

«Macht» macht müde Männer männlich.

Kaum auf der Welt, werden uns Buben die eigenmächtigen Impulse abtrainiert – Durchsetzungskraft wird als Trotzalter oder Egoismus abgestempelt. Wir werden zum Konformismus erzogen. Für wohl erzogene Erwachsene resultieren daraus vier verschiedene Möglichkeiten des Umgangs mit Macht – und alle sind sie auf die Dauer unbefriedigend. Männertherapeut Peter Oertle zeigt einen möglichen Ausweg aus diesem Dilemma.

von Peter Oertle

*«Unsere tiefste Angst ist nicht,
dass wir unzulänglich sind.
Unsere tiefste Angst ist,
dass wir unermesslich machtvoll sind.
Es ist unser Licht, das wir fürchten,
nicht unsere Dunkelheit.»*

(Marianne Williamson, A Return to Love, 1992)

Landläufig gesehen wird der «Mächtige» als der gesehen, der uneingeschränkt machen kann. Der «Ohnmächtige» ist ohne jegliche Macht – er verdient höchstens noch unser Mitleid. Die Wenigsten erkennen ihre Ohnmacht in der Macht, respektive ihre Macht in der Ohnmacht.

Beim genauen Hinschauen habe ich vier Typen erkannt:

1. Der «*ewige Looser*» versinkt unbewusst in der Ohnmacht, bleibt im totalen Rückzug stecken und resigniert.
2. Der «*Angstbeisser*» wird oder ist sich seiner Ohnmacht bewusst, sinnt auf Rache und schlägt aus dem Hinterhalt zurück. Seine Feindbilder sind all diejenigen, die ihn unterdrücken wollen.
3. Der «*Hilflose Helfer*» hilft unbewusst all jenen, die ihn an seine eigene Ohnmacht erinnern könnten und lebt dementsprechend unbewusst seine Macht in einer Elternrolle.
4. Der «*Tyrann*» lebt seine Macht mehr oder weniger bewusst als Kompensation und unterdrückt all diejenigen, die sich unterdrücken lassen, um selber nie mehr das Gefühl der Ohnmacht erleben zu müssen.

Diese vier Typen sind schematisch in der Abbildung (Machtmodell.pdf) dargestellt.

Typ eins und drei würde ich dem «passiven, unbewussten Prinzip», den «mächtig Ohnmächtigen», Typ zwei und vier dem «aktiv, bewussten Prinzip», den «ohnmächtig Mächtigen», zuordnen. Sie alle sind auf ihre Art machtlos –weil sie alle vom Gegenüber abhängig sind!

Das Patriarchat – die vaterrechtliche Gesellschaft – unterstützt diese generelle Machtlosigkeit. Es geht im Rausch der «machtvoll Ohnmächtigen» und in der Katerstimmung (Resignation) der «ohnmächtig Mächtigen» langsam zugrunde. Der «Machtmissbrauch» an allen Ecken und Enden wird zum zeitgemässen Schlagwort: Woher kommt diese Missbrauchsgeschichte oder wo liegen die Wurzeln dieser umfassenden Machtlosigkeit? Ich wage eine vorsichtige Hypothese, die all das Elend auf diesem Planet weder wegerklären noch irgendwie rechtfertigen will.

Die Urverletzung

Das zugrundeliegende Ohnmachtserlebnis des Kindes hinterlässt eine tiefe Verletzung. Der Bub, rennt mit offenen Armen auf das Leben zu. Voller Vertrauen, das Leben umarmen zu können, wird er mehr oder weniger früh von einem «riesigen» Erwachsenen gebremst. Wie oft wird genau dieser eigenwillige Impuls der Lebensfreude, Kraft und Neugier auf das Leben gebrochen. Derer eigene Wille zählt wenig bis nichts. Wir werden, einem Bonsai ähnlich, an Wurzeln und Krone gestutzt. Je ohnmächtiger sich das Kind in seinem subjektiven Erleben mit diesen natürlichen Impulsen gefühlt hat, desto tiefer wird es dieses Erleben wegstecken.

