ohne Gesichtverlust möglich ist. Der sportpädagogisch angeleitete Kampf ist kein Sieger-Verlierer-Modell, sondern verfolgt eine Gewinner-Gewinner-Strategie, wo beide Kämpfenden an der Erfahrung innerlich wachsen. (Selbst im leistungsmäßig betriebenen Kampfsport habe ich nie erlebt, dass für den zweiten Gewinner nicht Applaus gependet worden wäre, solange er all sein Können gegeben hatte.) Gibt man alles, was man hat, kann man trotzdem "Schiffbruch erleiden", weil ein anderer - oder etwas anderes - stärker und größer ist als man selbst. Aber wie bereits gesagt: Es dient dann der eigenen Positionsbestimmung. Denn durch die Konfrontation an Grenzen entsteht nicht nur Kontakt mit anderen, sondern auch mit sich selbst und der Demut vor dem Leben. [4] - Ohne Reibung keine Wärme. Im Kampfsituationen wird unnötiger Ballast abgeworfen und sich auf den eigenen Kern konzentriert. Es kann ein ästhetischer Prozess stattfinden, bei dem man sich feinschmiegelt, bis der innere Diamant blankpoliert an der Oberfläche erscheint.

Helmut Jung



## Freiraum für Männer

Seit 18 Jahren - von der breiten Öffentlichkeit nahezu unbemerkt und traditionell über Himmelfahrt - findet das "bundesweite Männertreffen" statt. Gerade in den letzten Jahren wächst von Mal zu Mal seine Beliebtheit. Den Rahmen der Veranstaltung bereitet das sogenannte Orga-Team vor, welches sich jedes Jahr neu findet, um das übernächste Treffen auszurichten.

Die Struktur des Treffens ist übersichtlich: Jeden Tag morgens und abends findet ein "Plenum" für alle statt, dazwischen gibt es Workshops vormittags, am Nachmittag und abends. Die Inhalte werden durch die Teilnehmer selbst gestaltet. Auf einer großen Zettelwand im Plenumsraum hängen sie verschiedenste Angebote aus, die dann von allen nach Interessenlage genutzt werden können. Am letzten Abend wird den Teilnehmern die Gelegenheit gegeben, sich im Laufe des moderierten "bunten Abend" auf der Bühne auszuprobieren. Das Eröffnungsplenum am Mittwochabend und ein Abschlußplenum am Sonntagmorgen rahmen die Zusammenkunft ein.

Wer kommt denn da? Es gibt Männer, die fast jedes Jahr hinfahren, sich wiedertreffen, Freundschaften entstehen lassen und pflegen. Es gibt Angebote für Neulinge, die sogenannten 'Newcomer', die meistens unsicher sind: So viele Männer, das erste Mal. Was wird da wohl passieren? Vielen geht es so und da ist es für alle eine gute Möglichkeit, anzukommen, sich kennenzulernen, sich zu orientieren. Zunehmend bringen Männer ihre Kinder mit, für die eine Betreuung angeboten wird, so daß die Väter auch alleine Angebote des Treffens nutzen konnten. Vermehrt gibt es allerdings auch Workshops für Männer und Kinder.

Dieses Jahr war die Burg Ludwigstein in der Nähe von Witzzenhausen auserwählt. Ein landschaftlich sehr reizvoll gelegenes Gelände in der Nähe der ehemaligen innerdeutschen Grenze lud ein zu Wanderungen; vis à vis die Burg Hanstein. Das fünfte Mal war ich jetzt beim Männertreffen. Mir gehen die Erinnerungen durch den Kopf. 160 Männer waren dieses Jahr dabei. Viele brachten ihren Nachwuchs mit, so daß einschließlich der fünfzig Kinder die Schallmauer von 200 Teilnehmenden erstmalig durchbrochen wurde. Ich hatte mir von



meiner Partnerin den Wunsch erfüllen lassen, einmal ohne Kinder anzureisen. In meinem Campingbus auf dem Burgzeltplatz hatte ich mein eigenes, kleines Reich eingerichtet. Wichtig war das für mich, um einen Rückzugsort zu haben bei dem ganzen Trubel unter den vielen Menschen.

