

SEMINARREIHE „DER WEG DER MÄNNER“

Der Stammesjüngste



Florian Ralser (27) aus Brixen auf seinem Lieblingsapfelbaum. Er war einer der Teilnehmer der vergangenen Seminarreihe „Der Weg der Männer“.

Foto: Armin Huber

Sie gründen einen Stamm auf Zeit und treffen sich ab 24. Oktober wieder an sieben Wochenenden in Lüsen. Männer auf der Suche nach dem Sinn des Mannseins. Florian Ralser (27) aus Brixen war im vergangenen Jahr mit dabei. Er hat in seinem Leben viel „Scheiße“ mitgemacht. Jetzt kann er endlich damit abschließen.

Von Martina Hofer

25 Männer, die im Wald um glühende Steine sitzen. 25 Männer, die am ‚Frauenaltar‘ heulen. 25 Männer, die in einer Mulde liegen und den Tod nachahmen. Allein die Vorstellung dieser Bilder wirkt abartig, ja fast unheimlich. Trotzdem finden sich seit vier Jahren Männer, welche diesen Ritualen in Lüsen beiwohnen. Oben am Löchlerhof am steilen Lüsner Berg treffen sie sich an sieben Wochenenden, um in der Abgeschiedenheit mit speziellen Techniken gemeinsam an ihren Problemen und Krisen zu arbeiten.

„Jeder Mann hat im Grunde die gleichen Eier“, sagt Florian Ralser. Wir treffen den 27-jährigen Brixner in Milland zum Interview. Seine Mütze hat er tief in die Stirn gezogen, Schuhe trägt der Student für Sozialpädagogik keine. Er wirkt freundlich, aber leicht nervös. Dass er heute hier sitzt, habe er seinem inneren Krieger zu verdanken, sagt Ralser. Er lehre ihn, seinen Mann zu stehen, auch wenn er gern einen Rückzieher gemacht hätte.

Der Krieger ist einer der Archetypen, die der Student im vergangenen Winter in Lüsen kennengelernt hat. Ralser war der Jüngste der 25 Teilnehmer beim dritten Seminar „Der Weg der Männer“. Er will nicht im Detail erklären, warum er dort war. Er sagt nur: In seinem Leben sei ein Haufen „Scheiße“ passiert, es gebe traumatische Erfahrungen, die aufgearbeitet werden wollten. Immer wieder hat er deswegen in der Vergangenheit psycholo-

gische Hilfe gesucht, schaffte es aber nicht, mit den quälenden Themen fertig zu werden. Sein Leidensdruck führte soweit, dass er 2013 nach Südamerika ging und sich einer spirituellen Heilung unterzog. „Das hat mir gut getan. Ich habe Tranceerfahrungen gemacht und begonnen, mich erstmals intensiver mit mir selbst auseinander zu setzen“, sagt der 27-jährige Brixner.

Zurückgekehrt nach Südtirol, suchte der energetisch gestärkte Mann nach ähnlichen Angeboten. Schnell merkte er: Es werde viel Schindluder betrieben – aber es gebe auch einiges Gutes. Zu letzterem zählt Ralser die Männer-Initiationsgruppe in Lüsen, zu der er über eine Freundin gekommen ist. Initiation bezeichnet die Einführung eines Außenstehenden in eine Gemeinschaft nach einem traditionellen Ritus. Es ist keine Sekte, sondern ein Stamm auf Zeit, den Südtiroler Männer heuer zum vierten Mal gründen, um in dieser Zeit im geschlossenen Rah-

men an ihrem Leben zu arbeiten. Warum sie nicht einfach einen Psychologen aufsuchen? „Viele Männer können und wollen nicht über ihre Gefühle reden“, glaubt Ralser. Oder die Gesprächstherapie reiche nicht aus. Die Männer

„Am ersten Tag dachte ich mir: Oje, was geht denn hier ab?“

Florian Ralser

werden irgendwann unzufrieden, frustriert, aggressiv, depressiv – oft, ohne die tieferen Gründe für ihre Verhaltensmuster zu kennen. Hier in Lüsen fällt es ihnen leichter, sich zu öffnen, weil es andere Männer vormachen. Wer trotzdem nicht reden will, findet andere Ventile. Es wird getanzt, getrommelt, geschrien und manchmal auch untereinander gerangelt.

