

# männer | zeitung

Nr 40, 1. Dezember 2010  
Einzelpreis CHF 12.00  
[www.maennerzeitung.ch](http://www.maennerzeitung.ch)



## Macho

Sei leise und bestimmt

## Impressum

[www.maennerzeitung.ch](http://www.maennerzeitung.ch), ISSN 1661-7231,  
Mühlegasse 14, 3400 Burgdorf

### Redaktion

Ivo Knill (Leitung), 034 422 50 08,  
redaktion@maennerzeitung.ch  
René Setz, Klaus Sorgo, Benjamin Spycher,  
Bernhard von Bresinski, Peter Anliker (Lektorat)

### Erscheint

4-mal jährlich  
(März, Juni, September, Dezember)

### Auflage

5000 Exemplare

### Abonnemente

+41 (0)61 711 81 90,  
abo@maennerzeitung.ch

### Abonnementspreis

45 Franken pro Jahr  
(inklusive MWST)

### Postkonto

30-381685-6, 3400 Burgdorf

**Inserate** Yves Schätzle, 061 711 81 90,  
inserat@maennerzeitung.ch

**Inserateschluss** sechs Wochen vor Erscheinen  
(15.1., 15.4., 15.7., 15.10.)

### Gründer

Markus Theunert

### Herausgeber

Verein Männerzeitung, Burgdorf

### Druck

Cavelti Druck und Media, 9201 Gossau,  
www.cavelti.ch

### Layout

Thomas Hirter, www.thomashirter.ch

### Webdesign

Simon Rothfahl,  
webmaster@maennerzeitung.ch

### Titelbild

Luca Bricciotti, www.superlunes.com

### Fotos

Seiten 3, 7, 40: Andreas von Gunten,  
www.andreasvongunten.ch,  
Seiten 13–19, 32–39: Luca Bricciotti

3	<b>Editorial</b>
4	<b>Vermischtes</b>
7	<b>Politik: Gleichstellung – Die Schweiz an der Spitze?</b> Alec von Graffenried
8	<b>«Man sieht nur mit dem Herzen gut»</b> Peter Oertle verabschiedet sich von Felix Zbyszek.
9	<b>Jubiläum: 40 Nummern zum Jubeln</b> Die Männerzeitung feiert ihren zehnten Geburtstag und die vierzigste Nummer.
10	<b>Jubiläum: Die Gründergeneration blickt zurück</b>

## Macho

12	<b>Vom Mut, ein Mann zu sein</b> Der Machismo ist hohl. Aber wir können uns ein saftiges Stück davon abschneiden. Ivo Knill
16	<b>Werde Macho!</b> Die Männerzeitung zeigt Ihnen, wie Sie ein ganzer Mann sein können. Ivo Knill
20	<b>Teenies, Softies und Machos</b> Ein Gespräch an der Teeniefront. Hannes Hochuli
22	<b>Lauter kleine Machos?</b> Der Macho sitzt bei Pädagogen zu locker. Reinhard Winter
23	<b>Kleine Machos in der Krise</b> Rezension zu A. Guggenbühls Plädoyer für eine bubenfreundliche Schule. Wolfgang Tischner
24	<b>Die wahren Rocker</b> Sandra Kuratle macht Röcke für den Mann. Interview: Markus Theunert
26	<b>Möchtegerns mit Unterhaltungswert</b> Jonny Fischer und Manu Burkart füllen Säle mit Nummern über nervöse Machos und zuwilisationsmüde Männer. Interview: Hannes Hochuli

## Körper, Geist und Sinne

30	<b>Der Frauenkönner</b> Michael Sasdi
32	<b>Der Frauenflüsterer und sein Schattenwurf</b> Stefan Eigenmann
34	<b>Es braucht Machos</b> Robert Fischer

## Buben, Männer, Väter

36	<b>«Zwei nasse Säcke trocknen einander nicht...»</b> Männerpalaver Thun
38	<b>Der Macho und die Bundesrätin</b> Avanti Papi, Michael Gohlke
40	<b>Aufruf zur Vernetzung von Männergruppen</b> Bernhard von Bresinski
42	<b>Brüderliebe und Freimaurerlogen</b> Bernhard von Bresinski
44	<b>Happy Birthday ZwüscheHalt</b> VeV, Oliver Hunziker

## Angemerkt

48	<b>Agenda</b>
58	<b>Anstoss: Aufs Altenteil!</b> Klaus Sorgo
60	<b>Ratgeber: To cut or not to cut</b> René Setz
61	<b>Angerichtet: Jetzt wird gerollt!</b> Roland Breitler
62	<b>Reinhardt exakter Machometer</b> Jürg Reinhard

## Inserate

**6, 55, 57** Diverses, **46** Die Firma hinter dem Inserat,  
**47, 54** Produkte, **50** Beratung & Weiterbildung, **56** Ferien & Reisen

**«Ob das nun gut ist  
oder schlecht –  
so bin ich nun mal.»**

Haruki Murakami



Viele Köche machen das Essen lecker. Die Männerzeitung feiert ihren zehnten Geburtstag und die vierzigste Nummer: Immer gut, immer frisch, immer herzhaft.

Lieber Leser, liebe Leserin

«Macho». Mit Gel im Haar und einer Sonnenbrille auf dem Kopf läuft dieses Wort durch die Gassen und Hinterhöfe. Es ist nicht sehr salonfähig, aber unglaublich leinwandstark. «Macho». Das ist eine Worthülse, die man über Leute stülpt, die man hülsenhaft findet und deren zu starkes und etwas zu billiges Parfüm man nicht mag. Man ist selber kein Macho. Höchstens im Geheimen.

Der Macho ist ein Eisberg, an dem die Titanic der politischen Korrektheit schrammt. Ein Macho mit Anstand ist ein Gewehr mit einem Zielfernrohr. Ein Macho mit Herz und Sinnen ist eine verbotene Frucht, weil sie lockt, reizt, geizt und erliegen lässt. Besser als ein Macho wäre ein Held.

Macho, Macho: Wo bleibst du? Der grosse Bruder, den man bewundert hat. Motorrad, Sexheftchen und Reisen. Der Mensch hinter dem Schweigen, den man imitiert, weil er cool ist. «Macho» sagt man einem Zwölfjährigen, der versucht, ein Mann zu sein. Mit dem Wörtchen «Macho» stempelt man Männlichkeit ab; wo sie aneckt, macht man lächerlich, was erst Versuch ist.

Macho zu sein ist etwas, was man erst zugibt, nachdem man so getan hat, als wäre man es nicht. Es ist eigentlich ein Geheimnis. Der Macho ist nur ein Deckmantel. Er ist ein Tarnanzug, in den wir uns kleiden, wenn wir unser Wahres Ich verbergen. Wenn wir unerkannt durch die Strassen gehen wollen. Wenn wir dahin gehen wollen, wo wir allein sind, wo es gefährlich, einsam

und kalt sein wird. Macho: Das ist, wenn wir ihm folgen, ein Geruch nach Abenteuer, ein letztes Reservat des Männlichen – es ist die blutige Faust, die Clint Eastwood im Film «Gran Torino» aus dem Küchenkasten zieht. Sein Faustschlag der Machtlosigkeit, weil er mit seinem Gehabe alles vermasselt hat. Macho: Das heisst geliebt haben, enttäuscht worden sein, weiter leben. Und etwas schützen wollen – vielleicht die alte Wunde, vielleicht eine Hoffnung. Schweigen, wenn andere zu viele Worte machen; cool bleiben, handeln, wenn es Zeit ist; zäh bleiben, wenn es hart wird.

«Macho», das ist so ein Wort, das der Wind durch die Gassen treibt.

Ivo Knill

## Das «mannebüro züri» erhält den städtischen Gleichstellungspreis

Der Stadtrat von Zürich hat den Gleichstellungspreis 2010 dem «mannebüro züri» verliehen. Der Verein «mannebüro züri» nimmt im Bereich Täterarbeit und Prävention von häuslicher Gewalt in der Stadt und Region Zürich eine Pionierrolle ein. Seit 20 Jahren betreibt der Verein eine Beratungsstelle für Männer, die in Paarbeziehungen gewalttätig geworden sind oder sich in Konfliktsituationen befinden, die zu Gewalt in Paarbeziehungen führen können. Mit zusätzlichen Angeboten, wie den Gesprächsrunden «Männerpalaver», Tagungen oder Schulbesuchen trägt das «mannebüro züri» massgeblich zur Sensibilisierung von Jugendlichen und einer Enttabuisierung des Themas häusliche Gewalt in einer breiteren Öffentlichkeit bei.

Der Stadtrat würdigt das kontinuierliche und nachhaltige Engagement des Vereins für eine gewalt- und diskriminierungsfreie Beziehung zwischen Frauen und Männern in der Stadt Zürich und verleiht ihm den Gleichstellungspreis 2010.

«Mit seinen verschiedenen Angeboten und Tätigkeiten leistet das «mannebüro züri» einen grossen Beitrag zur Überwindung von Gewalt gegen Frauen» schreibt der Stadtrat in seinem Beschluss. Der Preis soll den Verein motivieren, sein Angebot, insbesondere auch die Beratungen im Bereich Sexsucht und Pornografie, weiter auszubauen und das Vorhaben einer in Vorbereitung stehenden Kampagne zu realisieren.

Die offizielle Preisübergabe fand am 15. November 2010 im Stadthaus statt. Der Preis ist mit 20 000 Franken dotiert und wird dieses Jahr zum 14. Mal verliehen.

## Mann, mach was mit den Jungs!

Jungs werden zunehmend öffentlich problematisiert – und die Erwartungen an die Fachmänner und an die Bubenarbeit steigen. Vielen Buben fehlt der Bezug zu einem Mann, der sie auf den Weg zum eigenen Mannsein ernst nimmt und wohlwollend genügend Reibungsfläche anbietet. Männer sind gefragt: In der Kinder- und Jugendarbeit, in der stationären Arbeit, in den Beratungsangeboten und Horten, in der Verbandsarbeit, der Schulsozialarbeit, dem Nachwuchssport, den Kirchen und den Kitas.

Die Fachtagung bietet den Teilnehmenden Raum, um mit unterschiedlichen Männern über die eigenen Bilder von Männlichkeit nachzudenken und sich für die geschlechtsspezifischen Bedürfnisse von Buben und jungen Männern zu sensibilisieren. Sie erprobt und vermittelt konkrete Ideen, wie geschlechtsbezogene Bubenarbeit in der Praxis durchgeführt werden kann. In Workshops, im Rahmenprogramm und durch Coaching erweitern die Teilnehmer ihre Handlungskompetenzen, um Jungen zu vielfältigen, lebensfreudigen und lebensstüchtigen Vorstellungen anregen zu können.

Die 17. Fachtagung Bubenarbeit findet vom 21.–23. März 2011 auf dem Hasliberg BE statt. Infos unter [www.fachtagungbubenarbeit.ch](http://www.fachtagungbubenarbeit.ch) oder IG Bubenarbeit Tel 044 721 10 50 und [ron.halbricht@ncbi.ch](mailto:ron.halbricht@ncbi.ch).

## Hallo Mann!

Wir, eine (noch kleine) Männergruppe im Raum Solothurn, freuen uns auf weitere neugierige und offene Männer. Wir tauschen uns aus, über alle möglichen Themen, die Männer interessieren, berühren und beschäftigen. Wir treffen uns 14-täglich ab dem 22. November 2010, jeweils montags 18.15 Uhr in Lüterkofen/SO. Wir freuen uns auf dich!

Infos bei Bernard, 032 677 07 66, oder [bbischoff@swissonline.ch](mailto:bbischoff@swissonline.ch)

## Vertrauensvoller Austausch unter krebsbetroffenen Männern in Aarau

Die Aarauer Gesprächsgruppe für krebsbetroffene Männer wird von einem Sozialarbeiter der Krebsliga Aargau geleitet. Die Mitglieder treffen sich einmal monatlich, um sich über alles auszutauschen, was sie im Zusammenhang mit ihrer Erkrankung als wichtig erachten.

Im Unterschied zu Selbsthilfegruppen, die von Betroffenen organisiert und geleitet werden, können die Teilnehmer ihre Fragen auch an den anwesenden Sozialarbeiter der Krebsliga Aargau richten. Er gibt verlässliche Auskünfte und ist für Abklärungen für die Teilnehmer auch über die Gruppentreffe hinaus da. Besonders viel Zeit wird den Gesprächen und Diskussionen in der Gruppe eingeräumt. Männern fällt es oft schwer, über sich, ihre Gefühle und Probleme zu sprechen. Und doch ist schon mancher durch den offenen Austausch zu neuen Erkenntnissen über sich und seine Situation gelangt.

Jeweils am dritten Mittwoch jedes Monats treffen sich krebsbetroffene Männer von 17 bis 19 Uhr im «Bullingerhaus» an der Jurastrasse 13 in Aarau. Die Teilnahme ist kostenlos.

## Körper, Sexualität, Beziehung

Auf [www.santiagoblog.ch](http://www.santiagoblog.ch) befasst sich Marlise Santiago mit Fragen rund um Sexualität, Körper und Beziehung. Sie sagt dazu: «Ich schreibe aus der Sicht und Erfahrung der Körpersexualtherapeutin, die auch das zu hören bekommt, was im Alltag meist gut gehütet und versteckt wird, und die täglich mit den Auswirkungen unserer übersexualisierten Gesellschaft konfrontiert wird. Ich sehe mich jedoch keineswegs als der Weisheit letzter Sch(I)uss, sondern eher dazu berufen, ausgeblendete Facetten sichtbar zu machen. Ich freue mich, wenn mit der Zeit ein reger Austausch entsteht.» [www.santiagoblog.ch](http://www.santiagoblog.ch)

## Mehr Lohn und eine DVD gegen Lehrermangel

Das Netzwerk Schulische Bubenarbeit NWSB bietet im Rahmen seines Projekts «Männer an die Unterstufe!» eine DVD – geeignet für Gymnasien, Berufsberatungen und Pädagogische Hochschulen – an, um am Beruf interessierte (junge) Männer für den Lehrerberuf an den unteren Stufen zu motivieren und damit etwas gegen den Lehrermangel zu tun.

In den Ausbildungsgängen von einigen Pädagogischen Hochschulen ist der Männeranteil verschwindend klein, teilweise gar rückläufig. Deswegen lädt das NWSB junge Männer zu einem Schnuppertag ein. Während eines halben oder ganzen Tages können sie in ihrer Region mit einem erfahrenen Berufsmann diese spannenden Berufe kennen lernen. «Die Schule braucht Männer. Gäbe es in den unteren Stufen so viele Lehrer wie Lehrerinnen, hätten wir keinen Lehrermangel» ist Beat Ramseier, Geschäftsleiter NWSB, überzeugt.

Franziska Peterhans, Zentralsekretärin des LCH sagt: «Ohne konkurrenzfähige Löhne wird es nicht genügend Lehrer (und Lehrerinnen) geben. Wir sind überzeugt, dass eine Erhöhung der Reallöhne zur Attraktivitätssteigerung des Lehrerberufs beitragen würde, vor allem bei männlichen Interessierten.»

Das Netzwerk Schulische Bubenarbeit ist ein im Jahr 2000 gegründeter Verein von interessierten Personen und Institutionen aus der Deutschschweiz, welche die geschlechtsbezogene Arbeit mit Buben und männlichen Jugendlichen in der Schule – in der Lehrerinnen- und Lehrerbildung, in Klasseneinsätzen, im Schulalltag sowie mit eigenen Projekten – verstärken wollen.

DVD «Von Grund auf dabei. Männer an die Unterstufe!» – mit Schnupperangebot für am Lehrerberuf interessierte Männer.  
Kontaktperson Projekttträger: NWSB-Geschäftsstelle, Beat Ramseier,  
044 825 62 92, nwsb@nwsb.ch, www.nwsb.ch;  
www.unterstufenlehrer.ch  
Erreichbar: Mo. 27.9., 16.30-17.30 Uhr und Mi. 29.9., 9-12 Uhr

## Zeit für «Elternzeit»

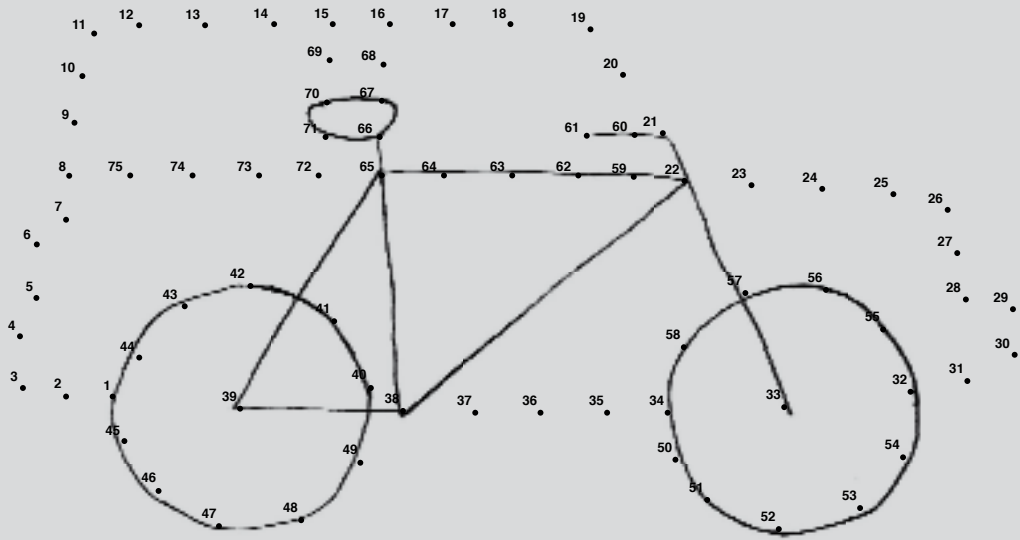
Bern, 26.10.2010 – Die Eidgenössische Koordinationskommission für Familienfragen (EKFF) fordert in ihrer neuesten Publikation die Einführung einer Elternzeit und eines Elterngelds in der Schweiz. Künftig sollen Eltern über 24 Wochen Elternzeit, die sie sich gemeinsam aufteilen, verfügen können. Die EKFF erachtet die Elternzeit als eine Investition in die Familien und die Kinder. Die EKFF schätzt die Kosten für die Einführung einer Elternzeit auf 1.1 bis 1.2 Milliarden Franken. Eine Finanzierung des Elterngeldes über die Erwerbbersatzordnung (EO) würde eine Erhöhung bei den Lohnprozenten von je 0,2 Prozent für Arbeitnehmende und Arbeitgebende bedeuten. Bei einer Finanzierung über die Mehrwertsteuer müsste der Satz um 0,4 bis 0,5 Prozent angehoben werden.

Seit dem 1. Juli 2005 erhalten erwerbstätige Frauen in der Schweiz während 14 Wochen eine Mutterschaftsentschädigung, die 80 Prozent des Erwerbseinkommens deckt. Ein Vaterschaftsurlaub ist in keinem Bundesgesetz geregelt. Er gilt als «üblicher freier Tag» gemäss Obligationenrecht (OR) oder als Sonderurlaub, den Arbeitnehmende beziehen können, um persönliche Angelegenheiten während der Arbeitszeit zu regeln. Aus eigener Initiative bieten einzelne Unternehmungen und öffentliche Institutionen nach der Geburt eines Kindes einen Vaterschaftsurlaub von ein paar Tagen bis zu mehreren Wochen an. Aus familienpolitischer Sicht genügen die aktuelle Mutterschaftsentschädigung und der in einzelnen Firmen gewährte Vaterschaftsurlaub nicht, um Familien in der ersten Phase nach der Geburt eines Kindes zu unterstützen und zu entlasten. Die EKFF fordert deshalb eine gesetzliche Regelung für die Einführung einer maximal 24-wöchigen Elternzeit und eines Elterngelds auch in der Schweiz. Um diese Forderung zu konkretisieren hat die EKFF in ihrer neuen Publikation «Elternzeit-Elterngeld. Ein Modellvorschlag der EKFF für die Schweiz» ein detailliertes Modell ausgearbeitet, das sich

am Gesetzesentwurf im Kanton Genf orientiert. Die EKFF spricht bewusst nicht von «Elternurlaub». Den Begriff Urlaub erachtet die EKFF nicht als treffende Bezeichnung für die Übernahme von familialen Betreuungsaufgaben.

Ein Vergleich mit anderen Ländern macht deutlich, dass das von der EKFF vorgeschlagene Modell ziemlich bescheiden ist. Die meisten europäischen Länder kennen grosszügigere Regelungen. Das gilt nicht nur für die beiden in der Publikation zum Vergleich herangezogenen Länder Island und Deutschland. Island gewährt einen Elternurlaub von 9 Monaten, wovon für die Mutter und den Vater je 3 Monate reserviert sind. Damit geht Island mit dem finanziellen Anreiz für Väter bisher am weitesten. Das erweist sich als erfolgreich. 90 Prozent der Väter nehmen die Elternzeit in Anspruch. Deutschland bezahlt seit 2007 während 12 Monaten Elterngeld. Dazu kommen zwei Partnermonate als individuelles Anrecht des anderen Elternteils. Das Elterngeld beträgt 67 Prozent des Nettolohns, maximal 1800 Euro. Am grosszügigsten ist Schweden, wo den Eltern während 480 Tagen oder 16 Monaten ein Elterngeld bezahlt wird, davon 13 Monate zu 80 Prozent des Bruttolohns. Zwei Monate davon sind individuell für Vater oder Mutter reserviert.

[www.ekff.admin.ch](http://www.ekff.admin.ch)



Leisten Sie sich eine eigene Meinung.



# Gleichstellung – Die Schweiz an der Spitze?

***Vier Bundesrätinnen machen noch keinen Geschlechterfrühling –  
und das Geschlecht ist nicht die Hauptsache.***

Lange galt die Schweiz als gleichstellungspolitisches Entwicklungsland: 1971 wurde das Frauenstimmrecht auf nationaler Ebene eingeführt, sogar erst seit zwanzig Jahren haben es dank dem Bundesgericht auch die Appenzellerinnen auf Kantonsebene. Seit den Bundesratswahlen vom 22. September gehört die Schweiz jedoch international zu den Spitzenreiterinnen. Erstmals wird eine Frauenmehrheit von 57.1% die Geschicke dieses Landes führen. Damit steht die Schweiz vor Finnland (55%), Spanien und Island (beide 50%). Das ist ein positives Signal.

Im Vorfeld der Bundesratswahlen wurde oft gefragt, ob die Schweiz bereit für eine Frauenmehrheit im Bundesrat wäre. Gemäss verschiedenen Umfragen spielt für die Schweizerinnen und Schweizer das Geschlecht keine Rolle. Vielmehr wünschen sie sich kompetente Regierungsmitglieder. Auch aus einer Genderperspektive ist diese Frage sekundär: Aus gleichstellungspolitischer Sicht gibt es sowohl für Männer wie auch für Frauen andere Bereiche mit Nachholungsbedarf.

Zudem kann die Frauenmehrheit nicht darüber hinwegtäuschen, dass sie eher Folge einer zufälligen politischen Konstellation als ein eigentlicher Systemwechsel ist. Dies wird sich bei den Gesamterneuerungswahlen 2011 deutlich zeigen. Der Sitz von Eveline Widmer-Schlumpf, bzw. der BDP, ist alles andere als gesichert. Würde die SVP diesen Sitz wieder übernehmen, wäre keine Frau dafür in Sicht. Die SP hat als Nachfolge von Micheline Calmy-Rey bereits einen Mann aus der Romandie in Aussicht gestellt. Und selbst bei uns Grünen wäre nicht klar, ob beim erneuten Angriff auf einen Bundesratssitz eine Frau am Start sein würde. Die Frauenmehrheit steht also auf dünnem Eis und es ist mehr als wahrscheinlich, dass Simonetta und Doris ab 2012 wieder mit fünf Bundesräten am Tisch sitzen werden.

Mit der Frauenmehrheit im Bundesrat haben wir daher die Normalität in der



Gleichstellung noch lange nicht erreicht. Zwar attestiert der Global Gender Gap Report (2010) des World Economic Forum der Schweiz Fortschritte – sie liegt auf dem 10. Platz nach den skandinavischen Ländern, Neuseeland, Irland, Lesotho und den Philippinen, dennoch besteht weiterer Handlungsbedarf. Frauen sind beispielsweise im höheren Wirtschaftsmanagement und in Verwaltungsräten noch immer schwach vertreten. Beim Bund liegt der Frauenanteil beim obersten Kader gerade einmal bei 13.5% (Ende 2009), bei den übrigen leitenden Angestellten liegt er gar tiefer. In diesem Bereich muss unbedingt etwas geschehen. Da genügt eine Frauenmehrheit im Bundesrat nicht. Und wir Männer haben unsere Positionen in der Gleichstellungsdebatte noch gar nicht gefunden. Definieren wir uns mit Vorteil nicht in Abgrenzung vom Weiblichen als Nichtfrauen, sondern als etwas Eigenes. Als Männer eben.

Aus meiner Erfahrung denke ich, dass sich die Interessen von Frauen und Männern häufig überschneiden. Ich kenne beispielsweise nicht wenige Frauen, die eine Angleichung des Rentenalters für Frauen an jenes der Männer begrüssen und nicht verstehen, weshalb sie weniger lange als ihre männlichen Kollegen arbeiten sollten. Trotzdem: Die 11. AHV-Revision, welche die Angleichung des Rentenalters auf 65 vorsah, wurde in dieser Session vom Nationalrat abermals abgelehnt, unter anderem auch unter Absingen der alten feministischen Leier.

In der Gleichstellungsdiskussion sind wir noch längst nicht in der Normalität angelangt, geschweige denn an der Spitze.

Alec von Graffenried ist Nationalrat für die Grüne Partei.

# «Man sieht nur mit dem Herzen gut»

***Felix Zbyszek, ein Mann der allerersten Nummer, ist vor ein paar Monaten gestorben. Wir widmen ihm, der uns so viel geschenkt hat, einige Zeilen des Gedenkens.***

8

Ich weiss noch gut, wie es mich mit Stolz erfüllte, als ich deinen Namen richtig aussprechen konnte. Als ich ihn dann auf Anhieb auch noch richtig geschrieben habe, da klopfte ich mir innerlich auf die Schulter und atmete aus, wie nach einer schwierigen Aufgabe, die ich gelöst habe. Das ist das Erste, was mir zu dir in den Sinn kommt. Du bist für mich ein «Fremder» geblieben, das heisst, du hast in mir viele Facetten berührt, die mir fremd waren. Deine Art zu kommunizieren war für mich anfänglich verschlungen. Oft hat sie mich ungeduldig gestimmt und dann, wenn ich mein Herz öffnete, konnte ich dich sehen und verstehen.

«Mann sieht nur mit dem Herzen gut». Du warst mir ein guter Lehrer ... – an den vielen Treffen, an denen wir nicht

selten allein mit Markus am Breiteweg in Bern herumbrüteten. Das Thema war immer dasselbe: männer.be und später Männerzeitung. Du warst der Veteran, der bereits bei der Männerzeitung «MUMM» mit dabei war. Einmal ging es um Themenfindung für die neue Nummer, das andere Mal um den Versand. Wir haben viele Namen in der Adresskartei gekannt und uns mit ulkigen Sprüchen über die zum Teil kuriosen Namen die langen Stunden verkürzt. Wir mussten meistens die Nächte ausdehnen, bis all die Zeitungen verpackt, in Bündeln verschnürt und den Postleitzahlen entsprechend geordnet, für den Abtransport bereit waren. Du warst das treueste Redaktionsmitglied in den fünf Jahren, in denen ich im Redaktionsteam mit dabei war. DU warst immer da. Ohne dich

hätten wir andern aufgegeben. Es war ein Team, das Markus der Kreator, du der Operator und ich ein Schreiber und Gehilfe prägten. Wenn ich mir das alles jetzt in Erinnerung rufe, aus der Vergangenheit hole und mir bewusst werde, warum ich das alles schreibe, dann füllen sich meine Augen mit Tränen. Zbyszek, du fehlst mir. Ich bereue es, dass wir uns, vor deinem Gehen, nicht noch einmal in Ruhe getroffen haben. Ich hoffe, dass du frei von allen Sorgen irgendwo ruhest und uns wohlwollend zur Seite stehst, wenn wir es brauchen – jedem auf seinem Weg.

Ciao, ciao Zbyszek!

Peter Oertle



## Worte, die bleiben

In seinen letzten Wochen haben Zbyszek zwei Gedichte von Juan Ramon Jimenez begleitet.

*Ich bin nicht ich  
Ich bin jener,  
der an meiner Seite geht,  
ohne dass ich ihn erblicke  
den ich oft besuche,  
und den ich oft vergesse,*

*Jener, der ruhig schweigt,  
wenn ich spreche  
Der sanftmütig verzeiht,  
wenn ich hasse  
Der umherschweift,  
wo ich nicht bin  
Der aufrecht bleiben wird,  
wenn ich sterbe.*

*Mein Herz ist nun so rein,  
Dass es gleichviel zählt, ob es stirbt  
Oder singt.*

*Es kann das Buch des Lebens füllen  
Oder das Buch des Todes.  
Beide sind unbeschrieben für mein Herz,  
Das denkt und träumt.*

*Gleichviel Ewigkeit wird es in beiden finden.  
Herz, es zählt gleichviel: Stirb oder singe.*

# 40 Nummern zum Jubeln

***Die Männerzeitung feiert mit der vorliegenden Nummer ihren zehnten Geburtstag und ihre vierzigste Nummer.***

Wir hoffen, dass die Männerzeitung mit dem Alter nicht zu weise oder zu verbiestert wurde. Dass sie überhaupt noch besteht, verdankt sie einer unglaublich grossen Zahl von tollen, hilfsbereiten, engagierten, unbequemen, soliden, hartnäckigen und uns zugetanen Männern und Frauen. Seit ihrer Gründung wird die Männerzeitung zum grössten Teil in ehrenamtlicher Arbeit realisiert. Deshalb haben wir unseren Schreibern und Schreiberinnen in erster Linie zu danken. Unter ihnen sind Markus Theunert, Peter Oertle, Jörg Undeutsch, Francesco di Potenza als Autoren der ersten Stunde zu nennen. Markus Theunert und Peter Oertle waren nicht nur Schreiber, sie waren im besten Sinne auch die Macher dieses Blattes. Nur das Papier haben sie nicht selbst geschöpft und mit Marcel Spinnler stand ihnen ein passionierter Drucker zur Seite. Unter den ständigen Autoren seien Klaus Sorgo, René Setz und Roland Breitler erwähnt, die uns von Nummer zu Nummer zu lesen, zu

denken, zu kochen und Rat gegeben haben. Michael Gohlke und Oliver Hunziker bringen Nummer für Nummer die Sicht der Väter ins Spiel: Geschieden oder (noch) nicht. Neu dazu gekommen ist Benjamin Spycher, der sich mit einigen Interviews warm geschrieben hat und nun zum engeren Team gehört. Fredi Göldi hat sich, als ich die Redaktion von Markus Theunert übernommen habe, um das Layout gekümmert und die Fotografen betreut – unter ihnen sorgt Andreas von Gunten regelmässig dafür, dass die neuen Männer auch ein Gesicht bekommen. Seit bald einem Jahr besorgt Thomas Hirter das aufgefrischte Layout der Männerzeitung.

