

Am Ende des dritten Tages kommt es zu einer Art Teufelsaustreibung. Das ist nicht abzusehen, als sich an einem Donnerstagnachmittag in Lindenfels, einem 5000-Einwohner-Nest im Odenwald, 14 Männer treffen – einer davon bin ich –, um an einem Männerseminar teilzunehmen. Es heißt „Männer, Körper, Bewusstsein“ und verspricht „den initiativen Schritt in Deine männliche Kraft“.

VON FRANK LORENTZ

Das Seminarhotel liegt in einer Sackgasse, weiter hinten ein Acker, weiter vorne ein Wald mit bemoosten Steinen. Die Zimmer spartanisch, das Essen vegetarisch, der Seminarraum mit Holzboden und Blick auf einen Garten. Der jüngste Mann 34 Jahre alt, der älteste 66. Ein Steuerberater. Ein Geschäftsführer einer Firma mit 80 Beschäftigten. Ein Key-Account-Manager. Fast alle männergruppenerfahren und aus der Region, aus Bensheim, Darmstadt, Frankfurt. Kein Handy. Kein Alkohol. Keine Weltprobleme. „Die lösen wir hier nicht.“ Das ist zur Begrüßung die Ansage von Michael Engel, 52, dem Seminarleiter. Er ist Heilpraktiker Psychotherapie und seit 16 Jahren auf Männerarbeit spezialisiert. Er fordert uns auf, die „männliche Energie“ aufzunehmen und „in ihr zu bleiben“.

Seltsame Zeiten für Männer. Nie waren die Anforderungen an sie komplexer als heute. Sie sollen nicht mehr dominant und autoritär sein, sondern empathisch und wertschätzend. Mitgefühl kann aber nur entwickeln, wer sich seiner eigenen Verletzlichkeit bewusst wird, so lautet die Grundannahme des Seminars. Für uns heißt das: Wir sollen über unsere Gefühle reden. Unsere weiche, verwundbare Seite hervorkehren. Gefühle zulassen und zeigen. Keine Frau darf in der Nähe sein. Denn, so will es ein verbreitetes Männergruppenmantra: Nur ein Mann kann einen Mann verstehen.

Viel Zeit verbringen wir im Sitzkreis auf Yogakissen. Michael weist uns feste Plätze zu: Der Jüngste sitzt rechts von ihm, es folgt der Zweitjüngste und so weiter, der Älteste links von ihm. Wer etwas sagt, beendet seinen Beitrag mit einem „Ahow“. Der Begriff aus dem Wortschatz der amerikanischen Ureinwohner bedeutet: „Ich habe gesprochen!“ Die Gruppe antwortet auch mit „Ahow“. Ein formaler Kniff, an ein Stammesritual erinnernd, gedacht, um uns miteinander zu verschweißen. Wer „Ahow“ nicht über die Lippen bringt, darf alternativ die Hand vor sich auf den Boden legen.

Die Welt der Männergruppen und -seminare ist unüberschaubar. Ohne Nachfrage kein Angebot: Männer haben offenbar eine Menge Klärungsbedarf. Mal geht es um die vier männlichen Archetypen nach dem Psychiater C. G. Jung (König, Krieger, Magier, Liebhaber). Mal um die Vaterbeziehung. Es gibt Tantra-Kurse für Männer und nach wie vor die klassischen Hardcore-Workshops für Alphas mit Holzhacken und Marsch über glühende Kohlen. Dieses Seminar, das vier Tage dauert und 300 Euro kostet, ist ebenfalls Hardcore, aber auf subtile Art. Ein geschützter Raum, in dem seelische Verletzungen zum Vorschein kommen, zum Teil sehr tief: Tobias (alle Namen der Seminarteilnehmer geändert) leidet unter einem Geburtstrauma, kam mit der Nabelschnur um den Hals zur Welt. Der Geschäftsführer, Mitte 60, klagt, dass er im Privatleben, getrieben vom Wunsch zu gefallen, die Interessen der anderen stets wichtiger nimmt als seine eigenen. Der Steuerberater wurde als Kind von seinem Vater mit dem Lederriemen geschlagen. Thomas bricht gerade den Kontakt zum Vater ab. Mehrere sind von ihrer Frau verlassen worden.

