

Marcel Hager

MANN, UNRASIERT.



Wild, echt und berufen

SCM

R.Brockhaus

SCM

Stiftung Christliche Medien

Der SCM Verlag ist eine Gesellschaft der Stiftung Christliche Medien, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2016 SCM-Verlag GmbH & Co. KG · Bodenborn 43 · 58452 Witten
Internet: www.scmедien.de; E-Mail: info@scm-verlag.de

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:

Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006
SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

Weiter wurden verwendet:

Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung,
© 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (LUT)

Hoffnung für alle ® Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica, Inc.®.
Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis – Brunnen Basel. (HFA)

Umschlaggestaltung: Kathrin Spiegelberg, Weil im Schönbuch
Titelbild: shutterstock.com
Satz: Burkhard Lieverkus, Wuppertal | www.lieverkus.de
Druck und Bindung: Finidr s.r.o.
Gedruckt in Tschechien
ISBN 978-3-417-26789-1
Bestell-Nr. 226.789

INHALTS- VERZEICHNIS

— — — — —

Vorwort	5
Einleitung	7
1. Bedeutend und berufen	13
2. Wie der Mensch seine Bedeutung verlor	21
3. Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?	33
4. Der große Kampf um unser Herz: Kontrolle vs. Hingabe	41
5. Ein unvergleichliches Angebot	55
6. Der lange Weg vom Kopf ins Herz	69
7. Die Kraft des Glaubens:	
Wie wir ein Licht für andere werden	81
8. Männliche Identität: Ich bin und ich tue	93
9. Wenn Männer Verantwortung übernehmen	107
10. Wo Gott uns haben will – und wo nicht	119
11. Warum es Mut braucht, einen Krug mit Öl zu füllen	131
12. Charakter entwickeln	143
13. Eisen schärft Eisen: Vom Wert echter Freundschaften	157
14. Ein Traum von Feuer	171

VORWORT

Marcel Hager hat mit »Mann, unrasiert. Wild, echt und berufen« ein Buch geschrieben, das den Mann im Kern trifft. Durch alle Kapitel sehe ich Marcel, wie er ist: mutig, wild in seinem Herzen, aber vor allem echt und mit einer starken Berufung. Es begeistert ihn, Männern zu zeigen, wie sie zu ihrer Gottesebenbildlichkeit zurückfinden können, und sie in eine lebendige Beziehung zu Gott zu führen.

Männer sind stark. Leider missbrauchen wir unsere Stärke sehr oft, um Gutes zu zerstören. Wir zetteln Kriege an, sind selbstzentriert und auf Macht aus. Viele Probleme der Welt entstehen durch uns. Wenn wir aber eine geheilte Beziehung zu Gott, zur Familie und zur Gemeinde haben, dann kann die Welt wiederhergestellt werden. Und dieses Buch zeigt den Weg dazu. Es geht um Leistung, bestimmt, aber nicht ohne Identität. Es geht um Stärke, aber nicht ohne Liebe. Dieses Buch ist herausfordernd und aufbauend. Lese es und lebe es. Sei echt. Sei unrasiert.

Henk Stoorvogel, Gründer der Männerbewegung »Der 4te Musketier International«, Pastor und Autor u.a. von »Der 4te Musketier. Leben für den König«

EINLEITUNG

Vor nicht allzu langer Zeit war ich gemeinsam mit meinem Team als Aussteller auf einer großen Hochzeitsmesse. Ziel war es, zukünftige Ehepaare für unseren neusten Geschäftszweig *outdoor-wedding* zu begeistern. Wir hofften, damit eine Marktlücke entdeckt zu haben: Hochzeiten im Freien für verrückte und abenteuerlustige Paare, mit einer Zeremonie im Wald, einem Festmahl in einem Kornfeld und einer Ehevorbereitung durch eine Gipfelbesteigung. Das Ehecoaching in der freien Natur lag mir dabei besonders am Herzen.