Die hervorragenden Schöpfungen dieses ganzen Haufens von Kreativen wäre nicht bis an den Leser gekommen, hätte nicht über viele Jahre hinweg Gilberto Zappatini dafür gesorgt, dass die Adressen stimmten – eine Arbeit ohne Ende, angesichts unserer Leserschaft, die sich und ihr Leben so beherzt und

oft in neue Bahnen und an neue Adressen lenkt. Dass sich nicht zu viele Fehler in die Seiten schleichen, dafür sorgt seit der ersten Nummer Peter Anliker, unser Lektor. Viele wüssten nicht, dass es die Männerzeitung gibt, wenn nicht Yves Schätzle unermüdlich auf uns aufmerksam machen würde. Unser Dank geht ausdrücklich auch an unsere Inserenten, die er betreut, die mit ihrem Engagement unsere Zeitung namhaft unterstützen – und unterstreichen, dass ihnen die Aufmerksamkeit unsere Leserinnen und Leser bares Geld wert ist. Und diese schliesslich, unsere Leser und unsere Leserinnen – also Sie! – sind es, die uns Quartal für Quartal in die Hosen steigen lassen, um Nummer für Nummer neue Seiten des Mannes aufzufächern.

Dankbar blicke ich zurück, neugierig in die Zukunft.

Ivo Knill

# Die Gründergeneration blickt zurück

*Sie waren dabei, als 2001 die erste Nummer der Männerzeitung erschien.*

10



## Markus Theunert

Was war damals die Motivation, die Männerzeitung ins Leben zu rufen?

Meine damalige Partnerin lebte für ein halbes Jahr in Prag und ich war regelmässig genervt, dass ich für die langen Busreisen zu ihr keine gescheiterte Männerliteratur als Erzeugnisse wie «Men's Health» oder «GQ» am Kiosk fand. Zur gleichen Zeit kam die Anfrage vom Berner Verein «Männer unterwegs mit Männern» (MUMM), ob ich die Redaktion ihres «MUMM-Bulletins» übernehmen wolle. Daraus entstand die ehrgeizige Idee, eine «richtige Männerzeitung» auf die Beine zu stellen. Den Boden dafür geebnet hatte meine eigene Auseinandersetzung mit der Rolle als Mann. Schon als Teenager empfand ich die Anforderungen an einen «echten Kerl» als merkwürdig und fremd, fand aber kaum alternative Modelle. So sollte die Männerzeitung einen Kontrapunkt zu den Männerbildern in den Mainstreammedien setzen und «Männerrealitäten ungeschminkt abbilden».

Wie bedeutet dir die Männerzeitung heute?

Die ersten vier Jahre trug ich die Gesamtverantwortung für die Zeitung. Danach hat Ivo Knill diese Aufgabe übernommen, während ich als Präsident des Herausgebervereins noch während weiteren fünf Jahren im Hintergrund sozusagen als «Verleger» Rückendeckung für die Knochenarbeit zu geben versuchte. Seit einem Jahr habe ich mich ganz von der Männerzeitung gelöst – und freue mich, dass sie blüht und spriesst

und auch neue Leser zu gewinnen vermag. Ich selber habe mich als Präsident von männer.ch der politischen Arbeit zugewandt. In dieser Funktion bin ich froh und durchaus auch stolz, dass die Schweizer Männerbewegung über eine Publikation von so hoher Qualität und grosser Ausstrahlung verfügt. Ich glaube, die Männerzeitung hat für die ganze Bewegung eine grosse Bedeutung: als gemeinsamer Bezugspunkt, als Bühne für den Austausch, als Integrationsplattform.

Was wünschst du der Männerzeitung für morgen?

Dass sie weiter organisch wächst, Themen lanciert, Akzente setzt, frech und mutig bleibt – und natürlich auch noch mehr Leser gewinnt. Für mich ist die Männerzeitung wichtiger Teil eines grösseren Projekts: der Verwirklichung lebensdienlicher Verhältnisse in diesem Land.



## Peter Oertle

Was war damals die Motivation, dich für die Männerzeitung zu engagieren?

Zusammen mit anderen Männern etwas zu bewirken – das Mitwirken an einer unkonventionellen «Spur» in einer «Landschaft», die wenig erforscht war. Nichts Trendiges – das ganze hatte für mich den Geschmack von «Anarchie». Die Spielregeln haben wir uns auferlegt, uns mit dem Kreator, Redaktor, Herausgeber und ..., Markus Theunert gerauft, versöhnt, geschmolzt und gelacht. Es war ein kleiner Haufen, wilder, unpro-

fessioneller Kerle, die daran geglaubt haben und gewillt waren, etwas zu produzieren – das motivierte mich.

Gibt es ein besonderes Erlebnis, das dich mit der Männerzeitung verbindet?

Mein erster Artikel in der 1. Ausgabe im Jahr 2002: «Ich bin doch nicht schwul!», sagen auch die «neuen» Männer: Voll Stolz habe ich ihn Markus gebracht, nachdem ich denselben, mit meiner Frau, schon x-mal umgeschrieben und herunkorrigiert hatte. Er hat ihn zwar goutiert, eine spannende These gefunden und dann auf seinem Computer, vor meinen Augen, in tausend Einzelteile zerlegt und in einer wahnsinnigen Geschwindigkeit – sich mit mir und der Thematik auseinandergesetzt und gleichzeitig einen «neuen» Artikel geschrieben, in dem fast jedes Wort von mir enthalten war. Dieser frisch redigierte (seither weiss ich, was dieses Wort bedeutet!) Artikel war aber danach so jung und dynamisch zu lesen, dass ich mich in ihn «verliebte». Ich ging wie in einem Rausch von diesem Mann und seinem damaligen Büro nach Hause und habe gewusst: Dieser Mann wird mein Freund. Diese Freundschaft ist heute noch lebendig.

Was bedeutet dir die Männerzeitung heute?

Seit ich nicht mehr selber mit dabei bin und schreibe, hat die Zeitung für mich einen wichtigen Reiz verloren. Anderen Männern empfehle ich die Zeitung immer noch gerne weiter – den «Reiz» hat sie behalten. Ich sehe die Zeitung heute mehr als eine Art Dienstleistung.

Was wünschst du der Männerzeitung für morgen?

Kraftvolle Texte mit Ecken und Kanten, welche die Dinge beim Namen nennen, und dass die Zeitung, falls ihre Zeit einmal gekommen sein sollte, «sterben» darf. Vielleicht wären zwei Ausgaben pro Jahr mehr als vier?



### Reinhard Winter

Was war damals die Motivation für die Männerzeitung zu schreiben? Was haben Sie für eine Geschichte mit der Männerzeitung? (Bezug, kennen gelernt)

Das lief alles persönlich über gute Männer. Die erste Ausgabe hat mir René Setz gegeben; ich war gepackt und infiziert. Dann hat mich Markus Theunert auf einer Veranstaltung angesprochen und mich gleich interviewt. Seither bin ich einfach immer wieder begeistert und wirklich emotional eng mit der Zeitung verbunden, ich mag sie.

Gibt es ein besonderes Erlebnis, das Sie mit der Männerzeitung verbindet?

Ja, das war ein Workshop mit Mitarbeitern und Redakteuren in Bern. Es ging um die Frage, ob das Variablenmodell übertragbar sei aufs Zeitungsmachen. Ich erinnere mich vor allem an wirklich gute, prägnante und offene Männer und an die Lust am gemeinsamen Arbeiten und Entwickeln. Eine schöne Erinnerung!

Wie bedeutet Ihnen die Männerzeitung heute?

Wirklich viel. Ich mag die Inhalte, lasse mich anregen, ich hebe die Zeitungen auf und lege sie thematisch auf Veranstaltungen aus. Die Zeitung ist für mich immer ein Beleg dafür, dass die Schweiz uns in Deutschland in Männerdingen voraus ist. Das gilt natürlich auch für die Männerpolitik, und da ist die Männerzeitung in meinen Augen ein gutes Sprachrohr. Also, die Männerzeitung bedeutet mir auch etwas Vorbildliches, das gilt auch für die Inhalte und

den Standort: Mir gefällt die unaufgeregt stabile Positionierung der Männerzeitung, dass sie sich nicht vereinnahmen lässt, weder von braven Femibubis, noch von ärgerlichen Maskulinisten.

Was wünschen Sie der Männerzeitung für morgen?

Dass es sie weiterhin gibt und dass sie ihren sympathischen Stil behält. Mehr Verbreitung, vor allem in Deutschland. Dass die Balance zwischen fundiert und populär ausgehalten wird und nicht zum schmerzhaften Spagat wird. Und immer wieder neue und gute, entwickelte, offene, risikofreudige Männer, die der Männerzeitung einen Teil ihrer Kraft abgeben. Also einfach alles Gute!



Interviews: Yves Schätzle

### Christoph Walsler

Die Männerzeitung zeigt, worüber Schweizer Männer heute nachdenken, welche neuen Wege sie im Alltag gehen und wie sie ihre Männerrolle neu definieren.

Die Männerzeitung bildet etwas von der Vielfalt und Lebendigkeit der Männer ab, die heute in der Schweiz ein waches, zukunftsorientiertes Mannsein leben wollen.

Weder destruktives Lamento noch Sündenbockdenken, sondern interessante Fakten zur Situation von uns Männern heute, Geschichten von gelungenen neuen Männerwegen und Mutmacher für alle, die sich für vielseitige Rollenbilder und eine menschenwürdige Zukunft von Männern, Frauen und Kindern in diesem Land einsetzen.

In Hochglanz-Männermagazinen wird zu oft alten und neuen Männer-Idealen gehuldigt, was wieder neuen Druck bringt, sich diesen äusseren Bildern anzupassen. In der Männerzeitung hingegen zählt das Authentische, Originale, das von innen kommt und von jedem Mann nur persönlich in die Welt gebracht werden kann. Die Männerzeitung erzählt von Originalen, statt von Kopien!

Statt dem Idealen, Geleisteten, Perfekten, zählt hier Lebendiges, Angedachtes, Gewagtes. Statt der Inszenierung von einzelnen tollen Männern, steht hier im Zentrum, was Männer mit Entdeckergeist gemeinsam unternehmen und im Erfolg und auch Scheitern miteinander teilen. Statt von fertigen Weltbildern, wird hier von Männern in Bewegung berichtet, unterwegs zu neuen Horizonten.

Die Männerzeitung bildet die Männerbewegung von unten ab. Kreativmännliche Basisdemokratie in Zeiten des hierarchisch-fantasielosen Neoliberalismus. Dies zeigt sich auch in ihren Organisationsformen. Es wird eingeladen, mitzudenken und zu schreiben. Regionale Männerprojekte, die ein neues Mannsein fördern, haben in der Männerzeitung ihre erste Unterstützerin und Plattform. In der Männerzeitung weht ein Geist zukunftsorientierter menschlicher Männlichkeit.

Ich wünsche der Männerzeitung, dass sie weiterhin so kernig männlich & menschlich daherkommt... und natürlich viele neue Leser und auch Leserinnen aus allen Generationen!



Christoph Walsler, Theologe & Männercoach  
Archivbilder

# Vom Mut, ein Mann zu sein

***Der Machismo ist hohl. Aber wir können uns ein saftiges Stück davon abschneiden.***

12

Es war ein regnerischer Tag im Herbst. Mein Vater und ich standen im Planschbecken im Garten vor dem Haus. Wir trugen Gummistiefel. Im und um das Planschbecken lagen Birkenäste, die wir auf dem Scheitstock in kleine Stücke zerhackselten. Ich fror, ich hatte nasse Füße und ich hatte die Vorstellung, dass dieser Nachmittag kein Ende nehmen würde. Ein Nachbar meinte über den Zaun hinweg: Zum Häckseln gebe es doch Maschinen. Mein Vater würdigte ihn keines Blickes und rief ihm mit voller Stimme entgegen: «Wir machen das eben lieber so.»

Das war meine erste Lektion in der Schule des Machismo: Was immer du tust, mache es zu deiner eigenen Sache und kümmere dich nicht um das, was die anderen Leute sagen.

## **Was am Macho lockt**

Wir sprechen hier nicht von jenen Pappfiguren, die sich hinter einer billigen Attrappe von Männlichkeit verstecken und ihre Nichtigkeit mit Gel und Sprüchen aufblasen. Hier geht es um den Macho als Figur im männlichen Spiel der Rollen und Identitäten. Dieser Macho, als Figur, steht für eine Männlichkeit, die sich nicht dem Diktat von Anstand, Nützlichkeit oder politischer Korrektheit unterstellt. Dieser Macho ist ein Mann, der sich nicht besonders bemüht, nett, anständig und hilfreich zu sein. Er tut, was er für richtig hält, er behauptet sich. Er holt seine Kraft aus Quellen, die in gewissem Verruf stehen: Er weiss, wie Niederlagen schmecken und wie Bitteres sich verwandeln kann. In diesem Sinn stellt er einen Gegenpol zum richtig sozialisierten Mann dar, der immer auf der guten Seite steht. Kein Mann kommt daran vorbei, sich im Verlauf seiner Entwicklung mit dieser Figur zu befassen.

## **Wie wird man überhaupt Mann?**

Das Rasieren bringen uns nicht die Mütter bei. Wir haben es beim Vater oder bei anderen Männern abgeschaut und uns selbst beigebracht. Bewundern, Abschauen, Nachmachen, Einstudieren – Mann und erwachsen wird man nicht durch Überlegung, sondern durch Übung. Vielleicht zerbrechen wir uns deshalb so erfolglos den Kopf darüber, wie Männer und Frauen sein sollen, weil der Verstand uns die Antwort dafür nicht geben kann. Die Zugehörigkeit zu einem Geschlecht ist eine körperliche Tatsache und sie schreibt sich über den Kanal der Bewunderung in den Körper ein. Als Knabe verehrte ich meine Vorbilder, ich wollte es ihnen gleich tun, ich erlag ihrem Anblick, ihrem Charme. Ich bewunderte meinen Bruder, der Eishockey spielte und schwere Motorräder fuhr. Die starken Unterarme meines Vaters machten mir Eindruck, und wenn er die Schärfe eines Stechbeitels prüfte, indem er sich die dichten schwarzen Haare vom Handrücken rasierte, war ich ergriffen. Seine Hände am Steuerrad des Chevy, seine imposante Stimme am Telefon, wenn er mit Handwerkern verhandelte, seine Geschichten vom Militär: Das be-

eindruckte mich als Jungen. Das wäre eigentlich schon die zweite Lektion des Machismo: Suche dir Vorbilder, strebe ihnen nach.

Später waren es die rauen Lieder eines Bob Dylan und die nüchterne Sprache von Max Frisch: «Ich arbeite.» Dieser Satz wurde mir zur distanzierenden Beschwörungsformel gegen eine Welt, die mir zu nahe kam. «Ich arbeite» – das heisst: Ich habe zu tun, ich habe ein Ziel, mein Dasein ist ernst und gerechtfertigt, ich bin ein Mann. «Ich stand am Fenster, die Hände in den Hosentaschen.» Max Frischs Figuren wissen nicht unbedingt weiter. Das Leben ist nicht kalkulierbar. Aber sie wissen, welche Pose sie einzunehmen haben.

Neuerdings werfen sich auch Frauen in männliche Posen. Was der Seppli kann, das kann die Lydia auch, das steht auf ihren Fahnen: rauchen, fluchen, mit gefährlichen Maschinen hantieren. Rechtsextreme Politik betreiben, poltern, schufteln. Hosen tragen sowieso. So werden sie halbe Männer – ob sie auf diesem Weg zu ganzen Frauen werden?

## **Die Kunst des Gehorchens**

«Wer ist ein unbrauchbarer Mann?/ Der nicht befehlen und nicht gehorchen kann.» Goethe bringt es auf den Punkt: Gehorchen und Befehlen sind zwei Leittugenden des Mannes, geübt werden sie im Militär. Mit 19 bekam ich das Sturmgewehr in die Hand gedrückt. Und damit die Lizenz zum Töten im Auftrag des Vaterlandes. Ich lernte Häuserkampf und Schuhe putzen. Als Rekruten kiffen wir und tranken, was wir in unsere Knabkörper hineinschütten konnten. Wir lagen mit geladenem Sturmgewehr auf Pausenplätzen: Sonntagswache. Im Visier die abtretende Kompanie; später spielten Kinder vor dem geladenen Gewehr. Freundschaften, Unterordnung, Zynismus und Zoten. Auch als Freak war ich stolz auf überstandene Märsche und genoss den Anblick der Krähen auf den laublosen Ästen der Pappeln, das Gegenlicht aus hellem Himmel. Das Militär ist eine Schule des Gehorsams, der Hierarchie. Man lernt, eigentlich in jedem Zustand zur Verfügung zu stehen. Natürlich war ich gegen die Armee – wie überhaupt die Mehrheit der wehrpflichtigen Männer zwischen 20 und 29 Jahren bei der Abstimmung von 1989 die Armee in Bausch und Bogen abgeschafft hätte. Es gibt die Armee trotzdem noch. Heute wünsche ich mir eine generelle Dienstpflicht für alle, Männer und Frauen – wahlweise im militärischen oder sozialen Bereich. Es muss nicht nur Schiessen, Hauen und Stechen sein – der Dienst in einer Krippe, einem Altersheim, im Umweltschutz würde vielen neue Einsichten eröffnen.

Das Militär, die Uniform, das Gehorchen, das Befehlen: Wir wollen es vielleicht nicht wahr haben, aber noch immer sind sie ein Kernstück in den meisten männlichen Biografien. Mit dem sehr angenehmen Nebeneffekt: Männer können sich gut und leicht hierarchisch organisieren. In guten Teams wechseln die Führungsaufgaben fliegend, man ist schnell, effizient



und flexibel. Das Militär markiert aber auch einen Bruch: Wir tun zwar so, als wären wir eine pazifistische Gesellschaft – aber noch immer bereiten wir unsere Söhne für den Krieg vor. Und wenn wir ehrlich sind, müssen wir uns eingestehen, dass vom Handy, das wir kaufen, dem Auto, das wir fahren, dem billigen T-Shirt, das wir kaufen, ein gar nicht so verschlungener Weg zu schmutzigen Kriegen um Wasser, Rohstoffe und Profite führt. Männer um die zwanzig erleben diesen Widerspruch unserer Gesellschaft. Sie lernen den Krieg als Kehrseite eines Friedens kennen, dem nicht zu trauen ist. Sie lernen, dass man Mann ist, wenn man in dieser Patsche aus Widersprüchen und Scheinheiligkeiten sitzt. Und sie lernen den Macho rauszuhängen, um hinter diesem zynischen Umfeld Mensch zu bleiben oder zumindest nicht unterzugehen.

### Die Aufgabe

Ich glaube, dass sich die meisten Männer zu einem sehr grossen Teil über ihre Aufgabe in der Welt definieren. Der Auftrag: Das ist auch eine Maske, hat etwas Machohaftes. Eine Aufgabe, das heisst, etwas macht mich grösser, als ich bin. Das heisst aber auch: Für jemanden oder etwas da sein. Wenn ich junge Männer frage, weshalb sie eine anspruchsvolle Ausbildung machen, antworten viele: Damit ich einmal eine Familie ernähren kann. Die jungen Frauen stellen eher die persönliche Entwicklung in den Vordergrund. Als Mann ist man wichtig, weil man eine Aufgabe hat. Als Mann wird man gerufen.

Neuerdings schwärmen Journalistinnen von schwingenden Muskelmännern, die ihnen zurückbringen, was die 68er und die Emanzipation der Frau ihnen weggenommen haben, nämlich richtige, prächtige muskulöse Siegerkörper mit Sägemehl dran. Begeisterte aller Art standen schon immer Spalier für den Mann der Stunde, sei es nun der Neue oder der neue Alte. Er soll Kinder hegen, Kriege führen, die Wirtschaft voranbringen oder die Umwelt schützen und gut im Bett sein. Am Ende des Spaliers der Bewunderer steht meist ein netter, etwas verlegen dreinblickender Herr, den man gar nicht so richtig wahrnimmt. Er hält einem einen Rucksack bereit und gibt einem einen Klapps auf die Schulter: «Das schaffst du schon!»

Männer sind das Geschlecht der Pflicht und der Arbeit: Männer sind noch immer wehrdienstpflichtig, sie arbeiten, wenn sie Väter sind, Vollzeit (95%), sie tragen den Hauptteil der finanziellen Lasten der Familie. Neu kommt hinzu, dass sie in den meisten aller Scheidungsfälle aus der Familienwohnung ausziehen müssen (auch wenn sie die Scheidung nicht gewollt haben), die Kinder nicht mehr im Alltag erleben und weiterhin den Hauptteil der Familienlasten tragen.

Auch das gehört zu den Leitsätzen in der Schule des Machismo: Ich habe zu tun, ich bin wichtig, ich habe eine Aufgabe. Dass sich viele Männer nicht helfen lassen, Enttäuschungen, Wunden, Verletzungen alleine tragen, hat mit diesem Ethos des Helden zu tun. Der Macho kann dieses Heldentum tragen helfen, lieber würde er einem helfen, auf die Angst vor dem Schlechtsein zu pfeifen.

### Apfelbäume im Sommer

Aber man will nicht nur nützlich sein, sondern gut. Und der gute Mensch, der liebende Sohn, das Prinzip des Guten: Sie kommen an ein Ende. Irgendwann haben wir so viel Gutes getan oder zu tun versucht, dass wir weiter nicht mehr kommen. Wir nennen es Erschöpfung, Burnout, Depression – was immer: Man kann nicht immer ein Held des Liebens, Verzeihens und der Nachsicht sein.

Irgendwann begann ich mich mit Jesus auseinanderzusetzen: Wieso stieg er eigentlich aufs Kreuz? Hatte er auch genug vom Helfen, Gutsein und Lieben? Muss dieser Sohn scheitern, um Vater zu werden? Gehört das zum Bitteren des Lebens, dass nicht alles aufgeht und unsere Mühe den Gang der Welt nicht ändert? 35 Jahre sind ein Alter, in dem einem solches in den Sinn kommen kann. So alt war ich, als mir beim Spaziergang unter Apfelbäumen im Sommer aufging, dass ich vielleicht lange genug Sohn war, um Vater werden zu können. Dass es Zeit wäre, Standpunkte einzunehmen, Grenzen zu setzen, dem Leben Gestalt zu geben und dafür einzustehen. Auch für mich einzustehen: «So bin ich nun mal, vielleicht nicht besonders gut, aber ich kann es nicht ändern.» Klar: Sohn bleibt man immer, aber man weiss, dass es auch die Energie des Vaters braucht – und eine Prise Machismo.

### Neid

Ganzheit hat etwas damit zu tun, dass wir unsere Schatten akzeptieren und unsere Wunden anerkennen. Eine der verbreitetsten Wunden, finde ich, ist der Schmerz des guten Bruders oder der übergangenen Schwester: Meist reagieren wir auf bewundernswerte Männer im eigenen Umfeld wie der Bruder auf den verlorenen Sohn. Da war man Jahre lang der Brave, und jetzt kommt dieser Lotterbruder, dieser Macho, der das Geld verprasste, ein schönes Leben führte, den Frauen nachstieg und überhaupt nicht brav war, und er wird vom Vater mit offenen Armen empfangen. Wir Guten sollen sogar noch sein Fest richten.

Ist das fair? Und wieso nicht: Die Freude über die Heimkehr des Bruders teilen, seine Geschichten hören, das eigene Herz hungrig werden lassen und selber einen Aufbruch wagen? – Der Begriff Macho ist oft eine Etikette, die verurteilt, was wir heimlich bewundern, und zwar heiss.

### Liebe

Es gibt etwas zwischen dem Leben als Softie oder Macho, Langweiler oder Tugendbolzen: Den Mut, die Lust und die Arbeit, sein eigenes Leben als Mann zu führen. Dazu gehört, sich in die lange Reihe der Väter zu stellen. Der Mut, andere Männer zu bewundern und zu lieben. Dazu gehört, sich eine kleine Zahl von Tugenden und Verhaltensweisen aufzubauen, denen man nachlebt. Man kann ohne weiteres als Mann einen Kinderwagen stossen, einen Staubsauger führen, Essen kochen, einkaufen – und diesen Tätigkeiten den Charme und das Parfüm des Männlichen geben. Wir Männer gebären nicht, wir erfinden und inszenieren. Frauen stossen Kinderwagen, weil sie irgendwohin müssen. Männer setzen sich bei dieser Gelegenheit als Väter in Szene. Aus allem, was Männer tun, wird ein Auftritt, ein Entwurf, eine These, eine Rolle. Das ist der Machismo, den mühelos und mit Gewinn der moderne Mann pflegt.

Es ist wieder Herbst, bald Winter: Zeit, Äste mit dem Beil zu verhäckseln. Richtige Dinge mit den falschen Mitteln zu tun. Im Bild, das ich vor mir sehe, gibt es einen kräftigen Mann mit einem Geheimnis um sich herum. Ein Nachbar, der keine Ahnung hat. Und ein Kind. Das Kind fühlt sich sicher, denn der Mann gibt sich Mühe, stark zu sein. Ich glaube, wir sind es uns und unseren Nächsten schuldig, mit Mut zu leben: Das ist der Machismo, den ich meine.



# Werde Macho!

*Die Männerzeitung zeigt Ihnen,  
wie Sie ein ganzer Mann sein können.*

16

## **Was immer du tust – mach es zu deinem Ding!**

Diese Regel lernte ich bei meinem Vater, als er das erste Mal für uns kochen musste. Es gab Hafergrütze aus dem Dampfkochtopf. Natürlich war das Zeug scheusslich, aber wir assen es mit den reinsten Herrengefühlen: Denn es war selber gemacht und wurde auf den Teller gepappt, als wäre es der Verputz, den Michelangelo für seine Fresken verwendet hatte. Auch die Fertigrösti wurde als kulinarische Verblüffung gefeiert: Direkt aus dem Pack und doch so gut! Ein echter Macho beherrscht die Kunst, sich selber zu loben und andere daran teilhaben zu lassen.

## **Tu nicht, was deine Frau sagt!**

Ich staune ab und zu über jüngere Geschlechtsgenossen. Sie geben sich forsch, männlich und kinderfreundlich. Freitag ist mein Kindertag, heisst es dann. Toll! Das gefällt mir. Männergruppen und so Zeug? Nein, das haben sie nicht nötig, sind doch ganze Männer, rechte Kerls und modern dazu. Nur dass dieses tolle Mannestum gerade so weit reicht wie das Gängelband der lieben Frau. «Au, bringst du mir noch Milch und Fetakäse heim?» Na klar, das machen wir gerne und sind Held dazu. «Kannst du die Kleine von der Krippe holen?» Sowieso, das liegt ja grad auf dem Weg. «Bist du so lieb und bringst mir die Kleine zum Stillen vorbei?» Ja gerne, was gibt es Schöneres, als eine berufstätige Mutter in ihrer Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu unterstützen. Männer schufteten für Sex, sie krampfen für die Liebe, leiden, damit es andere besser haben. Viele Männer lassen lieber ihre Frauen entscheiden. Das ist vielleicht lieb, aber nicht fair. Entscheiden ist eine Arbeit, auch ein Teil der Sorge für sich. Wer die Konturen seines männlichen Lebensentwurfs entlang dem zustimmenden Blick seiner Partnerin zeichnet, der macht keinen guten Job. Echte Männer entscheiden, was sie angeht, selber.

## **Sei Held!**

Nach über zwei Monaten unter der Erde sind sie wieder hochgestiegen, die Grubenarbeiter aus Chile. Helden. Ihr Überleben haben sie ihrer Fähigkeit zu verdanken, sich im Team zu strukturieren und ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten. Der Reporter der Crew schickte einen Videobericht ans Tageslicht, der die verschiedenen Räume und Gerätschaften zeigt – und einen Vorhang. «Wir sind Machos, zum Weinen gehen wir hinter den Vorhang», flunkerte er hinauf. Im Interview, eingerahmt von Frau und Sohn, erklärt Mario Sepúlveda nach der Rettung: Dass er das erlebt habe, das mache ihn stark für alles, was noch kommen werde. Dann erklärt er, dass die Bedingungen für die Bergbauarbeiter besser werden müssten, dass Gott und der Teufel um ihn gekämpft hätten und der Teufel die schlechteren Karten gehabt habe. Er dankt den Helfern – die hätten wunderbar für sie gesorgt. Sie als Berg-

leute hätten eigentlich nur ihr Herz und einen Haufen Blödsinn dazu getan. Er lacht, und sein Sohn ist glücklich: Er hat einen Helden zum Vater.

## **Begeistere!**

Wenn du Leute dazu bringen willst, etwas zu tun, dann wecke ihre Begeisterung. Stell dich vorne hin, strahle Mut, Zuversicht und Umsicht aus. Zeige, dass du den Willen hast, das Ziel mit deinen Leuten zu erreichen. Zeige, dass ein heiliger Funke in dir steckt. Ein Funke, der dich auch Unbequemlichkeit, Stress, Schweiß und Gestank in Kauf nehmen lässt. Nähre diesen Funken in dir. Setze Ziele, die anspruchsvoll, aber erreichbar sind. Lobe, wenn ein Lob verdient ist. Tadle, wenn Tadel notwendig ist, aber tue es im Geheimen.

## **Verurteile nicht!**

Wer eine Zehe ins Wasser hält und merkt, dass es kalt ist, findet einen Haufen ehrenhafte Gründe, nicht zu schwimmen. Vieles von unserer Alltagsmoral ist eine Moral der kalten Zehe. Was man nicht wagt, das verurteilt man. Ganze Männer lassen so was bleiben. Sie sind stolz auf das, was sie tun. Sie wagen, sie entscheiden, aber sie verurteilen nicht.