'Ihr seid das Salz in der Suppe des Männertreffens'... So wurden alle am Eingang begrüßt zum Eröffnungsplenum Mittwoch abend um 21 Uhr. Salz und Glitzer wurde uns vom Orga-Team auf die Häupter gestreut.

Zur Einführung wurde das Prinzip der Freiwilligkeit ausdrücklich betont. Niemand sollte etwas machen, zu dem er sich gezwungen fühlt, sondern nur das, was er wirklich will. Das schließt ein, daß gegenseitig die persönlichen Grenzen gewahrt werden.

Mein persönliches Thema der fünf Tage war: Die Reise nach innen. Neumond hatten wir, eine Phase, in der es günstig ist, in sich hineinzuhorchen. Einmal mehr wurde mir deutlich, wie wichtig mir der Umgang mit Grenzen ist. Wie nehme ich mir meinen Raum? Bekomme ich mit, daß ich mich zu sehr ausbreite und damit andere in die Ecke dränge? Auf der anderen Seite: Kann ich selber aufzeigen, wenn mir andere zu nahe kommen, es z.B. äußern, wenn mich ein Mann berührt, wie ich es nicht mag? Wie gehe ich mit Verletzungen um. Hole ich mir Hilfe? Was bedeutet das Alleinsein für mich? Wieviel

erkenntnis oder Zuwendung kann ich vertragen?

Gleichzeitig faszinierte mich das Spiel mit meiner Begrenztheit. Ich wollte ausprobieren, etwas Neues erleben. Das drückte sich in der Entscheidung aus, am Schwitzhüttenangebot teil-

zunehmen. Schon die Vorbereitung war verwegend. Wir haben zusammen schöne energietragende Basaltsteine gesucht und gefunden. Ich habe erfahren, das wir nur zu dritt die schweren Steine in der Schubkarre bergauf schieben konnten, das man nicht alles alleine machen muß. Gemeinsam waren wir knapp dreißig Männer, haben die Schwitzhütte aus selbstgeschnittenen Weidenzweigen gebogen und geflochten. Wir haben Feuerholz gesammelt und zusammen gesungen -ganz lange- bis das Feuer die Steine zum Glühen gebracht hatte. Eine absolute Gratwanderung folgte sowohl in mystischer Hinsicht als auch was die Hitze und die Luftknappheit während der Hüttensitzungen anging. Und schließlich gab die Gesamtdauer dieses eindringlichen Erlebnisses von fast einem ganzen Tag dem übrigen Geschehen erheblich weniger Raum als gewohnt.

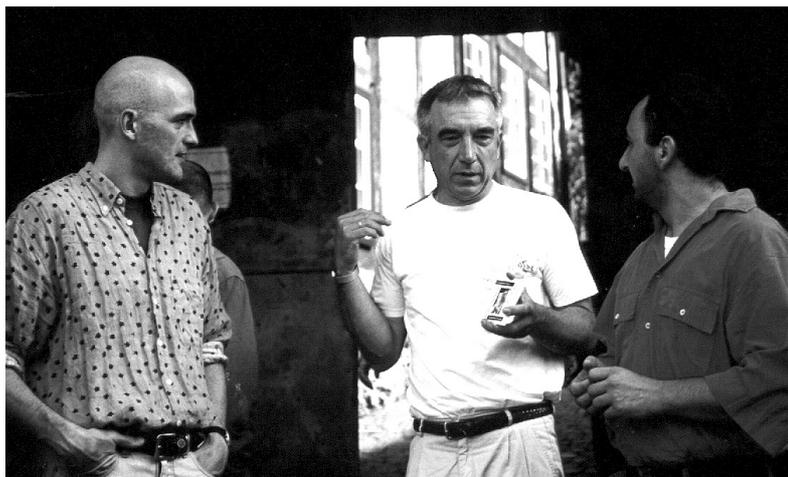
Gemeinsamkeit, einen weiteren wichtigen Aspekt des Männertreffens, empfand ich auch in den täglichen Chorstunden. Was haben wir gesungen: 'Heissa Kathreinerle' und 'Rock my soul in the bosom of Abraham', vierstimmig, wunderbar mit vielen Männern und schönem Klang.

