

Gedichte für Jungs

... UND GEH DEINEN EIGENEN WEG

Texte für Burschen

© 2006 by Peter REDVOORT
Version 1.0

Demnächst auch als Buch erhältlich unter

<http://maennergedichte.blogspot.com>

(hier können die Texte auch kommentiert werden)

Diese Texte unterliegen der "**Creative Commons Lizenz 2.0 by-nc-nd**", das heißt:
Sie dürfen **kostenlos verbreitet und verwendet** werden, so lange sie **nicht kommerziell genutzt**
werden, **nicht verändert** werden und der **Autorenname genannt** wird.
Mehr dazu auf www.creativecommons.org

LUSTIGER ABEND

Gerüstet mit zwei Dosen Bier
steigen Gerhard und Mario in den Bus.

Denn das soll ein lustiger Abend werden.
Es *muss* ein lustiger Abend werden,
denn Samstag ist nur einmal pro Woche.

Und ohne die zwei Dosen Bier
(und sie wissen, bei Herbert gibt es noch mehr davon)
wäre es vielleicht weniger lustig.

Weil Gerhard dann vielleicht zum Heulen wäre, weil Ingrid ihn verlassen hat.
Weil Mario dann vielleicht gestehen müsste, dass er höllische Angst vor seinem
brutalen Vater hat.
Weil Herbert dann erzählen würde, dass er wegen seiner Pickel schon ganz
verzweifelt ist.

Aber mit den Bieren wird es schon ein lustiger Abend werden.
Und wenn sie alle genug gesoffen haben, dann kommenn vielleicht sogar auch
diese Wahrheiten noch zur Sprache.

Wenn einer von ihnen sich genug Mut angetrunken hat,
um ehrlich zu sein.

MONIKA IST EINE HURE

"Monika ist eine Hure"
steht auf dem Schulklo
Und vielleicht denkst du dir wütend: "Stimmt ja auch"
Weil du in sie verliebt bist
Und sie auf der Schulparty Markus geküsst hat
Nur eine Woche, nachdem Bernhard gesagt hat:
"Monika geht jetzt mit mir".

Aber ich erzähle dir ein wenig von Psychologie:
Dass manche Menschen etwas, was sie nicht bekommen können,
nachher schlecht machen.
Nach dem Motto: "Die Trauben, die mir zu hoch oben waren,
waren sowieso sauer"

Und wenn du ein wenig nachdenkst, wirst du erkennen:
Das ist nicht fair.
Bloß weil man etwas nicht bekommt, ist es nicht schlecht.

Selbst wenn Monika in einer Woche zwei aus deiner Schule
geküsst hat: Sie sammelt gerade ihre ersten Erfahrungen.

Und wenn Bernhard in einer Woche von zwei Mädchen erzählen
würde: "Nachdem ich mit Monika schluss gemacht habe, geht jetzt
Isabella mit mir" ... ?

"Bernhard ist eine Hure" kann man ja wohl schlecht schreiben ...
Vielleicht steigt Bernhard dadurch sogar im Ansehen mancher.

Komische Sache.

Das ganze nennt man Doppelmoral:
Wenn dieselben Dinge, die bei Männern positiv bewertet werden,
bei Frauen negativ bewertet werden.

Denk ein wenig drüber nach.
Auch, wenn es wehtut.
Es ist niemandem verboten, Erfahrungen sammeln zu wollen.
Du selbst bist gerade dabei.

WIRKLICH STARK

Erich ist ein großer Wrestling Fan.

Ihm gefällt es, wenn sich Männer gegenseitig
die Schädel einzuschlagen versuchen

Oder demjenigen, der sowieso schon unten liegt,
noch eine draufgibt - vielleicht sogar draufspringt.

Und wenn man Erich fragt, "Was genau ist das Tolle daran ?"
meint er: "Das ist sowieso alles nur Show".

Blöd ist nur, dass er selbst vor zwei Wochen ziemlich
verhauen wurde
und einige andere aus der Klasse tatenlos zusahen,
ohne ihm zu helfen.

Vielleicht dachten die auch, dass alles nur Show sei ...

NOCH IMMER AM SCHNULLER

Babies hängen am Schnuller
Können nicht lange ohne diesen Ersatz sein
für die Sehnsucht nach Nahrung und Liebe.

Manche Jugendliche hängen noch immer (oder wieder)
am Schnuller:

Stöpseln sich in jeder freien Minute die Kopfhörer an.
Zünden sich eine Zigarette an.
Nehmen einen Schluck Alk.
Sitzen vor der Glotze, der Spielkonsole, dem Internet.

Egal, Hauptsache etwas reinziehen.

Gegen die Leere?
Um etwas zu vergessen?
Gegen die Angst, etwas entscheiden zu müssen.

Es gibt einen einfachen Test,
um zu überprüfen, ob auch du am Schnuller hängst.

Geh einmal pro Woche spazieren.
In einer ruhigen Gegend.
Vielleicht in einem Wald.
Mindestens eine Stunde lang.

Ohne Kopfhörer, ohne Zigaretten, ohne Bierdose.

Denke dabei nach.
Über dein Leben,
und deine Pläne.