KEINE URKUNDE, KEINE LIEBE

Ben, eine Statur wie ein Profi-Handballer, erzählt von seiner Mutter, die tagelang nicht mit ihm sprach, wenn er in der Schulzeit von den Bundesjugendspielen keine Ehrenurkunde mitbrachte. Von seinem Vater fühlt er sich seit seines Lebens im Stich gelassen. „Ich habe nie gelernt, ein Mann zu sein.“ Der Adonis der Gruppe – vom Regime der Eltern psychisch ruiniert, Wolfgang, lebensbejahende Figur, ein Brocken von Mann, sagt rundheraus: „Ich hab Bock auf Männer!“ Was alle vereint: der Wunsch, unter sich zu sein und sich zu öffnen.

Jeder Tag wolkenlos. Ein Mäusebusard kreist über dem Acker. Durch das offene Fenster dringt das Hämmern eines Spechtes. Die Stimmung ist vertrauensvoll und wertschätzend, zugleich zunehmend düster, weil so viele Nöte besprochen werden, dass für positive Gefühle kaum Platz bleibt. Es ist, als fülle eine schwarze Masse den Raum. Redesitzkreise, Schweigephase und Übungen wechseln sich ab, von früh bis spät sind die Tage mit Programm gefüllt. Vor dem Früh-

stück geht es los mit „Sufi-Atem-Meditation“. Es gilt, begleitet von einem irren musikalischen Männergeheul, in die sieben Chakren zu atmen, vom Perineum (zwischen Genitalien und Anus) hoch bis zum Scheitel und wieder hinab.

Nach dem Mittagessen tanzen wir lange zu Elektromusik. Wir bilden Paare und haben den Auftrag, uns gegenseitig zu massieren. Lernziel: „Fürsorge geben und empfangen.“ Für einige eine erhebliche Überwindung, doch niemand schert aus. Gruppendynamischer Prozess: Man wird hemmungslos, wenn die anderen es werden. Eine unbehagliche Erfahrung. Michael kommt dazu, massiert kurz mit und stellt in einer Blitzdiagnose Berührungsmangel bei mir fest: Zu viel Kopf, ich würde zu wenig fühlen. Als hätte uns ein Sog erfasst, wird bei manchen Übungen bald nicht mehr leise geatmet, sondern laut und immer lauter, einmal klingt es wie eine Mischung aus Gruppenorgasmus und kollektivem Ersticken. Marius berichtet, dass sein Bild von Männlichkeit – stark sein, Gefühle nicht zeigen, nie aufgeben – im Begriff sei, sich aufzulösen. Am Samstag, dem dritten Tag, platzt es aus Ben heraus: Mit tränenerstickter Stimme schildert er seine Angst, abgelehnt zu werden. „Mein ganzes Leben ist stille Verzweiflung.“

Es gibt einen Grund, warum sich gemischte, diverse Gruppen mehr und mehr durchsetzen: Man diskutiert intensiver, vielfältiger als in geschlechtshomogenen, brät nicht im eigenen Saft. Insofern hat dieses Seminar etwas Regressives. Tränen fließen. Mitgefühl wird versichert. Nichts dagegen einzuwenden. Es ist berührend, zu erleben, wenn es jemand wagt, sich zu offenbaren. Zugleich fühlt es sich wie eine Empathieblase an. Als würde man dauernd mit Zuckerguss

Wann ist ein Mann ein MANN?