Im besten Fall weiss sich das Kind zu schützen, indem es fortlaufend vergisst, dieser Ohnmacht jemals ausgeliefert gewesen zu sein. Es legt sich eine «zweite Natur» zu, um zu überleben. Das Kind hält seine Macht oder Ohnmacht im Versteckten und fühlt sich den andern gegenüber überlegen oder unterlegen. Damit sind die Startlöcher für ein ungesundes männliches Machtgehabe ausgehoben.

Doch auch mit den raffiniertesten Verdrängungsstrategien wird alles minuziös in den Zellen gespeichert, man könnte auch sagen im Unterbewusstsein festgehalten. In der empirischen Psychologie spricht man von «neuronalen Bahnungen». Darüber wird Mann, je älter er wird, vergessen, dass er vergessen hat – sein Ohnmachtserleben dazumal vergessen musste, um zu überleben. «Ohnmacht» ist daher in seinem unbewussten Erleben mit «Nicht-Überleben», mit Todesangst, gleichgesetzt und man wird daher jeder Situation, die auch nur im entferntesten nach Ohnmacht aussieht, aus dem Weg gehen!

Ich möchte im Folgenden die vier skizzierten Typen näher beschreiben.

Der «ewige Looser»

Mann bedient sich weiter unbewusst den kindlichen Abwehrmustern, nimmt sich zurück und bleibt unbewusst in der Ohnmacht sitzen. Eine kleine Geschichte aus dem Tages-Anzeiger vom 15. Februar 2002 (Seite 15) erzählt unter dem Titel «Verlierer unter sich» eindrücklich von diesem Typus:

«Beim Enten füttern fiel Herr Knauswinkler ein kleiner Erpel auf, der einfach nie eine Brotkrume erwischte. Die anderen waren immer schneller, entschlossener, frecher. Selbst gezieltes Werfen nützte nichts, das Erpelchen ging leer aus. «Wie ich im Dancing», dachte Herr Knauswinkler und machte sich davon.» (jr)

Mir wird beim Lesen fast übel. Ich sehe Herrn Knauswinkler vor mir, und mein Männerherz schreit: «Nein, so nicht!» Dann sehe ich sie vor mir, die lebendig Toten, ständig auf dem «Rückzug». Ich spüre ihre Macht ganz deutlich – Macht durch Sich-Entziehen. Ich greife ins Leere, ich laufe auf! Die höchste Form der Machtausübung ist dann der Selbstmord (aus der Resignation)... Ich bleibe zurück – allein – mit all meinen Anliegen an diesen Menschen! Wie konnte er mir das nur antun? Ich bin absolut ohnmächtig! Die wenigsten Menschen / Männer erkennen ihre Macht in der Ohnmachtsstruktur.

Viele Söhne lernen im Elternhaus, bei ihrem ohnmächtig-machtvollen Vater, wie man Hilflosigkeit instrumentalisiert: Vater arbeitet hart und unerbittlich, um das Geld für seine Familie aufzubringen. Freitag Abend, der Sohn rüstet sich für den Ausgang mit seinen Freunden. Der Vater fleht mit übermüdeeter Stimme seinen Sohn an: «Du weisst, dass ich nicht schlafen kann, bis du sicher zuhause bist. Ich brauche den Schlaf so dringend, sonst bin ich zu nichts nütze!». Der Sohn wird sich hüten, seinem Vater wirklich zu schaden – auch wenn er innerlich rebellieren wird. Er wird später, wie sein Vater, seine Kinder, Frau, FreundInnen oder MitarbeiterInnen mittels «passiver Aggression» manipulieren, um seine Ziele zu erreichen.

Ähnlich operiert der Hörgeschädigte, der kein Hörgerät tragen will. Er «zwingt» dadurch seine ganze Umgebung, laut zu reden, wenn sie etwas von ihm will. Das «machtvolle Opfer», das (meistens unbewusst) über sein Leid, seine Umgebung tyrannisiert.

Der «Angstbeisser»

«Menschen, die einmal verletzt wurden sind gefährliche Menschen, denn sie wissen wie zu überleben» (d.h. sie sind auch bereit, dafür andere zu verletzen). Dies ist eine der Kernaussagen in Louis Malles Film «Damage». Die wenigsten Männer verharren, wie Herr Knauswinkler, in der Opferrolle, ohne sich nicht auf irgendeine Art «mächtig» ins Zeug zu legen.