## **Sei dir treu!**

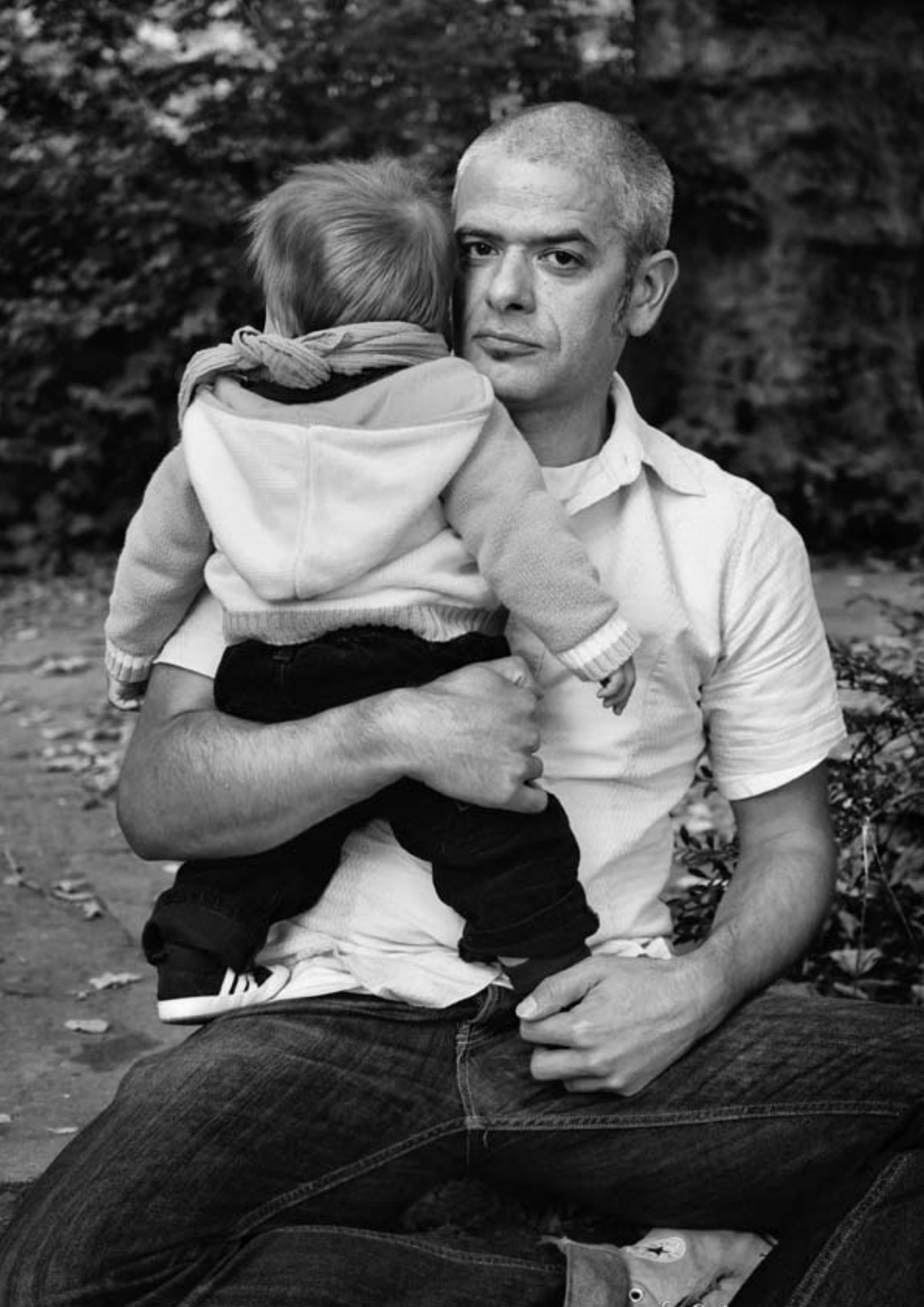
Ich habe Wilhelm Schmid, den Philosophen der Lebenskunst, gefragt, wie es denn sei, wenn einen die Liebe, die Lust oder das Verlangen über die Partnerschaft hinausführt in ein fremdes Bett. Seine Antwort hat mich verblüfft: «Das muss man dann mit sich selbst ausmachen». Aber ich habe begriffen: Die Treue zu sich selbst, zu seinen eigenen Massstäben des Lebens, das ist letztlich das einzige Mass für unser Handeln – und es ist ein sehr hartes Mass. Die eigenen Grenzen zu ziehen ist schwieriger, als den anderen zum Wächter seiner Tugend zu machen.

## **Halte deinen Kram in Ordnung!**

Nichts ist ärgerlicher als Leute, die nicht auf ihre Sachen achten, die keine Ordnung halten, die ihre Termine nicht einhalten, zu spät kommen, Handygespräche nicht abklemmen können, keinen Schreiber dabei haben, das Klo nicht hinter sich putzen, das Ablendlicht ihrer Autos nicht richtig einstellen. Blender, Stümper, Versager. Ein rechter Mann hält seine Siebensachen in Schuss, hat den Tank immer dreiviertel voll, gibt nie alles, schliesst eine begonnene Arbeit ab. Einfach so, weil er sich nicht zum Affen macht. Er arbeitet, auch das macht ihn zum Mann, aber er weiss, dass harte Arbeit auch einen Feierabend braucht.

## **Achte deinen Körper!**

Unser Verstand macht uns zum Menschen, unser Empfinden gibt uns eine Seele und ein Gemüt, unser Körper macht



uns zum Mann. Achten wir ihn also, geniessen wir ihn, loten wir seine Grenzen aus. Der Umgang mit dem Körper ist eine Schule für den Umgang mit sich selbst. Wir lernen uns fit für die Leistung zu machen, wir lernen unsere Kräfte einzuschätzen, auf die Probe zu stellen. Beim Rennen, beim Wandern, beim Schwimmen lernen wir, dass jenseits der Wohlfühlzone, dort, wo man mit Mühe hinkommt, wahre Glücksgefühle warten. Wer mit seinem Männerkörper verbunden ist, macht sich bereit, für das Wunder, den Körper einer Frau zu umarmen: Er ist anders und er passt so wunderbar zu dem des Mannes.

18

### Übe!

Ich weiss, dass es Männer gibt, die nicht wissen, was ein Schraubenzieher ist und wie man eine Schaufel anfasst, die ratlos nur schon vor der Möbelpackung aus der Ikea stehen. Aus meiner Sicht ist das ein Jammer. Ich für mich übe mich im handwerklichen Können: Staub, Lärm, Dreck und Maschinen, die Disziplin in der Organisation, der Einsatz der richtigen Geräte, die Abstimmung der einzelnen Arbeiten. Das ist eine Schule des Mannes. Sie beruht auf Übung. Üben, das heisst: Vor dem Plattenspieler sitzen und wieder und wieder die selben Gitarrengriffe nachspielen, sich unzählige Male das Knie aufschürfen, bis ein Sprung mit dem Skateboard sitzt. Ein Hemd in genau zwölf Arbeitsschritten bügeln, Gemüse nicht genau, sondern perfekt schneiden, aus dem Handgelenk heraus. Üben, das heisst, sich selbst etwas beibringen, bis man es kann. Der Gewinn des Übens ist eine Souveränität, die man sich erarbeitet hat, eine Eleganz und Leichtigkeit, die auf Disziplin beruht. Ein Genuss.

### Bezahle den Preis und liebe!

Es ist gar nicht so schwer ein Macho zu sein. Aber es hat seinen Preis. Wer seine Meinung sagt, wer sich selbst treu ist und zur Not auch unbequem werden kann, riskiert, dass manche von ihm abrücken. Gerade in einem Land wie der Schweiz, wo alle Durchschnitt sein wollen, damit sie nicht mit dem Millionär von nebenan verwechselt werden. Wer auch mal einen Streit riskiert oder eine Lust formuliert, kann anecken. Aber im Ernst: Kann man anders leben und lieben als frei? Wer glaubt eigentlich auf die Länge jemandem, der immer nur zustimmt und ja sagt? Wer traut dem Urteil von einem, der nichts riskiert? Niemand. Der Mut, seinen Weg zu gehen, ist unabdingbar. Gross wird dieser Weg, wenn er ein Weg der Liebe ist.

## Luca Bricciotti

Die Porträtserie zu diesem Artikel sowie das Titelbild und die Bildserie ab Seite 32 stammen von Luca Bricciotti. Er sieht Fotografie als Medium, in dem sich die Welt mit all ihren Wundern zeigt.

«Wenn ich fotografiere, werde ich zum Beobachter. Ich nehme mich aus dem Geschehen heraus und dies erlaubt es mir, meiner gewohnten Wahrnehmung für einige Augenblicke zu entkommen. Vorurteile, Konzepte, Gewissheiten lösen sich auf und schaffen Raum für neue Möglichkeiten, die Welt wahrzunehmen. Bei einem Portrait realisiere ich oft, beim Betrachten des Bildes, dass ich eigentlich keine Ahnung habe, wer oder was dieser Mensch ist – er ist unendlich viel mehr, als das, was ich wahrnehme oder was er von sich selber wahrnimmt.»



# Teenies, Softies und Machos

**Teenie-Frauen scannen ihre Kollegen und unterscheiden gnadenlos zwischen «Macho» und «Softie». Damara (17), Sarah (16), Remo (18) und Mesä (17) outen sich für die Männerzeitung und erzählen, was einen Macho ausmacht, was davon anziehend und was abstossend wirkt und ob Machos als Ehemänner taugen.**

20

Wir treffen uns in der frisch eingerichteten Einzimmerwohnung von Damara; es gibt Eistee und Popcorn. Die Vier hängen auf der Couch herum, nippen an den Gläsern und streiten sich um die Popcornschüssel. Vier Paar Augen schauen mich gespannt und erwartungsvoll an.

«Wann ist ein Mann ein Macho?», starte ich das Gespräch. Für Sarah – spontan wie immer – zählt der erste Eindruck: «Männer, die sich voll stylen, deuten schon mal auf «Macho» hin. Schau dir zum Beispiel den Pussy-Style von Mesä an.» Der grinst überlegen. «Kommt es also auf das Äussere an, ob jemand Macho ist oder nicht?», frage ich erstaunt. Sarah: «Nein, sicher nicht nur. Klarer wird es beim Gespräch: Beginnt man zu plaudern, und es fallen nur dumme Sprüche und ich kann kein ernsthaftes Wort mit dem Typen führen, dann ist es für mich bald gelaufen.» Damara fällt ihr ins Wort: «Auch der Blick verrät den Macho: Er schaut den Frauen auf den Arsch, macht zum Kollegen Bemerkungen über geile Möpfe – stimmts Mesä?

***Sind sie jung, wollen sie diese Frontal-Erfahrungen machen. Das ändert sich wohl mit dem Alter.***

Oder es tönt dann so: «Wow, diese Fuzze will ich auch mal haben.» Das sind dann jene Machos, die voll gerade heraus sind und von sich selber eine hohe Meinung haben.» – «Das will aber noch nichts heissen», sinniert Sarah, «manchmal wirken die nur nach aussen so cool.»

## **Gehabe und Brüchigkeit**

Aha, denke ich, Machogehabe, das im wahrsten Sinne des Wortes Show ist? Ein Macho, der sich seiner Männlichkeit gar nicht so sicher ist und durch sein offensives Gehabe nach vorne flüchtet? Sarah: «Vielleicht ist die Person ganz anders, aber sie zeigt sich einfach so machohaft.» Und wie sehen das die Jungs? Mesä: «Ich bin dann richtig Macho, wenn ich keine Hemmungen habe. Nicht jeder durchschnittliche Kopf geht zu einer Frau und sagt ihr geradeaus ins Gesicht, was er denkt.» – «Das machst du?», frage ich irritiert. «Das kommt auf den Zustand darauf an. Bin ich betrunken, habe ich absolut keine Hemmungen, dann ist es mir egal, was ich zu einem Mädchen sage.» Auch Remo sagt Frauen beim Vorbeigehen, was er gerade denkt. Für ihn ist ein Macho aber auch einer, der versteht, wie die Frauen ticken: «Ein Mann, der die Frauen nicht versteht, kann kein Macho sein, der ist zu scheu.»

«Aha», frage ich nach, «das klingt, als ob sich Machos nur über ihr Verhalten zu Frauen definieren. Ist das so?» Damara: «Es kommt darauf an, ob es ein billiger Macho ist oder ein Macho-Macho.» Hoppla, da gibt es Steigerungen? Damara:

«Ein billiger Macho zählt auf, mit welchen Frauen er im Bett war, welche Mädchen er am Arsch «betouchte» und mit welcher er bereits getanzt hatte. Ein Macho-Macho weiss, wie man mit Frauen umgeht. Der provoziert genau nur soviel, dass er interessant bleibt. Er will bewundert werden. Leider steht in unserer Generation das Bluffen im Vordergrund; ältere Machos haben da schon eher mehr Format.»

## **Abschaum und Arschlöcher**

Und was ist das Gegenteil von einem Macho? Damara: «Das sind die Softies. Diese sind die besten Kollegen. Die hören mir zu, die können auch romantisch sein.» Gibt es denn ausser Machos und Softies auch noch eine dritte Kategorie von Männern? «Abschaum und Arschlöcher», provoziert Sarah. Für Damara gibt es noch den seltenen «Durchschnittstypen», wohl eine Art «Mischform». Remo sei z.B. bei den Kollegen voll der Macho, zuhause könne er aber ganz Softie sein. Remo: «Das sind dann eben die Intelligenten...» Remo unterscheidet auch noch den Romantiker. Jener, der die Frau für das Leben sucht. Der Macho suche, bis er vielleicht einmal erwachsen ist. «Ist denn ein Macho nonstop auf der Suche?», frage ich ihn. «Nein, eigentlich nicht. Aber was will man im Ausgang machen? Entweder man hängt rum oder man reisst Frauen auf.»

## **Ein schöner Mann**

«Was gefällt euch Frauen am Macho?», frage ich als Nächstes. Sarah: «Der erste Eindruck, ein schöner Mann, der gut aussieht. Dann schaue ich genauer hin, wie er ist.» Das Flirten stehe nicht mal im Vordergrund. Und Damara, was gefällt ihr am Macho? «Im Ausgang ist ein Macho gut zum Flirten. Ich habe Spass und muss mir keine Gedanken über Ernsthaftigkeit machen, da er ja so oder so mehrere Frauen an der Angel hat. Dann ist er übrigens ein «Macho-Player». In der Regel sehen Machos schon gut aus, richten sich schön her. Doch meinen Kolleginnen, die noch keinen Freund haben, rate ich genau hinzusehen und nicht nur auf das Äussere zu achten. Innere Werte zählen mehr.» Aha, Macho-Warnung. Was wohl da nicht gefallen mag? Für Sarah sind es die dummen Sprüche, für Damara die hohe Meinung, die sie von sich haben und dass sie glauben, sie könnten jede Frau herumkriegen. «Das stimmt nämlich nicht!»

## **Sex-Appeal zum Heiraten**

Eine ganz heisse Frage: «Würdest du einen Macho heiraten?» Mesä schnell: «Am liebsten sofort, oder?» Bei den Frauen Ratlosigkeit. Sarah studiert: «Wenn er dich liebt? Ein guter Mann, ein gut aussehender Mann wird sich wohl in der Familie ändern.» – «Hast du diese Hoffnung?» hake ich nach. «Ja, ich glaube nicht, dass jemand ein Leben lang Macho ist.» Damara: «Das hat auch mit der Lebenserfahrung zu tun. Sind sie jung, wollen sie diese Frontal-Erfahrungen machen. Das ändert sich



wohl mit dem Alter.» Remo schenkt sich Eistee ein, die andere lässt er auf dem Trockenen sitzen. Sarah: «Hey Remo» und streckt ihm ihr Glas entgegen. Remo: «Ohne Zauberwort gibt es nichts.» Ich schmunzle. «Du, Damara, hast noch nichts gesagt, würdest du einen Macho heiraten?» Damara: «Ein wenig

### ***Welcher Mann spielt sich vor Frauen nicht gerne in irgendeiner Art auf, um sie zu beeindrucken?***

Macho ist schon o.k. Remo ist die obere Grenze. Er muss mir schon immer wieder zeigen, dass er wirklich mich liebt. Und das Verhalten muss für beide stimmen. Und man muss auch Grenzen setzen können.» Sind das für einen Macho nicht ein oder zwei Muss zuviel?

### **Abgeguckt!**

Wird man als Macho geboren? Remo: «Es kommt darauf an, wo man aufwächst; die Clique spielt eine Rolle, der Kollegenkreis auch.

Mesä: «Man passt sich den Kollegen an. Wenn du mit Machos zusammen bist, dann wirst du automatisch auch zum Macho.» «Habt ihr den Macho also von euren Kollegen kopiert?», frage ich. Mesä bejaht: «Als ich 14 Jahre alt war, hängte ich mit den 16-Jährigen zusammen und habe geschaut, wie sie sind. Jetzt schauen es mir die 14-Jährigen wieder ab.»

Die Schlussfrage: «Sind Machos besser als andere Männer?» Remo: «Nein, das kann man nicht sagen». Mesä sehr vehement: «Jeder Mann ist ein wenig Macho, jeder. Welcher Mann spielt sich vor Frauen nicht gerne in irgendeiner Art auf, um sie zu beeindrucken? Das ist doch Macho!» Ich muss zugeben, da trifft der junge Mann wohl ins Schwarze. Richtig abschrecken, so scheint es, lassen sich die jungen Frauen davon nicht.

Hannes Hochuli ist Vater zweier Teenies und Hotelier über dem Walensee.

# Lauter kleine Machos?

***Erwachsene haben ein Problem mit dem Männlichen – und geben es durch den Begriff «Macho» an Jungen weiter***

22

Wo mit Jungen gelebt und gearbeitet wird, ist der Begriff «Macho» nicht weit. Er wird fast schon inflationär verwendet. «Macho» wird von Erwachsenen als abwertender Begriff herangezogen, der sich auf jegliche Art des Männlichen bezieht. Wenn Jungen kämpfen oder toben, sind sie Machos. Wenn sie aggressiv sind, sich für Sex interessieren, wenn sie sich gegenüber anderen durchsetzen, wenn sie über ihre Mütter schimpfen oder protestieren, weil Mädchen bevorzugt werden – schnell werden sie dann als machohaft bezeichnet.

Nicht alles, was Erwachsene an traditionelle Männlichkeitsbilder erinnert, ist schon deshalb verdammenswert. Jungen brauchen auch ein bisschen Grössenwahn, in den sie hineinwachsen können. Selbst dann, wenn Jungen sich gran-

***Selbst dann, wenn Jungen sich grandios fühlen oder wenn sie zu diesem Zweck andere abwerten, sollte dieses Verhalten nicht unbedacht mit Gegenabwertung beantwortet werden.***

dios fühlen oder wenn sie zu diesem Zweck andere abwerten, sollte dieses Verhalten nicht unbedacht mit Gegenabwertung beantwortet werden. Besonders problematisch am Machobegriff ist, dass nicht verständlich wird, was genau kritisiert wird. «Du bist ein Macho», «dein Machoverhalten», «kleine Machos» – solche Zuschreibungen überzeichnen ein bestimmtes Verhalten und beziehen es auf den Jungen als Ganzes.

Das hat bisweilen einen unerwünschten Nebeneffekt. Denn Jungen können «Macho» durchaus positiv bewerten: «Prima», denkt der Junge, «jetzt weiss ich, was ich bin! Hier erhalte ich eine hübsche Facette meiner Identität, damit kann ich mich von nervigen Erwachsenen abgrenzen: Ja, ich bin ein Macho.» Diese Abgrenzung funktioniert bestens gegenüber Mädchen und Frauen (Gegenbegriff: Tussis), aber auch gegenüber verweichlichten Jungen oder Männern (Gegenbegriff: Softies). Dass der Begriff Macho und seine Varianten nicht korrekt ist, lässt sich auch daran erkennen, dass das weibliche Gegenstück von Erwachsenen längst nicht so selbstverständlich verwendet wird. Kaum eine Erzieherin oder ein Lehrer würde sich erlauben, Mädchen einfach als «tussihft» zu bezeichnen, die sich traditionell weiblich verhalten (rosa Kleidchen, Glitzershirt, Schminken, Schmuck...). Wenn Jungen sich als Helden aufspielen, geht das ohne weiteres. Also: Vorsicht mit diesem Begriff!

Mit der Zuschreibung «Macho» sollen Charaktereigenschaften und Verhaltensweisen angesprochen oder kritisiert wer-

den, der Begriff wird dabei abwertend oder als Schimpfwort verwendet. Gemeint sind etwa die Überheblichkeit Mädchen oder Frauen gegenüber, sexuell-aggressives Balzverhalten oder sexuelle Prahlereien, auch traditionelle Geschlechterbilder bei Jungen und Männern (z.B. «die Bestimmung der Frau ist die Mutterschaft»; «eine Frau muss sich dem Mann unterordnen»). Mit «Macho» werden draufgängerisches Verhalten oder übertriebene Risikofreude, Kampf- und Statusrituale unter Jungen oder Männern kommentiert. Der Begriff kann sich auch auf die Verwendung von imposanten Statussymbolen (Uhr, Schmuck, Auto) beziehen. Gerade diese Mischung der Bedeutungen bewirkt, dass Jungen mit der Bezeichnung und der dahinter stehenden Kritik nicht weiter kommen.

Natürlich müssen Jungen bisweilen auf den Boden geholt oder kritisiert werden, wenn sie andere abwerten. Das sollte aber so präzise geschehen, dass Jungen etwas damit anfangen können. Also nicht: «Häng nicht so den Macho raus!», auch nicht: «Dein Machoverhalten gefällt mir nicht!», sondern: «Ich möchte nicht von dir so abgewertet werden!» oder «Mich ärgert es, wenn du das Mädchen als «Schlampe» bezeichnest – sag mir genau, was dich stört.»

Aus der Macho-Diskussion können wir jedenfalls ein schlichtes Ziel ableiten: Es geht um ein Männlich-Sein ohne Abwertung! Das bedeutet: ohne Abwertung von Frauen und auch ohne Abwertung von anderen Formen des Männlichen (wie ethnische, nationale, religiöse, sexuelle Orientierung...). Dies Jungen zu vermitteln und ihnen zudem Angebote zu machen, wie Männlich-Sein ohne Abwertung geht, ist Aufgabe aller, die mit Jungen leben und arbeiten.

Damit verknüpft darf umgekehrt der Wunsch an Frauen und an kritische Männer geäussert werden, das Männliche sehen und sein zu lassen, auch wenn es nicht immer gut geheissen und verstanden wird – jedenfalls ohne das Männliche reflexhaft als Ganzes entwerfen zu wollen. Denn darum geht es Erwachsenen, wenn sie den Begriff «Macho» verwenden.

Reinhard Winter, Dr. rer. soc., leitet das Sozialwissenschaftliche Institut Tübingen; unter anderem forscht er über Jungen und Männer und arbeitet mit ihnen. Mehr: [www.sowit.de](http://www.sowit.de)

# Allan Guggenbühl: Kleine Machos in der Krise

*Die Schule vergisst, das Männliche zu würdigen. Eine Rezension zu Allan Guggenbühls Plädoyer für eine bubenfreundliche Schule.*

Das Männliche hat in unserer Gesellschaft in nie gekannter Weise eine Abwertung erfahren, die auch die Jungen nicht unberührt lässt – im Gegenteil. Das Image der Jungen hat sich in den letzten Jahrzehnten dramatisch verschlechtert: Sie gelten als unruhig, gewalttätig und tendenziell rechtsradikal. Das männliche Geschlecht hat das Nachsehen und befindet sich in punkto Schul- und Berufslaufbahn inzwischen auf der Verliererstrasse. Die Folgen wird unsere auf technische Innovation angewiesene Gesellschaft schon bald zu spüren bekommen, wenn die Wirtschaftsentwicklung durch einen beträchtlichen Mangel an qualifizierten Technikern, Ingenieuren und Naturwissenschaftlern empfindlich gebremst werden wird; auch modische Mädchenförderprogramme wie «girls go tech» werden hier in nennenswertem Umfang keine Abhilfe schaffen können. Ein rasches Umsteuern tut not. «Trotz unserer Bemühungen leben Mädchen und Jungen weiterhin in verschiedenen Welten, gehen unterschiedlichen Interessen nach, kommunizieren auf ihre je eigene Art und grenzen sich voneinander ab.» (S 11)

Jungen sollten sich – so die Erwartung vieler Pädagogen – von einem antiquierten, patriarchalen Männerbild lösen und eine neue, emanzipatorische und fortschrittliche Männlichkeit entwickeln. Sie sollten lernen, Gefühle zu zeigen, zu weinen und sich endlich vom «Männlichkeitswahn» verabschieden. Bei diesen Forderungen werde von einem politisch korrekten Standardmodell des Mannes ausgegangen, das vor allem in sozialwissenschaftlichen Kreisen verbreitet sei.

«Die Hauptinteressen von Jungen werden in der Schule entweder marginal erwähnt, pathologisiert oder kommen überhaupt nicht vor.» (145 f.)

## **Eine Schule auch für Buben!**

Im letzten Kapitel, überschrieben mit: «Wie gehe ich mit Jungen um: eine kurze Anleitung», zieht Guggenbühl die Schlussfolgerungen aus seinen bisherigen Überlegungen. Sie konzentrieren sich auf die Frage, wie eine Schule aussehen soll, die nicht nur den Bedürfnissen und Eigenarten der Mädchen, sondern auch der Jungen gerecht wird:

**Fussball, Autos und Computer** – Jungeninteressen gehören auch in Schule und Erziehung. Beziehungen werden bei Jungen über das thematische Gespräch verstärkt und weniger beim gegenseitigen Austausch der Befindlichkeit.

**Zuerst Struktur, dann Beziehung** – Codes müssen bekannt und vermittelt werden. Im Gegensatz zu Mädchen sind für Jungen primär nicht Personen wichtig, sondern die Vorkenntnis der Ordnung und Struktur einer neuen Situation.

**Rituale und Zäsuren** – Dem Sozialleben eine Struktur geben. Vertraute, stereotype Abläufe helfen Jungen, sich auch ohne individuelle Kontakte einem System anzuschliessen; so fühlen sie sich als Teil des Systems Schule.

**Verhandlungen statt langen Redens.** Anders als Mädchen erledigen Jungen keine Aufgaben einer Person zuliebe. Aus ihrer Sicht geht es um Geben und Nehmen.

**Befehle statt Bitten.** Zum Führen von Jungen bedarf es einer klaren und bestimmten Sprache. Jungen reagieren auf Befehle, weil sie in Hierarchien denken. Anweisungen sollten klar formuliert sein und keinen Interpretationsspielraum zulassen.

**Anpassung über Widerstand** – Den natürlichen Antagonismus respektieren. Für Jungen gehört Widerstand zum Aufwachsen. Sie brauchen erwachsene Bezugspersonen, die sich der Auseinandersetzung stellen und bereit sind, entsprechende Konflikte durchzustehen.

**Wettbewerb, Debatten und Ehre als Anreiz** – Gruppenstandards als Bezugsgrössen. Jungen lassen sich am besten motivieren durch den Vergleich mit der Gruppe. Sie verstehen ihre Leistungen als Beitrag an ein Kollektiv. Mehr als Mädchen spornen sie Konkurrenz und Wettbewerb an. Ruhm und Ehre sind zentrale Motive von Jungen und Männern.

**Die Sehnsucht nach einem Zeremonienmeister.** Jungen ziehen kollektive Stoffvermittlung der Selbstaneignung oder persönlichen Lerngesprächen vor. Aus diesem Grund sprechen Jungen meist gut auf Frontalunterricht an.

**Kontrolle als Anbindungsakt.** Für Jungen sind Leistungsüberprüfungen und Lernkontrollen wichtig. Selbstbeurteilungen oder individuelle Lernkontrollen machen für sie keinen Sinn, sie interpretieren sie als Desinteresse des Erwachsenen.

**Das Schreckliche und individuelle Herausforderungen gehören auch zu Schule und Erziehung.** Jungen wollen das Gefühl haben, dass sie direkt an existentiellen Herausforderungen partizipieren: Gewalt, Schlachten, Katastrophen, aber auch grosse zivilisatorische Projekte wie der Bau eines grossen Tunnels oder eines Staudammes.

**Gefühlskontrolle.** Jungen reagieren auf Gefühle mit Kontrolle oder einer Handlung. Langes Verbalisieren von Gefühlen überfordert die meisten Jungen.

Allan Guggenbühl, Prof. Dr. phil., Psychologe VBP/FSP und diplomierter analytischer Psychotherapeut, leitet die Abteilung für Gruppenpsychotherapie für Kinder und Jugendliche an der Kantonalen Erziehungsberatung der Stadt Bern und das Institut für Konfliktmanagement und Mythodrama (IKM) in Bern und Zürich/Stockholm. Guggenbühl ist Autor verschiedener Bücher und Artikel sowie kantonaler Schulberater.

Wolfgang Tischner. Rezension vom 06.03.2007 zu: Allan Guggenbühl: Kleine Machos in der Krise. Herder (Freiburg, Basel, Wien) 2006. 192 Seiten. ISBN 978-3-451-28767-1. In: socialnet Rezensionen, ISSN 2190-9245, [www.socialnet.de/rezensionen/4655.php](http://www.socialnet.de/rezensionen/4655.php), Datum des Zugriffs 13.10.2010.

# Die wahren Rocker

**Sie stellt ein Stück Stoff her – und provoziert: Die Modedesignerin Sandra Kuratle ist in der Schweiz die führende Produzentin von Röcken für den Mann.**

24

Zürich, Langstrassenquartier, hinten beim Kanzleiareal geht die Ankerstrasse ab. Ein kleines Schild lenkt den Besucher. AMOK steht drauf. So heisst das Label von Modedesignerin Sandra Kuratle (44), die in einem pinkweiss-schnörkeligen Kurzkleid vor mir steht, die langen schlanken Beine nur ansatzweise verdeckt. Eine schöne Frau. Wir setzen uns in den Hinterhof vor dem Atelier, gleich beim Abgang zu ihrem Kellerlokal.

Du bist bekannt als Designerin für Herrenröcke. Magst du überhaupt noch darüber sprechen?

Naja, das ist so eine Sache. Männerröcke haben mich bekannt gemacht und die meisten haben mich abgespeichert als «die mit den Männerrocken». Das freut mich, aber ehrlich gesagt lebe ich nicht vom Verkauf der Röcke. Ich habe noch etliche andere Produkte. Ich designe und produziere alles, was der Mann für den Kleiderschrank braucht.

Wieviele Röcke verkaufst du?

Zur Zeit im Schnitt vielleicht zwei Röcke pro Monat. Früher waren es mehr – bis zu 40 im Monat. Es sind auch immer die gleichen Kunden. Zwischen 1996 und 2002 – auf dem Höhepunkt von Goa, Streetparade und Techno – mussten alle Trendtypen einen Rock haben. 2003 wurden Modelle von mir sogar in einer Ausstellung im Metropolitan Museum in New York unter dem Titel «Bravehearts – Men in Skirts» präsentiert. Für diese Trendmänner von damals ist der Trend durch. Die heutigen Stammkunden sind die «Ernsthaften». Sie haben erkannt, dass der Rock eine coole Alternative ist, um an speziellen Anlässen speziell anzukommen.