Er soll auch mal heulen können, aber dann wieder ganz stark sein: Die Suche nach männlicher Identität war vielleicht noch nie so schwer wie heute. Seminare bieten Hilfe an. Unser Autor hat es ausprobiert



Ruhe nach den Stürmen: Seminarleiter Michael Engel (l.) und sein Assistent Thomas Luginsland in einer Pause. In den Kursen wird kein Holz gehackt, an die Substanz gehen aber die Gefühlsausbrüche



Bei dieser Übung wurde noch gelacht. Andere brachten die Männer an ihre emotionalen Grenzen



Lernziel: „Fürsorge geben und empfangen“



MEIN GANZES LEBEN IST STILLE VERZWEIFLUNG

BEN,
Seminarteilnehmer



Mancher Seminarteilnehmer bekommt einen neuen Blick für sein Leben

bestrichen. Sagt einer, er müsse über eine Bemerkung erst einmal nachdenken, entgegnet Michael: „Lass das mal.“ Nur fühlen sei wichtig. Ha! Als ob das ausreichen würde. Das innere Erleben muss den Weg in den Intellekt finden, es muss begriffen werden, sonst ist es wertlos. Aber für derlei Überlegungen ist dieses Seminar nicht der richtige Ort.

WEINKRAMPF OHNE ENDE

Am Abend des dritten Tages der Höhepunkt: „integratives Atmen“, ein auch in der Psychotherapie angewandtes Verfahren. Dabei geht es darum, in einen rauschartigen Zustand zu gelangen und so zu verborgenen Zonen des Bewusstseins vorzudringen.

Eine Stunde lang ein- und ausatmen ohne Atempause. Quasi kontrolliertes Hyperventilieren. Einer atmet, ein Partner sitzt daneben und passt auf, danach Wechsel. Kann sein, kündigt Michael an, dass etwas passiert, womit man nicht rechnet. Dass man kotzen muss, dass es sehr schlimm wird. Ich werde von einem lang anhaltenden Weinkrampf gepackt, versinke in einem Ozean aus Traurigkeit. Später sehe ich Bens wie spastisch zuckenden Körper. Der Geschäftsführer in Embryonalhaltung, wimmernd. Hände, die vors Gesicht geschlagen werden, Hände, die auf den Boden trommeln. Dazu ein Gebrüll aus tiefsten Eingeweiden, wie in einem Kreißsaal, nur dass die Männer keine Kinder zur Welt bringen, sondern Schmerz. Hier läuft etwas aus dem Ruder, denke ich, doch Michael paziert mit sorgloser Miene und federndem Schritt umher. Plötzliche Vorstellung: Dies ist der Sound des in Agonie befindlichen Patriarchats. Oder doch bloß ein Special Effect, um ein ekstatisches Gefühlserlebnis hervorzurufen?

Tags darauf, beim Frühstück, erzählt ein sichtlich gelöster Ben, die Übung sei für ihn wie eine Teufelsaustreibung gewesen. Marius spricht von einem Zustand „zwischen Geburt und Tod“. Michael merkt an, vor zehn Jahren hätten sich die Männer noch stärker zurückgehalten, wären nicht auf solche Weise aus sich herausgegangen. Möglich also, dass sich da eine Bremse lockert. Die meisten fühlen sich von dem viertägigen Bad in männlicher Energie bereichert. Mich hinterlässt es überrascht, verwundert, ungläubig. Während sich die Sonne mit einer Selbstverständlichkeit den Himmel hinaufschiebt, als wäre nichts geschehen, kommt Holger, Hobbymusiker und selbst ernannte Rampensau, auf mich zu und sagt strahlend: „Du bist jetzt einer von uns!“ Wirklich? Da fährt das Taxi vor, und ich mache mich auf den Heimweg. Mit einem Muskelkater in der Wade, vom Tanzen.