Durch meine Tätigkeit als Erlebniscoach des Unternehmens »From Survive to Life« und der christlichen Männerbewegung »Der 4te Musketier« durfte ich schon oft erleben, wie Menschen, die sich der Wildnis preisgeben, über sich hinauswachsen, echt und ehrlich werden – also genau das, was ein Mann und eine Frau benötigen, bevor sie als frisch vermähltes Paar ins Eheleben starten. Das dachte ich zumindest.

Auf der Hochzeitsmesse mussten wir allerdings feststellen, dass die meisten Heiratswilligen nicht gerade auf dieses Angebot gewartet hatten. Das Ehecoaching stieß auf wenig Begeisterung. Die potenziellen Bräute suchten auf der Messe in erster Linie nach Inspirationen für die perfekte Zeremonie oder das perfekte Hochzeitskleid.

Die Männer schienen vor allem hier zu sein, weil sie ihrer Freundin oder Verlobten einen Gefallen tun wollten oder dazu genötigt worden waren: Wie Sherpas trugen sie die Papiertüten mit den zahllosen Werbeartikeln oder stießen emotionslos den bereits vorhandenen Kinderwagen vor sich her. Nur wenn sie an unserem Stand vorbeika-

men und das Angebot *Ehe-Coaching* bemerkten, wurden ihre Reaktionen in den meisten Fällen sehr emotional. Einige lachten uns laut aus, während andere abschätzigere Kommentare machten oder sogar beleidigend wurden. Zuerst waren wir schockiert.

Nach einiger Zeit begannen wir, den Männern Fragen zu ihren gefühlsgeladenen Reaktionen zu stellen. Die Antwort war jedes Mal dieselbe:

»Wir sind unser eigener Coach!«

»Wir benötigen ganz sicher keine Hilfe!«

»Wir sind Männer!«

Unser Angebot hatte die Maskulinität der zukünftigen Bräutigame offensichtlich in ihrem Stolz verletzt.

Doch auch wenn sie es öffentlich selten zugeben: Viele Männer denken insgeheim zu klein von sich. Das liegt meistens daran, dass sie gar nicht wissen, wer sie sind, welche Fähigkeiten sie besitzen und was sie damit alles tun könnten.

Sich diese Fragen zu stellen ist jedoch zentral, wenn wir uns unserer Bedeutung und Berufung als Männer bewusst werden wollen. Nach meiner Erfahrung als Coach und ehemaliger Pastor möchten sich Männer mit diesen Fragen allerdings nicht mit einer Tasse Tee auf einem bequemen Sofa auseinandersetzen.

Vergangenen Herbst war ich mit einem Ehepaar zum Coaching

auf einer Bergtour. Der Mann war von seiner

Frau dazu überredet worden, auf dieser Tour

einen Blick auf das eigene Leben und ihre

gemeinsame Beziehung zu wagen. Im Vor-

feld bat ich die beiden, sich zwischen einer

schweren, einer mittleren und einer leichten Route zu entscheiden.

Beide trafen dieselbe Wahl: Sie wollten die Route mit den größten Herausforderungen in Angriff nehmen.

Also machten wir uns im roten Licht der Morgendämmerung auf, den steilen Berggipfel zu bezwingen. Anfänglich stiegen wir ziemlich

Viele Männer denken insgeheim zu klein von sich.

zügig die Bergflanken hoch. Das Paar war motiviert, gut gelaunt und wir führten sehr gute Gespräche. Doch je steiler und beschwerlicher das Gelände wurde, desto ruhiger und vorsichtiger wurde die Frau.

Schließlich überkam sie die Höhenangst. Ihre Sinne waren gelähmt. Sie setzte sich auf einen Stein und wollte keinen Schritt mehr weitergehen. Erfolglos versuchte ihr Mann, ihr gut zuzusprechen und ihr ihre Ängste zu nehmen. Doch sie wollte sich nicht beruhigen. Sie gab ihm die Schuld, dass sie sich auf diesem schmalen Berggrat befand und links und rechts von ihr die Geröllhalden steil abfielen. Sie machte ihm Vorwürfe. Tränen rollten.