Wenn du das schaffst, bist du auf dem besten Weg,
ein freier Mann zu werden.
In einer Gesellschaft, in der Betäubung gar nichts Ungewöhnliches ist.

TRAUMJOBS

Vielleicht hörst du das immer wieder:
Das ist ein toller Job - viel Geld, dickes Auto, schöne Frauen.

Aber was interessiert dich wirklich?
Und was kannst du am besten?
Für welchen Beruf eignest du dich also?

Lass dich nicht blenden
Von dem Versprechen auf Geld oder Macht oder das "high life",
und vielleicht kennst du manche Berufe nur aus dem Fernsehen?

Aber du kannst einiges tun, um eine Entdeckungsreise zu deinem ganz
persönlichen Traumjob zu beginnen:

Wenn du Arzt werden willst, dann mach zuerst einmal einen Erste Hilfe Kurs,
oder lies ein Buch über gesunde Ernährung oder Fitness.
Wenn du EDV Techniker werden willst, dann zerlege einmal deinen PC!
Wenn du Programmierer werden willst, schreib schon mal einige Programme in
Visual Basic ...
Und wenn du Journalist werden willst, schreib Stories für
Jugendliteraturwettbewerbe (findest du sicher im Internet) oder eine
Schülerzeitung.
Wenn du Manager werden willst, zeig auf, wenn in deiner Schule oder der
Clique etwas zu organisieren ist.

Aber wenn du bis 16 noch kein Instrument spielst,
ist das mit der Band-Karriere wirklich ernst gemeint ?

Wenn du bis dahin noch keine Mappe mit Zeichnungen oder Fotos hast,
wirst du wohl nicht zur Aufnahmeprüfung bei der Grafikschule zugelassen.

Wenn du bis zu diesem Alter nicht ordentlich trainiert hast - bis du wirklich der
Fussballer des nächsten Jahrzehnts?

Aber langsam:
So schnell geht es nun auch nicht mit einer wirklichen Berufsentscheidung.

Aber merke dir gut, worin du wirklich gut bist (und wofür dich die anderen auch
schätzen).

Und such das Gespräch mit Erwachsenen, die Berufe haben, die dich
interessieren.
Auch wenn alle anderen sagen, Erwachsene seien völlig uncool.

Für deine berufliche Zukunft brauchst du sie als "Informanten".
Wie ein Agent also - nicht unspannend.

Spiel also ein wenig "Berufsdetektiv". Denn das Fernsehen zeigt wohl nicht
alles, so wie es wirklich ist - schon bemerkt?

DIESE BILDER

Du wirst diese Bilder finden
Oder hast sie vielleicht schon gefunden
Im Internet oder in einer Zeitschrift für Männer

Und es ist ganz in Ordnung,
Sich ab und zu eine nackte Frau anzusehen
Und in der Phantasie ein leidenschaftliches Erlebnis mit ihr zu haben.

Aber sieh dir nicht alles an.

Was Frauen mit Männern machen
oder Jungs mit Mädchen
geht anders als auf diesen Bildern.

Und hat nicht nur mit Schauen zu tun,
sondern zuallererst mit Reden, gemeinsamem Lachen,
Vertrauen zueinander gewinnen,
weil man vieles übereinander erfährt.

Erst dann mit vorsichtigem Angreifen

Bevor du dir also die Augen rot schaust
und dein bestes Stück heiß rubbelst
mach dich doch auch auf eine "richtige" Entdeckungsreise
hin zu den Mädchen.

Rede mit ihnen, frage sie, was sie interessiert,
Lerne sie besser kennen, finde heraus, was sie mögen.

Diese Bilder sind oft Märchen,
manche erwachsene Männer wissen das,
aber wie sollst du das als Jugendlicher bloß erkennen?

Und wenn du besonders mutig bist,
und das Glück hast, einen wirklich guten Freund zu haben,
wirst du vielleicht sogar über diese Bilder reden können.

Und ihr könntet gemeinsam herausfinden, ob sie euch
nur gefallen, oder auch verunsichern.

Muss man sich Dinge ansehen, die einen verunsichern?

COOLER TYP

Ist es das, was die meisten Jungs wollen:
Ein cooler Typ sein?

Und ist dann überhaupt klar, was mit "cool" genau gemeint ist?
So wie dieser Sportler zu sein, oder der Sänger, oder der Schauspieler?

Aber: ist dann "cool" für alle das gleiche?
(denn: dieser Schauspieler kann vielleicht nicht singen,
der Sänger wiederum hat keine Muskeln
und der Sportler kann nicht schauspielern ...)

Es ist schon klar, dass in eurer Clique wohl Einigkeit herrscht, was ihr *jetzt*
gerade cool findet, aber was heißt das für deine Lebensziele?

Manche Jungs geraten in eine Krise, wenn sie von mehreren Seiten - das kann
von anderen Jungs kommen, aber auch von Mädchen - als "uncool" bezeichnet
werden.

Dann wird manchmal klar, dass "cool" und "uncool" recht diffuse Begriffe sind,
an denen man sich nicht wirklich orientieren kann, wenn es darum geht, reifer
und selbstsicherer zu werden.

