

# Echte mannen, nieuwe **krijgers**

Ridders zonder vrees maar niet zonder blaam, dat zijn de 'nieuwe krijgers'. Wat ze gemeen hebben? Het zijn mannen. Uitsluitend mannen. En ze hebben iets meegemaakt wat hen veranderd heeft: **een initiatie in het ManKind Project**. *Psychologies* werd nieuwsgierig en ging graven.

TEKST **PHILIPPE BERKENBAUM** - FOTO'S **CHRISTOPHE SMETS**

Om een man te worden moesten jongens vroeger aan hun stam bewijzen dat ze hun territorium konden verdedigen, dat ze konden jagen of oorlog voeren', begint Etienne. 'De "nieuwe krijger" is een krijger met een hart, hij heeft voeling met zijn emoties en kan ze ook uiten, hij kan zijn gevoeligheid tonen. En niet alleen zijn kracht.' Ongeveer tweehonderd Belgen dragen vandaag trots het vaandel van nieuwe krijger, een duizendtal mannen wereldwijd. Allemaal voelen ze zich verbonden met een beweging die vijftientig jaar geleden ontstond in de Verenigde Staten: het ManKind Project, ManKind als in 'mannelijke soort'. Aan de basis ervan ligt de Vietnamoorlog en de soldaten die totaal kapot naar hun thuisland terugkeerden. Lichamelijk én geestelijk. Drie mannen, een ex-ma-

rinier, een psycholoog en een universiteitsprofessor, vroegen zich af waarom de kracht en het fysieke vermogen van mannen zich zo vaak vertaalde in geweld. Waarom haalt de duistere kant het van de goede? Ze organiseerden de eerste stage voor 'nieuwe krijgers', geïnspireerd op de overgangsrites van oude indiaanse culturen. Een soort heldentocht, aangepast aan onze tijd. En met een doel: 'Proberen om zich de mooie kant van de mannelijke kracht weer eigen te maken', vat Marcel Linsmeau samen. Hij was een van de eerste Belgen die intussen zes jaar geleden werden ingewijd, in Frankrijk. En een van de mannen die hebben bijgedragen tot de ontwikkeling van de beweging in België. Want het ManKind Project raakte steeds verder uitgewaaid. Eerst in de Angelsaksische wereld, om dan het Kanaal over te steken en zich in Europa te verspreiden. De meeste Belgische nieuwe krijgers

'Het was mijn eerste initiatie in de ManKind Project. Het was is voor een deel toeval'  
Sofie (28)

FOTO: GETTY IMAGES





beleefden hun initiatie in Frankrijk. De bedoeling ervan, aldus de initiatiefnemers, is 'mannen zo te vormen dat ze hun mannelijkheid op een meer volwassen manier beleven, opdat ze een integer leven zouden leiden, meer voeling zouden hebben met hun emoties en een hernieuwde verantwoordelijkheid zouden voelen ten opzichte van hun missie in het leven'.

### **Ingrijpende ervaring**

Het avontuur begint met een tweedaagse initiatie midden in de natuur. Wat daar gebeurt? Dat is een mysterie, en het geheim wordt angstvallig bewaard. 'Het weekend moet overal op precies dezelfde manier verlopen. Dat de deelnemers vooraf zo weinig mogelijk weten over wat hen te wachten staat is essentieel. Ze mogen absoluut geen vooroordelen koesteren', verduidelijkt Marcel. 'Ternauwernood komen we te weten dat aan een initiatie maximaal tweeëndertig kandidaten mogen deelnemen die begeleid worden door vijfenveertig mannen. Stuk voor stuk ingewijden die op vrijwillige basis komen meewerken. Want het gaat hier niet om een of andere gezondheidskuur. Sommige deelnemers noemen het een shock, andere hebben het over een ingrijpende ervaring. Er komen fysieke proeven aan te pas, maar dat is niet waar het om draait. 'Het is een strijd tegen jezelf', vervolgt Marcel. 'Je wordt aangemoedigd om je angsten, je grenzen, je overtuigingen, de gedachten "ik moet", "het is nodig" en "ik heb geen keuze" het hoofd te bieden. Het ritme blijft hoog. Je kan moeilijk 48 uur lang in je hoofd wegluchten.' Veel deelnemers zien af - emotioneel welteverstaan. Sommige storten in. Maar ze zijn niet alleen. René werd vijf jaar geleden ingewijd: 'Je voelt heel snel de neiging om het mentale los te laten en om in jezelf op zoek te gaan naar die capaciteiten die in het dagelijks leven onderdrukt worden, om te stoppen met jezelf dingen wijs te

