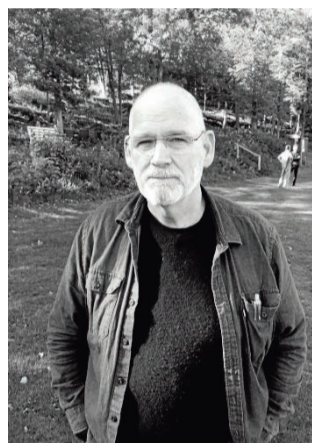


◀ Australiske Arne Rubinstein droppede sin lægekarrere for at hjælpe drenge og unge mænd med blandt andet overgangsritualer. – Foto: David Walegren.

▶ 40 mænd fra 22 forskellige lande er til "European Men's Gathering" i Småland for at finde frem til, hvad det vil sige at være mand – for dem. Her er de på vej ind i fællessalen i en lang række med de ældste forrest og yngste bagerst. Over dem på et tag fortæller australiske Arne Rubinstein, hvorfor det er vigtigt igen at ære de ældste. – Foto: David Walegren.

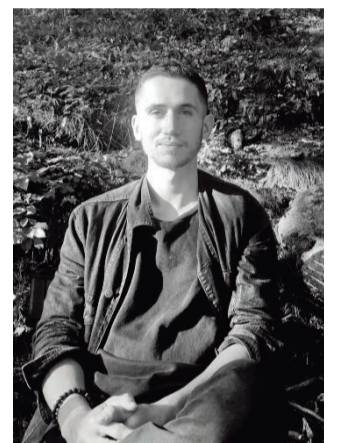
▼ Der bliver krammet meget i Mundekulla Retreat Center, hvor modige mænd både er sårbare og stærke. – Foto: David Walegren.



▲ David Rice er den ældste på dette manderetræte i Sverige. – Foto: Benjamin Krasnik.



▲ Delinger i rundkreds er et centralt element i mandegruppen. Det kan blive meget personligt og ofte rørende, fortæller danske Steven Wensley fra København, der var med i Mundekulla. – Foto: David Walegren.



▲ Matt Jones fra London på 27 år er en af de yngste på retræten. – Foto: Benjamin Krasnik.

Rigtige mænd må gerne græde – med hinanden

Den moderne mand har det svært, siges det. Og hvad gør man(d) så ved det? Stadig flere mænd kigger på hinanden, for nu skal det være maskulint at være både stærk og dele sin inderste frygt og smerte med andre mænd. Kristeligt Dagblad er taget med 140 mænd på retræte i en svensk skov

AF BENJAMIN KRASNIK OG LARS HENRIKSEN

krasnik@k.dk

De ældste forrest og yngste bagerst lyder beskedene fra manden på taget. Under ham står 140 mænd fra 22 lande på en lang række. Det er første aften på "European Men's Gathering" i Mundekulla – et retrætecenter i en skov i Småland. Isoleret fra omverdens larm og støj i tryk under træernes beskyttende kroner har mændene dedikeret tre dage til at komme nærmere et svar på, hvad det vil sige at være mand i dag. Her ingen kvinder, ingen børn, ingen krav fra chefer.

Næsten bagerst i køen står den 27-årige brite Matt Jones. Han arbejder i en bank i London og har hver dag svært ved at forbinde sig rigtigt til andre mænd, fortæller han. Forrest står amerikanskfødte David Rice på 70 år. Han har tidligere oplevet, hvor livsforandrende mandegrupper-arbejde kan være, for det hjælper ham til at forstå og stole på andre mænd. På det flade tag over mændene står Arne Rubinstein, en australsk læge, der siden 1990'erne har arbejdet med at hjælpe drenge og mænd med at finde deres rolle i livet. Han råber ud over den forventningsfulde forsamling: "Vi er her med de ældste ved at placere dem forrest."

At ære de ældste er en vigtig markering, man ifølge Arne Rubinstein har glemt. De ældre er nemlig erfarne og vise og bør i højere grad respekteres og lyttes til, påpeger den midaldrende leder af retræten med stærk australsk accent, og brun ruskindshat på hovedet. Han præsenterer hermed et centralt tema for weekenden – rollemødel og overgangsritualer. Et andet tema bliver afsløret kort efter, da mændene træder ind i den store sal og får vasket fødderne af medhjælpere. De reciterer Jesu ord fra Johannes-evangeliet, da han vaskede disciplenes bare tæer: "Hvad

jeg gør, fatter du ikke nu, men senere skal du forstå det." Meget bliver senere forstået i skoven. Blandt andet, hvordan man skal tjene fællesskabet bedre. Det kræver mod, påpeges det. Mod til at se sin frygt og følelser i øjnene. I løbet af de knap tre dage i Mundekulla bliver mændenes mod testet på forskellige måder. De deltager i intellektuelle debatter om arketyper og rollemødel. Mændene giver sig fuldt ud med bare maver i energikrævende workshops. Og de krænger sjælen ud i hudløst ærlige delinger i små grupper.

I skoven i Småland bliver der både fældet træer, brølet, grinet og krammet.

