

Für eine zeitgemässe, starke Männlichkeit

Der Churer Zahnarzt Thomas Rüedi hat ein Buch über das Mannsein geschrieben. Thema darin ist auch die ganzheitliche Männerarbeit.

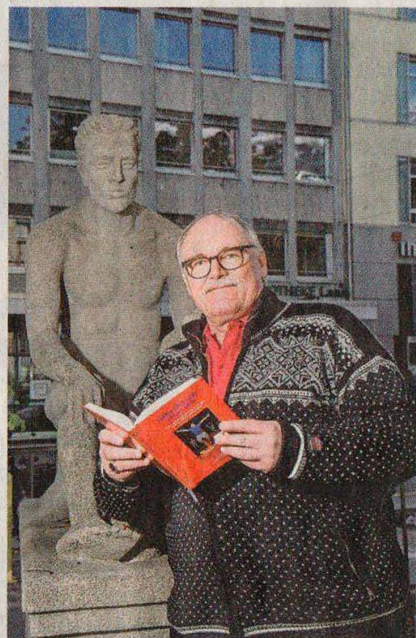
**mit Thomas Rüedi
sprach Benjamin Repolusk**

Den Weg zu einer «reifen, selbstbewussten und entspannten Männlichkeit» bewirbt der Bündner Zahnarzt Thomas Rüedi in seinem neuen Buch «Ganz und gar Mann sein». Der Mitbegründer und ehemalige Co-Präsident des Vereins «maenner.gr» verfolgt dabei einen ganzheitlichen Ansatz, wie er betont. Mit Versatzstücken aus der fernöstlichen Philosophie, der Fünf-Elemente-Lehre sowie eigenen Gedanken und Erfahrungen unterlegt, gibt Rüedi einen Überblick über die Herausforderungen, vor welchen der Mann des 21. Jahrhunderts in Bezug auf Identitätsfindung und Rollenbilder steht.

Herr Rüedi, Ihrem neuen Buch geht ein jahrelanges Engagement für die Anliegen der Männer im Kanton voraus. Wie kam es zu diesem Einsatz?

THOMAS RÜEDI: Vor gut 15 Jahren begann ich, regelmässig an einer Männergruppe in Chur teilzunehmen. Diese gemeinsame Qualität, einfach unter Männern zu sein, mit ihnen über Themen zu reden oder sich einfach über

die aktuellen Befindlichkeiten auszutauschen, zusammen zu lachen, zu trauern, zu meditieren, ist für mich bis heute sehr wertvoll. Meinem Erleben nach tun dies Frauen viel spontaner, regelmässiger und geniessen es, unter



Neues Werk: Thomas Rüedi zeigt sein Buch «Ganz und gar Mann sein». Bild Philipp Baer

sich zu sein. Im Jahr 2010 habe ich dann mitgeholfen, den Verein maenner.gr in Chur zu gründen, und war da in der Funktion eines Co-Präsidenten.

Hat Sie dieser Austausch dazu bewogen, Ihr Buch zu schreiben?

Die innere, tiefe Arbeit am Mann-Sein ist die Voraussetzung für eine glaubwürdige, politische Arbeit nach aussen. Da dies im Verein aus meiner Sicht nicht genügend Gewicht hatte, zog ich mich aus dem Vereinsvorstand zurück. Im Jahr 2019 gründete ich die Organisation «Ganz und gar Mann sein – ganzheitliche Männerarbeit». Das Schreiben des zugehörigen Buches stellte für mich eine Möglichkeit dar, einen tiefen, ganzheitlichen «E-Mannzipationsweg» aufzuzeigen und der interessierten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Überdies dient das Buch als Basis, auf der ich bei individuellen Coachings oder Männerseminaren aufbaue.

Was genau darf man unter dem Konzept «Ganzheitliche Männerarbeit» verstehen?

Ich bin seit 30 Jahren als ganzheitlich praktizierender Zahnarzt tätig. Das be-

deutet, dass ich mich auf die sogenannte integrative Medizin spezialisiert habe – ein Zusammenspiel von Komplementär- und Schulmedizin. Dieses Wissen und meine Erfahrung in der ganzheitlichen Betrachtungsweise habe ich auch auf die Männerarbeit angewandt und diese noch mit anderen Erfahrungen aus meinem Leben ergänzt.

So etwa die Beschäftigung mit fernöstlicher Philosophie?

Ja, ich setze mich seit Jahren mit dem Buddhismus auseinander und praktiziere ihn auch. Oder auch das Thema «Hochsensibilität bei Männern» gehört dazu. So ist – gemäss den klassischen abendländischen Elementen – die Fünf-Elemente-Männerarbeit entstanden, bei der den einzelnen Elementen spezifische Qualitäten eines heutigen Mann-Seins zugeordnet werden kann.

Ist das Thema «Emanzipation des Mannes» – zumindest am Buchmarkt – aus Ihrer Sicht unterrepräsentiert?

In der Schweiz können die mir bekannten Bücher, die für eine vertiefte,

innere männliche Emanzipation stehen, an einer Hand abgezählt werden. Aber auch in den deutschsprachigen Nachbarländern ist das Angebot für den interessierten Mann – gegenüber dem für die Frauen – verschwindend klein. Hierbei will ich die klare Abgrenzung zum landesüblichen Gender-Mainstreaming betonen.

Was ist das Problem mit Gender-Mainstreaming?

Aus ganzheitlicher Sicht wird mit dem Gender-Mainstreaming versucht, eine naturgemässe, männlich-weibliche Grundpolarität – wie beispielsweise auch Tag und Nacht – auf eine intellektuell-wissenschaftliche Betrachtung der Gleichstellung zu reduzieren, ja gar aufzulösen. Diese vor allem geistige Betrachtung kann nur ein Teil einer viel umfassenderen, ganzheitlichen Ansicht sein und ist darum für sich alleine nicht für ausgewogene Lösungen in der aktuellen Geschlechterthematik geeignet. Genau dies scheint mir übrigens auch ein wichtiger Grund dafür zu sein, dass die hauptsächlich von der Seite der Frau aus geführten Gleichstellungsbestrebungen nicht allzu erfolgreich sein können.