Womit gesagt wäre, dass du einen Mann im Rock nicht einfach als für die schräg-schill-ironische Selbstinszenierung verstehst. Du meinst es wirklich ernst...?

Es ist mir extrem ernst.

Erzähl!

Es geht um einen historischen Wandel. Die Frauen haben sich zu Kriegszeiten das Recht «erkämpft», Hosen zu tragen. Nach dem Krieg gaben sie dieses Recht nicht mehr her. Heute ist es normal. Und das macht ja auch Sinn, weil die Hose schlicht sehr praktisch ist. Jetzt sollte etwas Ähnliches bei den Männern mit dem Rock passieren – nur ohne Krieg.

Du hast sozusagen eine gesellschaftspolitische Mission...?!

In gewisser Weise schon, ja. Aber grundsätzlich finde ich Männerröcke einfach schön. Das sieht sehr männlich aus. Es ist ja auch ein Männerrock, für Männer geschnitten und mit den nötigen Öffnungen und Taschen versehen, damit er auf die Toilette gehen oder Sachen verstauen kann. Die Praktikabilität ist aber nicht das Problem...

Sondern...?

Dass der Mann sprichwörtlich «die Hosen anhat», ist gesellschaftlich so stark verankert. Warum soll ein Mann in seiner privilegierten Rolle freiwillig die Hosen abgeben? Die meisten Männer sind dafür zu unsicher. Wer ohne Scheu einen Rock trägt, muss sich auch innerlich schon sehr gefestigt fühlen in seiner männlichen Identität. Der Mann ist sich ja nicht gewöhnt, aufgrund von Äusserlichkeiten aufzufallen. Er fällt mit einer schönen Frau oder einem tollen Auto auf, aber nicht mit seiner Kleidung. Kunden sind auch schon erschrocken, weil sie plötzlich von der Umwelt wahrgenommen werden, ohne etwas «zu machen» – ausser eben ein aussergewöhnliches Kleidungsstück zu tragen.

Das Diktat der Schlichtheit in der männlichen Mode – um es mal wertfrei zu sagen – gibt es historisch betrachtet ja gar nicht seit extrem langer Zeit.

Das stimmt. Vor der Französischen Revolution wurden die Männer sehr prunkvoll geschmückt und mit Korsagen in Form gebracht. Aus heutiger Sicht sind das sehr weibliche Accessoires. Im 19. Jahrhundert wurde der ganze Putz auf die Frau übertragen. Die Kleidung des Mannes wurde rationalisiert, uniformiert und weitgehend entsexualisiert. Das Umdenken braucht Zeit. Ein Mann im Rock ist heute ein Exot, ein mutiger zwar, aber trotzdem ein Exot. Und welcher Mann will schon ein Exot sein? Das verstehe ich ein Stück weit.

Die bürgerliche Rollenverteilung und die modische Entwicklung gingen damals Hand in Hand: Parallel zur nüchternen Kleiderordnung für Männer kam das bürgerliche Familienideal, wonach der Mann ausser Haus für das Erwerbseinkommen und die Frau für Haus und Kinder sorgt. Es stellt sich die Frage: Kann man über Kleidung Gesellschaft und Rollen verändern?

Nein, das muss umgekehrt passieren. Die Gesellschaft und das Bewusstsein müssen sich verändern, damit sich die Grenzen auflösen und sich mehr Freiräume entwickeln.

Was für ein Statement macht ein Mann, der einen Rock trägt? Meine Kunden wollen eigentlich kein Statement abgeben. Sie sind froh, ihre Kleidungsmöglichkeiten zu erweitern, variieren zu können wie die Frauen, mehr Abwechslung zu haben. Es geht um ein Bedürfnis, nicht um eine politische Aussage, wobei es auch ulkige Vögel gibt, für die das Rocktragen fast schon eine Religion ist. Der Rock ist eine Antwort für Männer, die sich fragen: Wie kann ich heute überhaupt noch beeindruckt werden? Schliesslich machen sich in der Natur auch die Männchen schön...

Männliche Identität entsteht über Abgrenzung: Wenn ein Mann sicher nicht schwul und sicher nicht Frau ist,

dann hat er das Wichtigste schon mal erreicht. Der Rock für den Mann stellt gleich beide Pfeiler in Frage.

Ja, der Männerrock spielt mit den Klischees und ist gleichzeitig ein Ausdruck grossen Selbstbewusstseins, weil sich das kaum jemand traut. Das ist spannend. Es geht um Erdung und um Selbstsicherheit. Der Rock fragt den Mann: Wie sicher fühlst du dich in der Gesellschaft? Wie standhaft bist du? Wie gut kannst du dich abgrenzen? Wenn du einen Rock trägst, spürst du das sofort. Manche können es nehmen, andere nicht. Es gibt Kunden, die sagen: Na gut, ich ziehe ihn nur zuhause an. Wenn man nicht gern angeschaut wird, leidet man eher. Für mich ist es phänomenal, was da in den Männern abgeht. Das hat mich mehr zu interessieren begonnen als das Produkt selber.

Wie reagieren die Frauen?

Die meisten Frauen sind offen, ermuntern den Mann eher. Wenn es umgekehrt wäre, könnte man es ganz abschreiben. Die meisten Männer haben eher Angst vor dem Urteil ihrer Geschlechtsgenossen, eben die Angst, als schwul angesehen zu werden.

Und wie ist es für dich persönlich an der Seite eines Rockträgers?

Ich habe meinen Partner kennengelernt, weil er selber Röhre macht und finde es sehr schön, mit einem Mann in Rock unterwegs zu sein. Das sieht sehr ästhetisch aus. Ich stehe dann als Frau auch nicht so im Vordergrund. Das ist übrigens die Kehrseite: Manche Frauen haben Mühe, wenn sie ihren Mann zum Rock überredet haben, er dann plötzlich im Mittelpunkt steht und sie ihm Platz machen müssen

Wenn der Rock eine Provokation ist: Gibt es auch Aggressionen, Beschimpfungen...?

Da habe ich nur Anekdoten mit Jugendlichen gehört: Bubben, die noch nicht richtige Männer sind, die kommen noch schnell ins Pöbeln. Sonst gibt es eigentlich keine Anfeindungen. Was ich auch schon vernommen habe, sind Geschichten, bei denen Freunde so Mühe mit dem Rockträger bekommen haben, dass sie ihm fast die Freundschaft gekündigt haben. Wahnsinn. Nähme mich wunder, was bei denen abgeht, was es auslöst, wovor sie Angst haben, wenn sie mit «so jemandem» verkehren... Letzten Endes ist es ja nur ein Stück Stoff. Dass in der heutigen Zeit, in der man alles darf, ein Stückchen Stoff die Leute völlig durcheinander bringen kann: Das ist doch extrem aufregend?!

Hand aufs Herz: Glaubst du wirklich, der Männerrock könne sich durchsetzen? Oder anders gefragt: Wirst du noch erleben, dass man bei C&A für 80 Franken einen Männerrock kaufen kann?



Du wirst lachen: Im Spengler-Katalog gab es mal Männerröhre, und H&M verkaufte eine Zeit lang einen Wickelrock. Wenn die Grossen auf den Zug aufspringen, wäre das eine Chance. Es geht ja darum, die Augen an dieses Bild zu gewöhnen. Es bräuchte gar nicht so viel und dann wäre es gegessen. Man wüsste: Es gibt Männerröhre Das ist nicht schwul und nicht jenseits.

Du hast meine Frage nicht beantwortet...

Wenn ich 120 werde, dann erlebe ich das noch... (lacht).

In Sandra Kuratles Ladenlokal ihres Labels AMOK an der Ankerstrasse 61 in Zürich gibt es neben über 60 Männerrock-Modellen auch Hosen, Hemden, Mäntel «und alles, was der Mann so braucht» zu erstehen. Weitere Bezugsquellen verrät die Website [www.amok.ch](http://www.amok.ch). Zweiwöchentlich bietet Sandra Kuratle in Zürich auch einen Nähkurs speziell für Männer an (nähere Informationen unter [info@amok.ch](mailto:info@amok.ch)).

# Möchtegerns mit Unterhaltungswert

**Jonny Fischer und Manu Burkart füllen als Cabaret-Duo «Divertimento»  
Abend für Abend die Säle mit Nummern über nervöse Machos und  
zivilisationsmüde Männer.**

26

Julian Kaufmann als J.K. aus Spreitenbach ist eine ihrer Kunstfiguren; beim Casting glänzt er mit Machoallüren und prägnanter Mathematik: «Easy Mann! Weisch was, ich sag dir genau drü Wörter: Pass uf!» Auf ihn folgt sogleich der Softie, der in seiner Freizeit Eisenbahnplakate sammelt und kiffte. Boxer, Sänger, Hysteriker in Uniform: Für solcherlei Gestalten wird das Leben zum «Plan B», wie das aktuelle Programm der beiden heisst. Die Kabarettisten lieben das Spiel mit männlichen Klischees und Figuren. Denken sie sich auch dabei auch etwas? Die Männerzeitung fragt nach.

Männerzeitung: Jonny, Manu, wer von euch beiden ist mehr Macho?

Jonny: Diese Frage geht jetzt dich an, Manu!

Manu: O.k., dann halt ich. (Studiert) Keiner von uns beiden ist wirklich Macho – oder doch? – Ich glaube, jeder Mann hat irgendwo etwas Machohaftes.

Jonny: Es kommt darauf an, man müsste «Macho» vielleicht zuerst definieren.

Ja, macht doch das!

Jonny: Ein Macho ist für mich ein Mann, der mit Frauen spielt, der keine Gefühle zulässt, Sensibilität verdeckt, überspielt oder gar nicht hat. Und das haben wir beide eigentlich nicht. Wir sind recht feinfühlig. Ich selber trage zwar gerne Sonnenbrillen und liebe schnelle Autos. Das ist vielleicht meine Machoseite.

Manu: Vom charakteristischen Macho tragen wir wenig in uns. Vielleicht vom Äusseren schon, dann bist es eher du, Jonny.

Welche Figuren aus eurem Programm sind typische Machos?

Jonny: Tinu, der Autofreak, ist der Klassische, ein einfacher Macho. Der andere ist der schöne Italiener, eher ein Gigolo. Das sind für mich klassische Machos.

Manu: Vom klassischen Macho hat J.K. alias Julian Kaufmann nicht viel, er ist eher der moderne Macho, der Überhebliche. Aber nochmals zur Definition: Der Macho lässt bewusst niemanden an seine Sensibilität, an sein Weiches heran.

Jonny: Du sagst das schön, Manu!

Ihr seid scharfe Beobachter der Gesellschaft:

Wann ist Mann ein Macho?

Manu: Machos beobachten wir tatsächlich oft. Sie fallen uns auch schnell auf und sie sind hervorragend zum Analysieren...

Jonny: ...es gibt zwei Typen davon: Die einen sind es, die anderen verkleiden sich als Machos, um sich zu schützen. Ich selber mache das auch: Bewege ich mich draussen und will nicht, dass ich erkannt und angesprochen werde, dann ziehe ich mir zum Distanzieren Lederjacke, Sonnenbrille und manchmal auch «es Chäppli» an. So mache ich mich

zum Macho und habe ganz schnell Distanz. Aufgrund dieser Selbsterfahrung bin ich vorsichtig, auf der Strasse vorschnell zwischen Macho oder nicht zu unterscheiden. Auf den ersten Blick kann ich nicht sicher feststellen, ob da einfach zu wenig Selbstsicherheit vorhanden ist oder ob es sich wirklich um einen Macho handelt. Sobald man miteinander zu sprechen beginnt, merkt man ganz schnell, woran man ist.

Manu: Ich glaube, der echte Macho ist ein armer Mensch. Gefangen oder in einer Lebensphase, in der er der absolut Coole oder den «geilen Siech» heraushängen muss.

Sind Machos lebenslänglich Machos?

Manu: Auf der Jagd sein, vor allem auf das weibliche Geschlecht, ist sicher eine Phase. Klar gibt es auch solche, die das Machohaftes bis ins Alter mittragen. Aber in irgendeiner Form nimmt die Intensität ab.

Jonny: Ich beobachtete oft in meinem Lehrerberuf, dass Spät-Teenager – heute nicht mehr die klassischen Gigolos, eher die J.K.-Machos – Machohaftes leben, damit sie nicht Gefühl zeigen müssen. Sie sind bei sich selber am Suchen. Uarmen sich zum Beispiel zwei Männer, tönt es dann so: «Spinnst du eigentlich?» oder «Bist du schwul oder was?»

Manu: Eine andere Entwicklung, die ich sehe: Früher war der Macho eher negativ behaftet. Heute, durch all die Medien-, Musik-, Pop- und Rapstars wurde der Macho für viele Jugendliche zum Vorbild.

Jonny: Zum Teil auch schockierend! In meinem Bekanntheitskreis gibt es Typen, bei denen ich mich frage, warum die immer wieder andere Frauen haben? Un..ver..ständig! Die gehen mit Frauen so schäbig um, und ich denke: Das kann doch nicht sein! Es muss einen Frauentyp geben, der auf solche Männer steht.

Manu: Ja, das glaube ich auch, das sind die Tussis. Machos kommen bei Frauen nicht unbedingt nur schlecht an.

Was reizt euch daran, eure Macho-Figur zu spielen?

Manu: Weil sich viele Leute über Machos ärgern, sind das dankbare Figuren, um sie auf die Bühne zu bringen. Man kann sie präsentieren, übertreiben, parodieren.

Jonny: Und das lustig! Auf der Bühne haben alle Freude daran: Diejenigen, die es selber sind, finden es gerade noch knapp lustig, die anderen freuen sich darüber, dass man Machos endlich mal so zeigt und darstellt.

Wie fühlst du dich als Autofreak Tinu?

Jonny: Den Tinu zu spielen war unkomplizierter als das Leben, das ich sonst führe. Das Klischee war so eng, dass ich mich ganz selten fragen musste: Ist es richtig oder falsch, was ich sage? Ich konnte einfach loslegen.

Manu: Man hat bei diesen Figuren einen schmalen Grat, den geht man voll, aber auch etwas beschränkt.



Jonny: Im Alltag hinterfrage ich mich doch dauernd, ob ich gerade zu laut war, z.B. übersehen habe, dass es meinem Gegenüber nicht gut geht, usw. All das macht der Macho nicht. Der ist einfach fadengeradeheraus. Die rund um ihn herum sind ihm scheissegal.

Du Manu als J.K.?

Manu: Wie gesagt, der hat auch machohafte Züge. Nicht klassisch als gutaussehend und gut Gekleideter. Ich spiele ihn gerne. Es ist immer wieder so, dass unsere Figuren auch Charakterzüge von uns selbst enthalten. Dann nutzen wir aber bewusst auch Bereiche, die wir nicht haben und bringen sie in die Figuren ein. Beim J.K. das Machohafte, das Bluffen, das Grossmaulige.

Wie kommen die Machofiguren beim Publikum an?

Manu: Sehr gut! Man muss allerdings immer ein Quäntchen Charme mit dazugeben. Sonst wird's schnell unsympathisch.

Jonny: Unsere Machos haben immer auch etwas Deppenhaftes. Das macht sie liebenswerter.

Manu: Meinst du, das sei das Echte, das dabei von uns selber mitschwingt?

Wieso lachen wir gerne über Machos?

Jonny: Ist doch schön, passiert auch diesen Typen einmal etwas. Sonst wirken sie unantastbar, so cool wie die Mauer, die sie rundherum aufgebaut haben. Fällt ein wunderschöner Mann mit Sonnenbrille die Treppe hinunter, ist das viel lustiger, als ein Angetrunkener, bei dem man denkt, das sei ein «armer Siech».

Manu: Oder einer, der mit einem coolen Auto anfährt, aussteigt und dann den Pfosten küsst. Dann ist das natürlich lustig.

Was darf eine Figur, was darf sie nicht?

Jonny: Machotypen dürfen viel mehr als andere. Das macht diese Figur dankbar. Immer, wenn wir eine freche Moderation machen sollen, dann heisst es: «J.K. machst du das?» Der darf Dinge rauslassen, die man sonst nie sagen dürfte.

Manu: J.K. betitelt ja seine Singlekandidatin in der ersten Reihe ganz bewusst als «Tussi». Das könnte man sonst nicht sagen, das würde nicht ankommen.

Hat die Macho-Figur ein Geheimnis? Ist sie Bote von etwas?

Jonny: Ich glaube weniger, man soll Machos nicht hochstilisieren. Sie sind gefangen, wie Manu gesagt hat.

Manu: Es sind Maskenträger. Nicht authentisch lebende Menschen.

Das Gegenteil des Machos ist der Frauenversther – habt ihr den auch im Programm?

Jonny: Das Sensibelchen. – Nein, nicht wirklich.

Manu: Nein, aber eine gute Idee! Auf der Bühne haben wir den wirklich noch nicht. Ich behaupte, dass wir beide das privat ein wenig sind.

Jonny: Wieso weisst du das jetzt so genau?

Und wie habt ihr es in eurem Alltagsleben? Hat da der Macho einen Platz?

Manu: Vor mir sehe ich sofort einen gut aussehenden Mann. Vielleicht ist dieses Bild auch falsch. Aber wir beide sind schon ein wenig bedacht oder wir geben uns Mühe, gut auszusehen.

Jonny: Ich bin mir bewusst und ich weiss es, dass viele Leute glauben, ich sei ein Macho. Ich bin es überhaupt nicht!

Manu: Du hast halt das Italienische, das Temperamentvolle in dir.

Jonny: Ja, und ich trage auch Sonnenbrillen, wenn es neblig ist.

Manu: Dann muss ich ihn jeweils am Stock führen und ihm helfen...

Jonny: Es ist mir eigentlich egal, denkt man das von mir. Es gibt mir willkommene Distanz zu den Menschen rundherum.

Wann fühlt ihr euch so richtig männlich?

Manu: Ich beim Sport, weil ich da und dort zu guten Leistungen fähig bin und dadurch «uhuere» Freude habe. Ich bin zudem leidenschaftlicher Gitarrist und spiele ab und zu bei einer Band mit: Meine E-Gitarre mit verzerrtem, lautem Sound, ein Bein auf dem Monitor, breitbeinig dastehen – dann fühle

## ***Machos kommen bei Frauen nicht unbedingt nur schlecht an.***

ich mich sehr männlich. Meine Leidenschaft für Rockmusik hat schon etwas Machohaftes.

Jonny: Bei mir ist es ebenfalls der Sport. Und dann noch klischiert machohaft: Mit einem wirklich geilten Auto unterwegs sein, eine Passstrasse «hochpreschen» und vier Autos überholen: Steige ich oben aus, habe ich echt nasse Hände.

Also die Erkenntnis: Jeder Mann trägt Machoanteile in sich, mehr oder weniger?

Manu: Der Mann wird gerade in unserer Gesellschaft ein Stück weit in das Bild hineingezwungen. Die einen nehmen das mehr auf, die anderen versuchen abzuwehren.

Und diejenigen, die es mehr aufnehmen, brauchen die Hilfe?

Jonny: Ich habe das Gefühl. Spreche ich in meinem Umfeld mit Männern, bekomme ich immer wieder den Eindruck, es sei



***Wir beide sind grosse Befürworter  
auch der weiblichen Seite im Manne.***

schlimm, wenn Mann z.B. weint. Da staut sich doch was auf. Das kann nicht gesund sein.

Manu: Wir beide haben das Flair, mit Freunden – auch solchen mit Machoanteilen – zusammensitzen und mit ihnen zu grübeln und vertieft zu diskutieren. Und dann entdecken wir auch die sensiblen Seiten...

Jonny: ...die geniessen das dann auch. In dem Moment, in dem ich mitteile, dass es mir selber nicht so gut geht, denken die: «Warum erzählt er mir das?» Und schreibe ich am Abend dann auch noch eine SMS, dass es schön war mit ihnen zu schwatzen, dann kommen die im Moment nicht mehr draus. Aber irgendwie freuen sie sich doch darüber.

Manu: Sprechen wir mit jemandem, und es geht darum, eine Schwäche preiszugeben, dann ist das sehr unangenehm...

Jonny: ...aber genau dann merkst du, wie er mit Schwächen umgeht. Vielleicht sagt er einfach «Scheisse», aber falls er hört, dass es mir viel «verreckter» geht, dann gibt das gute Gespräche. Es ist halt ein wenig «Gschpürsch mi». Genau das ist wichtig im Leben. Je länger je mehr. Definitiv.

Manu: Wir beide sind grosse Befürworter auch der weiblichen Seite im Manne.

Jonny: Absolut, absolut.

Haben Manu und Jonny auch Partnerinnen? Wie gehen sie mit euren Machoanteilen um?

Manu: Bin ich Macho, dann immer in einer Rolle, eben z.B. beim Musikhören. Bei meiner Freundin weiss ich, dass sie das cool und attraktiv findet, so wie ich sie verstanden habe...

Jonny: ...da erzählt sie mir etwas ganz anderes...

Manu: Sie ist froh, dass es im Privaten nicht so ist. Dort bin ich eher das Gegenteil.

Ich hatte von meiner Freundin auch schon den Vorwurf erhalten, ich sei in bestimmten Situationen zu wenig Mann. Das hat es auch schon gegeben.

Zum Schluss die Frage, auf deren Antwort die ganze Schweiz wartet: Wann kommt das nächste Programm und gibt es dazu schon etwas zu verraten?

Manu: Ich glaube man darf heute schon sagen: Im Frühjahr 2012 wird es soweit sein.

Jonny: Ab Mai 2011 gibt es eine bewusste Bühnenpause für ein gutes neues Programm. In den Medien wird man während dieser Zeit wenig von uns hören.

# Der Frauenkönner

## *Eine literarische Skizze über die Erotik des Sessellifts*

30

Mein Aussehen alleine war's nicht, es war Können. Doch, das kann man so sagen. Sonst wäre 1983 der Jucker Bänz mit der Kistler Mone zusammen auf dem Sessellift gesessen und nicht ich. Am ersten Tag des Skilagers hatte der Jucker alle Jungs ins Zimmer der 9.-Klässler zitiert und verkündet: Er wolle die Kistler, dass das klar sei. War es! Der Jucker war Nachwuchs-Handballer bei der GBB und dementsprechend schmeckten seine Kopfnüsse. Aber alle Befehle und Kopfnüsse der Welt nützen nichts, wenn man so lausig Ski fährt wie der Jucker, und so landete nicht der Jucker, sondern ich, ein 7.-Klässler notabene, in der Skigruppe «Lise-Marie Morerod», Niveau schwarze Piste, in der auch die Kistler mitwedelte. Im Sport war ich immer schon ein Ausnahmetalent, und das ist jetzt nicht übertrieben. Zum Beispiel Fussball: Obwohl ich im Training die halbe Zeit gefehlt hatte, schaffte ich's spielend bis zu den YB-Junioren und wäre in der 1. Mannschaft gelandet, wenn Intelligenz nicht auch schon immer ein Steckpferd von mir gewesen wäre! Die Matura habe ich mit 5.9 bestanden, das Jura-Studium mit summa cum laude und auch beim Fürsprecherpatent nur Bestnoten.

Und so war es auch mit den Frauen: Ich wusste, dass ich sie haben konnte. Und das ist der Schlüssel zum Erfolg, denn Frauen spüren, ob du dir deiner Sache sicher bist. Das ist wie bei den Hunden, denen machst du nichts vor; wenn du Angst hast, beissen sie dich. Fertig! Schluss!

Bei der Kistler war das nicht anders; alle waren in sie verknallt, aber keiner hatte den Mumm, sie anzusprechen. Dabei kommt es überhaupt nicht drauf an, was du sagst. Wie du's sagst, das ist massgebend. Darum flüsterte ich ihr die ganze Zeit ins Ohr, irgendetwas, was mir gerade in den Sinn kam. Und siehe da, sie lachte! Und wenn Frauen lachen, ist das meist schon die halbe Miete. Darum habe ich ihr, dort wo der Lift sich über einen Hügel kurz in eine Senke verkriecht und man einen Augenblick für die vorne und

die hinten von der Bildfläche verschwindet, einen Kuss auf die Backe gedrückt. Und das ist Regel Nummer zwei: Lustig reden ist gut, aber irgendwann musst du küssen, sonst war alles Lustigsein für die Katz. Auch wenn du dabei eine geklebt bekommst. Kistler Mone klebte mir jedenfalls keine, sondern gestand vielmehr, dass sie noch nie hatte. Wenn dir eine so was offenbart, dann hat sie dir damit ihr kleines Herz geöffnet und du kannst zulangen. Das tat ich und bekam nun meinerseits einen Kuss, ziemlich versteckt, aber ganz ordentlich. Nur eben, wenn eine Frau mal küsst, ist die Liebe nicht mehr weit und dann spielt es ihr keine Rolle, ob du 13 und sie 15 ist. Kaum waren wir nämlich wieder zu Hause, bekam ich mehrseitige Liebesbriefe von ihr. Je länger ich die Briefe unbeantwortet liess, desto kürzer wurden die Abstände zwischen ihren Briefen und desto länger die Briefe selber.

Später hat sie dann doch den Jucker genommen. Der war so hartnäckig, dass er für sie sogar seinen Traum von einer Handballerkarriere beim BSV beerdigte und stattdessen was Solides machte, das KV. Ja, und da sieht man, manchmal kriegt man eine sogar mit Hartnäckigkeit rum.

Aber da war noch etwas anderes, nicht nur Können, nennen wir es mal Stolz. Es gibt Kumpels, die kennst du schon seit dem Sandkasten, mit denen bist du durch Dick und Dünn gegangen. Eines Tages taucht so eine Schnepfe auf und dann kannst du die Kollegen rauchen. Heutzutage ist es noch viel schlimmer. Früher sind sie wenigstens noch zum Grümpelturnier erschienen und man hatte ein paar lustige Stunden. Heute nehmen die Jungs das Handy mit bis aufs Spielfeld. Und wenn es der Alten in den Sinn kommt, sie mitten im Spiel nach Hause zu pfeifen, rennen sie los wie ein Schosshündchen. Dann wundern sie sich, wenn sie von ihr eines schönen Tages vor die Tür des eigenen Hauses gesetzt werden und trotzdem bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag zahlen

dürfen. Und da finde ich: Wer keine Selbstachtung hat, darf auch keinen Respekt erwarten.

Na ja, ich muss zugeben, einmal ist mir das auch passiert. Sile hiess sie. Wir hatten beruflich miteinander zu tun, sie war im Personaldienst, nicht mal an leitender Stelle, irgend so eine Tippse. Auffällig an ihr war eigentlich nur, dass sie sich nicht für mich interessierte. Zuerst dachte ich, das sei eine Masche. Ich meine, man kennt das. Sie geben dir zu verstehen, dass du sie überhaupt nicht interessierst, aber derart penetrant, dass es zum Himmel stinkt.

Das ärgerte mich, zumal sie nicht einmal besonders gut aussah. Da habe ich halt ein bisschen gestochert, anfänglich mit Komplimenten, und als das nichts nützte, mit Geschenken, freilich erfolglos. Ich hatte mich zuvor nie runterziehen lassen von Frauengeschichten, weil wie der Romand sagt: «Ça vaut pas la peine» und an der nächsten Ecke wartet schon die Nächste, aber hier...

Dann starb mein Vater und die Sile hat sich bei mir gemeldet. Richtig rührend hat sie sich um mich gekümmert, fast mütterlich, lange Spaziergänge und noch längere Gespräche. Es ergab sich alles wie von selbst, «ruhig und feinstofflich», wie Sile es immer genannt hatte. Jedenfalls war ich selig und wir wollten heiraten. Alles war vorbereitet, aber eine Woche vor der Hochzeit kommt sie und bläst alles ab. Sie könne nicht, sie fühle sich nicht verstanden. Sie redete und redete; ich nähme viel zu viel Platz ein, redete nur von mir selbst. Sie könne nicht mit einem Mann zusammen sein, der sich noch nicht von seiner Mutter gelöst habe, einem Muttersöhnchen mit Macho-Allüren. Dabei hatte ich noch nie zuvor einer Frau so lange zugehört. Als sie mich dann verlassen wollte, war ich ganz unten. Gebettelt habe ich, sie solle doch bleiben, wir müssten ja nicht heiraten. Sie blieb und wir lebten in einer Art Wohngemeinschaft. Schliesslich stellte sich raus, dass es noch jemand anderen gab, kein Mann, ein Medium, der sie auf



Michael Sasdi ist Schriftsteller und Filmemacher.  
Illustration: Lara Klopfer

den spirituellen Weg geführt hatte. Ich liess mich völlig gehen, ging auf wie ein Schwamm, soff. Nach kürzester Zeit zog der Heiler bei uns ein. Ich wechselte ins Kinderzimmer meiner Mutter und just an diesem Tag lief mir die Kistler Mone über den Weg. Sie lebte schon längere Zeit getrennt vom Jucker, und da haben wir uns gegenseitig ein wenig getröstet. Die hat noch geküsst wie auf dem Sesseli, das hat mir Schub gegeben! Seit her geht's bergauf. Ich habe den Job gewechselt, bin ganz oben bei einer in-

ternationalen Firma tätig, treibe täglich zwei Stunden Sport und bin in bester körperlicher Verfassung, von der geistigen ganz zu schweigen. Mit der Kistler habe ich gleich wieder aufgehört, weil irgendwie war es aufgewärmter Kaffee. Klar, die ist immer noch schön für ihre 42, aber halt 27 Jahre älter als damals; und ein Mann in den 40igern, der will was Junges, das ist ein Naturgesetz, da steh' ich dazu. Umgekehrt aber auch. Die Nachfrage nach gestandenen Männern, die äusserlich etwas hergeben

und jungen Frauen etwas bieten können, ich meine nicht nur finanziell, ist nicht gerade klein. Das mit dem Macho und dem Muttersöhnchen hat mich anfänglich gefuchst, mittlerweile empfinde ich es als Kompliment. Ich habe eine tipp-toppe Beziehung zu meiner Mutter, was soll falsch daran sein? Und zum Macho kann ich nur sagen: Wenn einer so viel Erfolg beim weiblichen Geschlecht hat wie ich, kann er nicht ganz falsch liegen. Und abgesehen davon, müssen tut ja niemand.

# Der Frauenflüsterer und sein Schattenwurf

32

Guido steht im Halbdunkel des Partykellers in der Ecke, dort wo auch das kleine Buffet steht. Er fingert in den Kartonschälchen nach Chips und Nüssli. Das tut er so, als wäre er gut gelaunt und als ob es nichts Genüsslicheres gäbe, als sich Chips und Nüssli in den Mund zu stopfen. Neben dem Buffet steht ein Stuhl mit einem kleinen Lautsprecher darauf. Daraus scheppert laut Wig Wam Bam von The Sweet. Guido wippt zu der Musik von einem Bein auf das andere und versucht dabei, lässig zu wirken. Aber Guido fühlt sich überhaupt nicht lässig. Viel eher fühlt er sich unsicher und verkrampft. In diesem Augenblick interessieren ihn weder die Snacks noch die Musik noch die anderen im Raum. Tatsächlich kann Guido fast nichts hören vor lauter Hitze im Kopf und Klopfen im Herzen. Tatsächlich interessiert ihn in diesem Moment nichts anderes als Helga, die in der anderen Ecke des Partykellers am Boden sitzt. Und neben Helga sitzt Andy.