Ich fragte mich in der Zwischenzeit, wie ich die Frau sicher wieder von diesem Berg hinunterbringen sollte. Schließlich brach ich die Tour ab und half der Frau gemeinsam mit ihrem Ehemann, Schritt für Schritt zurück auf sicheres Gelände zu gelangen.

Als die Gemüter wieder abgekühlt waren und wir etwas gegessen hatten, werteten wir das Erlebte aus. Dazu waren gar keine vielen Worte notwendig. Die Bergtour hatte ein langjähriges Muster in der Beziehung der beiden offenbart: Er kannte ihre Ängste, ignorierte diese aber und überzeugte sie stattdessen, ihre Grenzen zu überschreiten. Sie dagegen konnte ihre Bedürfnisse nicht klar kommunizieren und war unfähig, für sich selbst einzustehen. Er übergang sie, sie schwieg.

Durch Erlebnisse in der freien Natur werden häufig verborgene Lebensstile offenbar. Die Natur ist herausfordernd, eindrücklich und lehrreich. Dem tobenden Sturm, peitschenden Regen, Schnee oder der sengenden Hitze ausgeliefert, weit weg von der Zivilisation und nur mit dem Nötigsten im Rucksack, kann man sich nicht länger hinter einer Maske verbergen. Man wird echt. Eigene Ängste oder fehlgeleitete Ziele kommen durch die Konfrontationen mit den Naturgewalten ans Licht. Das ist notwendig, wenn wir offen und ehrlich einen Blick auf unser eigenes Leben und unseren Glauben an Gott wagen möchten:

Was glaube ich über mich?
Was glaube ich über Gott?
Weiß ich, wer ich bin?
Kenne ich meine Stärken?
Kenne ich meine Grenzen?
Für was und wen setze ich meine Potenziale ein?

Du musst wissen, wer du bist, was du hast und was du damit tun kannst. Denn du bist bedeutend – und du bist berufen!

Dieses Buch soll dich ermutigen, deinen Glauben an Gott und dich selbst zu überdenken und wenn nötig zu erneuern. Jesus sagt in der Bibel: »Dir geschehe nach deinem Glauben« (Markus 11,23-24). Was du über Gott und dich selbst glaubst, ist für dein Leben von zentralem Stellenwert.



Island – nach erfolgreicher Überquerung des Passes Fimmvörðuháls
(Foto: Benni Wolf)

Als Männer müssen wir uns darüber hinaus eingestehen, dass wir unfertig sind – dass wir uns auf einem Weg befinden. Diesen Weg in Angriff zu nehmen erfordert Mut.

Mein Name ist Marcel. Ich erlaube mir, dich in diesem Buch mit »Du« anzusprechen. Gemeinsam werden wir in die Tiefen unserer Gedanken und an die abgelegensten Orte unserer Herzen vorstoßen. Unrasiert, echt und offen werde ich dir viel über meinen eigenen Weg und den wilden Kampf auf meiner eigenen Suche nach meiner Bedeutung und Berufung erzählen. Ich werde dich an vielen Lebensgeschichten von mir und zahlreicher meiner Weggefährten teilhaben lassen. Ich wünsche dir, dass du innere Berge bezwingen wirst und dass deine Männlichkeit an Stärke zunimmt, indem du dir deiner Bedeutung und Berufung bewusst wirst.

Ich freue mich auf diesen gemeinsamen Wegabschnitt.

1. BEDEUTEND UND BERUFEN

Ich bin bedeutend.
Und ich bin berufen.

Diese beiden essenziellen Wahrheiten machen unser Leben aus und verleihen uns Stärke. Genauso wichtig, wie diese Wahrheiten zu kennen, ist es aber auch, sich über ihre Reihenfolge im Klaren zu sein:

Zuerst kommt die Bedeutung, dann die Berufung.