**'Dat de deelnemers vooraf zo weinig mogelijk weten over wat hen te wachten staat is essentieel. Ze mogen absoluut geen vooroordelen koesteren'**

**Marcel Linsmeau**, mede-oprichter ManKind België

maken. Je hoeft niet langer je best te doen.' De enige verplichting voor de nieuw ingewijden: deelnemen aan een zogenaamde 'diploma-uitreiking', waar ze hun ervaringen delen met toeschouwers - familie, vrienden en zelfs het grote publiek. Over het verloop van de initiatie wordt niks losgelaten. Wie wil kan achteraf nog deelnemen aan integratie- of zelfs vormingssessies, om zelf begeleider te worden, maar niks moet. 'Iedereen is vrij om te nemen wat hij wil en te vertrekken zonder iets in ruil te geven. Geen verplichtingen, geen goeroes of mentors: het heeft niks te maken met een sekte', benadrukt Marcel Linsmeau, die alle 'diploma-uitreikingen' sinds 2006 heeft bijgewoond. 'Ik heb maar één man horen zeggen dat hij eerder gezegend dan genezen was.' Genezen? 'Het is geen therapeutische beweging voor wie geen voeling heeft met de realiteit. Het is een educatieve beweging, bestemd voor mannen die zich vragen stellen over hun man-zijn.' De ingewijde wordt een man die 'oprecht is, met de schouders recht en borst vooruit, zich bewust van en verantwoordelijk voor zijn daden, die uitdrukt wat hij wil in tegenstelling tot wat hij kan, en vooral, die zijn kwetsbaarheid en zijn emoties bewust accepteert. Het sleutelwoord is integriteit.' Zoals de ridders van vroeger? 'Er zijn er veel die de wereld willen verbeteren', weet Herman. 'Ik ben egocentrischer: als ik begin met mijn wereld dan denk ik dat de rest wel zal volgen.'

**'De nieuwe krijgers voeren strijd tegen zichzelf. Tegen hun angsten, hun grenzen, hun overtuigingen'**

**Marcel Linsmeau**



### **MEER INFO**

Het *ManKind Project* organiseert twee keer per jaar initiatiestages voor Frans- en Nederlandstaligen <http://mkpef.mkp.org> Ook de *vzw MannenWerk* organiseert weekends waarop mannen weer in contact komen met hun man-zijn. [www.mannenwerk.be](http://www.mannenwerk.be)

**‘Ik kreeg weer zelfvertrouwen. Ik voelde me herboren’**

**Etienne (51)**



‘Eind 2006 besloot mijn vrouw, met wie ik al vijftientig jaar samenwerkte in hetzelfde

bureau, om haar eigen zaak te beginnen waarin ze haar creatieve opleiding meer zou kunnen gebruiken. Ik voelde me verlaten, voor mij betekende het feit dat ze iets zonder mij wou doen ook automatisch dat ze me minder graag zag. In diezelfde periode hoorde ik een getuigenis van een nieuwe krijger. Ik begreep daaruit dat het de bedoeling was dat je je leven weer in handen nam, en dat je vooral ook weer je plaats als man innam. Toen die woorden waren doorgedrongen besloot ik om deel te nemen aan de initiatie. Dat was een shock. Je wordt geconfronteerd met wat mooi is aan jezelf maar ook met wat minder mooi is. Ik voelde me herboren. Ik ben euforisch teruggekeerd, ik ging de wereld revolutionair veranderen. Ik besepte dat het fijn kon zijn om dingen alleen te doen, zonder mijn vrouw. Ik kreeg weer zelfvertrouwen en zelfrespect. En dat gaat nog steeds door. Nu, vijf jaar na mijn initiatie, voel ik de nawerking nog altijd. Het is als een zaadje dat geplant werd. Een nieuwe krijger worden, dat is durven om je kwetsbaar op te stellen. Mijn moeder is in 1998 overleden en om verschillende redenen koesterde ik enorm veel wrok tegenover haar. Na mijn initiatie begreep ik dat ze gedaan had wat ze kon met de middelen die ze had. Ik ben daarna voor het eerst naar haar graf gegaan. En dat heeft bepaalde wonden geheeld.’