Ich möchte dir eine Antwort auf die Frage vorschlagen, worin das
"Erwachsenwerden" besteht.
Oder die Entwicklung vom Jungen zum Mann.
(es gibt sicher auch andere Antworten - wäge ruhig eine gegen die andere ab):

Erwachsenwerden - "ein Mann werden" - heißt für mich, Verantwortung zu
übernehmen.

Zum Beispiel:

Verantwortung für meine Gesundheit: Wenn ich mich körperlich schlecht fühle,
ich mich für zu dick halte oder für zu unsportlich, dann übernehme ich die
Verantwortung dafür, meine Ernährung umzustellen, mehr Sport zu betreiben,
früher Schlafen zu gehen. Auch, wenn es alle anderen anders machen!

Oder Verantwortung für meine Ausbildung: Auch wenn alle anderen meinen,
Lernen ist uncool, könnte es für mich persönlich wichtig sein, einen guten
Abschluss zu bekommen (zum Beispiel, weil in der nächsten Schule oder beim
Ausbildungsplatz ein gutes Zeugnis verlangt werden), also werde ich mich
hinter meine Bücher klemmen! Weil von einer guten Ausbildung sehr viel in

meiner Zukunft abhängen könnte (wie leicht ich Arbeit finde, wieviel ich verdienen werde!).

Oder Verantwortung für jemanden anderen: Den Bruder oder die Schwester, die gerade ein bestimmtes Problem haben, eine Klassenkameradin, die Hilfe braucht oder immer schikaniert wird, oder eine Jugendgruppe, die du vielleicht schon betreuen könntest!

Oder Verantwortung für die Umwelt: Indem du konsequent versuchst, möglichst wenig Abfall und Umweltverschmutzung zu erzeugen, den Müll zu trennen oder bei einer Naturschutzorganisation mitmachst!

Das klingt jetzt vielleicht alles ein wenig theoretisch. Aber wenn du einmal frustriert und verunsichert bist, oder enttäuscht von deinen Freunden, dann kannst du so etwas wie einen Kompass für deinen Lebensweg ganz gut brauchen. In so einer schwierigen Phase, wenn dir vorkommt "Das ist doch alles sinnlos", kann dir dieser Kompass sagen:

"Ich werde Verantwortung übernehmen für ..." auch wenn es sonst niemand in meinem Umkreis tut.

Du wirst sehen: es ist ein gutes Gefühl, so zu leben. Es macht dich stark und selbstbewußt, zu sagen: Ich bin meinen eigenen Weg gegangen, weil ich den anderen Weg nicht mehr für richtig hielt.

VOR DEM BILDSCHIRM

Vor dem Bildschirm
sitzt du jetzt schon so viele Stunden
und vergißt die Welt rundherum.
Mit dem Blick auf Abenteuer im Computer
und in der Konsole.

Es ist gut, wenn Jungs Abenteuer erleben wollen.
Sie können einem wichtige Erfahrungen für die Gefahren
des Lebens bringen.

Aber wahrscheinlich nicht durch das Drücken des
Game Controllers.

Wenn du gerne schießt, fahr doch einmal hinaus in
den Wald und mache dir Pfeil und Bogen.

Wenn du gerne schwierige Pisten durchsteuerst,
fahre doch einmal mit dem Rad zum nächsten
BMX Parcours (und wenn dich die "Radprofis" dort
nerven, dann fahr auch mit dem Rad raus an den Stadtrand,
wo Wald und Felder beginnen).

Wenn du gerne den Säbel schwingst, plane
doch einmal eine Zeltnacht mit Freunden in der freien Natur.
Das kann ganz "richtig" gruselig sein - legt euch lieber
einen großen Stock bereit.

Aber versteck dich nicht stundenlang hinter dem Bildschirm.
Auch wenn es alle deine Freunde tun
(Oder hast du an jenen Freunden von früher das Interesse verloren,
die jetzt nicht mehr so viel spielen wie du?).

Sei der erste der etwas neues beginnt!
Kauf dir eine Gitarre und besorg dir in der Bücherei
ein Gitarrelernbuch (die Gitarre ist billiger als die
nächste Spielkonsole - und du wirst später einmal
als Musiker gut bei Mädchen ankommen).

Kauf dir einen Chemiekasten und untersuche deine
Umwelt!

Bau dir elektronische Schaltungen - vielleicht erfindest
du sogar etwas neues dabei!

Schreib Tagebuch! Das ist eine erste Übung für zukünftige Journalisten!

Und auch wenn du der einzige bist:

Geh einmal in ruhe spazieren und mach dir deine Gedanken.

Nimm vielleicht einen Fotoapparat oder ein Fernglas mit und entdecke die Welt ganz neu!

Versteck dich nicht hinter dem Bildschirm vor dem Leben da draußen, das so spannend ist.

Im Konsolen-Spiel bist du so mutig - warum bist du zu feig die "richtige Welt" zu erkunden?

ANFASSEN VERBOTEN

Stefan boxt wieder einmal auf deine Schulter, auf dem Schulweg.
Zuerst leicht, dann immer fester,
und lacht dabei

Du dachtest, er ist dein Freund -
hat er auch selbst einmal gesagt.
Also was soll die Boxerei - das tut doch weh!
Aber du lachst trotzdem und boxt leicht zurück.