Guido füllt sich Sinalco in einen Kartonbecher. Dabei beobachtet er verstohlen, wie Andy einen Arm um Helgas Hals schlingt und seine Hand beim Herunterbaumeln auf Helgas Bluse zu liegen kommt. Unter der Bluse befindet sich Helgas Busen. Guido verschluckt sich mit Sinalco, als er sieht, wie Andys Hand Helgas Busen zu kneten beginnt. Unglaublich! Guido hat noch nie einen Busen berührt, aber er ist sich in diesem Moment absolut sicher, dass er Helgas Brust – falls überhaupt! – zärtlich gestreichelt hätte. Nicht so wie Andy, der die Brust richtiggehend und ungehobelt knetet. Wie kann sie das bloss zulassen? Das kann ihr doch nie im Himmel gefallen!

Zu viel wird es für Guido, als er mit ansehen MUSS, wie Andys Hand unter dem atemberaubend kurzen Rock von Helga verschwindet und dort Helgas Schenkel knetet. Zu guter Letzt fangen die beiden dann auch noch hemmungslos an zu schmoren. (Als Schmoren bezeichneten die Jugendlichen in den siebziger Jahren im Zürcher Unterland das lang andauernde Zungenküssen.) Guido

explodiert beinahe vor Eifersucht und sein Herz rast wie wild. In seinem Kopf glüht es. Beim fluchtartigen Verlassen des Kellers fragt er sich, wie Helga dazu kommt, sich mit einem blöden Affen wie Andy einzulassen. Ausgerechnet Andy, der nun wirklich das allergrösste Macho-Arschloch in der Klasse ist. Darüber sind sich doch alle einig. Und Helga ist die absolute Prinzessin in der Klasse. Darüber sind sich doch auch alle einig.

Guido kann nicht einschlafen in dieser Nacht. Zu verrückt wütet die Szene im Partykeller noch in seinem Kopf umher. Kaum zu glauben, dass Guidos Welt am Nachmittag noch völlig in Ordnung war. Da trafen Helga und er sich vor dem Dorfbeck, um zusammen eine Glacé zu essen. Natürlich gefiel sich Guido darin, mit Helga vor dem Dorfbeck gesehen zu werden. Schliesslich hatte Helga ihm erst vor ein paar Tagen offen eingestanden, dass frau gut mit ihm reden könne. Darauf ist Guido stolz. Nie und nimmer wäre es ihm aber in den Sinn gekommen, Helga danach zu fragen, ob sie mit ihm gehen würde. Nicht in hundert Jahren; dafür war er viel zu schüchtern.

Es hatte eine zerbrochene Liebe und eine Scheidung gebraucht, bis Guido viele Jahre später begann, sich selber auf die Schliche zu kommen. Der Prozess des Erkennens, unter welchen Deckmänteln – zum Beispiel aus Schüchternheit oder Gefallenwollen –, er seine Machoenergie versteckt, dauert noch an. Und sich einzugestehen, dass er andere Männer für ihr Übertreiben, ihr Imponiergehabe und ihre Selbstverliebtheit lieber verurteilt, anstatt diese Aspekte bei sich selber mitfühlend zu erforschen, tut zuweilen weh.

Heute gilt Guido zwar immer noch als Frauenflüsterer, als ein Mann also, bei dem sich die Frauen verstanden fühlen. Daran ist nichts verkehrt, und über die Kehrseiten dieser Rolle kann er heute schmunzeln. Obwohl: So ganz hat er den diskriminierenden Glaubenssatz aus dem Partykeller von damals, wonach eine Frau zwar gerne mit ihm



redet, aber am Ende des Tages dann doch lieber mit einem blöden Affen ins Bett geht, so ganz hat er diesen Glaubenssatz noch nicht aufgegeben.

Zu sich zu stehen und bei sich zu bleiben braucht Mut und Kraft. So der so.

Das gilt vor allem auch dann, wenn das offensive und draufgängerische Verhalten gegenüber einer Frau als unhöflich, überheblich und herablassend taxiert wird. Und egal, ob die Rückmeldung von einer Frau oder einem Mann stammt.



Körper, Geist und Sinne | Robert Fischer

# Es braucht Machos



Das Wort Macho ist spanisch. Ein Fremdwort. Und als solches mit der Faszination und der Ambivalenz dem Fremden gegenüber behaftet. Es heisst ursprünglich «männlich», auch «mutig», hat also durchaus eine positive Bedeutung. In der Bedeutung von «mutig» kann es an manchen Orten in Lateinamerika auch das Verhalten von Frauen beschreiben, völlig positiv gemeint, «una mujer macha». Erst das Verhalten des «machismo» und der «machista» stehen im Spanischen für den Zwang, seine Männlichkeit, meist auf Kosten der Frauen oder Anderer, beweisen zu müssen.

Für viele waren sie in den letzten Jahrzehnten das negative Feindbild, die Machos. Ihr sexuelles Forsch-Sein, ihre politisch nicht immer korrekten Äusserungen, ihre Überheblichkeit den Frauen und Schwulen gegenüber wurden angeprangert. Und da jede kritische Bewegung auch etwas übers Ziel hinaus-schiesst, wurde gleich noch das Kind mit dem Bade ausgeschüttet: Männer, die zu sich standen, Mut und natürlichen Stolz als Mann hatten und sich mit ihrem Standpunkt einer Frau gegenüber stellten, riskierten manchmal genauso das Etikett «Macho» und «Frauenfeind» zu erhalten. Dabei ist das Verhältnis zum Macho ambivalent. Ich erinnere mich an ein Küchengespräch mit einer feministisch engagierten Bekannten Ende des 20. Jahrhunderts: Sie erzählte von der heissen und sie verwirrenden Begegnung mit einem unbekanntem Macho-Typen. Dieser sprach sie unverschämt direkt als begehrte Frau an. Er war eindeutig in seinen sexuellen Absichten, und genau so direkt und schamlos war er in der folgenden sexuellen Begegnung. Er hat sie regelrecht genommen. Schnörkellos. Sie war begeistert, der Glanz in den Augen unterstrich das. – Gleichzeitig war sie stolz auf ihren Freund, weil der nun wirklich keiner von diesen rücksichtslosen Machos sei. Letzterer entsprach den Wünschen, ersterer war aufregend. Einige Männer waren genau so in der Zwickmühle: Sie bemühten sich, nicht

Machos zu sein und waren insgeheim von solchen fasziniert, weil diese sich allerhand erlauben konnten.

Heute hat es zu wenig Machos. In den Medien wird von Männern berichtet, die Risiken eingehen. Sie machen die verrücktesten Abenteuer, dass das Adrenalin nur so durch den Körper rauscht. Gefährliche Outdoor-Sportarten, Autorasen, heisse Computerspiele, mit Millionen und Milliarden spekulieren (die meist anderen gehören), sexuelle Grenz-Erlebnisse. Das Treiben dieser Hazardeure hat oft mehr mit Nervenkitzel und Sucht zu tun als mit Mut. Zu Letzterem gehört, Verantwortung zu übernehmen für eigene Absichten, Entscheide und Handlungen.

Frei sein wollen alle Männer, frei von Schranken, von engen Rollenvorstellungen, von moralischen Zwängen und Verboten, von Erwartungen anderer. Sie fordern bessere Bedingungen, weniger Einengendes, politisch und im Privatbereich. Das ist gut, es reicht aber nicht. Es ist erst die «Freiheit von». Der nächste Schritt ist die «Freiheit zu», nämlich zur Tat mit Verantwortung, zum Engagement und zur Kreativität für den eigenen Standpunkt und das eigene Ding, das in die Welt gebracht werden will. Mutig und im besten Sinne rücksichtslos. Kinder werden so Väter mit Profil haben, Frauen ein nicht immer pflegeleichtes, aber sturmfestes Gegenüber, die Wirtschaft und Politik echte Verantwortungsträger, die Schule Vorbilder. Nicht wenige Männer tun es im Beruf, schaffen es kaum im Privaten. Das kann auch mal einen mordsmässigen Macho-Mut brauchen. Ich plädiere entschieden für Machos.

Robert Fischer ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH mit eigener Praxis. Er gibt Männerseminare und gemischtgeschlechtliche Kurse mit den Themenschwerpunkten Sexualität, Partnerschaft, Geschlechtsidentität und Work-Life-Balance.

# «Zwei nasse Säcke trocknen einander nicht...»

**Am 19. Oktober palaverten in Thun 15 Männer im Raum für Kultur am Mühleplatz 1 in Thun zum Thema: «Mehr Kraft, weniger Macho»**

36

Nach dem erfolgreichen Start im Frühjahr 2010 beginnt an diesem Oktoberabend die neue Palaversaison mit sechs Gesprächsrunden bis im März 2011.

Die Ausgangsfrage lautet: «Ist mit der Absage an den Macho nicht zuviel an Direktheit, Kraft und Selbstbewusstsein auf der Strecke geblieben?» Gestellt und erläutert wird sie von Beat. Er legt die Palaverregeln dar und spielt zur Einstimmung «Macho, Macho» von Rainhard Fendrich vor.

*Macho Macho sind fast immer vorn dabei  
Macho Machos leben gefährlich*

Martin, der zweite im Team der Organisatoren, ergreift den Palaverstab und erzählt aus seinem Erleben: Mit dem «äusseren Macho» kann er wenig anfangen, aber sein «innerer Macho» hat gerade einmal mehr zugeschlagen, indem er sich zu Beginn der Herbstferien keine Ruhe gönnte und dies mit Kreuzschmerzen bezahlte. Martin legt nun den Palaverstab auf den kleinen runden Tisch in unserer Mitte und los geht's...

Nach ruhigem Einstieg wird das Gespräch heftiger und der jeweils Schnellere schnappt sich den Stab, um reden zu können. Wenn einer den Stab hat, gehört ihm die Aufmerksamkeit der Männerrunde, ein kraftvolles Gefühl. Der Macho hat zu Beginn keine Freunde: Machos, das sind Leute, die sich aufblasen und wichtig machen. Die einen in der Beiz mit ihren simplen Sprüchen an die Wand drücken. Verführer, die abhängig machen.

*Macho Macho kannst net lernen  
Macho Macho muss man sein*

Einer der Männer erzählt vom guten Gefühl, mit den Kindern absolut klar umzugehen: Grenzen setzen, die halten, die Sicherheit vermitteln. Ein anderer nimmt sich viel Zeit, entwickelt bedächtig, wie er, wenn er auftritt, das eine oder andere Mal aneckt, Eindruck macht, als Autorität wahrgenommen wird. Aber das braucht es doch auch, oder?

*Er hat einen Hintern wie Apollo  
in seinen Hüften schwingt Elan*

Macho bedeutet auf Spanisch ganz einfach männlich. Und wenn man in Wikipedia nachschaut, findet man eine zweite, etwas kuriose Erklärung: MACHO ist die Abkürzung für Massive Astrophysical Compact Halo Object. Damit sind kompakte Objekte gemeint, die sich im Halo einer Galaxie aufhalten und insgesamt genug Masse aufweisen, um Einfluss auf die Sterne der Galaxie zu nehmen. Mann oh Mann: Einfluss auf die Sterne, wer möchte das nicht gerne...? Sind Machos also Männer, die wirken, die etwas bewirken?

*Macho Machos haben viele Neider  
Macho Machos haben viele Freund  
verloren*

Macho – das ist ein Schimpfwort, ein Abfallkübel für Eigenschaften, die man an Männern kritisiert. Ob da in diesem Kübel vielleicht auch die eine oder andere männliche Eigenschaft landet, die so schlecht gar nicht ist? Ist es vielleicht Neid, der Klarheit als Dominanz verschimpft? Der Lust am Führen als Unterdrückung titulierte? Der Macho ist eine Schattenfigur des Männlichen. Lustvoll, zu erleben, wie das kleine Thun heute Abend zur «Palaver-Hauptstadt der Schweiz» wird in dieser Runde von 15 Männern: ... Macho kann bedeuten «Mach doch», sei direkt und klar... Macho sein, nein danke, aber Macho-Eigenschaften hätte ich gerne... Ein guter Vater braucht auch Macho-Qualitäten...

*Macho Machos leben gefährlich  
Macho Machos haben was los*

Weitere Palaverrunden in Thun:

18. Januar 2011: «Mann – Frau + Sex»

8. Februar 2011: «Angst vor dem Scheitern» /

1. März 2011: «Mannsein + Überforderung»

[www.maennerpalaver.ch](http://www.maennerpalaver.ch)





# Der Macho und die Bundesrätin

*Unser bewährter vorwärts denkender Kolumnist von Avanti Papi hat sich für einmal gedanklich in das Kostüm eines wilden Macho begeben und schreibt unserer frisch gewählten Landesmutter einen Brief zu Sommarugas Vorschlag, Vätern die Arbeitszeit um 30% zu kürzen.*





**Hey Simonetta Babe,**

find ich ja voll krass, dass jetzt mehr Weiber, äh tschuldigung, Frauen im Bundesrat sind. Aber eigentlich auch o.k., wenn ich mir das so überlege. Ich meine, wenn man die letzten Jahre so anschaut, was die alten Typen so abgeliefert haben, also da denk ich, dass ihr Frauen es auch nicht schlechter macht. Mal sehen. Und das mit dem weniger Arbeiten find ich auch voll cool. Du weisst schon, weil ich doch Kinder habe und sogar noch ein Baby, und du ja im Mai geschrieben hast, dass alle Väter, die arbeiten, eben weniger arbeiten sollen. War glaub ich in der «Zeit», so einer Schwabenzeitung, wo zehn Promis schreiben konnten, wie die Schweiz besser wird. Der Remo Largo hat geschrieben, dass es eine Frauenpartei braucht, aber das find ich dann doch voll übertrieben. Er meinte, weil in Skandinavien so viele Frauen in der Politik sind und die voll gute Sachen gemacht haben, von wegen Vaterschaftsurlaub und so. Aber ihr seid ja jetzt in der Überzahl, und da braucht es keine Frauenpartei mehr. Das mit dem Vaterschaftsurlaub könnt ihr ja jetzt auch so machen.

Du hast geschrieben, dass Männern, die ein Kind bekommen, die Arbeitszeit um 30 % reduziert werden soll. Cool, hab ich gleich meinem Chef gesteckt. Der fand das auch ganz lustig. Auf jeden Fall hat er laut gelacht. Aber hey, das war doch nicht ein Witz von dir, oder? Du machst das jetzt im EJPD! Ich arbeite zwar nicht fürs EJPD, aber trotzdem fänd ich das cool. Mehr Zeit für die Kinder ist immer gut. Mein Chef hat gemeint, du wärest auch für weniger Steuern für Eltern. Auch gut! Dann hab ich mehr Geld für einen neuen TV. Wobei, eigentlich ist das ja nicht gut, dass die Eltern mehr Geld haben. Eigentlich sollte Familienpolitik, die die Eltern entlastet, ja auch gut sein für die Kinder. Meint ein Kollega, der sich voll gut auskennt mit so was. Und irgendwie hat er Recht. Dann kauf ich halt eine neue Playstation, dann haben wir alle was davon.

Der Kollega meint zwar, dass es besser wäre mehr Zeit für die Kinder zu haben, statt mehr Geld im Portmonee, aber ich wette meine Brusthaare samt Goldkettchen, dass die meisten lieber die Kohle einsacken. Und hey, dann hat der Kollega gesagt, dass ich eh kein Geld kriege, weil die Steuererleichterung gibt's nur, wenn die Kinder in die Krippe gehen oder Hort oder so. Meine gehen zwar in die Krippe und Hort, aber der Kollega meint, das Geld sei trotzdem nur für den Mittelstand und nicht für so arme Schlucker wie mich. Und weisst Du, das versteh ich jetzt wirklich nicht und mein Kollega auch nicht. Du willst, dass wir uns mehr Zeit für die Goofen nehmen und sogar die Arbeit reduzieren, aber Kohle gibt's nur, wenn die Kinder in die Krippe gehen? Und was mach ich dann zu Hause? Alleine Playstation spielen oder was?

Also ich find die Idee mit weniger arbeiten oder Vaterschaftsurlaub, wie in Schweden, besser als weniger Steuern für den Mittelstand. Ist meine Meinung, und der Kollega findet das auch. Der Chef findet das nicht, aber der ist ja auch vom Mittelstand und will wohl nicht, dass wir weniger arbeiten. Also, würde mich freuen nach Feierabend mal ein Bierchen mit dir zu trinken und das Ganze ausdiskutieren, oder aber wir machen die Sache an der Playstation aus.

Gruss, M.G. aus Z.

[www.zeit.de/2010/20/ideen-schweiz?page=3](http://www.zeit.de/2010/20/ideen-schweiz?page=3)

# Aufruf zur Vernetzung von Männergruppen

***maenner-gruppen.ch bringt frischen Schwung in die Männerbewegung und vernetzt suchende Männer und bestehende Männergruppen!***

40

Oft sind es biografische Umbrüche, die Männer dazu bringen, das Gespräch, den Rückhalt und überhaupt das Zusammensein unter Männern in einer Männergruppe zu suchen. Männergruppen sind eine besondere Form, den gefühlsorientierten Austausch im Männerkreis zu pflegen. Das braucht und gibt Mut, Entschiedenheit und innere Stärke. Die bewusste Pflege des Männerkreises öffnet meist den Blick aufs Leben neu: Man spricht und definiert sich nicht nur über die Arbeit, sondern mehr über die Partnerschaft, die Familie, soziale Netze und den Umgang mit sich selbst. Die Forschung zeigt: Durch Männergruppen entwickeln Männer ein neues Verhältnis zu anderen Männern, sie suchen stärker ein partnerschaftliches Verhältnis gegenüber Frauen. Durch die Erfahrung in der Männergruppe bauen sie eigene emotional-soziale Netze auf und entlasten Frauen von ihrer «emotionalen Fürsorgepflicht».

Männergruppen sind ein wichtiger und zentraler Teil der Männerbewegung. Im Gegensatz zum Feminismus, wo sich Frauen schnell mit politischen Forde-

rungen in die Öffentlichkeit eingebracht haben, ist die Männerbewegung auch stark eine «stille» Bewegung, die in Männer-Gruppen und -Seminaren stattfindet. Angesichts der grossen Bedeutung von Männergruppen ist es erstaunlich, dass es bisher keine entschlossenen Versuche gegeben hat, sie systematisch und breit zu fördern und zu vernetzen. Meine Internet-Recherche im August 2010 ergab Folgendes: Es gibt keine schweizweite Plattform, die Informationen über startende oder laufende Männergruppen zur Verfügung stellte. Zwar existieren mehrere Plattformen, wo sich existierende Männergruppen eintragen können, aber die Mehrzahl davon werden wenig genutzt. Symptomatisch war, dass die Domain, die am ausführlichsten Männergruppen auflistete (maennertreff.ch), als Domain samt Inhalt zum Verkauf steht. Es gibt nur vereinzelte regionale Angebote wie das Mannebüro Luzern, das Starthilfe für Männergruppen anbietet. Ein nationales Männergruppen-Treffen fand das letzte Mal 1999 statt. Aufgrund von dieser Situation ist die Idee und Vision für maenner-gruppen.ch entstanden.

Der Verein «maenner-gruppen.ch» will die unsichtbare Welt der Männergruppen wahrnehmbar machen und eine Brücke schlagen zwischen Männergruppen und der Männer-Politik. Deshalb entwickelt die Fachstelle maenner-gruppen.ch eine enge Zusammenarbeit mit männer.ch (Dachverband der Schweizerischen Männer- und Väterorganisationen) und der Männer-Zeitung (Schweizer Zeitung für Männer und Männer-Initiativen).

Deshalb, liebe Männer und Männergruppen:

Tragt Euch ein auf der Internet-Plattform und werdet Mitglied von maenner-gruppen.ch!

Unterstütze das Projekt maenner-gruppen.ch mit deiner Mitgliedschaft oder Gönnerschaft – weitere Informationen zur Anmeldung findest du im Fenster «Vereins-Gründung maenner-gruppen.ch».

Bernhard von Bresinski ist Leiter der Fachstelle maenner-gruppen.ch und Initiator des Vereins maenner-gruppen.ch



## Vereins-Gründung maenner-gruppen.ch

Der Förderverein maenner-gruppen.ch wurde am 14. Oktober 2010 gegründet. Vorgestellt wurden Ansätze zum Projekt erstmals bei Tagung «Männer mit Zukunft» mit Richard Rohr im Lassalle-Haus Bad-Schönbrunn im August 2010. In die Wege geleitet und aufgebaut hat das Projekt Bernhard von Bresinski – Leiter der Fachstelle maenner-gruppen.ch.

### Zweck und Ziele

Der Verein fördert einerseits die Entstehung, Begleitung und Vernetzung von Männergruppen in der Schweiz und andererseits die Vernetzung des Feldes der Männergruppen mit dem Feld der Männer-Politik. Zu diesem Zweck betreibt der Verein die Internet-Plattform [www.maenner-gruppen.ch](http://www.maenner-gruppen.ch) und führt die Fachstelle für Männergruppen. Die Ziele sind:

- Die Internet-Plattform ermöglicht Männern schweizweit rasch und unkompliziert die Bildung von Männergruppen oder die Suche nach bestehenden Männergruppen.
- Die Fachsstelle bietet persönliche Beratung und Kurse an: für die Starthilfe bei der Gründung von neuen Männergruppen und für die beratende Begleitung von bestehenden Männergruppen.
- Die regionale Vernetzung von Männergruppen untereinander und mit der politischen Männerarbeit wird gefördert mit Newsletters, Veranstaltungen und Projekten.
- Der Verein entwickelt eine enge Zusammenarbeit mit [maenner.ch](http://maenner.ch) (Dachverband der Schweizerischen Männer- und Väterorganisationen) und [maenner-zeitung.ch](http://maenner-zeitung.ch) (Schweizer Zeitung für Männer und Männer-Initiativen).

### Finanzierung: Inserate, Mitglieder-Beiträge & Gönnerbeiträge

Der Verein finanziert sich durch Inserate, Mitgliederbeiträge & Gönnerbeiträge.

Die Inserate auf der Internetplattform haben eine Laufzeit von 6 Monaten und kosten:

- Fr. 20.- für einen Mann, der andere Männer für eine Männergruppe sucht
- Fr. 40.- für eine neue, selbstgeleitete Männergruppe, die weitere Männer sucht
- Fr. 70.- für eine bestehende, geleitete Männergruppe

Wie werde ich Mitglied? Auf [www.maenner-gruppen.ch/infos/förderverein](http://www.maenner-gruppen.ch/infos/förderverein) das Mitgliedschaft-Formular ausfüllen und an die Fachstelle senden.

Kollektivmitglieder können mit ihrem Beitrag die Arbeit der Fachstelle unterstützen:

- Fr. 150.- für Non-Profit-Organisationen (Verein, Verband, NGO)
- Fr. 200.- bis 1000.- für Unternehmen (bis 20 MA Grundbetrag, ab 21 MA 10.-/MA)
- Fr. 350.- für öffentliche Institutionen

Gönner profitieren von der Internet-Plattform durch Werbung. Sie erhalten auf der Webseite einen prominenten Auftritt. Wie werde ich Gönner? Auf [www.maenner-gruppen.ch/infos](http://www.maenner-gruppen.ch/infos) das Gönner-Formular ausfüllen und an die Fachstelle senden.

Anmeldung oder Informationen über Inserate, Mitgliedschaft, Projekte oder die Fachstelle [www.maenner-gruppen.ch](http://www.maenner-gruppen.ch)

# Brüderliebe

## *Die Freimaurer-Logen als bürgerliche Vorläufer heutiger Männergruppen*

42

Männergruppen sind Orte, wo Männer gemeinsam unter dem Mantel der Schweigepflicht über ihre Gefühle sprechen, gewisse Rituale pflegen und sich gegenseitig unterstützen. Im öffentlichen Bewusstsein gehen wir davon aus, dass diese Kultur der Männergruppen vor dreissig Jahren im Kontext der Männerbewegung entstanden ist.

Die modernen Männergruppen haben jedoch prominente Vorläufer im 19. Jahrhundert.

### **Die Logen als Vorläufer moderner Männergruppen**

Die Kultur der bürgerlichen Logen bestand aus einer sehr gefühlsbetonten Ritualisierung von Männlichkeit und förderte die emotionale Gemeinschaftsbildung im Männerzirkel. Dies geschah unter dem Ideal der Verbesserung der Menschheit, diente aber auch dem sozialen Aufstieg bürgerlicher Männer und hat auch die bürgerliche Männerdominanz gestärkt. Die Praxis der Freimaurer-Logen macht deutlich, dass das Teilen von Gefühlen im Männer-Kreis, das Pflegen von Ritualen unter dem Mantel der Verschwiegenheit keineswegs automatisch zu männlicher Emanzipation führt. Es ist deshalb für die Männerbewegung wichtig zu fragen, unter welchen Bedingungen Männergruppen – die als ein zentraler Ort der Veränderung von Männlichkeit gelten – wirklich einen Beitrag zur Männerbefreiung leisten. Wichtig ist aber auch, zu fragen, was die Männergruppen von der Tradition der Logen lernen können.

### **Männer-Logen: die moralische Grundlage der Bürgergesellschaft**

Im 19. Jahrhundert galt für die Beziehungen unter Männern Ähnliches wie für die Liebe und Freundschaft unter Frauen. Es existierte neben der rigiden bürgerlichen Sexualmoral eine reiche emotionale Landschaft. Die Intimität innerhalb der Geschlechter war nicht tabuisiert. Die Gegenüberstellung von Hetero- und Homosexualität gab es nicht. Der Freund-

schaft und Geselligkeit unter Männern wurde eine besondere politische Bedeutung beigemessen. Die «Kunst der Geselligkeit» sollte die moralischen Grundlagen der Bürgergesellschaft sichern. Die Vorstellung des Philosophen Alexis de Tocqueville war, dass diese Aufgabe nur «Vereinigungen» übernehmen können, die besonders gefördert werden. Dazu gehörten die Freimaurer-Logen, denen heute Historiker eine grosse politische Wirksamkeit zuschreiben.

### **Das Geheimnis als Schlüssel zu Intimität und Exklusivität**

Das, was die Freimaurer-Loge von anderen Formen der Vereinigung auszeichnete, war das rituelle Geheimnis. Mit der Entwicklung der bürgerlichen, männlich dominierten Öffentlichkeit gewann die Geheimhaltungspraxis der Logen eine neue politische Funktion. Das Geheimnis zog eine sozial-moralische Grenze innerhalb der entstehenden Bürgergesellschaft. Es verbürgte die Intimität nach innen – unter den Logenbrüdern (den «Eingeweihten») – und die Exklusivität nach aussen – gegenüber den «Ungebildeten» – Frauen, Katholiken, Unterschichten, zum Teil auch Juden. Die männliche Logen-Geselligkeit im Geheimen war ein Spiel, in dem man so tat, als ob alle gleich wären, um dem gemeinsamen Ziel, der Zivilisierung der «Bürgergemeinschaft» und männlichen «Menschheit» im moralischen Innenraum der Logen näherzukommen. Die Überschreitung der Schwelle in diesem Innenraum wurde aufwendig ritualisiert und inszeniert in den Aufnahme Ritualen – einem klassischen Übergangsritus.

### **Die Inszenierung des Aufnahme-Rituals als Reise ins Erwachsenenalter**

Zuerst musste ein künftiger Logenbruder eine komplizierte formelle Zulassung überstehen, inklusive einer Überprüfung der finanziellen Verhältnisse, damit er sich die hohen Logengebühren leisten konnte. Wie alle Logenbrüder musste der Kandidat bei der Aufnahme mit schwar-

zem Frack und Zylinder erscheinen. Beim Eintritt musste er symbolisch alle seine bürgerlichen Insignien wie Geld, Schmuck und Waffen ablegen. Bis auf Hemd und Hose entkleidet wurde er in eine fensterlose, schwarz ausgekleidete Kammer geführt. Der Kandidat wurde mit verbundenen Augen in den eigentlichen Logenraum geführt, wo er verschiedene Prüfungen bestehen musste. Die Prüfungen variierten je nach Logensystem. Der Neuling konnte etwa in einen Sarg gelegt werden. Geburt und Tod, Dunkelheit und Licht waren in der Ikonographie immer präsent. Der Neuling unternahm eine allegorische Reise von der Jugend ins Erwachsenenalter. Er starb einen metaphorischen Tod und wurde in die Gemeinschaft der Brüder «wiedergeboren»; Schliesslich wurde ihm die Binde von den Augen gerissen, geblendet hielten ihm die künftigen Brüder den gezückten Degen auf die Brust, bevor sie ihn an den Händen in die Bruderkette schlossen. Der neue «Bruder» gelobte, nach «Weisheit» und «Stärke» zu streben, nach Selbsterkenntnis und Selbstbeherrschung, und über das Erlebte zu schweigen. Viele Freimaurer zählten die Aufnahmezeremonie zu den eindrucksvollsten Momenten ihres Lebens.

### **Das wahre Geheimnis: Bruderliebe**

Die Rituale und Symbole der Logen unterlagen nur formal der Geheimhaltung, real wurden sie in einer populären Enthüllungsliteratur immer wieder der Öffentlichkeit bekannt gemacht. Was also war das wahre Geheimnis der Logen? Die Freimaurer selbst sahen nicht in den Riten und Symbolen den Inhalt des Geheimnisses, sondern darin, was sie bewirkten. Die Wirkung der Rituale wurde als ein «heiliger Schauer» und «süßes Geheimnis» beschrieben. Sie sei «nicht mitteilbar», sondern «nur erlebbar». Als wahres Geheimnis wurde die «Brüderliebe» betrachtet – die emotionale Gemeinschaft der Männer. Bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts wurde Liebe und Freundschaft unter Männern nicht

unterschieden. «Liebe» meinte selbstverständlich die Freundschaft unter Logenbrüdern. In einem Logengedicht von 1845: «Ich liebe Dich/ Was kann man Schöneres sagen?/ Ist Liebe nicht des Erdenlebens Glück?/ Ich fühl Dein Herz an meinem Busen schlagen,/ Und doppelt schlägt das meine dir zurück.» Die Liebe zum Logenbruder wurde geedelt dadurch, dass sie einem höheren Ziel diene, der «Verbrüderung» der Menschheit. Ab 1850 wurde eine klare Grenze gezogen zur Geschlechtsliebe, zur platonischen Liebe und vor allem zur homosexuellen Liebe. Die Liebe zwischen Ehepartnern wurde betrachtet als naturhaft und unvollkommen, die Liebe der Freundschaft unter Männern galt als Weg zur geistigen und sittlichen Vervollkommnung des Einzelnen wie der Menschheit.