Sehr gut fand ich den Austausch zum Thema Jungenarbeit. Es war eine sehr spannende, interessante Diskussion, angereichert mit für die Praxis brauchbaren Körperübungen. Für mich ist da ganz neu das Kämpfen in der Jungenarbeit aufgetaucht: Kontrolliert kämpfen, Kampfspiele, Wettbewerb. Viele Anregungen für meine neu beginnende Jungengruppe nahm ich mit.

Bei einem Spaziergang vor der Burg auf einem schönweichen Rindenmulchweg drückte mir ein Kind ein Blatt Zitronenmelisse in die Hand und sagt: 'Hier, kannst du essen, schmeckt gut'. Die Kräutertapotheke der Burg erfreute sich einer großen Beliebtheit.

Für mich ist auf dem Männertreffen noch einmal sehr deutlich geworden, daß sich meine Einstellung auch vielfach verändert hat. Der Hardliner von früher, der Theoretiker, Dogmatiker und Materialist, hat sich verändert, ist weicher geworden.

So konnte ich mich auf das Angebot: 'Gespräche mit den Ahnen' im Tipi auf dem Zeltplatz einlassen.



Kontakt mit verstorbenen Vorfahren aufzunehmen, das wäre mir doch vor einigen Jahren entschieden zu weit gegangen. Diesmal war es ein Teil meiner Grenzreise. Ich merkte nach dem Workshop, wie ich langsam zu meiner Mitte kam. Konnte Dinge loswerden, die mich bewußt oder unbewußt belastet hatten. Ich wurde lockerer, gelassener und ruhiger. Danach habe ich eine Sternschnuppe gesehen - wunderschön.

Samstagnachmittag - ein starkes Gewitter fegte um die Burg. Ich mußte in meinem Bus unter einige undichte Stellen Gefäße stellen und manchmal schwankte das große Auto vom heftigen Wind. Blitz und Donner wechselten sich in rascher Folge ab. Später erfuhr ich, wir befanden uns im Zentrum des Unwetters.

Das Treffen war für mich insgesamt gemischt. Überwiegend war es schön, habe mit Männern, bei denen ich es nicht erwartet hätte, Kontakt bekommen. Leider habe ich wenig mit den Leuten gemacht, die ich gut kannte, obwohl ich mich auf sie gefreut hatte. Aber ich kann mich trösten: Es ist ja sowieso alles o.k. auf dem Männertreffen.

Dieses Friede-Freude-Eierkuchengefühl wabert doch immer unterschwellig mit. Ist es ein Gruppenzwang, lassen sich die Männer davon mitreißen, obwohl es schon öfter kritisiert wurde? Wie sieht es denn aus mit Kritik, inhaltlicher Auseinandersetzung, Veränderung? Ist das gewünscht oder soll alles lieber beim Alten bleiben, schön seicht? Immerhin gab es Mißfallensäußerungen, als das Orga-Team den Versuch unternahm, die inhaltlichen