Irgendwann hat jemand von euch gesagt bekommen,
dass sich Burschen nicht mehr liebevoll anfassen dürfen,
wenn sie sich mögen.
Händchenhalten: vielleicht mit Mädchen -
Oder im Kindergarten: da war das noch ganz o.k.

Aber jetzt noch? Oder umarmen? Küssen - schon gar nicht!
Wir sind doch nicht schwul!
Aber wiederum: was ist so furchterregend an Schwulen -
tun sie jemandem etwas?

Also boxt ihr euch weiter, um euch zu zeigen, wie gern ihr einander habt?

Komische Sache.

Im Fernsehen umarmen sich aber doch immer wieder erwachsene Männer:
Präsidenten, Fussballer, Rocksänger ...

Also tritt mit dem Erwachsenensein wieder Normalität ein?

Hoffentlich.

NATUR

Du kennst diese Tage vielleicht schon,
in denen man sich richtig mies fühlt.
Enttäuscht, ängstlich und völlig fehl am Platz.

Auch mir geht es manchmal so - und jedem anderen auch.

Und wenn in so einem Moment niemand da ist,
mit dem du gerade reden kannst, oder nichts, mit dem du dich
irgendwie ablenken kannst, empfehle ich dir folgendes:

Geh raus in die Natur!

Fahr mit dem Bus raus an den Stadtrand, oder in einen wirklich großen Park,
(auch ein Fluß oder See wäre toll - Wasser hat was Beruhigendes!)
oder schwing dich auf dein Rad und fahr in eine "grüne Gegend".

Und geh los - möglichst dort, wo sonst fast niemand geht
(und wenn du wütend bist, dann lauf oder geh die steile Anhöhe hinauf).

Du wirst merken: wenn du eine Stunde gegangen bist,
ordnen sich die Gedanken neu,
verstehst du besser, warum du enttäuscht bist,
erkennst du, was alles gesagt wurde,
und kannst vielleicht schon Pläne machen, wie das alles in Zukunft besser
klappen könnte.

Die Natur ist ein guter Seelentröster!
Je früher du dich mit ihr anfreundest, desto früher findest du deine innere Ruhe.
Und dieser Freund bleibt dir ein Leben lang.

(P.S.: Einsame Wälder und Parks können abends auch ein wenig gefährlich sein.
Sag jemandem in deiner Familie vielleicht zur Sicherheit, wo du hingehst und
nimm ein Handy mit, falls etwas passiert).

OB DAS SCHON LIEBE IST?

"Claudia liebt Markus" hat jemand mit Filzstift bei der Busstation hingekritzelt.

"Ich liebe dich" hört man oft in Filmen und TV-Serien.

"Ich liebe sie so, ich denke fast pausenlos an sie!" hast du vielleicht selbst schon einmal gefühlt.

Aber was heißt Liebe für dich? Oder für jene Claudia, die bei der Busstation gemeint war - und was heißt es in den Filmen?

Ist es Liebe, ein Mädchen unbedingt als Freundin haben zu wollen, oder nur Verliebtheit - oder egoistisches Verlangen - oder sexuelle Lust?

Es wäre schön, wenn du jemanden fändest, mit dem du über diese Fragen diskutieren kannst. Was Liebe ist, ist nämlich eine ziemlich wichtige Frage - für dein ganzes Leben.

Nur so viel: Manche Menschen vertreten die Meinung, dass Liebe kein Gefühl ist, sondern eine *Handlung*! Etwas, das man *tut*, um dem anderen zu zeigen, dass man ihn mag. Etwas, das man *tut* um dem geliebten Menschen zu helfen.

Wenn du also einmal Liebeskummer wegen einer unerfüllten Sehnsucht nach einem Mädchen hast, und dir der Gedanke "Ich liebe sie doch so!" nicht mehr aus dem Kopf geht, dann frage dich auch:

War diese "Liebe" nur in deinem Kopf - oder hast du diesem Mädchen einmal zeigen können, dass du sie magst - und hat sie dieses Zeichen positiv aufgenommen?

Es ist o.k., traurig zu sein weil man etwas nicht bekommt, das man sich so stark gewünscht hat. Aber ob das schon Liebe ist?

RESPECT IST WICHTIG FÜR MICH

"'Respect' ist wichtig für mich" sagt Marco.
Komischerweise sagt er nicht das deutsche Wort Respekt (mit k)
sondern "respect" - vielleicht weil es klingen soll
wie in einem Rap-Video.

(Marco steht auf Rap).

Danach geht er in den Park und setzt sich auf die Banklehne,
mit den Schuhen auf der Sitzfläche.

Die geleerte Bierdose läßt er auf der Parkbank stehen,
bevor er mit dem dröhnenden Ghettoblaster zur U Bahnstation geht.

Und weil der Treffpunkt unten ist, raucht er noch auf
dem Bahnsteig eine Zigarette.

Marco: Wo bitte ist dein "respect" gegenüber anderen
Parkbenutzern, die sich auf eine saubere Parkbank
setzen wollen?

Wo ist dein "respect" gegenüber den Reinigungskräften,
die den Park säubern müssen?