**‘Ik leerde dat je als man zelf verantwoordelijk bent voor wat je overkomt’**

**Herman (57)**



‘Toen ik de vijftig naderde wou ik iets doen om die overgang te markeren. Ik dacht eerst aan een verblijf in de woestijn maar

toen vertelde een bevriende therapeut me over de nieuwe krijgers. Ik had al eens een workshop voor persoonlijke groei gevolgd maar voor mijn vijftigste verjaardag wou ik verder gaan. Ik had gehoord dat het hard was, maar dat maakte me niet bang, integendeel. Ik wou iets strafs. Ik dacht dat het fysiek zwaar zou zijn, meer dan het in werkelijkheid was. Ik heb mezelf beter leren kennen. Ik besepte dat ik een angstig persoon was, dat ik handelde in functie van mijn angsten. Angst om mijn gevoelens, om mijn mening uit te drukken ... Ik weet nu dat als er iets in mijn leven niet gaat, dat niet noodzakelijk de fout van anderen is. De enige persoon die er iets aan kan doen ben ik. Dat is geen comfortabel besef. Het was veel gemakkelijker om te denken dat wanneer iets misging, dat was omdat niemand me begreep, omdat niemand mijn inspanningen zag. Ik heb geleerd dat het niet het leven is dat hard is maar dat een man zelf verantwoordelijk is voor wat hem overkomt. De initiatie is heel confronterend, ik heb mensen gezien die compleet in shock waren. Het is niet aan mij om te oordelen maar ik heb de indruk dat het vooral diegenen met een groot ego zijn die het het moeilijkst hebben, want het is het ego dat het meest moet incasseren. Ik ben dertig jaar getrouwd. Sinds mijn initiatie is de communicatie met mijn vrouw veranderd. Ik durf het te zeggen als iets voor mij niet kan en ik begrijp haar kritiek ook beter. Ik luister, probeer er info uit te halen. Dat is misschien een vorm van wijsheid.’

**‘Tijdens mijn initiatie voelde ik woede en verdriet dat van heel diep kwam’**

**René (71)**



‘Ik heb nooit een vader gehad die me steunde of die een voorbeeld was, en daarom ben ik op zoek naar mijn mannelijke

identiteit. Ik had al wel bepaalde antwoorden gevonden in praatgroepen die me sterk geïnspireerd hebben maar ik voelde toch nog twijfels. Ik volgde zes jaar geleden een initiatie. Tijdens dat weekend heb ik momenten beleefd waarop ik woedend was, en andere waarop ik een enorm verdriet voelde. Ik heb veel gehuild, het kwam van heel diep in mij en eigenlijk heeft het gezorgd voor een soort genezing. Ik zie het als iets wat me echt gelouterd heeft. Ik besepte dat ik nooit eerder zoiets had meegemaakt, een ervaring in aanwezigheid van zo veel mannelijke kracht. Ik voelde het in mijn diepste zijn, ik voelde me verbonden met al die andere mannen, een heel eenvoudige connectie vol vertrouwen maar ook barstensvol energie. Het feit dat ik eerlijk kon zijn over mijn pijn en dat ik rond mij al die mannen voelde, even kwetsbaar en fragiel, daar was ik echt helemaal ondersteboven van. Na zeventig jaar heb je al wel wat gezien, maar zoiets had ik nog nooit beleefd. Ik voel me vandaag verantwoordelijker voor wat me in het leven overkomt. Mijn relatie met anderen, daar kan ik nu autonoom over beslissen. Ik beschik ook over de wijsheid en de integriteit om er correct mee om te gaan. Vroeger was ik nog regelmatig de “brave jongen” die probeerde te doen wat hij dacht dat de anderen goed zouden vinden en wat hen plezier zou kunnen doen. Vandaag voel ik wat goed is voor mij, en ik ben daar ook duidelijk over. Dat maakt relaties gezonder en gemakkelijker.’