WIE ES IST

„Unsere Augen sind mundgeblasen“



PRIVATARCHIV HIRSCHMANN

MAURITZ HIRSCHMANN, 27, OCULARIST, STELLT AUGENPROTHESEN HER. WARUM MAN FÜR DEN BERUF NICHT NUR HANDWERKLICHES GESCHICK BRAUCHT, SONDERN AUCH VIEL EINFÜHLUNGSVERMÖGEN

Von uns Glasaugenbläsern gibt es vielleicht 70 auf der ganzen Welt, fast alle davon in Deutschland. In dem Wiesbadener Betrieb F.A.D. Müller Söhne, wo ich arbeite, wurde das Glasauge erfunden, die Firma besteht in sechster Generation. Wir Ocularisten suchen immer nach Nachwuchs. Es gibt leider viel mehr Leute, die ein Auge verlieren, als solche, die ein künstliches herstellen können. Krebs ist der häufigste Verlustgrund. Wir haben auch einen Patienten, der sich das Auge mit seiner Klobürste ausgestochen hat. Er wollte seine Freundin beim nächtlichen Gang zur Toilette nicht wecken, ließ das Licht aus und stolperte.

Unsere Ausbildung dauert sechs Jahre. Ich wollte immer schon in einen gesundheitlichen Beruf. Bei Ocularisten kommt noch das Künstlerische hinzu, das hat mich sehr gereizt. Während der ersten drei Jahre habe ich die medizinischen Grundlagen und das Handwerk gelernt: Unsere Augen blasen wir mit dem Mund, alles ist Handarbeit. Danach beginnt man zu lernen, mit Patienten umzugehen, und fertigt erste Prothesen an. Am Ende der Ausbildung hat man einen Modellkasten, darin: ungefähr 150 Augen, so individuell wie jedes Menschenauge. Anhand dieser Modelle und mit einem geübten Blick kann ich die richtige Passform für die Patienten auswählen. Anschließend wähle ich aus Tausenden Augenrohlingen, die wir ständig nachproduzieren, die richtige Farbe aus und fertige aus diesem Rohling das neue Auge für den Patienten an.

Glas hält einen Wasserfilm auf seiner Oberfläche, das macht Glasaugen im Vergleich zu Kunststoffaugen so lebendig. Unser Glas ist einzigartig. Bei einer bestimmten Temperatur wird es opak, lichtundurchlässig. Das bildet beinahe perfekt die Sklera nach, das Augenweiß. Deshalb kann man Glasaugen von echten Augen kaum unterscheiden; selbst feinste Äderchen kann ich mit rotem Glas haardünn auf den Augapfel zeichnen. Ein Patient, auf beiden Augen blind, bat mich sogar, seine neuen Glasaugen etwas gräulicher zu gestalten. Im Zug hat ihn jemand körperlich angegriffen, nachdem er ihn gebeten hatte, den Behindertenplatz für ihn freizugeben. Wegen seiner naturgetreuen Glasaugen wurde ihm nicht geglaubt, dass er blind ist.

Letztes Jahr habe ich meine Meisterprüfung abgelegt, seitdem betreue ich fast 1000 Patienten. Deren Kosten tragen die Krankenkassen. Ich bin beinahe 100 Tage im Jahr in ganz Europa unterwegs. Meistens kommen wir zu Routineterminein. Glasaugen müssen alle ein bis zwei Jahre ausgetauscht werden. Tränenwasser macht Glas mit der Zeit rau.

Kürzlich traf ich einen Patienten, Mitte zwanzig, der ein schwer getriebenes Auge hat. Er hat sich deswegen vom Leben zurückgezogen, überlegte, das Auge entfernen zu lassen. Als er zu uns kam, war er total ängstlich. Er dachte, er kriege eine Kugel eingesetzt wie in „Fluch der Karibik“. Aber Augenprothesen waren nie Kugeln. Unsere Glasaugen kann man sich wie halbmondförmige Schalen vorstellen, hauchdünn, sie liegen auf wie eine Kontaktlinse – nur bedecken sie eben das ganze Auge. Als ich dem Patienten sein erstes Glasauge einsetzte habe und er sich im Spiegel betrachtete, brach er in Tränen aus. Es war das erste Mal, dass er sich gerne anschaut. Das war pures Glück. So etwas macht auch mich sehr glücklich.

AUFGEZEICHNET VON:
JAN ALEXANDER CASPER