Wo ist dein "respect" gegenüber den Anrainern des Parks,
die an einem Sonntagvormittag lieber die Vögel zwitschern
hören statt deines Ghettoblasters?

Und wo ist dein "respect" gegenüber den Nichtraucherern in
der U Bahnstation, die davon ausgehen, dass sich die anderen
an die Schilder für das Rauchverbot halten?

Vielleicht ist "Respect" eine leere Worthülse für dich?
Die cool klingen soll - weil du sonst keine Ideale hast im Leben?

Oder ist 50cent deine Religion?

Ist das nicht ein bisschen dünn?

MUSIK

Du hast vermutlich deine Lieblingsband,
oder Sängerin, oder Sänger,
deren Musik dich in verschiedene Stimmungen bringen kann:
in eine ruhige, nachdenkliche, oder
in eine ausgeflippte, wilde.

Und du genießt diese Töne, Melodien und Beats.

Aber ich verrate dir:
Es gibt eine noch höhere musikalische Erfahrung:

Selbst Musik zu machen!

Mit einer Gitarre dazusitzen und festzustellen: ich habe genau die Akkorde
gefunden, die die Rolling Stones am Anfang von "Angie" verwenden.
Oder auch zu singen und zu erkennen: wenn ich öfter singe, treffe ich auch die
hohen Töne von James Blunt in dem Song "You're beautiful".

Und noch toller wird es, wenn du andere Leute zum Musikmachen findest:
Dem anderen aufs Griffbrett zu schauen und zu wissen: dieses Solo kann ich
zum G-Dur Akkord dazuspielen.

Du wirst es vielleicht nicht verstehen, bevor du es selbst erlebst, aber das ist eine
eigene Form der Kommunikation ohne Worte, die so harmonisch und wortlos
ablaufen kann.

Wenn du also einmal eine Phase der Langeweile hast, kauf dir eine günstiges
Instrument (für den Anfang darf's ruhig was billiges sein ...) und ein
Instrumente-Selbstlernbuch (gibt es oft auch auch in der Bücherei).

Du wirst sehen, manche Songs kann man schon mit drei Akkorden nachspielen -
oder dazu singen. Und es macht wirklich Spaß.

Und ich verrate dir noch etwas: Musikalische junge Männer kommen bei
Mädchen oft besser an ...

BIST DU ZU FEIG DAZU?

Bist du zu feig dazu? - Das sitzt ziemlich tief.
Zu feig will keiner sein.

Bist du zu feig dazu? - Da denk ich nicht lang
um was es da eigentlich geht - sondern sage lieber "natürlich nicht".

Da steh´n all die Jungs und schauen so wild
Und niemand traut sich mehr, etwas dagegen zu sagen.
Das hat so lustig begonnen und nimmt jetzt von selbst
eine ziemlich gefährliche Wendung.

"Seid ihr verrückt?" will ich fragen, will ich schreien:
"Mensch Bernd! - Das ist doch eine der doofsten Ideen,
die ich je gehört habe!"

Aber da steht der Satz "Bist du zu feig dazu" im Raum.

Und wenn ich nicht zu feig dazu wäre, würde ich sagen:
"Macht diesen Schwachsinn doch alleine. -
Ich sehe absolut keinen Sinn darin!"

NUR MAL LANGSAM

Vielleicht passiert das irgendwann
(oder es ist schon passiert),
dass du ein Mädchen küßt,
wirklich küßt, lange und innig - du weißt schon.

Und dann gehen dir tausend Gedanken auf einmal durch den Kopf:
"Jetzt passiert es wirklich", wo soll ich sie anfassen, will sie mehr,
will ich mehr, ich bin nervös, ist sie nervös, wie ist das mit Sex ...

Aber wahrscheinlich gilt für diesen Moment:

Nur mal langsam.

Vergiß alles, was du an Filmen gesehen oder an Angebersprüchen gehört hast
und küsse weiter. Vielleicht bis der romantische Song zu Ende ist.

Für die meisten Jungs und Mädchen ist es vom Küssen bis zum Sex ein langer
Weg. Dazwischen liegen lange Spaziergänge, Händehalten, gemeinsames
Ausgehen und viele viele andere schöne Dinge.

Aber vorerst: nur mal langsam.

Und wenn dieser Abend irgendwann zu Ende geht, lautet die einfachste Frage,
die man diesem Mädchen stellen könnte:

"Kann ich dir meine Telefonnummer geben?"

ACTIONFILM

"Ein Film ist umso cooler, je mehr Blut darin fließt"
Ist das auch in deiner Clique eine (ungeschriebene) Regel?

Nun sei mal ehrlich:
Soll das ein Beweis für Eure Intelligenz sein?

Darf ich dir folgendes verraten:
Ich habe in meinem ganzen Leben noch keine echte Pistole gesehen,
und noch keinen Toten - außer in einem Sarg.

Und ich kann mir nicht vorstellen, dass es bei dir anders ist.

Warum also Filme ansehen, die absolut nichts mit deiner (unserer)
Realität zu tun haben?

Natürlich: Science Fiction muss es auch geben: Stories, die aus der Phantasie
entsprungen sind - und Phantasieisen anregen.

