

Sam Keen

Feuer im Bauch

Über das Mann-Sein

Aus dem Amerikanischen
von Almuth Dittmar-Kolb

Kabel

Inhalt

I	Einleitung. Wie ein Mann entsteht	13
1	Einladung zu einer Reise	15
2	Die Welt gehört der Frau	25
	Die unbewußte Hörigkeit des Mannes	28
	Die Frau als Göttin und Schöpferin	32
	Die Frau als Mutter und bergender Schoß	34
	Die Frau als erotisch-spirituelle Macht	39
	Abschied nehmen von der FRAU	41
II	Rituale der Männlichkeit	43
3	Initiation und Verstümmelung der Männer	45
	Traditionelle Mannbarkeitsriten	45
	Moderne Mythen und die Männer der Moderne	53
4	Das Ritual des Krieges und die Kriegermentalität	55
	Werkzeuge der Gewalt	56
	Die Kriegermentalität	60
	Kanonenfutter, Massenvergewaltigung und der Krieg	67
5	Das Ritual der Arbeit: Der Mann im Dienst der Wirtschaft	74
	Das A und O – Arbeit und Selbstwert	77
	Der hohe Preis des Erfolgs	89

6	Das Ritual der Sexualität: Zauberstäbe und privates Handwerkzeug	100
	Mit jemandem schlafen und Punktemachen	102
	Sexuelle Verletzungen	111
III	Wie man einen Mann bewertet	117
7	Woran läßt sich Männlichkeit messen?	119
	Das Tier, das sich selbst bewertet	119
	Vorbilder	121
8	Eine kurze Geschichte des Mannes	125
	Der Mann als Jäger	126
	Der Mann als Bauer	129
	Der Mann als Krieger	132
	Homo sapiens	136
	Der dionysische Mann	140
	Der Mann als Prophet	141
	Der Mann als Ebenbild Gottes	143
	Der Mann als Machtmensch	144
	Der Mann in Wissenschaft und Technik	146
	Der Selfmademan	148
	Der psychologisierte Mann	150
	Der postmoderne Mann	153
9	Das neue Ideal der Männlichkeit: Zupackend und sanft zugleich	157
	Jenseits der Mythen von Krieg und Heldentum	158
	Das Ende der Konsumwirtschaft: Auf dem Weg zur Rettung der Erde	162
IV	Eine Fibel für gegenwärtige und zukünftige Helden	171
10	Die Seelenreise: eine Pilgerfahrt ins Ich	173
	Reiseroute für eine Abenteuerfahrt	173

	Vom sonnigen Pragmatismus zur dunklen Weisheit der Traumzeit	177
	Vom Alles-schon-Wissen zum Leben der Fragen	179
	Von überheblicher Selbstsicherheit zu produktivem Zweifel	182
	Von der emotionalen Erstarrtheit zur mannhaften Trauer	185
	Von künstlicher Härte zu mannhafter Furcht . . .	190
	Von Schuld und Scham zu einer Moral der Verantwortung	197
	Von der Isolation zur bewußten Einsamkeit . . .	200
	Vom falschen Optimismus zu ehrlicher Verzweiflung	202
	Von zwanghaftem Handeln zu Brachliegen und Abwarten	204
	Erneuerung und die Wiedergeburt der Freude . .	205
11	Heimkehr: Eine Auswahl von heroischen Tugenden	209
	Die Tugend des Staunens	211
	Die Tugend der Einfühlsamkeit	214
	Die Tugend eines herzerwärmten Verstandes . .	216
	Die Tugend der moralischen Empörung	225
	Die Tugend, seinen Lebensunterhalt anständig zu verdienen	230
	Die Tugend der Freude	233
	Die Tugend der Freundschaft	236
	Die Tugend der Gemeinschaft	241
	Die Tugend des Haushaltens	244
	Die Tugend der Wildheit	250
V	Männer und Frauen: Wiederannäherung	257
12	Liebe: Einführung in einen Tanz mit drei Schrittfolgen	259

13	Kontrapunkt: Liebender Kampf	262
	Entschlossenheit: Sich treubleiben, den Zorn zulassen	262
	Ideologischer Feminismus – nein! Prophetischer Feminismus: Ja!	265
	So beenden Sie das »Du bist schuld«-Spiel	283
14	Zusammenwachsen	289
	Der Wunsch nach Nähe: Wie nah ist nah genug?	289
	Spielarten des Zusammenseins	294
	Das Mysterium von Mann und Frau	296
	Das Hohelied der Ehe: Die Verbindung der Gegensätze	300
	Gemeinsame Schöpfung: Familienliebe und Vaterschaft	303
	Heimischer Herd, Gastfreundlichkeit und Gemeinschaft	312
	Begeisterung für die Erde: die gemeinsame Berufung	313
15	Reisetips für Wanderer	317
	Wie man eine Gemeinschaft von Suchenden bildet	318
	Aufarbeitung deiner eigenen Erfahrungen mit der Männlichkeit	320
	Krieg, Eroberung und Wettbewerb	321
	Macht und andere Werte	322
	Arbeit, Geld, Berufung	323
	Sex, Liebe, Nähe	324
	Gefühle und Empfindungen	327
	Nützliche Redewendungen und einleitende Sätze	328
	Wie man den männlichen Körper verändert	329
	Wie man das Alleinsein kultiviert	331
	Rituale, Zeremonien und symbolische Ereignisse	332
	Beseeltes und mannhaftes Handeln	332

Anhang	335
Idealnote 10: Das Psychogramm des idealen Mannes	337
Umfrage aus »Psychology Today«	339
Der neue Mann – der ideale Mann.	
Wer ist es? Ein Bericht	350
Lebensphilosophie	352
Übergangsriten	353
Einstellungen und Verhaltensweisen	354
Einstellung zu den Frauen	356
Liebe und Sex (in dieser Reihenfolge)	357
Familie	359
Wut und Gewalt	359
Schlußfolgerungen	360
Anmerkungen	365