Florian Ralser erinnert sich gern zurück an den ersten Tag in der

Gruppe. „Was geht denn hier ab?“, fragte sich der Brixner verblüfft, als er am Löchlerhof aus dem Auto stieg. Eine Traube fremder Männer versammelte sich vor dem Haus, man umarmte sich herzlich. Manche Männer minutenlang. Florian war irritiert. Der Hobbymagier hätte sich am liebsten weggezaubert. Doch er blieb, schaute, beobachtete. Die schamanischen Rituale, wie das Räuchern, Trommeltänze oder die Schwitzhüttenzeremonie gefielen ihm, er kannte sie aus Südamerika. „Als wir zum Schluss in einem Kreis zusammensaßen, fühlte ich mich zugehörig und wusste: das ist meins“, beschreibt er das Gefühl. Ein Zustand, der nicht lange währte. Immer wieder überkamen dem Brixner in den Folgemonaten Bedenken: ‚Was tue ich hier?‘ ‚Was bringt mir dieser Blödsinn?‘ Heute weiß der junge Mann mit dem blonden Spitzbart, dass diese Zweifel ein positives Zeichen sind. „Unser Geist sträubt sich gegen Veränderungen und versucht sie uns auszureden. Aber genau dann ist es richtig“, sagt er mit der Weisheit eines alten Mannes. Dabei war er der Stammesjüngste. „Wären wir doch auch schon früher gekommen. Dann hätten wir uns vieles erspart“, klopfen ihm ältere Teilnehmer immer mal wieder neidisch auf die Schulter. Sein Aha-Erlebnis auf dem ‚Weg?‘ „Zu sehen wie gestandene Mannsbilder heulen wie kleine Kinder“, sagt Ralser. Viele Männer fanden unter Gleichgesinnten erstmals den Mut, ihre Beziehungsprobleme, Selbstzweifel, Trauer oder Kindheitstraumata anzugehen. ●



Eine Schwitzhütte am Lüsner Berg: die schamanische Zeremonie dient der Reinigung und physischen Gesunderhaltung und ist fester Bestandteil der Männerwochenenden.



Männer bekommen durch die praxisnahe Initiationsarbeit in der Natur und durch den Austausch in der Gruppe, Impulse, um an sich selbst zu arbeiten.

„Es gibt Typen, die nehmen das Mutterbild mit in die Beziehung und suchen in der Partnerin einen Mutterersatz. Das geht immer daneben. Andere müssen mit Todesfällen oder Mobbing am Arbeitsplatz fertig werden“, umreißt Ralsler die Thematiken. Sich plötzlich damit auseinander setzen zu müssen, bedeutete für die meisten Männer erst einmal Schmerz. Verdrängtes kam hoch, Abgründe taten sich auf. Scham, Schuldgefühle oder Angst füllten den Seminarraum. Viele ließen ihrer Trauer, Ärger oder der Wut freien Lauf. „Männerarbeit ist Friedensarbeit“, sagt der Seminarleiter Alfred Tschager (siehe Interview). Ralsler pflichtet ihm bei. Viele Teilnehmer seien verändert und innerlich gereinigt

heimgefahren, schildert er. Einige erzählten von Fieber in den Folgetagen. Etwas in ihrem Körper hat zu arbeiten begonnen.

„Man darf jetzt aber nicht glauben, Bankmanager, Firmenchefs oder Lehrer sind plötzlich zu spirituellen Aussteigern geworden“, stellt Ralsler klar. Beruflich stünden die Teilnehmer auch weiterhin ihren ‚Mann‘. Sie gehen Probleme nur anders an, sind bodenständiger und können Gefühle besser einschätzen und hinterfragen. Ralsler sagt rückblickend, er habe ein starkes Gespür für sich selbst entwickelt und viel aus den Fehlern anderer „Stammesmitglieder“ gelernt. Den Gang zum Psychologen spart er sich heute, die Arbeit an sich selbst aber habe erst begonnen. Es brauche viel



Es mutet ungewöhnlich an, ist jedoch ein wichtiges Element im Rahmen der Männerarbeit: Teilnehmer, die sich im Arm liegen.

Achtsamkeit und Selbstdisziplin, um nicht wieder in alte Muster zu verfallen, weiß Ralsler. Und genau dieses Bewusstsein möchte der angehende Sozialpädagoge in Zukunft auch verstärkt in der Jugendarbeit einbringen: „Männerarbeit ist kein spiritueller Firlefan. Sie verändert Sichtweisen, stärkt das

Selbstbewusstsein, die Eigenständigkeit und schafft Orientierung. Ich rate sie jedem Mann.“ Ralsler selbst hat in Lüssen seinen Weg gefunden. Und sollte dieser in Zukunft mal wieder bergab gehen, dann nur, „damit ich Schwung holen kann“, ist der Brixner fest überzeugt.



„80 Prozent kommen wegen einer Frau“

Alfred Tschager aus Karneid ist Initiator und Begründer von „Der Weg der Männer“ in Südtirol. Der Fotograf leitet gemeinsam mit Florian Laner und Johannes Hofmann die Seminarreihe 2014.

IN: Im Oktober startet die 7-teilige Seminarreihe „Der Weg der Männer“. An welches Ziel führt der Weg?