Aber warum muss dann so viel Blut fließen?

Ist dir klar, dass manche Jungs den Unterschied zwischen Film und Wirklichkeit
nicht mehr eindeutig kennen? Zum Beispiel, weil Sie zu viele Videos ansehen
und ein "wirklicher Mann", an dem sie sehen könnte, wie ein Mann sich
wirklich verhält - zum Beispiel der eigene Vater - fast nie da ist?

Ob diese Jungs dann auf die Idee kommen könnten, richtige Männer müssen
kämpfen und töten? Noch dazu, wenn es gleich passende Videospiele dazu gibt?

Pass gut auf, was Videos und Videospiele mit deinen Gedanken anstellen
können.

Pass gut auf, ob du das alles noch von der Wirklichkeit unterscheiden kannst.
Pass doppelt auf, wenn du keinen erwachsenen Mann in deiner Nähe hast, bei
dem du siehst, wie ein "wirklicher Mann" ein "wirkliches" Erwachsenenleben
lebt.

Und vor allem:

Pass auf, dass nicht einer von euch auf die Idee kommt, richtige Kämpfe mit
richtigen Verletzungen könnten ein nettes Hobby sein.

"Aufwachen - das ist kein Videospiele!" wäre dann deine richtige Reaktion.

Oder: "Wenn du wirklich kämpfen willst, geh in einen Kampfsportverein - denn
dort gibt es die Regel, dass man den Gegner nicht verletzt!"

Wenn beides nicht ankommt und der Gruppendruck auf dich steigt, mitzumachen, hast du eine vermutlich schwere Zeit vor dir: Vielleicht mußt du dir neue Freunde suchen und deine eigenen Wege gehen ... möglicherweise alleine.

DEIN KÖRPER

Vielleicht bist du in letzter Zeit gar nicht glücklich über dein Aussehen.

Die Pickel, die dünnen Arme oder Beine.
Oder anders herum: der füllige Bauch, das runde Gesicht.

Und wenn ich dir sage: alle Jungs haben diese Sorgen in deinem Alter, hilft dir das vielleicht nicht weiter.

Aber du kannst schon Dinge ausprobieren, die deinem Körper guttun - und dich zu einem attraktiven jungen Mann machen.

Und Dinge vermeiden, die schädlich für ihn sind - und dich zu einem blassen und unscheinbaren Mann werden lassen.

Du kannst dich regelmäßig bewegen, speziell, wenn du auch in deiner Freizeit gerne vor dem Bildschirm sitzt.

Dazu musst du kein Supersportler werden - ausgedehnte Spaziergänge oder Radtouren sind richtig erfrischend - auch wenn man dabei nicht ins Schwitzen kommt.

Und Wasser ist für viele Jungs ein Lebenselixier: frische klare Wellen, das Gefühl der Leichtigkeit beim Schwimmen. Das saubere Gefühl, wenn man aus dem Wasser steigt!

Und natürlich gibt es einige lustige Sportarten wie Skaten, BMX Biken (die aber ein wenig gefährlicher sind) und eine Menge an Mannschaftssportarten (die leider nur dann Spaß machen, wenn sich alle fair verhalten). Vielleicht findest du einen Sportclub in deiner Nähe, der das anbietet.

Aber übertreiben mußst du auch wieder nicht: speziell beim Krafttraining mit Hanteln gilt die Devise: langsam und behutsam!

Und wenn du dich zu dick fühlst, wird es vielleicht nicht leicht für dich: Du mußt möglichst auf Fett verzichten, das sich überall versteckt: in Pommes, in den vielen Burgers, in der Schokolade.

Und auf Zucker, der in fast allen Drinks für Jugendliche beigemischt ist (lies einmal das Etikett genauer durch!) - und in den Süßigkeiten sowieso. (Und wenn du dich ein wenig für Chemie interessierst: es ist wirklich spannend - und manchmal erschreckend - was in den Getränken so alles drin ist ...).

Such im Internet nach Ernährungsberatung und Übergewicht, und du wirst sicher einige wichtige Tipps finden. Oft gibt es auch in Jugendzentren persönliche Beratung zum Thema Abnehmen.

Ich habe mir einmal durch eine Diät bestimmte Nahrungsmittel abgewöhnt, weil mein Arzt das verlangte. Und ich kann dir sagen: bald findet man es normal, sich gesünder zu ernähren - es ist also gar nicht so schwer.

Probier es aus! Du bist noch jung! Was du dir jetzt an Gesundem angewöhnst, verhilft dir zu einem guten Start in ein gesundes Leben!

Lass die Finger von Zigaretten, auch wenn andere das noch so cool finden!

Denn wirklich stark ist jemand, der den Mut hat etwas anderes als die Mehrzahl in einer Gruppe zu machen.

HALBNACKTE FRAUEN

Schon wieder auf dem Werbeplakat,
schon wieder im TV.
Lauter halbnackte Frauen.

Das kann ziemlich irritierend sein.
Vor allem wenn die halbnackte Frau in
einer Werbung für Motoröl auftaucht.
Denn was hat die Frau mit dem Motoröl zu tun hat?