Die Bruderliebe schloss körperliche Berührung zwischen Männern ausdrücklich ein. Die Formen der Berührung waren vielfältig, zum Teil ritualisiert in den Zeremonien: Handschlag und Treueschwur, Bruderkuss und entblösste Brust bekräftigten sinnlich die neue Gemeinschaft. Welch grosse Bedeutung dem männlichen Körper in diesen Ritualen zugeschrieben wurde, zeigt sich an den Regeln in Bezug auf körperliche Mängel, die eine Logenmitgliedschaft unmöglich machten: Bruderliebe kam nicht in Frage bei Blindheit, Taubheit, Gelähmtheit, Geisteskrankheit, «Entmannung», aber auch bei einem äusserlich abstossend wirkenden Mann.

### **Die Bruderliebe: eine Kompensation der Vaterlosigkeit in der Erziehung**

Die Logen-Rituale können interpretiert werden als ein Versuch, die weibliche Erziehung, welche die jungen Männer in der Familie erhielten, durch die Bildung zu Männlichkeit und Tugend in der Gemeinschaft der Logenbrüder zu ersetzen. Der durchschnittliche Besuch einer Loge wurde weit übertroffen, sobald eine Aufnahme eines Freimaurer-Sohnes anstand. In der Loge wurde das emoti-

onale Band zwischen Vater und Sohn neu geknüpft, nicht nur zwischen Vater und Sohn, sondern auch zwischen älteren und neuen Logenmitgliedern. Enge emotionale Beziehungen zwischen Vätern und Söhnen waren im 19. Jahrhundert keine Ausnahme. Ihr Ort war aber nicht die Familie, sondern die Loge. Das Aufnahme-ritual, Tod und Wiedergeburt des jungen Mannes in der Loge, löste symbolisch das Band zur Mutter und knüpfte ein neues religiös-emotional gefärbtes Band zur Vater-Welt. Für Söhne war das Aufnahme-ritual eine Art Übergangsritus von der häuslich-familiären Frauen-Sphäre in die Männerwelt der Loge und der Öffentlichkeit.

### **Die Logenbruderschaft als Zivil-Religion**

Diese exklusive, gleichgeschlechtliche Intimität der Loge war für viele bürgerliche Männer im 19. Jahrhundert ein selbstverständlicher Teil ihrer Identität. Es verschaffte ihnen einen Respekt, der in das Geschäfts- und Berufsleben wie in die Familie reichte. Der sakralisierte Brüderlichkeitskult und das zivilreligiöse Credo der Logen war aber auch ein Gegenentwurf zur kirchlichen Frömmigkeit, die vor allem von den Frauen getragen wurde. Im gehobenen protestantischen Bürgertum, aus dem die Logenbrüder mehrheitlich stammten, war die Differenz männlicher und weiblicher Religiosität besonders ausgeprägt. Fast nur Frauen beteiligten sich am kirchli-

chen Leben und bilden ab 1850 oft das einzige familiäre Band zur Kirche. Die Frauen duften ebenfalls in der unpolitischen Geselligkeit des Salons im Mittelpunkt stehen, die emotionale Geselligkeit in den Logen war auf die Bildung von tugendhaften Bürgern gerichtet – und besass eine politische Ausrichtung.

### **Was Männergruppen von den Freimaurer-Logen lernen können**

Die heutigen Männergruppen kennen keine aufwendigen Aufnahme- und Initiationsrituale. Es gibt keinen Geheimnis-kult und keine exklusiven Männerzirkel, die auf die geschäftliche und politische Welt ausgerichtet sind. In Männergruppen geht es einfach um Selbstbestimmung und Solidarisierung. Im Gegensatz zu den Freimaurer-Logen geht es nicht um eine Einbindung in eine bürgerliche Ordnung, sondern um das Freiwerden von emotionalen Zwängen der Männlichkeitsanforderungen. Die Logen nutzen Rituale zur Bildung von bürgerlichen Männlichkeitsidealen, Männergruppen dekonstruieren durch das Teilen und Reflektieren von schwer zugänglichen Gefühlen ungesunde männliche Lebenswelten. Trotz all dieser Differenzen kann das Feld der Männergruppen von den Männerlogen lernen: eigene Formen von Männer-Initiation zu entwickeln, auch für Söhne, aktiv die Vernetzung fördern, in der Öffentlichkeit wahrnehmbar werden und Ziele der Männer-Politik zu unterstützen.

### **Die Präsenz der Gefühle. Männlichkeit und Emotion in der Moderne.**

Manuel Borutta, Nina Verheyen (Hg.), Transcript-Verlag 2010

Das Buch stellt eine Reihe von Aufsätzen zusammen, die für eine Tagung im September 2007 vom Arbeitskreis Geschichte + Theorie in Zusammenarbeit mit dem Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung organisiert wurde. Die Beschreibung der Praxis der Freimaurer-Logen als Form der Kultivierung von «Bruderliebe» und männlicher Freundschaft ist in diesem Buch als Aufsatz unter dem Titel «Freundschaft als Passion. Bürgerliche Gefühlspraktiken im 19. Jahrhundert» durch Stefan-Ludwig Hoffmann veröffentlicht worden.

# Happy Birthday ZwüscheHalt

***Vor genau einem Jahr hat das erste Väter- und Familienhaus der Schweiz seine Tore geöffnet. Darum feiert nicht nur die Männerzeitung ein rundes Jubiläum, sondern auch die Institution ZwüscheHalt kann ein erstes, kleines Jubiläum feiern.***

44

Als wir am 10. Dezember 2009 unsere Tore öffneten, wussten wir nicht, was uns erwarten würde. Würden wir überannt werden, würden schon bald Männer vor unserer Türe Schlange stehen, oder würde ganz im Gegenteil gar niemand sich für dieses Angebot interessieren? Wie würde die Öffentlichkeit unser Angebot aufnehmen und wie würde sich die Zusammenarbeit mit Institutionen und staatlichen Stellen gestalten?

Ganz viele Fragen, nur sehr wenige Antworten. Wir wussten natürlich schon, dass ein solches Angebot nötig war, sonst hätten wir uns ja gar nicht darauf eingelassen. Es hing aber vieles davon ab, wie Behörden und Beratungsstellen reagieren würden.

## **Zu Weihnachten ein Gast**

Zunächst geschah gar nichts. Weihnacht kam näher und nichts geschah. Doch dann, am 19. Dezember, mitten während der Waldweihnacht des VeV, klingelte das Telefon. Am anderen Ende ein junger Mann, verzweifelt, den Tränen nah, fragte, ob es wohl möglich sei, dass er mit seinem Sohn zu uns kommen könne.

Fast hätten wir angefangen zu jubeln, das schien uns dann aber doch etwas bizarr, schliesslich war die Situation für den jungen Mann alles andere als lustig. Am nächsten Tag, einem Sonntag, rief er gegen Abend nochmals an; er war jetzt mit seinem Sohn geflüchtet und wartete auf uns in einem Restaurant. Zur gleichen Zeit hatte es angefangen wie wild zu schneien, sodass unsere allererste Einquartierung eine ziemliche Rutschpartie wurde. Doch am späteren Abend waren Vater und Sohn sicher und wohlbehalten im ZwüscheHalt einquartiert – glücklich und erschöpft. So hatten wir über die ganzen Festtage unsere ersten Gäste und kamen auch gleich schon ein erstes Mal an unsere Grenzen, zeigte sich doch, dass ein psychisch labiler Gast uns ganz schön fordern konnte, insbesondere über die Festtage, mit reduzierten Pikett.

Aber es gelang uns, die Situation zu meistern, und unsere Gäste blieben bis Mitte Januar bei uns einquartiert.

Leider war dies schlussendlich doch keine Erfolgsgeschichte, denn ein etwas engstirniger Bezirksrichter entschied innerhalb von wenigen Minuten, dass das Kind der Mutter zu übergeben sei und fortan bei dieser zu wohnen habe. Eine Chance wurde hier vertan, doch zumindest über die heiklen Festtage gelang es uns, dem jungen Mann und hauptsächlich seinem 2-jährigen Sohn eine sichere und ruhige Bleibe zu geben.

## **Ein gefragtes Angebot**

In den folgenden Wochen und Monaten war das Haus eigentlich ständig mehr oder weniger besetzt. Immer wieder wohnten und wohnen Männer für kürzere oder längere Zeit bei uns, mal mit, mal auch ohne ihre Kinder.

Insgesamt nahmen 20 Männer mit 14 Kindern unsere Dienste in Anspruch, gesamthaft ergab das ein Total von rund 400 Übernachtungen.

Nicht alle Männer, die bei uns anfragten, kamen auch tatsächlich in den ZwüscheHalt. Getreu der Definition, dass ein Beratungsgespräch der kürzestmögliche ZwüscheHalt ist, konnten wir in den ersten 9 Monaten über 500 Beratungen, Begleitungen, Standortbestimmungen und weitere Dienstleistungen erbringen. Dabei reicht unser Einsatz vom einfachen E-Mail über ein Telefongespräch bis hin zu persönlichen Gesprächen oder gar Begleitungen bei Behörden-gängen usw. Unser Team war dabei mit allen möglichen Überraschungen konfrontiert. So hatten wir zum Beispiel einen Gast, der nur Spanisch sprach. Wir waren dank der breiten Basis des VeV in der Lage, ihm einen Dolmetscher zur Verfügung zu stellen, der ihm bei wichtigen Behördengängen helfen konnte.

Es gäbe unzählige Geschichten und Erlebnisse zu erzählen, doch das würde den Rahmen dieses Berichtes sprengen. Parallel zur konkreten Arbeit im Haus begann unser Team auch intensiv sich

zu vernetzen. In unzähligen Gesprächen, Mails, Treffen, Präsentationen und anderen Formen der Vernetzung gelang es uns, das Angebot des ZwüscheHalt innert kürzester Zeit im Aargau und auch darüber hinaus bekannt zu machen. Insbesondere das Feedback von Fachstellen war dabei sehr erfreulich. Immer wieder hören wir von Fachleuten aus allen möglichen Richtungen, dass unser Angebot hoch geschätzt werde und dringend notwendig sei.

Natürlich gibt es auch immer noch einige Skeptiker, oder vielmehr Skeptikerinnen müsste man eigentlich sagen. Es gibt leider immer noch einige «bewegte» Frauen, die glauben, jedes Engagement FÜR Männer sei gleichzeitig GEGEN Frauen gerichtet und müsse darum aufs schärfste bekämpft werden. Doch glücklicherweise ist diese Haltung stark im Schwinden begriffen und wir können auf mehrheitlich positive bis höchst erfreuliche Kontakte zurückblicken.

## **Unterstützung gesucht!**

Besonders freut uns die Unterstützung unserer Standortgemeinde sowie verschiedener dort angesiedelter Institutionen. Wir wurden mit offenen Armen empfangen und freuen uns sehr darüber. Die Zusammenarbeit mit den lokalen Behörden, aber auch mit der Schule, den Kirchen und weiteren involvierten Organisationen klappt ausgezeichnet.

Unser Projekt wurde aus Mitteln des VeV für 12 Monate vorausfinanziert. Die letzten Monate haben wir intensiv nach Möglichkeiten einer Refinanzierung gesucht. Zahllose Gespräche mit möglichen Geldgebern fanden und finden statt und ein gewisser Erfolg ist auch eingetroffen. Zur Zeit ist der Fortbestand des ZwüscheHalt nicht akut gefährdet, aber doch mittelfristig in Frage gestellt.

Staatliche Stellen stehen bei unseren Bemühungen im Vordergrund, sind wir doch überzeugt, dass über kurz oder lang ein staatlicher Leistungsauftrag das langfristige Bestehen einer Institution wie dem ZwüscheHalt sicherstellen



muss. Selbstverständlich konzentrieren wir uns aber auch auf andere Institutionen wie die Kirchen oder Stiftungen mit entsprechendem Zweck. Ein Teil der Finanzierung soll natürlich auch über private Spenden gedeckt werden. Ausserdem werden ja auch Einnahmen erzielt, da unsere Gäste einen Tagessatz entrichten müssen, der ihrem Einkommen angepasst festgesetzt wird.

Auf diese Weise hoffen wir, das Angebot ZwüscheHalt über die Runden bringen zu können, bis wir auf eigenen Beinen stehen können, bzw. bis der Staat seine Verantwortung in diesem Bereich wahrnimmt. Sollten Sie, liebe Leser, also bisher noch nicht wissen, wem Sie dieses Jahr eine Spende zukommen lassen wollen, so lege ich Ihnen das Projekt

ZwüscheHalt ans Herz. Der Trägerverein VeV hat den Status «gemeinnützig» vor drei Jahren erhalten. Spenden an diesen Verein sind daher steuerabzugsfähig und werden selbstverständlich auch schriftlich bestätigt.

Wir haben in den vergangenen 12 Monaten vielen Menschen aktiv Unterstützung geleistet. Wir konnten darüber hinaus dank unserer Arbeit bei vielen Fachstellen und Fachpersonen Sensibilität für die Anliegen von Männern schaffen und unsere Sicht der Dinge einbringen.

Allen unseren Gästen konnten wir in der Not helfen, für alle stand unser Haus und unser Ohr offen und wir sind überzeugt, dass wir diesen Menschen einen guten Dienst erwiesen haben.

#### **ZwüscheHalt –**

##### **1. Väter- und Familienhaus der Schweiz**

Gegründet 2009 durch den VeV Schweiz. (www.vev.ch) Der VeV wurde 1992 in Liestal gegründet und zählt heute ungefähr 200 Mitglieder. Bietet Vätern und ihren Kindern Unterschlupf in der Not, berät und unterstützt Männer bei Fragen rund um häusliche Gewalt, Trennung, Scheidung, Sorgerecht, Obhut etc.

www.zwueschehalt.ch, info@zwueschehalt.ch,  
079 558 8579

Spendenkonto:  
PC 80-52565-8,  
Vermerk «ZwüscheHalt»;  
IBAN: CH0909000000800525658



kreisvier

Das Leben hat so viel zu bieten. Nutzen Sie die schönen Momente, um Kraft zu tanken. Denn man braucht viel Kraft, um mit Krebs zu leben oder ihn zu überwinden. Wir unterstützen Sie dabei, indem wir besonderen Wert auf die Aktivierung Ihrer Abwehrkräfte legen. Wir setzen sowohl auf schulmedizinische Erkenntnisse als auch auf komplementäre Behandlungen wie die Misteltherapie. Begleitet von einem breiten therapeutischen Spektrum. Wir sehen nicht nur die Krankheit, sondern Ihre individuelle Persönlichkeit als Ganzes.

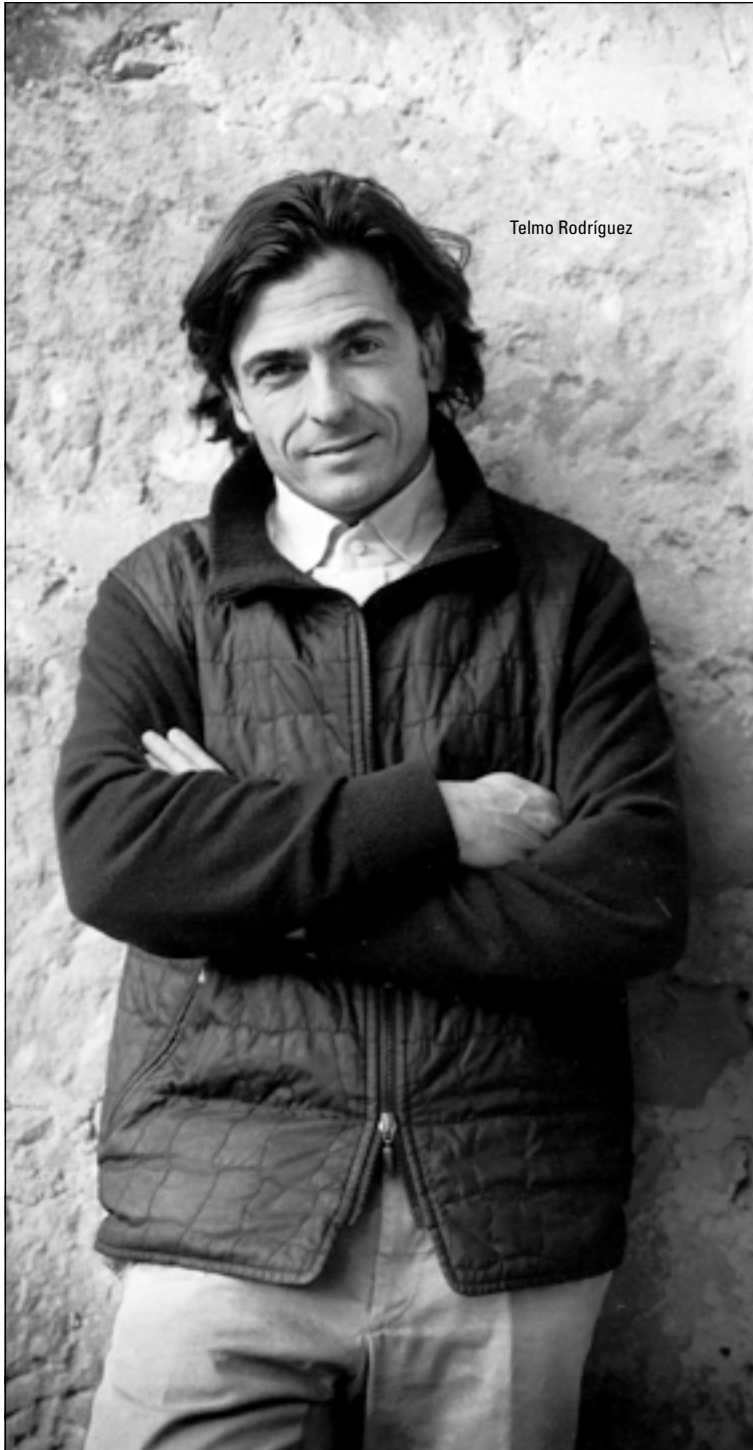
**Lukas Klinik**  
Zentrum für integrative  
Tumorthérapie  
und Supportive Care

Infoline +41 (0)61 702 09 09  
Mo 17–20, Mi 8–14, Fr 14–17 Uhr  
[www.lukasklinik.ch](http://www.lukasklinik.ch)

**AnthroMed**  
KLINIKNETZWERK



**LUKAS KLINIK**  
Das Leben wartet.



Telmo Rodríguez

# Ein Fest der Sinne

## «G» – der sinnliche Wein von Telmo Rodríguez

47

**Gago 2007**  
**DO Toro | Tempranillo**  
75cl à Fr. 26.–

Ausgesuchtes Traubengut reift ein Jahr in vorwiegend neuen Barriques. Feine Röstaromen paaren sich mit der ausladenden Beerigkeit des Weines. Am Gaumen wirkt er wuchtig, warm, fast süss mit einem langen Abgang.  
**Grossartig!**



## Jetzt bestellen!

### 12er Karton für Fr. 260.– statt Fr. 312.–

Angebot nur gültig bis 15. Januar 2011

Weine mit Profil Küferweg

Weinhandlung am Küferweg | Küferweg 3 | 8912 Obfelden  
Tel 043 322 60 00 | Fax 043 322 60 01 | [www.kueferweg.ch](http://www.kueferweg.ch)

... Bitte gleich ausfüllen und einsenden .....

- Senden Sie mir einen 12er-Karton «Gago» von Telmo Rodríguez zum Preis von Fr. 260.– statt Fr. 312.–** (+ Porto Fr. 14.– | pro Kunde nur ein Paket zum Probierpreis).
- Das Probierabo der Weinhandlung am Küferweg.** 5x jährlich Flaschenpost mit ausgesuchten Neuheiten und Raritäten. Per Post erhalten Sie jeweils zwei bis drei verschiedene Flaschen für maximal Fr. 55.– (+ Porto Fr. 9.50) zugestellt.
- Senden Sie mir gratis das Küferweg-Weinbuch 2011.**

Name

Adresse

Telefon

E-Mail

1185

Datum	Anlass	Ort	Information
1.12.2010	<b>Vater auf Zeit</b> Trotz Trennung im Kontakt mit den Kindern sein und Vater bleiben? Geht das? Mi 1.12.2010, 20.00–22.00	Jugendsekretariat, Kursraum, Winterthurerstrasse 11 8180 Bülach	Elternbildung Jugendsekretariat Bezirke Bülach und Dielsdorf, 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch, www.elternbildung.zh.ch
2.12.2010	<b>Basler Männerpalaver</b> Abgrenzen, aber wie? 20.00–22.00	Unternehmen Mitte 4000 Basel	061 263 95 74 www.baslermaennerpalaver.ch
5.12.2010	<b>Single's Walk Dezember</b> Männer- und Frauen-Singles spazieren durch Zürich und lernen sich kennen. So 5.12.2010, 15.00–ca.17.30	schöne Wege und Orte 8000 Zürich	www.tangent.ch unter «Single's Walk» oder Mail an mail@tangent.ch
9.12.2010	<b>Wenn die Rolle mit mir spielt</b> Männerworkshop zur lustvollen Auseinandersetzung mit dem eigenen Geschlecht Donnerstags 9.12.2010, 18:30–21:30	3 Minuten Fussweg vom Hauptbahnhof 8400 Winterthur	Josef Kühne, 052 366 12 94 www.maennerrollen.ch
10.12.2010	<b>Männliche Sexualität, Der Liebhaber</b> Dreitägiges Seminar der Lebensschule für Männer Do 10.12.2010, 7:30 bis So 12.12.2010, 16:00, Anreise Mi 18:30	Waldhaus Zentrum 3432 Lützelflüh	Peter A. Schröter, S+C Persönlichkeitstraining, 044 261 01 60, info@scpt.ch www.scpt.ch
10.12.2010	<b>Männer im Element: Väter würdigen</b> Männer-Initiation mit Schwitzhütte (3): die innere Autorität des Königs Fr 10.12.2010, 18:30 bis So 12.12.2010, 14:00	Schloss Glarisegg, www.schloss-glarisegg.ch 8266 Steckborn	Bernhard v. Bresinski, praxis.im.element@bluewin.ch, 076 476 42 65 www.healing-insight.ch
10.12.2010	<b>Manneapéro in Luzern</b> Männer treffen sich vor dem Wochenende jeden 2. Freitag: 10.12.2010, 17.00–19.30	Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstr. 5 6000 Luzern	ohne Anmeldung www.manne.ch
14.12.2010	<b>Männerpalaver LU: Freundschaften</b> Mein bester Freund. Freundschaft zwischen Männern und Frauen, 14.12.2010, 19:30–22:00	Rathaus, Kornmarkt, 6000 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
17.12.2010	<b>Advent-Outdoor</b> Ein vorweihnachtlicher Weg für Männer Fr 17.12.2010, 19:30	Treffpunkt: Kirche Bruder Klaus, Rheinstrasse 20b 4410 Liestal	Pfarrrei Bruder Klaus, Peter Messingschlager, 061 927 93 50, messingschlager@rkk-liestal.ch, www.rkk-liestal.ch
18.12.2010	<b>Winter-Schwitzhütte</b> Anmeldung nötig. Sa 18.12.2010, 14:00–22:00	Bruggli, 9063 Stein	ForumMann – Details siehe homepage www.forummann.ch/veranstalten/
19.12.2010	<b>Wintersonnwende in Luzern</b> Ritual – zusammen wenden wir das Jahr So, 19.12.2010; abends	Umgebung Stadt Luzern 6000 Luzern	Treffpunkt: Hügelweg 7, Bus Nr. 7 Richtung Biregg bis Geissenstein; CHF 12/15.00 www.manne.ch
19.12.2010	<b>Wintersonnenwende Luzern</b> von der Jurte in den Wald. Feuer verbrennt Altes und schafft Raum für Neues. 17.30–22.00	Hügelweg 7, 6000 Luzern	Bei jedem Wetter, entsprechende Kleider, Kosten: 12/15.00. anschl. Teilete www.manne.ch
24.12.2010	<b>Weihnachten in Gemeinschaft</b> Ein Fest des Da-Seins – Seminar für Männer und Frauen. Fr 24.12.2010, 18:30 bis So 26.12.2010, 14:00	Schloss Glarisegg 8266 Steckborn	Stefan Eigenmann, 043 928 23 00, info@stefaneigenmann.ch www.stefaneigenmann.ch
26.12.2010	<b>Mannezmorge in Luzern</b> Männer treffen sich, auch mit Kindern jeweils letzten So: 26.12.2010, 10.00–12.00	Sentitreff, Baselstr. 21 6000 Luzern	ohne Anmeldung www.manne.ch
29.12.2010	<b>Sinnenfroh ins Neue Jahr</b> Ein berührender Jahreswechsel – Für Männer und Frauen Mi 29.12.2010, 18:30 bis So 2.1.2011, 14:00	Schloss Glarisegg 8266 Steckborn	Stefan Eigenmann, 043 928 23 00, info@stefaneigenmann.ch www.stefaneigenmann.ch
31.12.2010	<b>Silvester Walk ins neue Jahr</b> Singles und Nichtsingles gehen ins neue Jahr, von der Natur zum Stadtrand. Fr 31.12.2010, 20.30–ca.1.00	bei Zürich 8000 Zürich	www.tangent.ch unter «Silvester Walk» oder Mail an mail@tangent.ch
10.1.2011	<b>Basler Männerpalaver</b> Einsame Männer. 20.00–22.00	Unternehmen Mitte 4000 Basel	061 263 95 74 www.baslermaennerpalaver.ch
12.1.2011	<b>Männerpalaver LU</b> Was gebe ich der Welt? Mi 12.1.2011, 19:30–22:00	Rathaus, Kornmarkt Luzern 6000 Luzern	Mannebüro Luzern, 041 361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
16.1.2011	<b>Single's Walk Januar</b> Männer- und Frauen-Singles spazieren durch Zürich und lernen sich kennen. So 16.1.2011, 15:00–ca.17.30	schöne Wege und Orte 8000 Zürich	www.tangent.ch unter «Single's Walk» oder Mail an mail@tangent.ch
21.1.2011	<b>«Was ist nur los mit mir?»</b> Vom Symptom zum System, Dr. med. Ilse Kutschera Fr 21.1.2011, 15.00–19.00, Sa 22.1.2011, 9.00–18.30, So 23.1.2011, 8.30–12.00	MorgenAbendLand, Könizstr. 19 A 3008 Bern	Artis Seminare, 031 352 10 38, info@artis-seminare.ch, www.artis-seminare.ch

21.1.2011	<b>Ein Liebeswochenende für Paare</b> Innehalten und einander achtsam zuwenden Fr 21.1.2011, 18:30 bis So 23.1.2011, 14:00	Schloss Glarisegg 8266 Steckborn	Stefan Eigenmann, 043 928 23 00, info@stefaneigenmann.ch www.stefaneigenmann.ch
25.1.2011	<b>Basler Männerpalaver</b> Wie Männer Veränderungen begegnen. 20.00–22.00	Unternehmen Mitte 4000 Basel	061 263 95 74 www.baslermaennerpalaver.ch
28.1.2011	<b>Männer-Initiation «Innerer Krieger»</b> Seminar zum Archetypen-Zyklus. Arbeit mit den inneren Stärken des Mannes Fr 28.1.2011, 18:30 bis So 30.1.2011, 13:00	Lassalle-Haus 6313 Edlibach	Lassalle-Haus, 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org, www.lassalle-haus.org
28.1.2011	<b>Vom Selbstwert unter Männern</b> Ein spielerisches Wochenende zu mehr Vertrauen ins eigene Mann-Sein Fr 28.1. 18:00 bis So 30.1.2011, 16:00	Seminarzentrum Schweibenalp, 3855 Brienz	Alexander Lanz und Lorenz Ruckstuhl, 034 431 51 20, info@wegederkraft.ch www.wegederkraft.ch
1.2.2011	<b>«Erziehungsführerschein» für Väter</b> Kinder fördern, die Beziehung stärken: mit Regeln, Freiräumen und Zuwendung Di 1./8.2.2011, 8.3.2011, jeweils 20.00–22.00	Jugendsekretariat Kursraum, Winterthurerstrasse 11 8180 Bülach	Elternbildung Jugendsekretariat Bezirke Bülach und Dielsdorf, 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch, www.elternbildung.zh.ch
7.2.2011	<b>Männerpalaver LU: Lust und Frust</b> Wohin mit meiner Lust? Was davon kann ich leben und was ist mit dem Rest? Mo 7.2.2011, 19:30–22:00	Rathaus, Kornmarkt, 6000 Luzern	Mannebüro Luzern, 041/361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
9.2.2011	<b>Basler Männerpalaver</b> Jokerabend. 20.00–22.00	Unternehmen Mitte 4000 Basel	061 263 95 74 www.baslermaennerpalaver.ch
23.2.2011	<b>Männerpalaver LU: Wer bin ich?</b> Eine Autorität, männlich, voll da. Mi 23.2.2011, 19:30–22:00	Rathaus, Kornmarkt Luzern, 6000 Luzern	Mannebüro Luzern, 041/361 20 30, info@manne.ch, www.manne.ch
27.2.2011	<b>Single's Walk Februar</b> Männer- und Frauen-Singles spazieren durch Zürich und lernen sich kennen. So 27.2.2011, 15:00–ca. 17.30h	schöne Wege und Orte 8000 Zürich	www.tangent.ch unter «Single's Walk» oder Mail an mail@tangent.ch
3.3.2011	<b>Online-Sex: Angebote für Männer</b> Für Fachmänner und – Frauen in Prävention und Beratung Donnerstag, 3.3.2011, 13.45–17.15	Mit Christoph Walser, Ort siehe aktuelle Infos 8000 Zürich	Homepage Fachverband Sucht, oder 044 266 60 60 www.fachverbandsucht.ch/downloads/ Walser_Christoph.pdf
4.3.2011	<b>Spurwechsel – Seminar für Männer</b> Der Klassiker – 19. Durchführung! mit Ch. Walser/F. Eidenbenz Fr 4.3.2011, 17:45 bis So 6.3.2011, 13.30	Tagungshaus Boldern, Boldernstr. 83 8708 Boldern	Boldern, 044 921 71 11, tagungen@boldern.ch www.boldern.ch
18.3.2011	<b>Männer in Saft und Kraft II</b> Männer-Seminar mit Schwitzhütte. Durchsetzungskraft des «inneren Kriegers» Fr 18.3.2011, 18:15 bis So 20.3.2011, 14:00	Hildegard-Hotel 6434 Illgau	Stefan Gasser-Kehl, Männercoach, 041 371 02 47, info@maenner-initiation.ch www.maenner-initiation.ch
18.3.2011	<b>Männer im Element: Frieden finden</b> Männer-Initiation mit Schwitzhütte (4): im Licht des inneren Kriegers. Fr 18.3.2011, 18:30 bis So 20.3.2011, 14:00	Schloss Glarisegg, www.schloss-glarisegg.ch 8266 Steckborn	Bernhard v. Bresinski, praxis.im.element@bluewin.ch 076 476 42 65, www.healing-insight.ch
18.3.2011	<b>Timeout statt Burnout</b> Verschnaufpause und Kräfte-Management für Männer Fr. 18.3.2011, 18.00 bis So. 20.3.2011, 14.30	Kloster Kappel 8926 Kappel am Albis	Kloster Kappel, 044 764 88 30, kursekappel@zh.ref.ch, www.kursekappel.ch
21.3.2011	<b>Mann, mach was mit den Jungsl!</b> 17. Fachtagung Bubenarbeit Mo 21.3.2011, 18.00 bis Mi, 23.3.2011, 16.15	CVJM-Zentrum 6083 Hasliberg BE	IG Bubenarbeit Schweiz, 044 721 10 50 ron.halbright@ncbi.ch, www.fachtagungbubenarbeit.ch

## Agenda | Deutschland

14.1.2011	<b>Wanderer zwischen Nacht und Tag</b> Aussergewöhnliche Reise für Männer in die Stille und zu sich selbst Fr 14.1.2011, 14:00 bis So 16.1.2011, 16:00	Haus Hollerbühl (www.hollerbuehl.de), Schwarzwald/D D-79875 Dachsberg	Peter Oertle «männer:art», 061 313 68 46, info@maenner-art.ch, www.maenner-art.ch
-----------	--	--	--

spirituelle männergruppe zürich  
möchtest du dich 1–2 x pro monat an einem abend mit  
gleichgesinnten männern in der freien natur auf deinem  
spirituellen weg verbinden?  
selbstgeleitete spirituelle männergruppe in gründung  
sucht mitglieder  
• raum zürich  
• kontakt bei christian  
• email: schamannen@gmail.com

Die Agenda ist auch online einsehbar:  
[www.maennerzeitung.ch/agenda.php](http://www.maennerzeitung.ch/agenda.php)

**Jahresprogramm  
2010**



**Angebote für Männer**  
www.zh.ref.ch/maenner  
maennerarbeit@zh.ref.ch

**männer im element** ↻

Männer-Seminare, Natur-Rituale & Heilkunst

**Intensiv-Seminare für Männer**  
mit Schwitzhütte & Tanz, Glarisegg

**Coaching & Paarberatung**  
Praxis im Element, Zürich

**Information & Anmeldung**  
Bernhard von Bresinski • www.healing-insight.ch  
praxis.im.element@bluewin.ch • ☎ 076 476 42 65

50

**Eigentlich bin ich ein  
Mann, nur komme  
ich so selten dazu!**

**Männerei.ch**

**PSYCHOTHERAPEUTISCHE  
PRAXIS**

lic.phil.I Felix Hof /www.felixhof.ch

Psychotherapie für bisexuell und homosexuell orientierte Menschen, bei Coming-out-Problemen, persönlichen Schwierigkeiten, Krisen, Problemen in der Partnerschaft, Süchten, Fragen der Sexualität, HIV/AIDS

Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapien  
Mo-So 079/786 74 28 oder hilfe@felixhof.ch



**L'hom**

*Kraft – Kompetenz – Verantwortung*



**Seminare für Männer | Robert Fischer**  
Das nächste Seminar:  
**Väter und Söhne,**  
**Mi 1. (18h) - So (15h) 5.6.2011**  
Männer alleine oder Vater+Sohn nähren und klären ihre essentielle Herkunftsbeziehung.