Vorstellungen der Workshops aus dem Plenum zu verbannen. Als Folge dieser Ablehnung wurden sie am zweiten Tag mit einem Zeitlimit von einer Minute pro Angebot wieder hereingeholt. Politische Diskussionen im großen Kreis gab es jedoch nicht. Aber fängt Politik nicht auch im Umgang untereinander an? Zu sagen: Hier bin ich, das sind meine Freuden und Schwierigkeiten, wie geht es Euch damit? Sich offen austauschen, sich selbst zeigen? In politischen Diskussionen kann man so herrlich weit von sich weg debattieren, aber spannend wird es, wenn man etwas von sich selber zeigt und erzählt. Dennoch, es ist ein Teil dieses Inselgefühls auf Männertreffen, daß Kritik und Negativdenken nicht so tonangebend sind wie im Alltag. Es ist die Frage, wie weit das gehen soll. Mehr kritische Äußerungen auch im Plenum machen das Treffen spannender und lohnender, Entwicklungsspielräume würden dadurch größer. Andererseits finde ich es auch be-



rechtigt, dem Verlangen nach Harmonie Raum zu geben. Es sollte beides auf dem Männertreffen seinen Platz haben.

Die meiner Meinung nach rituellen Dankeshymnen auf dem Abschlußplenum am Sonntagvormittag lassen den Eierkuchen jedoch so zerfließen, das man sich kaum traut, Kritik oder Beiträge jenseits von 'es war so schön hier' zu äußern. Hier wäre die Zeit und der Ort, um Dinge loszuwerden. Ich wünsche mir da für das nächste Treffen 2001 in Sachsen eine Veränderung. Wie wäre es, wenn sich das Orga-Team einmal pauschal bei den Unterstützern und

helfenden Händen bedankt und den Einzelnen außerhalb der großen Runde ihre Präsenze überreicht? Die so gewonnene Zeit wäre sicherlich anregender, wenn sie für Befindlichkeiten von möglichst vielen Teilnehmern genutzt werden könnte.

Und das Programm des Buntten Abends wird lang und länger. Meiner Meinung nach kann er ruhig drastisch verkürzt werden. Kommunikation findet hier nur frontal statt, Profilineurosen dürfen

munter ausgelebt werden. Mein Vorschlag ist, die mittlerweile obligatorische Versteigerung aus dem Abendprogramm auszulagern, damit die reelle Chance besteht, daß die 'Show' vor Mitternacht beendet ist. Und zum anderen würde ich aus den Auftrittswilligen per Zufallsprinzip Gruppen bilden, die dann mit klaren Zeitvorgaben kurze Darbietungen entwickeln können. Es muß doch möglich sein, nach zwei Stunden Schluß zu machen. Dann wäre noch viel Zeit für Tanz, Begegnungen und Gespräche am letzten Abend des Treffens.

Und schließlich: Männer und Gesundheit - auf dem Männertreffen eine Ausnahme? Schlafmangel schon vorprogrammiert? Die Feierfraktion ist sehr dominant, bekommt meistens ihren eigenen Raum, wo sowohl Alkohol getrunken als auch geraucht werden darf. Und das finde ich verführerisch und problematisch zugleich. Warum versuchen wir nicht, auch in diesem Punkt andere Akzente zu setzen? Warum ist es nicht genauso selbstverständlich, daß kein Alkohol ausgeschenkt wird - wie es dieses Jahr auch bereitwillig akzeptiert wurde, daß die Verpflichtung fleischlos war?

Dennoch, ich möchte trotz aller kritischer Bemerkungen das Männertreffen nicht missen, werde weiterhin zu den möglichen Dauergästen zählen. Denn: Es ist eine herzliche Atmosphäre, die ich jedesmal genieße. Warme Umarmungen aus Freude sind möglich, Kontakte und Freundschaften können entstehen. Mann grüßt sich, man schwätzt, man lacht, man redet. Es ist ein Freiraum zum Ausprobieren von ungewöhnlichen Verhaltensweisen für Männer. Die Frage ist: Wie kann die Stärkung, das Wohlgefühl, dieses Anders-miteinander-umgehen, dieses Inselgefühl im sonstigen Leben weiterwirken? Wie kommt man in den Alltag wieder herein, ohne 'umschalten' zu müssen?

Was also bleibt mir von den Grenzerfahrungen der Schwitzhütte im Großstadtdübel von Hamburg?

Rainer Zimpel