I 1960'erne og 1970'erne satte mænd sig også i rundkreds og talte om følelser og ligestilling, men det var sjældent manden som køn, der blev talt om. Og emnet er stadig tabu, mener mandeterapeut Tommas Friis, og når det endelig bliver taget op, er det næsten altid kvinder, der fører ordet. Det blev særligt tydeligt i løbet af 2017 og 2018, hvor MeToo-debatten fyldte en stor del af den offentlige samtale i det, der hurtigt tog form af et generelt opgør med "patriarkatet".

En hel del mænd følte sig uberettiget anklaget eller på anden vis presset af det fornyede fokus på, hvad en mand bør være for en størrelse, påpeger Tommas Friis. I forvejen følte de sig sejlet agterud af kvinderne, der i det meste af den vestlige verden buldrer derudad, når det gælder uddannelse, karriere, helbred og stort set alle andre stastikker. Det har styrket kvindernes selvbevidsthed, mens mændene har mere end svært ved at finde fodslag om et gensvar. Hvad skal deres rolle være i den nye virkelighed? Hvad er overhovedet deres eksistensberettigelse?

"Jeg oplever et opsparer pres fra mange mænd, der gerne vil udvikle sig, tilpasse sig og definere sig selv i en ny verdensorden, men de mang-

ler mandefællesskaber at gøre det i. Vi har som samfund diskuteret kvindefrigørelse og kvindeundertrykkelse siden 1960'erne, men vi har ikke diskuteret mænd. Og mændene har svært ved at få hul på den samtale, fordi de er kodet til at klare sig selv og ikke vise svagheit. Det er stadig tabuiseret at tale om følelser, og derfor har så mange mænd svært ved at håndtere de voldsomme forandringer, der sker i disse år i forhold til, hvad det faktisk vil sige at være mand," siger Tommas Friis.

Svaret på det spørgsmål skal og kan ikke komme fra kvinderne, påpeger Tommas Friis. Kun mænd kan virkelig vide, hvad det vil sige at være mand, og det er mandegruppernes udgangspunkt. Verden over lyder samme mantra: Mænd, vågn op! I er nødt til at tage ansvar for at redefinere jer selv. En af de mænd, der har fået mange til at lytte, er skuespilleren og filminstruktøren Justin Baldoni fra Hollywood. Hans såkaldte TED Talk om den maskuline mand er blevet set over en million gange på internettet.

"Drenge lærer, at de ikke må græde," siger han i videoen. "Man skal være en rigtig mand. Men hvad betyder det? Vi bør se på, hvad der er ned-arvet fra mand til mand gennem generationer. Det handler om at være den bedste, den stærkeste. Min udfordring til alle mænd er at kigge indad og redefinere de kvaliteter, vi finder i vores mod og styrke. Og spørge: Er vi modige nok til at være sårbare? Til at række ud til den anden mand, når vi har brug for hjælp? Tør du dykke lige ned i din skam, være sensitiv og græde, både når det gør ondt, og når du er glad, selvom det får dig til at se svag ud?"

At mange mænd befinder sig i en art identitetskrise, påpeges også i bogen "The boy crisis" (drengeskrisen) skrevet af den amerikanske forfatter Warren Farrell og den amerikanske filosof John Gray (det er ham med bogen "Mænd er

Hvad er en mandegruppe?

Der findes mange forskellige former for mandegrupper. Her er de mest almindelige:

▶ **Grupper**, der mødes om fælles aktiviteter, eksempelvis spil, håndværk eller ture. Mænds Mødesteder hører til i denne kategori.

▶ **Grupper af venner/bekendte**, som mødes i en slags løse omkring fælles aktiviteter.

▶ **Grupper i selvudviklingsmiljøer** af nyere alder, hvor mændene typisk har kreative jobs og ligner hinanden.

▶ **Grupper af helt almindelige mænd**, der mødes med fokus på personlig udvikling, hvor udgangspunktet typisk er spørgsmålet: Hvad vil det sige for mig at være mand, kæreste eller far?

fra Mars, kvinder er fra Venus"). I 1970'erne var Warren Farrell en af lederne af den amerikanske kvinderegtighedsbevægelse. Han blev betragtet som et koryfæ blandt feministen, men da de begynder at nedvurdere mænd som et køn og arbejdede for at begrænse mænds rettigheder, hoppede han af og blev med tiden den, mange anser som faderen til manderettighedsbevægelsen. Han har skrevet flere bøger om de ændringer i samfundsnormerne, som han mener har gjort det sværere at være mand i store dele af verden. Han er stadig en aktiv forkæmper for at finde en bedre balance mellem kønne. Det grundlæggende problem er, siger han, at mænd er biologisk programmeret til at beskytte kvinder. Så når de i disse år forsøger at finde sig

selv som køn og sætte ord på, at de måske gerne vil være far, kæreste eller mand på en ny måde, så lyder det i mange kvinders – og i en hel del mænds – ører som klynk. Derfor undertrykker mange mænd deres følelser og ønsker.

