

Baer, Männerwürde

Description

Udo Baer, Männerwürde, Herder Verlag Freiburg, 2021

Das Wort Würde kommt von Wert. Doch wer schätzt die Männer wert? Wer bringt ihnen Wertschätzung entgegen? Als Ausgangspunkt für das Buch beschreibt der Autor seine Beobachtung, wie groß das Bedürfnis von Männern ist, um ihre Würde zu ringen. Ihm geht es darum, dass Männer sich das Recht nehmen, sich selbst ernst zu nehmen, auf sich zu achten und sich zu achten. Aus dem Leid von entwürdigten Männern heraus tritt der Autor für die Männerwürde ein.

Er schildert am Anfang des Buches seine Intentionen mit dem Buch: „Ich werde in diesem Buch Männer mit ihren Entwürdigungen vorstellen und beschreiben, welche Schritte sie auf ihrem Weg der Würde gehen müssen.“ Dies soll als Anregung dienen, den eigenen Weg der Würde zu gehen. Die persönliche Identitätssuche ist der Autor nach eigener Aussage



selbst gegangen.

Wie ist das Buch aufgebaut? Zunächst wird erläutert, wie sich die Entwürdigung bei Männern zeigen kann. Danach geht es um Querschnittsthemen wie Männergefühle und Partnerschaft, sowie um Männerfallen und Väter. Am Schluss des Buches stehen Vorschläge und Hilfen für den Leser.

Der Weg der Würde besteht darin, zu würdigen, was ist -also die Kraft und die Schwäche, die Lernungskompetenz und die Hilfsbereitschaft. Außerdem hilft es, konkret zuzugreifen, sich mit Dingen zu beschäftigen, die verändert werden können. Meist braucht es andere Männer, um eigene Erfahrungen zu betrauern. Es tut dann gut, nach Menschen zu suchen, die einen sehen und hören, die greifbar sind.

Zur Würde gehört, dass jeder Mensch das Recht hat, gewürdigt zu werden, dass jeder Mensch wertvoll ist. Es lohnt sich, sich mit der Frage „Was ist in meinem Leben zu kurz gekommen?“ auseinanderzusetzen. Und sich Achtsamkeit im Hier und Jetzt zu schenken.



Zu dem, was wir wÃ¼rdigen wollen, gehÃ¶ren unser GefÃ¼hle. WÃ¼rdigen, was ist beinhaltet, unseren GefÃ¼hlen Respekt zu erweisen. Ein Weg dazu hin kann sein, dass man sich fragt, wie hat mein Vater und mein GroÃvater GefÃ¼hle gezeigt? Was ist mein Erbe? Und welchen Anteil haben daran Schuld und SchuldgefÃ¼hle wie beispielsweise das Zugeben von Scheitern. Der Weg der Sinnsuche ist Bestandteil des Wegs der MÃnnerwÃ¼rde.

FÃ¼r die Partnerschaft gibt der Autor Tipps wie GefÃ¼hle ausdrÃ¼cken, gemeinsam Freude und SpaÃ haben und VerÃnderungen durch ÃbergÃnge zu gestalten.

In dem Abschnitt âMÃnnerfallenâ fordert der Autor uns auf auszuprobieren, nicht alles sofort lÃ¶sen zu wollen, sondern wenigstens ein wenig innenzuhalten. Wir MÃnner sollten versuchen, sich unserer Vorbilder bewusst zu werden. Und als nÃchsten Schritt den Sinn fÃ¼r das Eigene suchen und weiterzuentwickeln. Oftmals kommen MÃnner beim gemeinsamen Handeln ins GesprÃch, insbesondere wenn GesprÃche mit den Kindern nicht gelingen.

Zum Schluss des Buches lÃ¤dt der Autor ein, sich selber Ã¼ber die eigenen WidersprÃ¼chlichkeiten, die eigenen Kostbarkeiten und die eigene Belastungspyramide klar zu werden.

Udo Baer geht mit verstÃndlicher Sprache und aufschlussreichen Beispielen aus seiner langjÃhrigen Erfahrung als Therapeut auf die spezifisch mÃnnlichen Probleme in diesem Konfliktfeld der WÃ¼rde ein und zeigt, wie wir als MÃnner jenseits typischer Rollenbilder den Kontakt zu uns selbst aufrechterhalten oder wiederfinden kÃ¶nnen. Das ist der Weg uns selber zu wÃ¼rdigen. Fazit: Das Lesen lohnt sich!

JÃ¼rgen DÃ¶llmann

StichwÃ¶rter: Beziehung, Lebenshilfe, MÃnner heute

Category

1. Aktuelles
2. Buchbesprechungen

Tags

1. Beziehung
2. Lebenshilfe
3. MÃnner heute

Date Created

29. November 2021

Author

doellmann-3854