Unsere Bedeutung beeinflusst unsere Berufung. Je mehr wir um unsere Bedeutung wissen, desto besser können wir unsere Berufung leben.

Die Bedeutung ist also der Anfang, nicht das Ziel. Mit anderen Worten ausgedrückt meint *Ich bin bedeutend, und ich bin berufen* Folgendes:

Ich **bin** und ich **tue**.

Ich bin **geliebt**, und ich bin **beauftragt**.

Ich bin **wertvoll**, und ich bin **aktiv**.

Oft vertauschen wir diese Reihenfolge jedoch. Wir missbrauchen unsere Fähigkeiten, Talente und Leidenschaften dazu, unsere eigene Bedeutung zu finden. Das geschieht zum einen, weil wir es einfach nicht besser wissen, zum anderen aber auch deshalb, weil das, was wir über uns selbst glauben, auf verzerrten Annahmen beruht.

Anstatt nach dem Grundsatz *Ich bin und ich tue* zu leben, entscheiden wir uns häufig für das Motto: *Ich bin, was ich tue*. So lautet selbst die Parole von Reinhold Messner, dem berühmten Extrembergsteiger und Antarktis-Durchquerer. Damit ist er weder der Erste noch der Einzige.

Viele Männer definieren sich über ihre Leistung. Sie möchten etwas bewegen, erfolgreich sein, Resultate erzielen, Lösungen finden, Rekorde brechen und Großes erschaffen. All diese Dinge sind an sich auch gut und göttlich. Ich liebe es, Dinge zu leisten, Ziele zu erreichen und neue Ideen zu verwirklichen. Wenn ich Risiken eingehe, mutig neue Ideen umsetze und aktiv bin, fühle ich mich gut und lebendig. Doch meine Bedeutung kann ich dadurch nicht erlangen.

Das Gegenteil ist der Fall: Missbrauche ich meine gottgegebenen Fähigkeiten, um meinen Wert zu sichern, macht mich das abhängig und unruhig. Schon oft habe ich diesen Irrweg eingeschlagen: Ich habe gearbeitet, um bestätigt zu werden, geliebt, um selbst geliebt zu werden, und etwas verschenkt, um selbst beschenkt zu werden. Das ist jedoch nicht nur anstrengend und kräftezehrend, ich verfehle dadurch auch das eigentliche Ziel meines Lebens.

Während zahlreiche Männer ihre Bedeutung im Tun suchen, leben andere allerdings auch in einer Art Vermeidungsstrategie und tun bestimmte Dinge absichtlich nicht, um dadurch nicht eine »falsche« Bedeutung auferlegt zu bekommen. Immer wieder bekomme ich im Coaching oder auf Touren Aussagen wie diese zu hören: »Ich öffne mich erst, wenn ich mich sicher fühle.« Oder: »Bei Entscheidungen, die ich selber treffe, habe ich keine Sicherheit. Daher überlasse ich Entscheidungen lieber anderen.«

Ein junger Mann, den ich auf einer Tour begleitete, vermied Erfolg zum Beispiel mit der Begründung, er dürfe sich keine Höhepunkte erarbeiten, da er ansonsten fürchtete, stolz zu werden. Ich fragte ihn, was er denn unter Stolz verstehe und was genau er vermeiden wolle. Im Verlauf des Gespräches wurde schließlich deutlich, dass

er in Wahrheit Angst davor hatte, durch gute Leistungen zu große Erwartungen und Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen, die er nicht erfüllen konnte. Er verknüpfte Erfolg mit seiner Angst vor dem Scheitern. Daher war es ihm lieber, gar nicht erst erfolgreich zu sein, als die Möglichkeit zuzulassen, einen Fehlschlag zu erleiden.

Doch egal, ob wir etwas tun oder etwas zu vermeiden versuchen, unser Verhalten ist immer an die eine große Frage gekoppelt:

Wer bin ich?