Det ser dog ud til, at der er ved at blive prikket hul på den byld. For verden over vokser stadig flere mandefællesskaber frem. De varierer i størrelse og indhold. Nogle gange kræver det et bål at sidde omkring. Andre steder går man lige til sagens kerne med lyttende ører, udfordrende opgaver og et kram. De har dog det til fælles, at de udtrykker en ny bevidsthed om behovet for at stå sammen som mænd. På mange måder som en pendant til kvindernes basisgrupper i 1970'erne, siger Svend Aage Madsen. Han er mandeforsker, psykolog og forskningsleder på Rigshospitalet. Og så er han ophavsmand til mandefællesskabet Mænds Mødesteder, som lige nu har 26 grupper i Danmark og i gennemsnit åbner en ny hver måned. Konceptet har han kopieret fra den internationale bevægelse Men's Sheds, som har over 1000 grupper i Australien, 400 i Irland (og en ny hver uge) samt flere hundrede grupper i blandt andet USA, Canada, Storbritannien og Skotland. Overalt oplever mændene, at de sakker bagud, har svært ved at finde en partner og føler sig ensomme. Derfor mødes de med andre mænd for at finde selskab, forståelse og måske endda hjælp til selvhjælp.

"Jeg har arbejdet med mandefællesskaber siden 2003, og dengang var der ingen. De var fuldstændigt forsvundet, i takt med at arbejdet ikke længere er den store identitets-skaber. Først de seneste 5-10 år er der begyndt at ske noget, og det går stadig langsomt. Men vi kan se og høre, hvor stor betydning fællesskaberne har, for her oplever

mændene, at de stadig betyder noget for nogen. Her kan de udveksle erfaringer og følelser, og de kan få lov til at være i et rum, hvor de føler sig godt tilpas. Det styrker ikke bare deres selvværd, men om karaktertræk eller særlige værdier, man besidder. Det hele kommer direkte fra hjertet, og der dukker tårer frem i manges øjenkrøge. Det er tydeligt, at anerkendelse fra andre mænd ikke har hængt på træerne i mange af deltagerens opvækst.

Øvelsen gør indtryk på danske Steven Wensley. Den 44-årige seniørprojektleder fra København er vant til at dele ud af tanker og følelser i en gruppe af 13 mænd, som han mødes med hver anden uge hjemme i Danmark, men der er de fleste jævnaldrende mænd med samme udfordringer i livet som ham selv, typisk centreret omkring ægteskab, børn og karriere. I de små delingsgrupper i Mundekulla er der både mænd i 20'erne og 60'erne. "Jeg er ikke vant til at tale med ældre mænd på den måde. De bliver et vindue til min egen fremtid, og det berører mig dybt," fortæller Steven Wensley.

På den første aften i fællessalen fortæller retræteleder Arne Rubinstein, at et stort problem for den moderne mand er, at han aldrig har haft en anden mand, gerne ældre, til at vise vejen. Mentor eller rollemødel er meget vigtige, påpeger den tidligere læge, der i sin praksis hjemme i Australien så den ene fortabte og frustrerede teenagedrenge efter den anden, som bliver til mænd med typisk fem udfordringer: Faderkompleks, mangel på retning i livet, ingen kontakt til ens arketype, udfordringer med kvinder og et ønske om at være en bedre far.

Arne Rubinstein besluttede at gøre noget ved de håbløse teenagere og fandt på at arrangere overgangsritualer for de unge inspireret af gamle stammesamfund. Menne-skers dna har i teorien ikke

udviklet sig i mange tusind år og siden, vi levede i stammer. Mange mønstre går derfor igen i vores relationer i dag, og derfor kan vi lære meget af stammefolkene, mener Rubinstein. Pointen med overgangsritualet er at tage den unge mand væk fra hans vanterammer og gøre det helt tydeligt, at han ikke længere er et barn, blandt andet med en svær og fysisk udfordring. Den unge mand skal løsrive sig fra sine forældre, især mor, og lære at tage ansvar for sin retning i livet. Han skal blive mere bevidst om sit ansvar for at tjene omverdenen, og det hele slutter med en anerkendelse fra de ældste. De seneste 25 år har Arne Rubinstein haft over 125.000 drenge i over 10 lande igennem et sådan ritual. Han mener, vi bør markere alle centrale overgangene i livet. Fra dreng til ung mand, når vi bliver forældre, bedsteforældre og ældre. Og så skal alle generationer være bedre til at lytte til og anerkende hinanden, lyder hans budskab.

Inspirationen fra de gamle stammesamfund indleder og afslutter weekenden i Mundekulla. Den første aften smider alle mænd trøjen og får tegnet tykke striber med maling på brystet. Alder, antal børn, antal mistede forældre eller børn bestemmer mængden af røde, gule og blå striber. Den sidste nat skal alle mænd igennem et overgangsritual i den mørke skov. Det er en symbolsk vandring, der ender med, at mændene over for de ældste erklærer, hvordan de vil tjene verden. Arne Rubinstein tegner en tyk streg af sod på panden, og alle mænd gjalder et højt "a-ho", der betyder, at en mands ord er modtaget.

"A-ho", runger det 140 gange mellem skovens tykke stammer.