Jede darbende Minderheit formiert sich im Untergrund (ohne sichtbare Macht) zur Widerstandsbewegung. Sie wartet auf den Augenblick, wo die herrschende Macht eine Lücke im Kontrollsystem übersieht, um selber machtvoll zuzuschlagen oder selber an

die Macht zu kommen. Es ist fast müssig, hier den 11. September 2001 als Beispiel aufzuführen.

Bei den jüngsten Amokläufern fiel mir das Täterprofil auf, das die Medien immer wieder beschrieben haben: «Auffallend unauffällig» waren sie, also Menschen ohne Macht im öffentlichen Geschehen. Dann plötzlich wurden sie zu machtvollen Tätern, die eine breite Ohnmacht unter der Bevölkerung auslösten. Sie handelten aus ihrer Ohnmacht heraus, wurden sehr mächtig und haben das öffentliche Geschehen für einen Moment lang im Griff, einen Moment lang alles unter Kontrolle. Für diesen Augenblick der Macht sind sie bereit zu sterben.

Der «Hilflose Helfer»

In der so genannt zivilisierten Welt gibt eine sehr angesehene und weit verbreitete Form der «ohnmächtig Machtvollen». Sie leben gern unter den Deckmänteln der sozialen Berufe. Ihre Macht ist abhängig von den Ohnmächtigen, und sie werden meistens erst durch das «Burn-out-Syndrom» von ihrem Thron abberufen. Nach dem Titel von Wolfgang Schmidbauers Buch werden sie heute manchmal als «Hilflose Helfer» erkannt.

Im Helfersyndrom scharen die «Mächtigen» die Ohnmächtigen (Abhängigen) um sich, um sich ihre eigene Ohnmacht nicht eingestehen zu müssen. Die «hilflosen Helfer» haben meistens einen geringen Selbstwert oder ein Überheblichkeitsgefühl. Ihre eigene Hilflosigkeit (be)ruft sie, sich für andere unentbehrlich zu machen. In den sozialen und helfenden Berufen wird diese Machtposition oft ausgebaut, die Fürsorglichkeit übersteigert bis hin zur Arbeitssucht. Sie stürzen sich in die Arbeit und verschwenden keine Gedanken mehr an sich selbst. Unsere Gesellschaft ist der ideale Nährboden dafür, denn die moderne Rolle des Mannes will seine «Allzeit-Bereitschaft». Voller Einsatz ist gefordert, hier als Berufsmann, dort als Familienvater und da noch als Vereinsmitglied. Der angepasste Mann ist immer und überall für alle da, stets hilfsbereit, zuvorkommend, aufopfernd und dazu noch verlässlich – ein gütiger Mensch, ein «liebe Siech»! Er bekommt dafür von überall her Anerkennung, wird lobend in den Dankesreden des Vereins erwähnt mit der Erwartung, dass seine selbstlose Art den andern immer und weiter zur Verfügung steht. Demjenigen Mann, der sein Leben in den Dienst der andern stellt, ist dafür heute schon sicher, dass an seiner Beerdigung des Lobes nicht gespart wird.

Die Macht über ohnmächtige Menschen muss etwas Berauschendes an sich haben. Mann wird endlich gebraucht, gesehen, beachtet, steht im Rampenlicht und hat die Kontrolle. Im patriarchalen System wird Macht meistens mit «Kontrolle haben» verwechselt. Macht jedoch, die auf Ohnmacht basiert, ist absolut unfrei – genauso unfrei, wie die «Ohnmacht» selbst, die jederzeit abhängig von der Macht ist. In der Suchtarbeit wird dieses «Paar» «Abhängige/r» und «Co-Abhängige/r» genannt. Sie bedingen einander. Beidesind auf Lebzeiten aneinander gebunden, falls sich nicht der

eine oder der andere befreit, indem er die wahre Macht, die Eigenverantwortung, zu sich nimmt. Der «machtvolle» Ausdruck des «Co-Abhängigen» zeigt sich, indem er die andern schont, selbstlos und rücksichtsvoll ist und mit den geläufigen Entschuldigungen auf den Lippen auf seine Mitmenschen zugeht. Damit traut er implizit dem andern nicht zu, dass er sich selbst zu helfen weiss, resp. sich selber wehren kann: *«Suchst du eine helfende Hand, dann findest du sie am Ende deines linken und am Ende deines rechten Unterarmes!»*