Solange diese Frage ungeklärt ist, bleiben wir abhängig von dem, was unsere Mitmenschen von uns denken könnten. Diese Abhängigkeit macht uns zu Gefangenen, zu Marionetten unserer Umgebung.

Wenn wir aber unsere eigene Bedeutung entdecken und annehmen, können wir uns aus dieser falschen Abhängigkeit lösen. Dann werden wir frei von Erwartung und Leistung.

Aber beginnen wir doch zuerst einmal dort, wo alles begann: am Anfang.

Der Anfang: Von Gott gesegnet und beauftragt

Am Anfang schuf Gott (...)

1. Mose 1,1

Über diese vier Worte kann man ein ganzes Leben lang nachdenken. Wir sind und leben ganz allein durch Gott.

Am Anfang war die Erde wüst und leer, und es herrschte Finsternis (1. Mose 1,2). Dann brachte Gott jedoch Licht in die Dunkelheit, teilte das Wasser vom Land und ließ den Boden fruchtbar werden. Er schuf Pflanzen, die Früchte tragen, formte die Fische im Wasser, die Vögel in der Luft und die Tiere am Boden. Zum Schluss schuf Gott den Menschen. Die ganze Schöpfung kann also als eine Steigerung betrachtet werden, als dessen Finale Gott den Menschen gestaltete. Doch wie tat er das?

So schuf Gott den Menschen als sein **Ebenbild**.

1. Mose 1,27 (HFA)

Dieser Vers überwältigt mich. Er besagt, dass wir Gottes Wesen ähnlich sind – wir sind sein Ebenbild. Das Geheimnis unserer Bedeutung und die Frage nach unserer Identität liegen folglich im Original, also in Gott selbst verborgen. Doch damit, uns nach seinem Ebenbild zu schaffen, war Gott noch nicht fertig. Er hatte noch mehr mit uns vor:

Er **segnete** sie und gab ihnen den **Auftrag**: »Seid fruchtbar und vermehrt euch, bevölkert die Erde und nehmt sie in Besitz. Herrscht über die Fische im Meer, die Vögel in der Luft und über alle Tiere auf der Erde.«

1. Mose 1,28

Die Reihenfolge dieser Aussagen ist von zentraler Bedeutung:

1. Wir sind Gottes Ebenbild.
2. Wir sind mit Fähigkeiten und Talenten gesegnet.
3. Wir sind mit einer sinnvollen Aufgabe beauftragt.

Zuerst schuf Gott die Menschen nach seinem Bild. Er gab ihnen eine Bedeutung und schenkte ihnen eine Persönlichkeit. Danach segnete er sie mit Talenten und Fähigkeiten. Und erst dann erteilte er ihnen einen Auftrag.

Ist das nicht ein wunderschöner Beginn unserer Geschichte? Zuerst entsteht das Leben, danach folgt eine Aufgabe. Wir sind geliebt – und wir sind beauftragt. Unsere Bedeutung ist in Gott, und unsere Berufung kommt von Gott.

Unser Tun ist also abhängig von unserem Wert, nicht andersherum. Es ist also von entscheidender Bedeutung, dass wir unseren Wert kennen, bevor wir unserem Ruf folgen.

Dieses Prinzip zeigt sich auch im Leben der Jünger von Jesus: Drei Jahre verbrachte Jesus Zeit mit seinen Jüngern. Sie waren dabei, als er auf dem Wasser lief, als er Menschen heilte und Wasser in Wein verwandelte. Die Jünger erlebten, wie Jesus ans Kreuz genagelt wurde und drei Tage später wiederauferstand, um neues Leben zu bringen. Vor ihren Augen stellte Jesus die Welt auf den Kopf.

Unser Tun ist abhängig von unserem Wert, nicht andersherum.

