

# Virtueller Männerkreis

## - Teilnehmerstimmen

„**Die Heimat ist nicht das Land.** Sie ist vielmehr die Gemeinschaft der Gefühle“ ... Irgendwie schafft es Harald, diese Gemeinschaft an Gefühlen zu ermöglichen. Und damit mir ein Gefühl von Heimat, Geborgenheit und Getragensein zu geben.

Schon durch seine Einladungen mit den offensichtlich für uns Männer (gilt vielleicht auch für andere Geschlechter) bewegenden Fragen wie Leidenschaft, Brüderlichkeit, motiviert er mich zum Nachdenken ... Und macht mich neugierig darauf, was wohl andere Männer dazu denken und preisgeben wollen.

Durch seine einladenden, herzswarmen Worte zu Beginn des Männerkreises ermutigt er mich und – wie ich erleben konnte – die anderen im Kreis, mich und uns mitzuteilen. Und dann zu erkennen, dass ich mit meinen Wünschen, Gedanken und auch Zweifeln nicht alleine bin. Das ist im wahrsten Sinne wundervoll!

Die Atmosphäre: Tiefe Wertschätzung und wahrhaftiges Interesse, an dem was gesagt wird. Inspiration während des Kreises und im Nachklang.

Detlev Ponnwitz, 57



**Lange Jahre war ich auf der Suche** nach Möglichkeiten, zurück zu einer ursprünglichen, vielleicht sogar archaischen Männlichkeit und einem „Manngefühl“ zurück zu finden. Besser gesagt, so etwas überhaupt zu finden.

Ich habe viele Therapiestunden damit verbracht, mich zu entdecken, mein inneres kleines Kind, den vielleicht missverstandenen und nicht-verstandenen kleinen Jungen dem „Vater“ nahezubringen und umgekehrt, auch wieder mit dem Vater zu versöhnen.



Ein Prozess, der mich mit nun 63 Jahren noch beschäftigt. Denn solche noch bestehenden Hürden im Leben eines Mannes können aus eigener Erfahrung zu ungünstigen, bisweilen fatalen Lebensumständen führen. Seien es Abhängigkeiten vieler Arten und/oder massive Probleme und Blockaden beruflicher Natur und von Ehe/ Beziehung ganz zu schweigen.

Ich habe fast mein Leben lang privat mehr mit Frauen und nur beruflich mit Männern zu tun gehabt. Wenige männliche Freunde, mit denen ich wirklich über innere Männerthemen statt über Autos, Frauen, Grillfleisch und Fußball unterhalten konnte. Es fehlte, um mich den ganz oben genannten Aufgaben zu stellen, der wesentliche, private, geschützte, offene und ehrliche, respektvolle Austausch und Raum unter Meinesgleichen: Männern. Doch das wurde mir erst vor Kurzem bewusst.

Ich glaube nicht an Zufälle im Leben, und so fiel mir zum rechten Zeitpunkt ein Kongress (MannSein-FrauSein) neulich zu, in dem ein sympathischer Mensch und Mann genau diese Punkte ansprach: Harald Berenfänger.

Seine eigene Lebensgeschichte und seine Authentizität, sowie sein Angebot, einem Männerkreis (dank der derzeitigen Corona-Virus-Pandemie erstmal einem virtuellen) per Zoom beizutreten, haben mich sofort angesprochen. Ich habe spontan gefühlt, dass es genau dazu an der Zeit ist.



In den nunmehr zwei Männerkreisen bei Harald, an denen ich teilnehmen konnte, mit mir zunächst vollkommen fremden anderen Männern von Hamburg bis Klagenfurt, habe ich für mich ganz besonders eine sofortige Nähe, die Vertrautheit, Offenheit und Ehrlichkeit unter den Männern kennen gelernt und dies sehr genossen. Gleicher unter Gleichen zu sein. So, wie man ist, kommen zu dürfen und akzeptiert zu werden. Dies sind Dinge, die nur annähernd mein Gefühl beschreiben, das ich nach den Kreisen hatte.

Auch hat sich dadurch für mich ein Kontakt hier in Köln ergeben, durch den ich einen Live-Männerkreis kennenlernen darf. Nochmal eine andere Erfahrung, die auf mich wartet und auf die ich mich sehr freue. Ich werde dabei bleiben, wann immer es geht.

KP, 63, Köln



lieber harald,  
liebe männer,

**ich danke euch aus tiefstem herzen**  
für den gestrigen männerkreis.  
zuerst dachte ich: da tut sich aber wenig.  
weil wir männer es gewohnt sind, viel zu tun.  
dann erkannte ich: das was wir hier tun, tun  
wirkt weit unter der oberfläche.  
dort, wo wir es nicht mehr gewohnt sind,  
überhaupt etwas zu tun.  
dort, wo zumindest meine muskeln  
verkümmert waren.  
diese muskeln freuen sich auf weitere trainings.

es hat mich berührt, wie schnell im passenden rahmen vertrauen entsteht.  
es hat mich berührt, wie ähnlich unsere themen sind.  
es hat mich berührt, wie wir uns gegenseitig stärken können.  
nur durch erzählen, zuhören und wirken lassen.  
es hat mich in eine im positivsten sinne unruhige nacht geführt.  
meine rechte, männliche seite schmerzt an mehreren stellen.  
körperliche und seelische verletzungen, die ich überwunden glaubte.



aber es schmerzt weniger als früher.  
heilung passiert, wird mir zu teil.

ich freue mich auf weitere treffen mit euch.  
und ich freue mich darauf, hier in meiner nähe echte männer wie euch zu finden.  
also echt im sinne von aufrichtig wie ihr es seid.  
und echt im sinne von begegnung ohne kamera und mikrofon.

ich danke euch!  
günther



**Harald, Dein geschaffener virtueller Männerkreis ist einfach nur STARK!!**

Es ist für mich jedesmal aufs Neue zutiefst beeindruckend, mit welcher Offenheit und Ehrlichkeit sich hier Männer aus allen Altersschichten begegnen und austauschen.

Die respektvolle Begegnung mit mir vorher oftmals völlig unbekanntem Männern und die schnelle Vertrautheit und Diskretion, welche jedesmal wie zauberhaft entstehen, beeindruckt mich immer wieder.

Meine Teilnahmen stützen mich, nähren mich und wirken bei mir oft noch tagelang positiv nach. Die gehörten Themen der anderen Männer, bei denen ich mich oft selbst wieder erkenne, lösen bei mir Prozesse aus, bei denen ich Reinigung und sogar Heilung erfahre. Ich freue mich auf den nächsten Kreis. DANKE.

Wolfgang, 56, Sankt Augustin