Die Vorstellungen, was andere brauchen, steht dem «hilflosen Helfer» im Weg, um den andern so zu sehen, wie er ist. Diese Art von Machtmissbrauch (Übergriff) ist in den meisten Fällen respektlos und kontraproduktiv – ausser, dass er das System aufrecht erhält und sich niemand verändern muss (aber auch nicht kann). Das patriarchale System stützt unsere «abhängigen» Beziehungen wesentlich. Viele Verbindungen hätten keinen Bestand, ohne dieses System. Die Angst vor der Wahrheit, sich die gegenseitige Abhängigkeit einzugestehen, ist der Klebstoff, der diese Art von Beziehungen zusammen hält.

Der «Tyrann»

Das patriarchale System repräsentiert den Kampf zwischen der ohnmächtigen Macht des «Vaters» und der mächtigen Ohnmacht des «Sohnes». Ein fatales System, das beide in ihrer Machtlosigkeit gefangen hält und in dem sich daher niemand entwickeln kann. Beide sind «Verlierer». Politik und Wirtschaft, das heisst Länder und Firmen, bereichern sich und werden «gross», indem sie die anderen «klein» machen. Jedoch, die «ohnmächtig Mächtigen» können nur solange an ihrer Macht festhalten, wie die Ohnmächtigen das zulassen. Ihre Macht ist vom «goodwill» der Unterdrückten abhängig. Der Reichtum der «1. Welt» basiert auf der Armut der «3. Welt»! Das ist leider keine wahre Grösse, denn Macht auszuüben über Ohnmächtige, ist keine Heldentat.

Der autoritäre Mann (Patriarch, Diktator) ist ebenfalls eine weit verbreitete Möglichkeit, die man wählt. Damit «erhebt» man sich über die andern, um sich nie wieder(!) in einer ohnmächtigen Rolle zu (be)finden. Macht als Kompensation von Ohnmacht ist anstrengend, weil der Kontrollmechanismus ständig aufrecht erhalten werden muss, so dass die Ohnmacht, resp. Hilflosigkeit nicht irgendwo zutage tritt. Das «Spiel» wäre sofort verloren. Das ist die Brutstätte zum Beispiel des «coolen» Mannes, der umgeben ist von Statussymbolen. Er braucht Prestige um jeden Preis, ist meistens von irgendeiner Obrigkeit, einer Firma oder dem Staat hörig und mit der Lüge einbalsamiert, dass «Erfolg-Haben». Ewig-Leben heisst. Dieser «Unsterblichkeit» zuliebe ist er bereit, bis zum Umfallen zu dienen. Sein Motto ist: *«Nur der Sieger ist kein Verlierer!»* Diese Mentalität unterstützt alle Arten von Macht-Systemen. Würde man diesem Mann Geld und Macht (Ansehen) wegnehmen, bliebe nichts mehr übrig, und seine Motivation zum Weiterleben wäre wahrscheinlich gleich Null.

Was gibt es für Alternativen?

«Wir können es nicht vermeiden, dass wir Macht ausüben! So lasst uns machtvoll lieben». (Martin Buber)

Der Ausweg aus diesem Dilemma und damit ein progressiver Weg führt in oder durch die Gefühle der Ohnmacht, in die Aufarbeitung der kindlichen Erlebnisse und in den Bewusstseinsprozess. «Wahre Autortität braucht kein autoritäres Verhalten!» Seine innere Autorität (wieder) zu finden heisst, weder in der Ohnmacht zu versinken, noch aus Angst vor der Ohnmacht, in die Macht zu flüchten.

Eine evolutionäre Triebkraft verhilft dem Menschen immer wieder zu diesem Bewusstseinsprozess, indem sie ihn mit der «Erinnerung» des Unbewussten in der Gegenwart lenkt, im Sinne von: «Nicht mein Wille, sondern Dein Wille geschehe». Das heisst, man wird im Hier und Jetzt immer wieder Situationen anziehen, die ihn mit ähnlichen Umständen konfrontieren. Dieser Wiederholungszwang hat nichts anderes im Sinn, als die Verletzung von damals so zu heilen, dass unser Bewusstsein sich erweitern kann. Das heisst auch, dass Mann seine Macht auf diese Weise zurück erobern kann. Ohne dieses aktive Mitgestalten bleibt er mit dem Satz: «Jetzt isch es mir scho wieder passiert» in der Ohnmacht stecken und wird überall dort, wo er andere ohnmächtige Wesen trifft, «machtvoll» zuschlagen!