Doch am Ende beauftragte er sie, es ihm gleichzutun: »Darum geht zu allen Völkern und macht sie zu Jüngern. Tauft sie im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes (...)« (Matthäus 28,19). Bevor die Jünger zur Tat schritten, erhielten sie allerdings noch eine weitere Ermahnung von Jesus:

»Bleibt hier in Jerusalem, bis der Vater euch sendet, was er versprochen hat. erinnert euch: Ich habe schon mit euch darüber geredet. Johannes hat mit Wasser getauft, doch schon in wenigen Tagen werdet ihr mit dem Heiligen Geist getauft werden.«

Apostelgeschichte 1,4-5

Ehe Jesus die Jünger mit dem Auftrag losschickte, es ihm gleichzutun, wies er sie an zu warten, bis sie mit dem Heiligen Geist erfüllt wurden.

Gott bereitete sie vor, damit sie für das bevorstehende Abenteuer gut ausgerüstet waren.

Keine Reise ohne die richtige Vorbereitung

Vor jeder Tour – egal, ob es sich dabei um ein Charakterwochenende im Schottischen Hochland oder ein Coaching-Trekking in Grönland, Lappland oder Sardinien handelt – treffen wir uns mit den Teilnehmern, um uns gemeinsam auf das Abenteuer vorzubereiten.

Am besten ist eine Gruppenaktivität geeignet. Die Männer, die sich für ein Charakterwochenende angemeldet haben, schicken wir beispielsweise in Zehnergruppen auf eine kurze Wanderung. Ihre Aufgabe ist, mithilfe eines GPS-Geräts, auf dem lediglich bestimmte Wegpunkte eingespeichert sind, den richtigen Pfad auf einen Bergrücken zu finden. Dieser kurze Aufstieg und die Suche nach dem Weg offenbaren für gewöhnlich bereits viel sowohl über die Fitness als auch über die Charakterzüge der einzelnen Teilnehmer.

Neben den persönlichen Eigenschaften der Teilnehmer ist für eine Tour durch die Wildnis jedoch vor allem die Ausrüstung wichtig. Wir nehmen uns deshalb im Vorfeld immer genug Zeit, um die Rucksäcke und die Kleidung der Männer unter die Lupe zu nehmen. Entscheidend ist neben dem Gesamtgewicht in erster Linie, dass die Ausrüstung vollständig ist und das Richtige beinhaltet. Unnötige und unbrauchbare Gegenstände werden aus den Rucksäcken entfernt und fehlende Gegenstände müssen besorgt werden.

Welche Ausrüstung von Fall zu Fall benötigt wird, entscheidet immer das Ziel. Die Ausstattung muss mit den Bedingungen und Anforderungen der Reise kompatibel sein. Führt uns eine Tour nach Lappland, benötigen wir nicht dieselbe Kleidung wie an der sardischen Steilküste. Und auf einer Bergtour wären wir mit einer Ausrüstung für eine Wildwasser-Tour ebenfalls schlecht bedient.

Für eine Expedition in der Wildnis sind also drei Bereiche wichtig: die persönliche Konstitution, die Ausrüstung und das Ziel. Diese drei Dinge stellen uns im übertragenen Sinne auch vor drei wichtige Fragen, wenn wir uns mit unserer Männlichkeit auseinandersetzen:

Wer bin ich?

Was habe ich?

Wo will ich hin?

Anders ausgedrückt, könnten die Fragen auch folgendermaßen lauten:

Wie sieht mich Gott, und welche Bedeutung
habe ich in seinen Augen?
Welche Ausrüstung hat er mir gegeben?
Welchen Auftrag habe ich?

Die Antworten auf diese Fragen zu finden gehört zu den wichtigsten Aufträgen in unserem Leben. Entscheidend dafür ist, dass wir uns zuallererst damit auseinandersetzen, welche Bedeutung wir in den Augen Gottes haben. Denn je mehr wir wissen, wer wir sind und wie Gott uns sieht, desto mehr können wir unsere Berufung voll und ganz entfalten.

Zuerst kommt das Leben. Dann erst kommt der Auftrag.