Info & Anmeldung: L'hom/MannFrau, T +41 31 372 21 20, seminare@mann-frau.com  
www.mann-frau.com, Info zu Seminarinhalt: T +41 31 372 21 21, fischer@mann-frau.com

**Integrative Körperarbeit**

**3-jährige berufsbegleitende Weiterbildung**  
in körperzentrierter Beratung und Körperarbeit im Wasser  
8. Oktober 2011 im Centro d'Ompio, Orta, Norditalien



**IKA**

www.integrativekoerperarbeit.ch  
Denise Weyermann, 079 459 14 04  
IKA-Handbuch: www.kairosverlag.ch

**MÄNNERKRAFT - LEBEN  
LEBENSKRAFT SCHÖPFEN  
in der aktuellen Lebenssituation**



**PETER GERBER**  
Telefon 079 693 29 64  
www.maennerkraft-leben.ch





**Institut für Klang-Massage-Therapie**  
 Elisabeth Dierlich · Peter Hess Akademie Schweiz

Klangmassage · Klangtherapie · Klangschalenvertrieb  
 www.klang-massage-therapie.ch  
 5040 Schöffland/AG · Oberdorf 8 · 062 892 05 58

innehalten  
 wahrnehmen  
 benennen  
 wertschätzen  
 mutig gestalten

....

Coaching und Supervision mit  
**Ivan Seeholzer**  
 www.aussensichten.ch - 031. 305 85 71

**Das Schweigen der Männer?** – Eine abenteuerliche Reise durch die männliche Innenwelt.

**Referat** von Björn Sufke, Autor  
**Freitag, 28. Januar 2011, 20.00**  
 Ort: comedia Buchhandlung,  
 Katharinengasse 20, St.Gallen.  
 (www.comedia-sg.ch)

**Workshop** mit Björn Sufke  
**Samstag, 29. Januar 2011,**  
**10.00 – 17.00 Uhr**  
 Ort: Paarschule cib,  
 Rosenbergstr. 42b, St.Gallen  
 (www.paarschule.ch)

Anmeldung für interessierte Männer und Frauen:  
[cibsg@paarschule.ch](mailto:cibsg@paarschule.ch), Tel. 071 222 00 56 u. 076 564 00 56.



**Naturarzt/Heilpraktiker**

Studium gemäss EMR-Richtlinien mit den Fachrichtungen:

- Klassische Homöopathie
- Chinesische Medizin
- Europäische Naturheilkunde

**Studienbeginn: August 2011**



Eulerstrasse 55, 4051 Basel  
 Tel. 061 560 30 60, www.anhk.ch

Basler Bildungsgruppe

**Neues Familienstellen nach Bert Hellinger**

Das neue Familienstellen ist mehr als eine Methode, es ist eine Haltung. Aufstellungen können gute Lösungen zeigen für all jene, die ihren Platz in der Familie, Partnerschaft und im Leben finden möchten.

[georg.windlin@seelenbewegung.ch](mailto:georg.windlin@seelenbewegung.ch)

**Fachperson Rituale**

Zyklus Profession ab März + Oktober 2011 / berufsbegleitend  
 Weitere Informationen / Anmeldung [www.schule-fuer-rituale.ch](http://www.schule-fuer-rituale.ch)

Fachschule für *Rituale*  
 Geschäftsstelle Rosenweg 1 / 5300 Turgi  
[info@schule-fuer-rituale.ch](mailto:info@schule-fuer-rituale.ch) / 056 223 42 79

MÄNNERSEMINARE **wegederkraft.ch**

**Vom Selbstwert unter Männern**

**Ein spielerisches Wochenende zu mehr Vertrauen ins eigene Mann-Sein**

28. – 30. Januar 2011  
 Seminarzentrum Schweibenalp ob Brienz

Mit Lorenz Ruckstuhl und Alexander Lanz  
[info@wegederkraft.ch](mailto:info@wegederkraft.ch) Tel. 034 431 51 20

www.dojozuerich6.ch

Aikido Nishio Budo  
Dojo Zürich 6

Doris Christinger + Peter A. Schröter

Persönlichkeitstraining

Liebe  
Partnerschaft  
Sexualität  
Spiritualität

Seminare Coaching Bücher

**S+C** PERSÖNLICHKEITSTRAINING

Zürich | Tel +41 44 261 01 60 | www.scpt.ch

**WEIHNACHTEN, 24. - 26. Dez.**  
in Gemeinschaft erleben  
**und SILVESTER, 29. Dez. - 2. Januar**  
Sinnenfroh ins Neue Jahr

MIT STEFAN EIGENMANN

**Schloss Glarisegg**

Die Gemeinschaft Schloss Glarisegg, Ort für Begegnung und Bewusst-Sein, hat Raum für neue Gemeinschaftsmitglieder mit Lust auf Kreativität und Engagement. Wohnraum, Ateliers und Gewerberäume zu vermieten.  
Kontakt: [gemeinschaft@schloss-glarisegg.ch](mailto:gemeinschaft@schloss-glarisegg.ch)

[www.Schloss-Glarisegg.ch](http://www.Schloss-Glarisegg.ch) CH-8266 Steckborn, 0041 (0)52 770 21 88

männer:art

**pandrea**

**Paar x Paar Beratung / Seminare**  
[www.pandrea.ch](http://www.pandrea.ch) – 061 373 28 75

**Beratung / Seminare für Männer und Frauen**  
[www.maenner-art.ch](http://www.maenner-art.ch) – 061 313 68 46

**Beratung / Supervision  
Lebens- und Trauerbegleitung**  
[www.afroelich.ch](http://www.afroelich.ch) – 061 373 28 75

Peter & Andrea Oertle Frölich in Basel & Zürich

eigen:art

Stefan Gasser   
Naturrituale und  
Coaching für Männer

**Schwitzhütten-Seminare  
Visionssuche für Männer**

+41/ 041/ 371 02 47  
[www.maenner-initiation.ch](http://www.maenner-initiation.ch)

**26. + 27. März 2011 - Wochenend-Seminar im Tessin**

**Wer bist du wirklich?**

Menschen die ihre innere Leidenschaft entdecken und ihr folgen, sind stärker, gesünder und glücklicher. Catherine Buchbinder und Daniel Straub leiten Meditationen, systemische Aufstellungen und weitere Erfahrungen.

[www.casa-santo-stefano.ch](http://www.casa-santo-stefano.ch)



# paracelsus heilpraktikerschulen

Die Nr. 1 in Europa • [www.paracelsus-schulen.ch](http://www.paracelsus-schulen.ch)

► Grosses Seminar-  
programm mit  
spannenden  
Themen

Heilpraktiker • Naturarzt  
Naturarzt für Sport  
Traditionelle Chinesische Medizin



Studienleiter  
R. Beer

Berninastrasse 47a • 8057 Zürich • Telefon: 043 - 960 20 00

Neue Männer  
braucht  
das Land...

○ Praxis  
Peter Schertenleib

- Klassische Homöopathie
  - Phytotherapie, Spagyrik
  - Systemische Arbeit mit Figuren
  - Lösungsorientiertes Coaching
  - Schamanismus
- Rabbentalstrasse 67  
3013 Bern  
Telefon 031 352 10 38  
[info@praxis-schertenleib.ch](mailto:info@praxis-schertenleib.ch)  
[www.praxis-schertenleib.ch](http://www.praxis-schertenleib.ch)

17. Fachtagung Bubenarbeit  
21. - 23. März 2011 Hasliberg BE

## Mann, mach was mit den Jungs!

Methoden der praktischen Bubenarbeit  
Neuer Ort, neues Konzept!

Info unter [www.fachtagungbubenarbeit.ch](http://www.fachtagungbubenarbeit.ch)  
und IG Bubenarbeit  
044 721 10 50, [ron.halbright@ncbi.ch](mailto:ron.halbright@ncbi.ch)

Raum zum Sein

Liebe - Lebensfreude - Achtsamkeit

Beratung und Seminare  
für Einzelne und Paare



Weihnachten in Gemeinschaft  
Offenes Seminar vom 24.-26.12.

Sinnenfroh ins Neue Jahr  
Jahreswechsel-Seminar vom 29.12. bis 02.01.

LiebesWochenende  
Paarseminar vom 21.-23.01.

auf [www.Schloss-Glarisegg.ch](http://www.Schloss-Glarisegg.ch) in Steckborn

Stefan Eigenmann

Seminare im Raum zum Sein  
Einzel-, Paar- & Sexualberater  
Bülach, Tel. 043 928 23 00  
[www.StefanEigenmann.ch](http://www.StefanEigenmann.ch)  
[www.KontaktDialog.ch](http://www.KontaktDialog.ch)



Coaching & Weiterbildung  
für Männer  
seit 20 Jahren

Christoph Walser

Alle Angebote  
zurzeit auf

[www.timeout-statt-burnout.ch](http://www.timeout-statt-burnout.ch)



AusbildungsInstitut Meile  
systemische Therapie und Beratung

Einführung in das Meilener Konzept (Grundlage des zweijährigen Grundkurses)  
10.-12. Januar 2011 / Rochelle Allebes, Ulrike Borst, Dominique Simon

Zweijähriger Grundkurs in systemischer Therapie und Beratung  
Beginn: April 2011

Schule im Schwitzkasten – Amokdrohung und School Shooting  
18./19. Januar 2011 / Christian M. Waser und Andrea Lanfranchi

Aus der Schatzkiste: Körper und Gefühl in der Psychotherapie  
1./2. Februar 2011 / Steffen Fliegel

Systemisches Elterncoaching nach dem Konzept des gewaltlosen Widerstands  
28. Februar / 1. März 2011 / Arist von Schlippe

Schule im Schwitzkasten – Time-out heisst Time-in für Familien  
15./16. März 2011 / Andrea Lanfranchi, Regula Hotz und Mitarbeitende

Erebniswelten von Kindern in Trennung und Scheidung  
28./29. März 2011 / Miriam Rosenthal-Rabner

Programme, Informationen und Anmeldung: Klosbachstrasse 123, 8032 Zürich  
Tel. +41 (0)44 923 03 20, [mail@ausbildungsinstitut.ch](mailto:mail@ausbildungsinstitut.ch), [www.ausbildungsinstitut.ch](http://www.ausbildungsinstitut.ch)

## Unabhängige Vorsorgeberatung

Stefan Geissbühler

Maulbeerstrasse 14  
3011 Bern  
Telefon 0 313 876 876  
unabhaengig@vorsorgen.ch  
www.vorsorgen.ch

**Beratung zu allen Fragen  
der Vorsorge und Versicherung.**

54



**Pashley Guv'nor Singlespeed**  
Das elegante Guv'nor ist ein Entwurf der englischen Traditionsfirma Pashley. Der Rahmen aus dem leichten englischen Reynolds 531 Rohr bildet die Grundlage dieses Rades. Das klassische Design wird mit einem Brooks Titanium Sattel, handgenähten Ledergriffen, schwarzen Felgen mit Goldfilet und passenden cremefarbenen Schwalbe Pneu vervollständigt.

**DIVERSO**  
Walser & Rufer, 6372 Ennetmoos  
Telefon 041 6107126, www.diverso.ch



direkt vom Bauernhof  
in die Molkerei

glücklich mit  
Hörnern

tolle Bakterien

nicht homogenisiert,  
natürliche Fettstruktur

Frucht-  
zubereitung  
hausgemacht

in der Kanne  
fermentiert

Drum ist's so fein!

**Seit 20 Jahren kompromisslos Bio.**  
Kleine Molkerei, grosses Sortiment, lauter feine Sachen: Jogurts aus Kuh- und Schafmilch, Sauermilch, Kefir, Rohmilch-Quark, Rohmilch-Frischkäse, Rahm, Panna Cotta, Flan und Caramelköpfl.

*Biomilk*

→ [www.biomilk.ch](http://www.biomilk.ch)



**Schweizer Kirsch  
und mehr**

**HUMBEL**  
DEPUIS 1918

Spezialitätenbrennerei 5608 Stetten

Aus süssen kleinen schwarzen gelben roten sauren Kirschen gebrannte Bio Knospe Hochstamm  
Suisse Garantie Slow Food Förderkreis Biodiversität Kirschbrände. [www.humbel.ch](http://www.humbel.ch)



**EroSpirit®-Tantra**  
Liebeskunst und Lebensweg

**Tantra-Neujahrs-Happening –  
Mit Silvester-Ritual und Vision 2011**

29. Dez. – 1. Jan. 2011

**Genuss auf höchstem Niveau**  
Ort: Hotel Wasserfallen in Reigoldswil  
Infos: Ruth Oswald,  
Tel. 043 535 71 79

Geniesse  
EroSpirit®-Tantra!

**Info@erospirit-schweiz.ch    www.erospirit-schweiz.ch**



**krebsliga aargau**

**Gesprächsgruppe für  
krebsbetroffene Männer in Aarau**

Ein Sozialarbeiter der Krebsliga Aargau leitet jeweils am dritten Mittwoch jeden Monats von 17 bis 19 Uhr eine Gesprächsgruppe im «Bullingerhaus» an der Jurastrasse 13 in Aarau. Die Teilnahme ist kostenlos.

**Informationen und Anmeldung**  
Samuel Stierli, Sozialarbeiter, Krebsliga Aargau,  
Schwertstrasse 4, 5400 Baden  
056 2104750, samuel.stierli@krebssliga-aargau.ch  
[www.krebssliga-aargau.ch](http://www.krebssliga-aargau.ch)

**Wir sind die Pioniere**

Alois Alt  
Bereichsleiter Beratung



**nest** 

die ökologisch-ethische Pensionskasse

«Die Prämie muss stimmen, die Leistung, das Angebot. Quer durch alle Branchen gibt es immer mehr Betriebe, die sich für unsere ökologisch-ethische Grundhaltung interessieren.»

Darin sind wir Pioniere – **seit 25 Jahren.**    [www.nest-info.ch](http://www.nest-info.ch)

**Wohn-Vision?**



**Gemeinsam individuell  
in einer Hausgemeinschaft mit  
Menschen 50+ in Winterthur-Seen!**

- 16 Wohneinheiten von 40–65 m2
- vielfältige Gemeinschaftsräume und schöner Garten
- ökologischer Holzbau Minergie-P-ECO
- genossenschaftlich selbstverwaltet

Es wurde eine Wohnform geschaffen für individuelle und gemeinschaftliche Bedürfnisse (Gemeinschaftsküche, Aufenthaltsraum, Bad, Gästezimmer, ...). Jede Wohneinheit verfügt über Kleinküche und Dusche, bietet so Raum fürs ganz private Wohnen. Bezugsbereit ab Dezember 2010.

genossenschaft  
**gesewo**  
für selbstverwaltetes wohnen

**Informationen:** 052 242 03 52 oder 052 203 69 08  
[kanzlei-seen@gesewo.ch](mailto:kanzlei-seen@gesewo.ch)  
**www.gesewo.ch** unter «Häuser/Kanzlei Seen»

**Internationales Seminarhaus**

**WALDHAUS  
ZENTRUM  
LÜTZELFLÜH**

Bei uns findest du ein reichhaltiges Angebot an Seminaren und Ausbildungen mit international bekannten und erfahrenen Lehrern und Therapeuten.

Unser Haus zeichnet sich durch eine liebevolle Atmosphäre, eine köstliche vegetarische Küche und die schöne Emmentaler Umgebung aus. Unser Team freut sich, dich bei uns im Emmental willkommen zu heissen!



**Waldhaus Zentrum CH-3432 Lützelflüh**  
034 461 07 05 · [waldhaus@waldhaus.ch](mailto:waldhaus@waldhaus.ch) · [www.waldhaus.ch](http://www.waldhaus.ch)

## FERNBLICK HAUS DER VERSÖHNUNG

### Geboren ins Leben

23.-26.12.10

Weihnachten – das Fest einer Geburt, Gottes Geburt in diese Welt. Geburt ist ein Anfang ins Hier und Jetzt dieses Lebens. Doch dieses Leben ist mehr als der eine Beginn. Es bedeutet: geboren werden in immer neue Entwicklungen.

### Kontemplation via integralis

28.-30.1.11 und 11.-17.3.11

Die Kontemplation ist eine Chance der Standortbestimmung und Neuausrichtung, eine Art Kloster auf Zeit. Wir sitzen im Stil des Zazen, schweigen und sammeln uns achtsam ein - Atemzug um Atemzug.

BÜNDTSTRASSE 20a - CH-9053 TEUFEN AR  
Tel. 071 335 09 19 - info@fernblick.ch - www.fernblick.ch

56



## Weit Wandern

www.weitwandern.ch

**Schritt für Schritt hinterlasse ich Spuren, sie verwehen wieder, so wichtig sind sie nicht.**

**Edmond Kaspar**

**Winter:** Schneeschuhtouren, Skitouren  
**Marokko:** Hoher Atlas, Jebel Sarhro, Jebel Zereg, Oued Draa  
**Sommer:** Wanderreisen, kreative Kurse

Bitte senden Sie mir das vollständige Programm:

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

PLZ, Wohnort: .....

senden an: Markus Zürcher, Postfach 122, CH-3703 Aeschiried  
 Tel: 033 654 18 42, Fax: 033 654 11 34 männer|zeitung 2010/4

**Lesern der männer|zeitung gewähren wir einen Rabatt von 5%.**



## Wintergenuss im Biohotel

UCLIVA

Morgens die Sesselbahn vor der Türe, abends die Holzsauna im Haus und den ganzen Tag genussvolle Biospezialitäten auf dem Teller.

### Skiferien im Biohotel Ucliva!

Mit Blick auf die weissen Berggipfel der Surselva erholen Sie sich wunderbar in unseren neu renovierten Zimmern.

Unsere attraktiven Winterangebote finden Sie auf unserer Homepage.

Oder einfach anrufen und buchen.

Wir freuen uns auf Sie!

**Biohotel Ucliva** | CH-7158 Waltensburg/Vuorz  
 Tel. 081 941 22 42 Fax 081 941 17 40  
 info@ucliva.ch www.ucliva.ch

# Sunnehus

Kur- und Bildungszentrum Wildhaus

## innehalten - durchatmen neu beginnen

Im Sunnehus haben Sie die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen. An einzigartiger Lage im obersten Toggenburg und in der behutsamen Atmosphäre des Hauses finden Sie sich selber wieder neu. Unser Kernangebot, die Atem- und Empfindungsarbeit, führt zu einer tiefen Entspannung und die Beruhigung der Gedanken öffnet dem Leben neue Räume. In hilfreichen Gesprächen und den kreativen Möglichkeiten in unseren Ateliers oder im Klangraum werden Sie durch das erfahrene Kurbegleitungs-Team betreut. In sich hinein horchend finden Sie hier möglicherweise neuen Sinn und entdecken eine eigene Spiritualität für die ganzheitliche und gesundheitserhaltende Bewältigung des Alltags. Lassen Sie sich telefonisch beraten oder vereinbaren Sie einen Termin für ein Gespräch mit Hausbesichtigung!

**www.sunnehus.ch** • mail: info@sunnehus.ch  
 Telefon: 071 998 55 55 • Fax: 071 998 55 56







## Oeko Hotel Gruebisbalm/Rigi

Autofrei, kinder und familien  
freundlich, für Ferien, Feste  
und Klein Seminare.

**Familie Schaub, 6354 Vitznau**  
 Telefon: 041 397 16 81, www.gruebisbalm.ch  
 E Mail: oeko hotel gruebisbalm rigi@bluewin.ch



**Pension Casa Selva**  
 Via Bot Fiena Sura 5  
 7014 Trin – Digg  
 Tel: 081 635 17 75  
 info@casaselvatrin.ch  
[www.casaselvatrin.ch](http://www.casaselvatrin.ch)

Oeko zertifiziert mit  
4 Steinböcken

Die Pension liegt in einer der schönsten Landschaften der Schweiz. Das Hotel für Naturfreunde, Sportler und Familien. Sehr geeignet für Väter mit Kindern. Der ideale Ort für Ferien, Kurse, Familien- und Firmenanlässe.

Rufen Sie uns an, besuchen Sie unsere Homepage oder kommen Sie einfach vorbei. Die neuen Besitzer Regina und René Spack freuen sich auf Ihren Besuch.

## Organisieren Sie Ihre Informationen

**Anliegen** – Sie wollen Ihre Daten effizient bearbeiten und nutzen.

**Angebot** – Ihre Geschäftsabläufe werden optimal abgebildet. Sie erhalten individuelle Unterstützung durch mein Fachwissen in der Entwicklung von Datenbanken in verschiedenen Branchen.

**Ziel** – Eine massgeschneiderte Lösung aufbauend auf Bestehendem, Migration auf neue Version oder Neukonzeption mit

### FileMaker

Die benutzerfreundliche Datenbank für Windows und Macintosh.

**Zappatini GmbH** CH - 9010 St. Gallen [www.zappatini.com](http://www.zappatini.com)



**Unterwegs zum Du**  
erfolgreiche Partnersuche seit 1938  
nicht gewinnorientiert

Basel 061 313 77 74  
Bern 031 312 90 91  
Ostschweiz 071 640 00 80  
Zürich 062 672 20 90 [www.zum-du.ch](http://www.zum-du.ch)

**Singles spazieren gemeinsam durch Zürich und lernen sich kennen.**

Einmal pro Monat sonntags 15 - 17.30h



Information: [www.tangent.ch](http://www.tangent.ch) unter „Single's Walk“  
Anmeldung: [mail@tangent.ch](mailto:mail@tangent.ch)

57



**Kinder brauchen BEIDE Eltern**

**Unsere Ziele bei Trennung oder Scheidung**

- Gleichwertige Beziehung zu Mutter UND Vater
- Gemeinsame. elterliche Verantwortung  
Mediation statt Kampfscheidung


**Unser Angebot**

- Erstinformationen, Hilfe und Beratungen
- Begleitungen bei Behördengängen wie Vormundschaftsbehörden, Sozialamt, Schulen
- Begleitungen bei Kinderübergaben
- Begleitete Kinderkontakte (Besuchsrecht)
- Hilfe beim Erstellen von Briefen an Behörden
- Monatliche Treffs in verschiedenen Regionen
- Vorträge, Workshops, Kurse
- Väterhaus ZwüscheHalt

**Weitere Informationen erhalten Sie unter der Nummer 079 645 9554 oder [www.vev.ch](http://www.vev.ch)**



**www.zwueschehalt.ch**



**Beratung - Austausch - Engagement**

Seit über 30 Jahren beraten wir Männer in Trennung und Scheidung. Wir helfen Ihnen

- Ihre Trennung/Scheidung inAnstand und Würde zu regeln
- mit Ihrer Partnerin eine einvernehmliche Lösung zu finden (Mediation)
- eine Konvention auszuarbeiten oder zu prüfen
- Kontakt und Austausch mit ebenfalls Betroffenen zu finden

Väter sollen vor und nach einer Trennung für ihre Kinder dasein können. Treten Sie mit uns für die gemeinsame Elternschaft ein!

mannschafft ist für Sie da – jeden Tag – 24h  
**Tel. 044 362 99 80** – [www.mannschafft.ch](http://www.mannschafft.ch)

**«Wohngemeinschaft»**

Wir sind eine Wohngemeinschaft von 3 Frauen und 1 Mann (mit Haustieren) im Alter von 64 bis 74 Jahren. Eine Jugendstilvilla in Romanshorn mit grossem Park, direkt am See gelegen, gibt uns viel Platz für das alltägliche Zusammenleben.

Wir suchen als 5. Mitbewohner einen Mann, 50 plus, Nichtraucher, der mit uns ein selbstbestimmtes Beisammensein mit grösstmöglicher Eigenverantwortung teilen möchte.

Kontaktperson: Kurt Riederer, Tel. 071/463 51 57, [homepage: www.wgeichhorn.ch](http://homepage: www.wgeichhorn.ch)



**www.baslermaennerpalaver.ch** 2010/2011

DO 2. Dezember 2010 – **Abgrenzen – aber wie?**  
*Nachdenken über den Umgang mit unserer (Lebens-)Zeit.*

MO 10. Januar 2010 – **Einsame Männer**  
*Mit niemandem verbunden, sich niemandem anvertrauen können.*

DI 25. Januar 2011 – **Wie Männer Veränderungen begegnen.**

MI 9. Februar – **Jokerabend. Offenes Gespräch.**

**Unternehmen Mitte Gerbergasse 30 Basel 20.00 Uhr**

# Aufs Altenteil!

***Klaus Sorgo lässt den Stein des Anstosses rollen und erprobt neue Formen des Alterswohnens.***

58

Die Rubrik «Anstoss» ist Geschichte. Doch im Text der eigenen Geschichte geht es weiter. Schreib deine ganz persönliche Geschichte! Das war der Aufruf, der von mir immer wieder zu hören war. Ihm bin ich selbst verpflichtet. Jedes Ende macht Platz für Neues. So erlaube ich mir, bekannt zu machen, dass ich in Zukunft «in guter Gesellschaft» wohnen werde. Das soll nicht heissen, es sei nicht bisher schon so gewesen. Die Gesellschaft, die ich in der Männerzeitung mit meinen Texten bedient habe, war fein genug, um der Schreibe aus meiner Feder keine Prügel zwischen die Füsse zu werfen. Frei von der Schuld, so nichtssagend und langweilig geschrieben zu haben, dass niemand aus dem Wald zurückgerufen hat, in den ich hinein geschrie(b)en habe, will ich mich nicht sprechen. Diesem Wermutstropfen steht die Freude gegenüber, die mir das Schreiben gemacht hat. Sie will ich noch einmal auskosten, indem ich hier die Geschichte erzähle, die mich in Zukunft in Bann schlagen wird.

## **Bauen für Alte**

»in buona compagnia«, Wohnbaugenossenschaft für die zweite Lebenshälfte heisst die Destination, auf die ich zuhalte. Eine Form des gemeinschaftsorientierten Wohnens, die in Bonaduz, Graubünden, im Bau ist und im kommenden Frühjahr bezogen werden soll. 25 Wohnungen, zwischen 2.5 und 4.5 Zimmern, mit Gemeinschaftsraum, zumietbaren Büros und Gästezimmer. Als ich vor zwei Jahren zum ersten Mal davon hörte, war das ein Projekt unter vielen, die schweizweit im Entstehen begriffen waren oder in Gebrauch gestanden hatten. Die Tatsache, dass es das einzige im Bergland geplante war, machte für mich seinen besonderen Reiz aus. Wenn andere früher davon träumten, nach der Pensionierung auf Weltreise zu gehen, dann war dies nie mein Ding. Mein Sehnen verband sich mit einem Altenteil im Gebirge. Ich wollte dort den Un-Ruhestand verbringen, wo die Weite des Horizonts

nicht gratis und deshalb von der Masse bequem erreichbar wäre, sondern erst im geduldigen Ersteigen der Höhen zu haben war. Nicht in den hintersten Winkel, wo Fuchs und Hase sich gute Nacht sagen, wollte ich mich verkriechen, sondern an geeignetem Ort ein Basislager für den Fuss-Verkehr zur freien Aussicht einrichten. Wir sind dran, den Traum Wirklichkeit werden zu lassen.