Was sich wohl die Werbefuzzis dabei gedacht haben?
Ob sie sich überhaupt was dabei gedacht haben?

Vielleicht "Sex sells" - überall, wo wir eine
halbnackte Frau dazutun, kaufen die Männer das Produkt?
Oder schauen doch wenigstens einmal hin - ist ja auch schwer,
nicht hinzugucken ...

Aber sobald wir das durchschaut haben, funktioniert
der Trick doch nicht mehr, oder?
Wir schauen zwar hin, aber wir kaufen deshalb doch nicht!

Die blöden Werbefuzzis hätten sich dann also ein Eigentor geschossen!

GENTLEMANLIKE

Wenn ich manchmal in ein Fastfood-Restaurant gehe,
sehe ich Jugendliche, die wie die Schweine essen.

Die mit ihren Köpfen fast in ihren Burger-Boxen und Pommestüten versinken,
die den Mund beim Kauen so weit aufmachen, dass man alles sehen kann,
die keine Ahnung haben, dass man Servietten auch zum Abwischen eines
fettigen Gesichts verwenden kann.

Das alles ist sicherlich eine Zeit lang ganz o.k.,
und vielleicht auch ein Verhalten von Jugendlichen, die fast nie mit ihren Eltern
gemeinsam essen.

Aber wenn du später einmal ein erfolgreicher Mann werden willst, mit einem
netten Bekanntenkreis (und einer netten und hübschen Freundin), wäre es keine
schlechte Idee, dir Manieren anzugewöhnen.

Beim Essen aufrecht zu sitzen, zum Beispiel.
Mit geschlossenem Mund zu kauen.
Erst dann zu trinken, wenn man das Besteck (oder das Essen) weggelegt hat.
Zumindest nach dem Essen die Serviette zu verwenden.

Anderen Menschen die Türe aufzuhalten, ein Mädchen abends bis zur ihrer
Haustüre zu begleiten, beim Einkaufen bitte und danke zu sagen.

Das alles kann einmal ausschlaggebend dafür sein ob du den Job bekommst, den
du wolltest, ob das Mädchen aufmerksam auf dich wird, in das du verliebt bist,
oder du neue Freunde gewinnst, auf deren Freundschaft du Wert gelegt hast.

Natürlich: vielleicht ist in deiner Clique etwas ganz anderes angesagt: laut und
betrunken durch die Stadt zu streifen und alle anzuekeln?

Wichtig wäre dann für dich, zumindest zu wissen, das man anders in den
meisten Lebensbereichen besser weiterkommt.

WAS WOLLEN DIE MÄDCHEN DENN ...

Geile Fotos, muss man schon sagen.
Von tollen Frauen mit perfekten Kurven,
perfektem Make Up, und verführerischen Lippen.

So ein Heft gibt man nicht einfach her - das versteckt man für einen ruhigen Abend.

Und sieht es immer wieder mal an - eigentlich kann man sich fast nicht daran sattsehen - eventuell bis ein neues Heft auftaucht.

Keine Sorge, das machen fast alle Jungs - und ich hab das selbst auch gemacht.

Blöd wäre nur, wenn man Monika und Uschi aus der Klasse, die eigentlich die sympathischsten Mädchen sind permanent mit diesen Frauen vergleicht.

Noch blöder wäre, wenn man seine erste Freundin, die einen kleinen Bauch (oder einen kleinen Busen) hat, in der Hoffnung verläßt, man könnte bei Isabella landen - die wenigstens "fast" wie ein Mädchen aus den Männermagazinen aussieht (obwohl man sonst wenig gemeinsame Interessen mit Isabella hat).

Andererseits wiederum: manche Mädchen ziehen sich doch absichtlich diese knappen, bauchfreien Shirts an, oft mit einem extragroßen Ausschnitt: Wollen die also doch, dass man ihnen auf den Busen guckt? Oder ist das einfach die Mode, die alle Mädchen mitmachen müssen?

Man könnte Monika und Uschi fragen - mit denen kann man ja auch sonst über (fast) alles reden ...

BÜCHERWURM

Ich erzähle dir, wie du ein paar Freunde fürs Leben findest.
Oder sagen wir: gute Weggefährten in schwierigen Zeiten.

In der Bücherei!

Das ist kein Scherz!

Du wirst Zeiten erleben, in denen niemand da ist, in denen es langweilig ist - oder Abende, an denen du nicht einschlafen kannst. Vielleicht einen heißen Tag, an dem sonst niemand mit dir ins Schwimmbad gehen will - oder einen Urlaub mit den Eltern, auf den du eigentlich keinen Bock hattest.

Dann helfen dir Bücher.

Es gibt wunderbare Bücher - über fast jedes Thema! Über Lenkdrachenfliegen, über Billard, über Webseiten-Programmierung, über Skateboarding. Es gibt Selbstlern-Bücher für Musikinstrumente, für Sprachen, fürs Maschinschreiben mit zehn Fingern (hey, wir leben im Email-Zeitalter: schnelles Schreiben ist gefragt!), für Aquarell- oder Acrylmalerei!

