

„Die wertvollsten Beziehungen in unserer Kultur sind die zwischen Freundinnen, auch wenn das nur den wenigsten Frauen bewusst ist und von den Männern belächelt wird“ (Verena Kast).

„Ein Weib zu sein“, sagt Kierkegaard, ist etwas so Seltsames, so Gemischtes, so Zusammengesetztes, dass kein Prädikat es ausdrückt, und die vielen Prädikate, wenn man sie brauchte, einander so widersprechen, dass nur ein Weib sie aushalten könnte.“ „Das kommt daher“, sagt Simone de Beauvoir, „dass die Frau nicht als Wesen für sich betrachtet wird, sondern so, wie sie dem Manne erscheint. In dieser Idee des Anderen beruht auch die zwiespältige Sicht. ... Das Andere ist das Böse...“

## **1. Kapitel: „Eine Frau ohne Mann ist wie ein Fisch ohne Fahrrad, nicht wahr?“ Abschied von patriarchaler Dominanz**

Das vorliegende Buch will ein „Frauenbuch“ sein, und zwar in dem Sinne, dass es sich nahezu ausschließlich an Frauen richten will und die Männer nur dort miteinbezieht, wo deutlich gemacht werden muss, wie sehr gerade sie die Verursacher und Garanten fortwährender Unterdrückung und Abwertung allen Weiblichen seit archaischer Zeit sind.

Den einen oder anderen nachdenklichen und verunsicherten Mann freilich will ich auch ansprechen:

Jenen nämlich, der bereit ist, seine männliche Identität skeptisch zu reflektieren und/oder kritisch zu hinterfragen, und der sich darum bemüht, seine Verhaltensmuster gegenüber der Frau, seine Rolle in der Gesellschaft und für eine Zukunft auch noch nachfolgender Generationen neu zu definieren.

Jenseits von Dominanz in Familie und Gesellschaft, abseits auch von ausschließlicher Leistungs-, Erfolgs- und Karriere-Orientiertheit in Beruf und Politik wollen diese (ganz) wenigen männlichen Exemplare damit aufhören, weiterhin nur reine Beziehungs- und Gefühlsanalphabeten zu sein. Sie sind und zeigen sich bereit, (sich) neue Dimensionen im Begreifen der Lebenswirklichkeit zu erschließen und tatkräftig an einem

### „AUFBRUCH“

mitzuwirken, wie ihn sehr schön Ernst Ferstl ver“dichtet“ hat:

„Alte Gewohnheiten wie unnützen Ballast über Bord werfen,  
die Gleichgültigkeit ausziehen wie ein verdrehtes Hemd,  
die Fesseln der Angst durchtrennen  
mit messerscharfer Zuversicht,  
die Lebenslügen fortjagen über alle Meere.

Das Boot der Erneuerung anheuern,  
das Segel der Hoffnung setzen,  
die Kraft der Liebe ans Steuer lassen  
und dem sicheren Hafen Aufwiedersehen sagen  
- dem Leben in Fülle zuliebe.“

### **Nur wer loslässt, kann sich ändern**

Ist es nicht so, dass wir Männer in der Regel gerne und beherzt dann Hand anlegen, wenn es darum geht, (äußere) Strukturen, Situationen und den ganzen Globus zu verändern. Wir erfahren uns so richtig als männlich, wenn uns in der Umsetzung von Plänen und Projekten die Eigenschaften zäh und energisch, mutig, ruhig und zuverlässig, stark, ziel- und ergebnisorientiert attestiert werden.

Es ist aber andererseits auch unbestritten so, dass wir uns rasch und feige verweigern, wenn es gilt, uns selbst zu verändern und den „Wandel in uns“ anzusteuern und zu vollziehen, d.h. die Routine der Gewöhnung an eingetretene Pfade, z.B. jene patriarchalischer Omnipotenz, zu verlassen und uns (völlig) neu zu orientieren.

Man ändert sich freilich erst, wenn ein neues Ziel wichtiger wird als das bisherige!

Aber dieser Prozess ist nicht einfach und tut manchmal sehr weh und ängstigt, weil zwischen einem Standort, den man aufgeben will, und einem neuen, den man finden muss/will, eine Zone der Ungewissheit, Unschlüssigkeit und Unsicherheit liegt, der mit mehr oder weniger Angst geladen ist, viel Wagemut einfordert und nur mit Hoffnung auf eine bessere Trittsicherheit zu bewältigen ist.

Es ist jedoch nun mal das eigentliche Gesetz der Entwicklung dies, dass das Morgen dem Gestern nicht gleicht, und daraus entsteht Angst für das Heute.

Aber wie man einen Ort aufgeben muss, will man einen anderen finden, so muss man auch das Gestern und Heute loslassen, will man sich ungeteilt dem Morgen, der Zukunft zuwenden.

■ Man kann nicht nach vorne springen, ohne hinter sich etwas loszulassen.

Anders gesagt:

***Man muss immer etwas loslassen, um wieder etwas anderes zu finden***

Hier denke ich spontan an das Bild des Trapezkünstlers im Zirkus, der sein Trapez rechtzeitig loslassen muss, um das andere fassen zu können!