Emannzipation

Die Befreiung des Mannes hat das Ziel, die Vorstellungen, Bilder und Erwartungen, die uns die Gesellschaft seit Jahrtausenden aufgezwungen und uns damit in ganz bestimmte Rollen gezwängt hat, loszulassen. Wir brauchen nicht weiter Opfer von sogenannten Sachzwängen zu bleiben. Wir übernehmen Ver**Ant**wortung, das heisst, wir geben den (ur)männlichen Impulsen in uns eine Antwort.

Es braucht eine gute Portion «courage» für den Mann, seine Macht wieder zu sich zu nehmen. Männliche Macht hat ihre Wurzeln im Herzen (coeur) und in der Leidenschaft (rage), sich mit den natürlichen Urbildern (Archetypen) wieder zu verbinden. Diese urmännlichen Kräfte in der heutigen, zivilisierten und genormten Welt zum Ausdruck zu bringen, ist eine grosse Kunst.

Robert Stein hat dies in seinem Buch «Incest and Human Love» (S.62/63) auf den Punkt gebracht (Mensch = Mann):

«Die Entwicklung des individuellen Ich beinhaltet sicherlich einen Prozess des Beschränkens und Zähmens der eigenen Natur. (...) Sobald das Pferd aber gezähmt und aufgezäumt ist, müsste man mit schrecklichen Folgen rechnen, wenn man versuchte, gewaltsam und brutal völlige Herrschaft über das Tier zu gewinnen. Die Beziehung zwischen Mensch und Pferd muss einen harmonische und liebevolle sein; der wirkliche Meister ist so auf sein Pferd eingestimmt, dass er überhaupt kein Zaumzeug braucht. Einfacher ausgedrückt, war der westliche Mensch nicht bereit, die Macht, die er in seinem Feldzug gegen die Natur erwarb, wieder aufzugeben. Aus

*Angst, seine Macht zu verlieren, misshandelt und vernachlässigt er sein Pferd.
Das Problem ist, dass die Kraft des Bewusstseins in der Individualität liegt. Die Mutter Natur aber liebt alle ihre Kinder gleich und ohne Unterschied. So glaubt der moderne Mensch, er verlöre seine Individualität, sobald es seine Macht auf- oder an die Natur zurückgibt, ausserdem führten die Unterdrückungsstrategien, die der Mensch gegen die Natur einsetzte, zu einem gewaltigen Aufbau dunkler und gewalttätiger Kräfte in seiner eigenen Seele, die jeden Augenblick auszubrechen drohen.»*

Abschliessen möchte ich mit dem ganzen Gedicht von Marianne Williamson, «A Return to Love, 1992», das Nelson Mandela in seiner Antrittsrede 1994 zitierte:

*Unsere tiefste Angst ist nicht,
dass wir unzulänglich sind.
Unsere tiefste Angst ist,
dass wir unermesslich machtvoll sind.
Es ist unser Licht, das wir fürchten,
nicht unsere Dunkelheit.
Wir fragen uns: «Wer bin ich denn eigentlich,
dass ich leuchtend, hinreisend,
begnadet und phantastisch sein darf?»*

*Wer bist du denn, es nicht zu sein?
Du bist ein Kind Gottes.
Wenn du dich klein machst,
dient das der Welt nicht.
Es hat nichts mit Erleuchtung zu tun,
wenn du schrumpfst, damit andere um dich herum
sich nicht verunsichert fühlen.
Wir wurden geboren,
um die Herrlichkeit Gottes zu verwirklichen,
die in uns ist.
Sie ist nicht nur in einigen von uns,
sie ist in jedem Menschen.
Und wenn wir unser eigenes Licht erstrahlen lassen,
geben wir unbewusst anderen Menschen die Erlaubnis,
dasselbe zu tun.
Wenn wir uns von unserer eigenen Angst befreit haben,
wird unsere Gegenwart,
ohne unser Zutun, andere befreien.*

männer.be