Alfred Tschager: Unser Ziel ist es, einen geschlossenen Treffpunkt für Männer zu schaffen, wo nichts nach außen dringt. In der Gruppe können die Männer mittels Ritualen, Körperarbeit und Gesprächen ihre Probleme angehen und versuchen, sie zu lösen.

Warum braucht es so eine Initiationsreihe – reichen Vereine und Stammtische nicht aus?

Es ist toll, dass es solche Vereine gibt, aber Männer reden dort nicht über ihre Probleme. Es geht meist um die Leistung – und das ist genau das Problem der patriarchalen Gesellschaft: Probleme und seelische Verletzungen werden mit Leistung kompensiert. Im Seminar versuchen wir, andere Wege aufzuzeigen, wie man mit Wut, mit Ärger, mit Problemen umgehen kann.

Schildern Sie uns so einen Weg...

Wir wollen die Männer weg bringen von der Denkweise: ‚Ich schaffe das allein, ich bin stark, ich brauche keine Hilfe.‘ Mit dieser Einstel-

lung kommen Männer besonders bei Themen wie Beziehung zur Frau, zu Mitarbeitern oder in der Gesellschaft an ihre Grenzen. Da braucht es neue Wege, da braucht es den Dialog.

Wem raten Sie, teilzunehmen?

Es gibt keine Zielgruppe: Da sitzt der Arzt neben dem Bankmanager und der Hydrauliker neben dem tätowierten Polizisten. Letztes Jahr war der jüngste Teilnehmer 27 Jahre alt, der älteste über 70. Generell rate ich die Teilnahme jedem Mann, der Interesse hat, sich persönlich weiterzuentwickeln, oder wenn jemand in Krise ist, Beziehungsprobleme oder Probleme anderer Art hat.

Was kann eine Seminarreihe bei einem Mann bewirken?

Die Männer entwickeln eine andere Art des Mannseins – und werden männlicher. Da kam beispielsweise einer, der hatte so starke Beziehungsprobleme, dass er keinen Ausweg mehr sah. Durch die Arbeit in der Männergruppe, stand er am Ende der Seminarreihe wieder mit beiden Beinen im Leben und blickte mit Tatkraft nach vorne. Manchmal kommen auch Männer,

die glauben, es gibt nur sie und sonst niemanden. Durch das Seminar lernen sie, auch Schwächen zuzulassen und damit umzugehen. Spreche ich mit Lebenspartnerinnen der Männer, bestätigt wirklich jede, dass sie bei ihrem Mann Veränderungen feststellen kann. Einige sagten sogar: Jetzt habe ich einen anderen Partner.

Wie wichtig ist die Partnerin des Mannes in dieser Zeit?

(lacht). 80 Prozent der Männer kommen wegen einer Frau. Entweder weil sie die Ehefrau schießt, es Beziehungsprobleme gibt oder der Mann ein Problem mit der Mutter oder seiner Vorgesetzten hat. Daran wird in der Seminarreihe sehr intensiv gearbeitet. Männerarbeit ist Friedensarbeit.

Warum sollten Männer in eine Männer-Initiationsgruppe kommen und mit ihrem Problem nicht zum Psychologen gehen?

Einen Psychologen können und wollen wir nicht ersetzen, aber viele Männer bekommen durch unsere naturnahe Initiationsarbeit und durch den Austausch in der Gruppe einen Denkanstoß, weiter an sich

INFO ZUR in SEMINARREIHE

Wann: Einführungswochenende vom 24. bis 26. Oktober, anschließend jeweils ein Wochenende im Monat. (Freitag, 18 Uhr bis Sonntag 15 Uhr).

Wo: Seminarhaus Löchlerhof in Lüssen – www.loechlerhof.com

Anmeldung: Alfred Tschager, Tel. 335 5839614.

Infos: www.wegdermaenner.eu

selbst zu arbeiten und noch mehr in die Tiefe zu gehen.

In der Infobroschüre wird von Kriegern und Magiern geschrieben. Das klingt befremdlich im ersten Moment...

Ich muss ganz ehrlich sagen, als ich das erste Mal teilgenommen habe, dachte ich mir: ‚Alfred, was machst du hier?‘ Wir haben im Wald gemeinsam eine Schwitzhütte gebaut, so wie ich es als Bub mit zehn Jahren getan hatte. Ich wusste schnell: ‚Ich brauche das nicht. Das will ich nicht.‘ Abschließend aber setzten wir uns im Seminarraum zusammen und machten Übungen und Rituale. Das sprach mich richtig an und ich bin mit einem starken Gefühl nach Hause gefahren. Eine initiatorische Männerarbeit bietet eine gesunde Kraftquelle für den suchenden Mann.