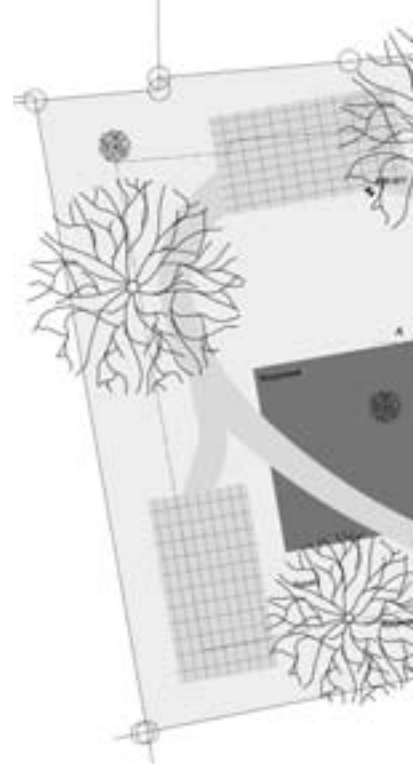
Wir, das sind zunächst Anna und ich. Es ist unsere Form der Ablösung von den Kindern. Wir nehmen uns die Freiheit, wie die Jungen, das Nest zu verlassen. Ich eigne mich nicht dazu, ein empty nest zu hüten. Sind die Kinder fort, will auch ich weg. Vielleicht waren unter meinen Ahnen Nomaden, die mir dies vererbt haben. Darüber steht nichts zu Buche. Statt aber nun dem Stammbaum bis in die letzten Verästelungen nachzuforschen, geniesse ich lieber die Einbildung, Vorfahren seien mit ihren Herden von Weide zu Weide gezogen. Abraham, der biblische Erzvater, trieb seine Geissen und Schafe durch die nahöstlichen Steppen und ich folge mit Phantasie seinen Spuren auf bündnerischen Alpen. Schon hat meine Geschichte eine faszinierende, neue Facette gewonnen. Sie ist nicht wörtlich zu nehmen. Senkrechte Männer werden mich für einen Spinner halten. Solche, die meinen, Zeit sei Geld. Und Träumen sei nichts anderes als verschwendete Zeit.

## **Solidarität lässt Berge näher rücken**

Mein Traum vom alpinen Lebensabend drohte zu scheitern, solange ich auf Geld und sonst nichts bauen zu müssen glaubte. Nie hatte ich die Chance auf ein Haus in den Bergen gehabt. Nicht einmal zu einer Ferienwohnung im Bergdorf hatte ich es mit meinem Erwerb gebracht. Als dann bekannt wurde, wie wenig mir die AHV monatlich zugestand, gab ich das Träumen ganz auf, weil es mir schlaflose Nächte beschert hätte. Ich fürchtete, mich lächerlich zu machen, wenn ich weiter über meinen Traum sprechen würde. Du musst deine

Geschichte umschreiben, sagte ich mir und probierte es. Viel Gescheites kam nicht heraus dabei. Ausser dass sich Abraham, den ich von der Volksschule her kannte, unerwartet wieder bei mir meldete. Ein Mannsbild, das mir Respekt abnötigte. Mut verband sich in ihm mit Geduld. Der konnte um seine Weidegründe kämpfen und um seine Sarah trauern. Und er glaubte seiner inneren Stimme, die ihm sagte: Verlass deine Heimat, auf dich wartet eine andere.

Irgendwann dann erfuhr ich irgendwie von Baugenossenschaften, die irgendwo mit sozialem Engagement und technischer Vernunft am Werke waren. Es waren angeblich Leute wie ich, die im Alter die Uhr nicht einfach ablaufen lassen, sondern die Zeit nutzen wollten, um ihre Lebensreise solange als möglich selbst mitgestalten zu können. Da begann ich noch einmal Hoffnung zu schöpfen. Bis auf eine einzige waren, wie gesagt, diese Genossenschaften im Unterland tätig. In der einen stiess ich auf Leute, mit denen ich nicht nur die finanzielle Belastung, sondern auch menschliche Werte teilen kann. Mittlerweile beteiligen wir uns als Paar an der Entstehung des sozialen Netzes, in dem wir künftig wohnen werden. Niemand kann heute sagen, wie es einmal herauskommen wird, wenn wir in unsere neuen vier Wände eingezogen sind. Noch besteht die Möglichkeit für weitere Männer und Frauen, Paare oder Singles, einzusteigen und von diesem Hafen mit hinaus zu segeln in eine vielversprechende zweite Lebenshälfte [www.inbuonacompania.ch](http://www.inbuonacompania.ch) gibt Auskunft.





## Alters-WG im Jugendstil

Zusammen wohnen im Alter macht Sinn, das zeigt nicht nur das Projekt «in buona compagnia», sondern auch das Beispiel der Wohngemeinschaft Eichhorn, die sich im folgenden Text vorstellt:

Mit der Gründung unserer Alters-Wohngemeinschaft am 1. Juli 2005 wollten wir für ein selbstbestimmtes Leben in Gemeinschaft im Alter einen Rahmen schaffen.

In einer Jugendstilvilla in Romanshorn fanden wir für unser Projekt ein grosszügiges Raumangebot. Umgeben von mächtigen Bäumen und grossem Garten, grenzt die Liegenschaft direkt ans Ufer des Bodensees. Auf drei Stockwerken bewohnt jede Person zwei geräumige Privat-Zimmer. 2 Küchen, Esszimmer, Medienzimmer, 2 Badezimmer, mehrere Toiletten, 2 Terrassen und 2 Gästezimmer werden gemeinsam genutzt.

Bettina Scott, jetzt Mitbewohnerin, verkaufte das Haus 2005 an die Stiftung Edith Maryon, die neue Formen des

Wohnens und Zusammenlebens auf anthroposophischer Basis fördert. So waren wir der Sorge um Renovation und Werterhaltung los. Wir sind nun eine Mietergemeinschaft, wobei jede Person monatlich Fr. 1'300.– Miete inkl. Nebenkosten bezahlt.

Gegenwärtig teilen 3 Frauen und 1 Mann im Alter von 64 bis 74 Jahren (plus Haustiere) das grosszügige Platzangebot.

Unser Zusammenleben ist geprägt durch gegenseitigen Respekt, Offenheit und Toleranz; der Suche nach dem richtigen Mass von Nähe und Distanz. Meinungsverschiedenheiten werden möglichst rasch im Gespräch geklärt.

Die WG hat noch Platz für einen fünften Mitbewohner (50 plus, Nichtraucher) der mit uns ein selbstbestimmtes Beisammensein mit grösstmöglicher Eigenverantwortung teilen möchte.

Kontakt: Kurt Riederer, Tel. 071/463 51 57, [www.wgeichhorn.ch](http://www.wgeichhorn.ch)

# To cut or not to cut

60

Meine Freundin kommt aus einem Land, wo es normal ist, dass Männer aus religiösen Gründen beschnitten sind. «Unten ohne» findet sie sexy und viel lustvoller, insbesondere beim oralen Sex. Als Geburtstagsgeschenk ein cut – und endlich wieder in Ruhe den Sex geniessen?

David

## Lieber David

Body-Modification ist ein Teilbereich der plastischen Chirurgie und steht für eine Vielzahl freiwillig durchgeführter Veränderungen am weiblichen oder männlichen Körper. Dazu gehört auch die Vorhautentfernung ohne medizinische Notwendigkeit.

Die Nachfrage nach plastisch-chirurgischen Eingriffen hat in den letzten Jahren stark zugenommen. In Grossbritannien stellt beispielsweise der Eingriff der Schamlippenverkleinerung den am schnellsten wachsenden Bereich innerhalb der plastischen Chirurgie dar, die Nachfrage nach einer Schamlippenverkleinerung stieg im Jahr 2008 gegenüber dem Vorjahr um 300 %, seit 2005 sogar um 700 %.

Die starke Präsenz von Nacktheit in den Medien trägt dazu bei, dass sich für unsere Körperbereiche ästhetische Normen – eine Intimästhetik – herausbilden, beispielsweise für die männlichen und weiblichen Genitalien. Eine bis dato primär zur Privatsphäre zählende Körperregion, die Schamregion, unterliegt zunehmend einem Gestaltungsimperativ.

Mit zeitlicher Verzögerung ist bodymodification auch bei Männern zunehmend im Trend. In der Sauna, die ich seit Jahren besuche, ist der Trend, seinen «Pelz» zu «stylen», quer durch alle Altersgruppen sichtbar geworden. Ist auch nicht weiter problematisch; wenn die neue Freundin lieber «unten mit Pelz» will... kann Mann einfach die Natur walten lassen. Anders bei der Vorhautentfernung.

«Die Vorhaut ist einer der sensibelsten Bestandteile des Penis. Im Durchschnitt enthält sie über 73 m Nervenfasern und über 20 000 Nervenenden. Die Vorhaut ist damit in etwa so sensibel wie die Lippen oder die Fingerspitzen. Für viele Männer spielt die Vorhaut aufgrund ihrer Erogenität eine bedeutende Rolle in ihrem Sexualleben (so ist beispielsweise oft durch ihre alleinige Stimulation ein Orgasmus möglich). Auch eine Beschädigung oder Entfernung des Frenulums im Zuge der Beschneidung kann kritisch betrachtet werden. Dieser Teil des Penis ist bei vielen Männern empfindsamer als die Eichel selbst und kann auch bei einigen sexuellen Praktiken wie zum Beispiel Fellatio eine bedeutende Rolle spielen. Dies gilt freilich auch für den hochsensiblen Bereich der Vorhaut, in dem die äussere Haut in die innere Schleimhaut übergeht, der wie viele Schleimhautgrenzen eine hochoerogene Zone ist.» (Quelle: Wikipedia).

Die Entfernung der Vorhaut wird dein sexuelles Praktizieren beeinflussen – dies zeigen die Beiträge in entsprechenden Foren im Internet. In einer aktuellen Studie aus Südkorea, wo sich sehr viele Männer erst im Erwachsenenalter beschneiden lassen, wurden sie zum sexuellen Erleben vor und nach dem cut befragt. In Bezug auf ihr Sexualleben nach dem cut antworteten 74 % mit «no change». Die grösste Veränderung zeigte sich in Bezug auf die Selbstbefriedigung: Nach dem cut bezeichneten 63 % die Selbstbefriedigung als schwieriger (leichter 37 %), das Lustempfinden bei der Selbstbefriedigung haben 48 % nach dem cut als schlechter beurteilt (besser 8 %).

Du möchtest endlich wieder in Ruhe Sex mit deiner Freundin geniessen und nimmst dabei die Zufriedenheit deiner Freundin als Massstab – ein gängiges Muster bei Männern! To cut or not to cut – ist eine Frage, die du mit dir selber klären musst – das Risiko eingehen, dass durch den cut deine Lust mit und an dir selber sich verändern wird. Der cut ist definitiv – wenn deine nächste Freundin lieber «unten mit» hätte – da kannst du nicht einfach die Natur walten lassen, und body-modifikation hat Grenzen, eine rekonstruierte Vorhaut wird nur eine «Kopie» sein.

Quellen und weiterführenden Informationen:

[de.wikipedia.org/wiki/Zirkumzision](http://de.wikipedia.org/wiki/Zirkumzision)

[de.wikipedia.org/wiki/Body-Modification](http://de.wikipedia.org/wiki/Body-Modification)

[www.norm-uk.org/index.html](http://www.norm-uk.org/index.html)

# Jetzt wird gerollt!

**Warum es einen Heidenspass macht, seine Fleischvögel selbst zuzubereiten und weshalb der Fantasie dabei kaum Grenzen gesetzt sind.**

Ich gebe es zu: Ich liebe Fleisch. In allen Variationen. Obwohl bei uns keinesfalls jeden Tag Fleisch auf den Teller kommt, eine schöne Pasta mit Pilzen und Gemüse oder mit einer klassischen Tomatensauce sind uns jederzeit willkommen, und auch der Fisch schwimmt gerne in der Pfanne. Aber dann und wann muss es auch wieder einmal etwas Deftiges sein.

Mögen Sie «Fleischvögel»? Ich liebe sie. Und unser Hausmetzger versteht sein Handwerk. Aber man kann Fleischvögel natürlich auch selber machen. Das geht mit Geflügel, mit Kalb, mit Schwein und mit Rind. Nur die Garzeiten unterscheiden sich. Und die Füllungen, hier sind der Fantasie kaum Grenzen gesetzt. Das Huhn vielleicht asiatisch, das Kalb mit Gemüse und Pfifferlingen, selbst gewisse Früchte sind denkbar. Aber probieren wir heute mal Rind.



## Zutaten

4 dünne Rindsplätzli  
4 Toastscheiben  
Steinpilze, getrocknet  
120g Speckwürfel  
1 Zwiebel, gehackt  
1 Peperoni  
Petersilie, Rosmarin  
0,5l Rotwein

## Zubereitung

Auch hier gibt es nicht nur die klassische Fleischfüllung, sondern diverse Variationen. Für vier dünne Rindsplätzli (vom Metzger extra dafür zuschneiden lassen und zuhause mit der Bratpfanne schön weiter flach klopfen) nehmen wir vier Toastscheiben, Voll- oder Mehrkorn, und weichen diese in heissem Wasser auf. Altes Brot ohne Rinde geht auch zur Not. Wasser danach gut ausdrücken. Eine Handvoll trockene Steinpilze in Milchwasser einweichen, Flüssigkeit beiseite stellen. 120g Speckwürfel ohne Fett in der Pfanne anbraten, eine fein geschnittene Zwiebel und etwas gröber gehackte Peperoni mitdämpfen. Auskühlen lassen. Die Mischung zusammen mit einem halben Bund grob gehacktem Peterli und den zerkleinerten Pilzen in die Toastbrotmasse geben, leicht würzen, ein Gutsch Olivenöl dazu und alles gut vermengen.

Jetzt die Rindsplätzli innen und aussen sparsam würzen (das Fleisch ist ja sehr dünn), die Mischung auftragen, zusammenrollen, die Enden einklappen und mit einer Küchenschnur gut zubin-

den. Die «Vögel» kurz und heftig anbraten, mit einem halben Liter Rotwein übergossen. Markbein, Rosmarin, Liebstöckl und Knoblauch können wir dazugeben, müssen aber nicht unbedingt. Deckel drauf und etwa 50 Minuten köcheln lassen, die halb fertige Sauce mit Trockenbouillon, Paprika, Pfeffer, Tomatenmark und etwas Flüssigkeit des Pilzmilchwassers (nicht zu viel!) abschmecken. Halbierete Cherry-Tomaten dazugeben, nur kurz warm werden lassen und servieren. Dazu passt eine Polenta hervorragend, aber auch ein paar Spätzle machen bella figura. Ich würde noch etwas grünes Gemüse dazu reichen, ein Brokkoli wäre sicherlich nicht verkehrt.

Wenn Sie Kalbfleisch verwenden, die Mischung etwas zurückhaltender gestalten, Zutaten eher feiner schneiden, mit nur 2 dl Weissweibouillon ablöschen und Rahm dazu. Und die sind dann in 10 Minuten schon fertig. Mit Schwein oder Huhn, ich gebs zu, habe ich es noch nie probiert, möglich ist es aber. Frohes Kneten, lustiges Rollen und guten Appetit!

Roland Breitler ist Journalist, Kommunikationsberater, Querdenker und Gernkocher aus dem Toggenburg.

Foto: Thomas Hirter

# Reinhard's exakter Machometer

## *Gedacht zur Einschätzung der eigenen Persönlichkeit.*

62 Ein Ich ist nicht ausgebildet, wenn Eitelkeit herrscht, wenn die  
Neigung besteht, bekannt werden zu wollen, wenn Anerkennung  
und Karriere aus Selbstzweck gesucht wird.  
Wer herrschen will, hat das Wesen des Ichs noch nicht erfahren,  
denn dieses will frei sein:

Ich will keine Untertanen,  
da ich diese Abhängigkeit von so vielen Menschen nicht mag.  
Ich will keinen Chef, weil ich niemandem zumuten will,  
in Abhängigkeit zu geraten.  
Ich anerkenne keine Autoritäten auf geistigem Feld, keine Gurus.  
Ich brauche keine Beichte und keine Unterordnung  
unter einen abstrakten Gott oder eine selbsternannte kirchliche Autorität,  
weil ich das Göttliche auch in mir finde.  
Ich trage das Werkzeug der Erkenntnis in mir.  
Ich lasse mich jedoch durch Erkenntnis ständig belehren.  
Ich will die eigenen Vorstellungen ständig erneuern und vermehren.  
Ich tue selber, fühle selber, bedenke selber und fasse selber Entschlüsse.  
Zufriedenheit ist keine Gegebenheit, sondern ein Entschluss!  
Ich suche als Instanz mein höheres Selbst.  
Ich bin weder Stier noch Skorpion noch Zwilling,  
sondern lediglich übers Tor des Tierkreises in unsere Welt eingetreten.  
Ich bin nicht seelischer, sondern geistiger Natur und einzigartig,  
daher kann ich nicht mit Psychologie erkannt werden.  
Ich kann nicht auf Archetypen und Gattungen zurückgeführt werden,  
sowenig wie ein Hund mit einer Katze begründet werden kann.  
Ich kenne keine Konkurrenz, bin nicht eifersüchtig, will nicht geehrt sein.  
Ich bin nichts ohne die Vielen. Ich suche immer die Zusammenarbeit.  
Ich bin anders als die anderen, das ist selbstverständlich und normal.  
Ein Ich, das sich nicht freut, dass der andere anders ist, ist kein Ich.  
Ein Ich fühlt: der Sinn der Welt liegt im Herzen.

Jürg Reinhard, Physiker, Arzt, Bergführer

Peter Schudel: «MIRSISE»



## Männerinitiativen, national

**männer.ch** Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen, Pilatusstrasse 18, 6003 Luzern, 041 260 85 26, [info@maenner.ch](mailto:info@maenner.ch), [www.maenner.ch](http://www.maenner.ch)  
**maenner.org** Online-Portal für Männerorganisationen und -angebote, [www.maenner.org](http://www.maenner.org)  
**maennerpalaver.ch** Gemeinsame Homepage aller Deutschschweizer Männerpalaver

## Männerinitiativen, regional

**ForumMann**, Postfach, 9004 St. Gallen, 079 277 00 71, [info@forummann.ch](mailto:info@forummann.ch), [www.forummann.ch](http://www.forummann.ch)  
**Männerbüro Region Basel**, Drahtzugstrasse 28, 4057 Basel, 061 691 02 02  
**Mannebüro Luzern**, Unterlachenstr. 12, 6005 Luzern, T 041 361 20 30, [info@manne.ch](mailto:info@manne.ch), [www.manne.ch](http://www.manne.ch)  
**MännerZug**, Thomas Zehnder, Geschäftsführer, Albisstr. 15, 6340 Baar, 079 634 93 10, [info@maennerzug.ch](mailto:info@maennerzug.ch), [www.maennerzug.ch](http://www.maennerzug.ch)

## Männer-, Väter- und Bubenarbeit

**agredis.ch – Gewaltberatung von Mann zu Mann**, Unterlachenstr. 12, 6005 Luzern, 078 744 88 88, [gewaltberatung@agredis.ch](mailto:gewaltberatung@agredis.ch)  
**Avanti Papi / Progressive Väter Schweiz**, [info@avanti-papi.ch](mailto:info@avanti-papi.ch), [www.avanti-papi.ch](http://www.avanti-papi.ch)  
**Elternnotruf Zürich**, 044 261 88 66 (Beratungsstelle 24 Stunden), [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch) (Weitere Fachstellen Zug, Basel, Bern und Ostschweiz)  
**Fachstelle Frauen & Männer**, Ref. Kirche, Hirschengraben 7, 8001 Zürich, [www.zh.ref.ch/maenner](http://www.zh.ref.ch/maenner)  
**Fachstelle Männer- und Bubenarbeit**, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 02 88, Fax 01 242 03 81  
**GeCoBi**, Schweizerische Vereinigung für gemeinsame Elternschaft, Postfach, 8026 Zürich, 079 645 9554, [info@gecobi.ch](mailto:info@gecobi.ch), [www.gecobi.ch](http://www.gecobi.ch)  
**IG Bubenarbeit Schweiz**, Alte Landstrasse 89, 8800 Thalwil, 044 721 10 50  
**IG-Väterarbeit**, Joachim Zahn, Hirschengraben 50, PF, 8052 Zürich, 044 258 92 41  
**Intervision Bubenarbeit Zürich**, okaj Zürich, Langstrasse 14, 8026 Zürich, 044 366 50 10, [www.okaj.ch](http://www.okaj.ch)  
**mannschafft**, bei trennung und scheidung, Seminarzentrum Klus, 8032 Zürich, 044 362 99 80, [zentrale@mannschafft.ch](mailto:zentrale@mannschafft.ch), [www.mannschafft.ch](http://www.mannschafft.ch)  
**Männer- und Jungenprojekte**, Ref. Kirche Biel, Ring 4, 2502 Biel, 032 322 50 30, [maennerprojektereferbiel@bluewin.ch](mailto:maennerprojektereferbiel@bluewin.ch)  
**Netzwerk Schulische Bubenarbeit NWSB**, Zentralstrasse 156, 8003 Zürich, 044 825 62 92, [nwsb@nwsb.ch](mailto:nwsb@nwsb.ch), [www.nwsb.ch](http://www.nwsb.ch)  
**Elternbildung CH**, Steinwiesstrasse 2, 8032 Zürich, 044 253 60 60, [info@elternbildung.ch](mailto:info@elternbildung.ch)  
**Selbstbehauptung für Jungs**, Selbstbewusst und stark, Verein Respect!, 055 243 44 33, [urban.bruehwiler@gmx.ch](mailto:urban.bruehwiler@gmx.ch)  
**Väternetz.ch**, Verbund von Fachpersonen der Väterarbeit, [www.vaeternetz.ch](http://www.vaeternetz.ch), [info@vaeternetz.ch](mailto:info@vaeternetz.ch)  
**VeV Schweiz, Verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter**, Postfach 822, 5201 Brugg, 079 645 9554, [info@vev.ch](mailto:info@vev.ch), [www.vev.ch](http://www.vev.ch)  
**zovv, Zürcher Oberländer Väter Verein**, [info@zovv.ch](mailto:info@zovv.ch), [www.zovv.ch](http://www.zovv.ch)  
**Weitere Links:** [www.halopa.ch](http://www.halopa.ch), [www.hausmaennernetz.ch](http://www.hausmaennernetz.ch), [www.fairplay-at-home.ch](http://www.fairplay-at-home.ch), [www.tochtersitag.ch](http://www.tochtersitag.ch), [www.scheidungskinder.ch](http://www.scheidungskinder.ch)

## Täter- und Opferberatung

**Fachstelle gegen Gewalt**, Beratung für gewalttätige Männer und Jungen, Ring 4, 2502 Biel, 032 322 50 30, [fachstelle-gegen-gewalt@bluewin.ch](mailto:fachstelle-gegen-gewalt@bluewin.ch)  
**Gewaltberatung Biel**, Beratung für gewalttätige Erwachsene und Jugendliche, Ring 4, 2502 Biel, 032 322 50 30, [gewaltberatungbiel@bluewin.ch](mailto:gewaltberatungbiel@bluewin.ch)  
**Hau den Lukas, Kontaktstelle für Jungen / Männer**, Peter Merian-Str. 49, 4002 Basel, 061 273 23 13, Fax 061 273 23 12, [hau-den-lukas@bluemail.ch](mailto:hau-den-lukas@bluemail.ch)  
**Institut Männer gegen Männer-Gewalt Ostschweiz**, Vadianstr. 40, 9000 St. Gallen, 071 22 333 11, [Ostschweiz@gewaltberatung.org](mailto:Ostschweiz@gewaltberatung.org)  
**männer plus – Beratung für gewaltbetroffene Jungen und Männer**, Steinenring 53, 4051 Basel, 061 205 09 10, [www.opferhilfe-bb.ch](http://www.opferhilfe-bb.ch)  
**mannebüro züri**, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 02 88, Fax 044 242 03 81, [info@mannebuero.ch](mailto:info@mannebuero.ch), [www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)  
**Institut für Gewaltberatung Basel**, Singerstr. 8, Postfach 4537, 4002 Basel, 079 700 22 33, [mail@gewaltberatungbasel.ch](mailto:mail@gewaltberatungbasel.ch), [www.gewaltberatungbasel.ch](http://www.gewaltberatungbasel.ch)  
**Opferberatungsstelle für gewaltbetroffene Jungen und Männer**, Hallwylstr. 78, 8004 Zürich, 043 322 15 00, [vzsp@vzsp.org](mailto:vzsp@vzsp.org)  
**Opferhilfestellen generell:** In jedem Kanton bestehen spezielle Stellen. Adressen im Telefonbuch oder unter [www.ofj.admin.ch](http://www.ofj.admin.ch) (Opferhilfe)  
**STOPPMännerGewalt**, Berner Fach- und Beratungsstelle, Haslerstrasse 21, 3001 Bern, 0 765 765 765, 031 381 75 06, [info@stoppmaennergewalt.ch](mailto:info@stoppmaennergewalt.ch)  
**ZwüscheHalt**, c/o VeV Schweiz, Postfach 822, 5201 Brugg, 079 645 9554, [info@zwueschehalt.ch](mailto:info@zwueschehalt.ch)

## Familie und Beruf

**Fachstelle UND Familien- und Erwerbsarbeit für Männer und Frauen:** Postfach 2702, 6002 Luzern, [info@und-online.ch](mailto:info@und-online.ch), [www.und-online.ch](http://www.und-online.ch), weitere Kontaktstellen in Basel (061 283 09 83), Bern (031 839 23 35), Zürich (044 462 71 23)  
**Mobbing Internet-Plattform**, [www.mobbing-info.ch](http://www.mobbing-info.ch)

## Gesundheit

**Forum Männergesundheit**, Radix, René Setz, Effingerstrasse 11, 3011 Bern, 031 312 75 75, [www.gesunde-maenner.ch](http://www.gesunde-maenner.ch), [setz@radix.ch](mailto:setz@radix.ch)  
**Aids Hilfe Schweiz**, Konradstrasse 20, Postfach 1118, 8031 Zürich, 044 447 11 11, [www.aids.ch](http://www.aids.ch)  
**Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention**, Effingerstrasse 40, 3001 Bern, 031 389 92 46, [www.letitbe.ch](http://www.letitbe.ch)  
**Fair-Sex**, [www.don-juan.ch](http://www.don-juan.ch), Informationen für Freier  
**Pro Mente Sana**, (seelische Gesundheit), 8031 Zürich, 044 361 82 72, [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)  
**Schweiz. Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme**, Postfach 870, 1001 Lausanne, 021 321 29 11, [www.sfa-isp.ch](http://www.sfa-isp.ch)

## Private Männerangebote

**Auf zur Kraft der Mitte**, DAO, Beat Hänkli, Gesellschaftstr. 81a, Postfach, 3000 Bern 9, 031 302 55 65 / 079 44 385 88, [taichidao@bluewin.ch](mailto:taichidao@bluewin.ch), [www.taichidao.ch](http://www.taichidao.ch)  
**L'hom, für Männer**, Robert Fischer, Sulgeneckstrasse 38, 3007 Bern, 031 372 21 20, [seminare@mann-frau.com](mailto:seminare@mann-frau.com)  
**männer:art**, Peter Oertle, Homburgerstrasse 52, 4052 Basel, 061 313 68 46, [info@maenner-art.ch](mailto:info@maenner-art.ch), [www.maenner-art.ch](http://www.maenner-art.ch)  
**männer im element**, Männer-Initiation & Coaching, Bernhard von Bresinski, Nordstr. 56, 8006 Zürich, 076 476 42 65, [www.healing-insight.ch](http://www.healing-insight.ch)  
**Männergruppen Thunstrasse Bern**, Albert Pfister, Thunstrasse 113, 3006 Bern, 031 351 16 26, [info@aloo.ch](mailto:info@aloo.ch), [www.aloo.ch](http://www.aloo.ch)  
**Männer in Saft und Kraft**, Naturrituale und Coaching, Stefan Gasser, 6006 Luzern, 041 371 02 47, [www.maenner-initiation.ch](http://www.maenner-initiation.ch)  
**MÄNNERKRAFT-LEBEN**, Peter Gerber, Muristrasse 38, 3006 Bern, 079 693 29 64, [gerber@maennerkraft-leben.ch](mailto:gerber@maennerkraft-leben.ch), [www.maennerkraft-leben.ch](http://www.maennerkraft-leben.ch)  
**Mannzeit**, Alexius Amstutz, Clariedenstrasse 7, 8800 Thalwil, 044 720 79 74, [tram.amstutz@swissonline.ch](mailto:tram.amstutz@swissonline.ch), [www.mannzeit.ch](http://www.mannzeit.ch)  
**Perspektiven**, Christof Bieri, Dorfstrasse 5, 3550 Langnau, 034 402 52 63, [info@es-geht.ch](mailto:info@es-geht.ch), [www.es-geht.ch](http://www.es-geht.ch)  
**Schröter und Christinger Persönlichkeitstraining**, Mühlegasse 33, 8001 Zürich, [info@scpt.ch](mailto:info@scpt.ch), [www.scpt.ch](http://www.scpt.ch)  
**Stefan Eigenmann – Beratung und Seminare im Raum zum Sein**, Bahnhofstrasse 34, 8180 Bülach, 043 928 23 00, [www.stefaneigenmann.ch](http://www.stefaneigenmann.ch)  
**Timeout statt burnout**, Christoph Walser & Martin Buchmann, Zürich und Thun, 043 343 90 40 oder 033 221 70 55, [www.timeout-statt-burnout.ch](http://www.timeout-statt-burnout.ch)  
**tschätschó Männerarbeit**, Schlosserstrasse 23, 8400 Winterthur, Tel./Fax 052 222 79 62, [matthias.gerber@tschatscho.ch](mailto:matthias.gerber@tschatscho.ch), [www.tschatscho.ch](http://www.tschatscho.ch)  
**Unabhängige Vorsorgeberatung**, Stefan Geissbühler, Maulbeerstrasse 14, 3011 Bern, Tel. 031 387 68 76, [unabhaengig@vorsorgen.ch](mailto:unabhaengig@vorsorgen.ch), [www.vorsorgen.ch](http://www.vorsorgen.ch)  
**Wege der Kraft – MännerSeminare**, Lorenz Ruckstuhl & Alexander Lanz, 034 431 51 20, [info@wegederkraft.ch](mailto:info@wegederkraft.ch), [www.wegederkraft.ch](http://www.wegederkraft.ch)

Abonnieren Sie die Männerzeitung: [abo@maennerzeitung.ch](mailto:abo@maennerzeitung.ch)