Und über wirklich tiefsinnige Themen: Philosophie und die Religionen - über politische Ideen - darüber, was der einzelne für Natur- und Umweltschutz machen kann. Astronomische Bücher über Kometen, oder astrologische Bücher über dein Sternzeichen. Bücher darüber, wie man ein Terrarium baut oder chemische Analysen durchführt.

Und natürlich: wunderbare Romane. Spannende Krimis, interessante Science Fiction Romane, Jugend-Abenteuerromane.

Du kannst das herrliche Bücherhobby ganz leicht kennenlernen: geh in die nächste Bibliothek und nimm dir eine Stunde Zeit. Geh zum Regal "Hobby" oder zum Regal "Jugendliteratur" und fische dir interessantes heraus. Wenn du Zeit hast, lies dort ein paar Seiten, bevor du das Buch mitnimmst! Aber selbst wenn du ein Buch mitgenommen hast, das dir dann langweilig erscheint: es kostet wahrscheinlich nichts, es nach einer Woche wieder zurückzubringen!

Es gibt viele Jugendliche, denen eine Menge an spannenden Themen verborgen bleiben, weil sie es ablehnen zu lesen. Manche davon sind deshalb auch schon schlecht in deutsch - weil sie fast nie sehen, wie man bestimmte Worte schreibt.

Du wirst durch das Bücherlesen für manche Menschen interessanter werden - du wirst durch das Lesen vielleicht sogar ein Spezialist für irgendetwas (z.B. für Homerecording von eigenen Songs - oder für Schachstrategien).

Und du wirst dir kein Kopfzerbrechen mehr machen über jene Zeit, die du allein verbringen musst - oder allein verbringen willst.

Zum Beispiel, weil du mit "dieser Clique" nichts mehr zu tun haben willst ...

Ob du sogar ein richtiger "Bücherwurm" wirst? Probier es aus ...

ZIGARETTEN

Wenn du einmal eine Zigarette probierst
(und vielleicht hast du es schon getan),
merke dir gut, wie schlecht dir danach wird.
Präge dir dieses Gefühl gut ein.

Denn es ist der Beweis, dass du deinem Körper
etwas geben willst, was er ablehnt, was ihn krankmacht.

Andere Jungs, die bereits länger rauchen,
genauso wie erwachsene Männer
spüren das nicht mehr.

Sie sind bereits abhängig von den Substanzen,
an die sie ihre Körper gewaltsam gewöhnt haben.

Vielleicht weil sie "cool" dastehen wollten,
vielleicht weil sie in Gesellschaft so unsicher waren und nicht wussten, wohin
mit den Händen, dass sie einen Glimmstengel zum anhalten brauchten.

Frag einen rauchenden Bekannten, wieviele Päckchen er pro
Woche raucht, nimm dir einen Taschenrechner zur Hand
und rechne aus, wieviel das im Jahr kostet.

Soviel wie ein Laptop? Ein neues Rad? Ein DVD Player?

Armgeraucht - willst du das schon mit 15 sein?

Denk drüber nach.

Und geh deinen eigenen Weg - auch wenn es rings um dich nur so qualmt ...

ES IST NICHT OK

Wenn du derjenige in der Klasse bist,
der verhaun wird
(und das öfter als die anderen)
und du dir dann denkst:
"Ich sollte eben stärker sein,
(oder ich bin eben zu dick ... oder zu feig ...)
also liegt es vielleicht an mir selbst"
dann bist du auf dem falschen Trip:

ES IST NICHT OK

IRGEND jemand anderen zu schlagen
aus KEINEM Grund und in KEINER Situation
und du solltest etwas sagen, um da rauszukommen *)

Wenn du derjenige in der Klasse bist,
der immer wieder zuschaut, wenn ein anderer
verhaun wird, dann muß ich dir sagen:

ES IST NICHT OK

wenn IRGENDjemand geschlagen wird.
Er könnte verletzt werden - nicht nur
körperlich, sondern auch seelisch.
Und du solltest etwas tun, damit das aufhört *)

Und wenn du schließlich derjenige in der Klasse bist,
der allen anderen beweisen muss, dass er der Stärkste ist,
indem er auf Schwache hinhaut,
dann ist meine Message an dich:

ES IST NICHT OK

IRGEND jemanden zu schlagen,
aus KEINEM nur erdenklichen Grund.
Wenn du so weiter machst, wirst du genauso wie jener erwachsene Mann,
der deine Schwester schlagen oder deine Mutter verprügeln könnte.
Du gewöhnst dir gerade einen altmodischen Männerbrauch an, der Leben
zerstören kann, und den im einundzwanzigsten Jahrhundert niemand mehr
braucht.

Fortsetzung nächste Seite

Wenn du aber unbedingt irgendwo hinlaufen musst,
dann geh von mir aus in einen Kampfsportverein.
Und halte dich dort an die Regeln.

Wenn dir schon sonst niemand die Regeln für dieses Leben beigebracht hat.

*) es gibt Jugend-Hotlines - kostenlose Kinder und Jugend-Telefonnummern (in Österreich ist das die Nr. 147), bei denen man über solche Probleme reden kann und erfährt, was man dagegen tun kann.

Ich widme diesen Text einer tollen Initiative gegen Gewalt, die ich im Internet gefunden habe:

www.whiteribbon.at - Männer gegen Gewalt