

Impulsmappe

der Kath. Männerbewegung Südtirol

zum Jahresthema 2026-2027



Starke Männer...
Zeigen Haltung

Grußworte Edl Huber, Johanna Brunner, Philipp Achammer.....	3
HALT: Was dem Leben dient – Männer zeigen HALTung (Bruder Thomas Hessler OSB).....	6
Dankbarkeit als Lebenshaltung (geistlicher Assistent Georg Oberrauch).....	8
Werte: Wie wertvoll sind sie für uns und unsere Gesellschaft? (Matthias Oberbacher).....	10
Sport, Familie, Landwirtschaft & die Werte des Lebens (Roland Fischnaller).....	12
Werte zeigen, Haltung leben! (Otwin Nothdurfter und Georg Oberrauch).....	14
Nähe in Zerbrechlichkeit: ein Moment göttlicher Präsenz (Siegmar Alber).....	16
Hast du den Dreh 'raus? Bewährte Lebenstipps! Die Kardinaltugenden (hannes Rechenmacher).....	18
Der goldene Mittelweg - oder: Allzu viel ist ungesund! Das Wertequadrat (hannes Rechenmacher).....	20
Irgendwo muss „es“ raus... Konflikte und Aggressionen (Werner Hunglinger).....	22
Weiser, wacher, gelassener - Midlifecrisis und Altern (Roland Feichter).....	24
Wähle wahre Werte: Welche 5 von den 99 sind deine Favoriten?.....	26
Unser Diözesanvorstand: männer.auf.werten.....	28
Unser neuer Mitarbeiter Matthias Oberbacher: Herzlich willkommen!.....	31
Dieser Jesus... und unser Leben (Quelle: Clemens Sedmak).....	33
„Wer den Willen Gottes tut, der ist für mich... Mutter!“ (hannes Rechenmacher).....	36
Dankbar-Sein lernen. Gebet für Dankbarkeit (geistlicher Assistent Georg Oberrauch).....	37
Meine Vision für eine zukünftige Kirche (Quelle: Richard Rohr).....	38
Kirche als „Andersort“: Wo kämen wir hin? (hannes Rechenmacher).....	39
Kann denn Liebe Sünde sein? Das Dilemma wiederverheirateter geschiedener Menschen am Tisch des Herrn (Herbert Öhrig im Gespräch mit Johanna Brunner).....	40
Denk-Zettel. Wenn die Jahre eilen... (Pater Peter Boekholt SDB).....	44
Angebote zum Jahresthema.....	45
„Du bist zu einem größeren Glück bestimmt, als du es lebst!“ (Exerzitien Marienberg).....	46
„MannSein: Krisen verstehen - Herausforderungen meistern“ (Herbert Prugger mit h. Rechenmacher)....	47
Väter im Wandel - die kmb und ihre Väterwerkstatt (Matthias Oberbacher).....	48
Der Dialog als Kommunikationsform (Matthias Oberbacher).....	50
Gemeinsam unterwegs – unter Gottes Schutz.....	51
Sonnenaufgang – gemeinsam neue Wege beschreiten.....	52
Große Nachtwallfahrt der Männer.....	53
„Nichts tun geht nicht!“ (Kloster Säben - Günther Beghella).....	54
Liebe Freunde der katholischen Männerbewegung in der Diözese Bozen-Brixen! (KMB Tirol).....	58
Gesundheit & Glaube, Wander- und Besinnungstag im Schnalstal.....	60
Pilgern: Jeder Schritt ist ein anderes Empfinden. (Pilgergemeinschaft Südtirol).....	62
Die gute Seele der „Vereinszeitschrift“.....	64
Der Weltladen Latsch: Begeisterung und langer Atem (Otwin Nothdurfter mit Richard Theiner).....	66
„Männer stärken. Beziehungen fördern. Verantwortung leben.“ (Männerinitiative Pustertal).....	68
Vorlesungsreihe „Theologie & Philosophie im Kontext“ & Impressum.....	69
Kalender 2026-2027.....	70

Liebe Männer,

es ist mir eine große Freude, mit diesem Vorwort in die neue Impulsmappe einzuleiten, die wir als Kompass und Wegweiser für ein gutes Leben im Glauben nutzen können.

Mit unserem aktuellen Jahresthema „**Starke Männer zeigen Haltung: männer.auf.werten**“ wollen wir einen Beitrag dazu leisten, dass die Sehnsucht nach menschlichen Werten, die Bewahrung von Respekt und Würde sowie das Bewusstsein für Wertschätzung, die für uns alle unverzichtbar ist, wachsen. Werte sind Grundsätze, nach denen der Einzelne, die Familie, eine Gruppe oder eine Gesellschaft ihr Leben und das Zusammenwirken in der Gemeinschaft zum Gewinn aller ausrichten will. Werte dienen als Basis, Orientierung und Entscheidungshilfe auf unserem Lebensweg. Für uns Christen bieten die Werte, die Jesus gepredigt und vorgelebt hat, eine verlässliche Orientierung in unseren Entscheidungen - für ein erfülltes Leben.

Die Welt sieht allerdings allzu oft anders aus. Der Umgang der Menschen untereinander ist zunehmend unfreundlicher und der Ton rauer geworden. Widerspruch ohne Bereitschaft zum Verstehen, Bloßstellungen und Beleidigungen stehen heutzutage fast schon auf der Tagesordnung. Die Anonymität im Netz fördert dieses Verhalten und die täglichen negativen Nachrichten liefern den beunruhigenden Hintergrundsound, der uns zu einer immer gereizteren Gesellschaft werden lässt. Leistungsdruck, Profitgier und die Überbetonung der Individualität tun das Ihre dazu. Macht wird als Mittel zum Eigennutz eingesetzt - auf Kosten der Schwächsten. Früher oder später werden alle Systeme, wie z. B. Wirtschaft, Wissenschaft, Bildung, Politik und auch unsere Kirche einsehen dürfen, dass uns der Wettkampf um begrenzte Güter und um Einfluss nicht weiterbringen.

Was unsere Gesellschaft jetzt am nötigsten braucht, sind Menschen, die die Würde und das Wohl aller in den Mittelpunkt stellen. Auf dieses Ziel hin müssen wir unsere Werte immer wieder überdenken, unser konkretes Handeln überprüfen und - falls sinnvoll - neu ausrichten. Dazu sind wir alle berufen: Wertschätzung, Hoffnung, Gelassenheit, gegenseitigen Respekt, gepflegten Umgang untereinander, positive Zuwendung, Lob und Dankbarkeit immer wieder neu ins Spiel zu bringen - im konkreten Alltag, im persönlichen Umfeld.

Ein Thema, das uns seit Jahren begleitet, ist der Kraftort Säben. Unser Ziel und Bestreben sind es weiterhin, in Abstimmung mit den anderen katholischen Vereinen und Verbänden und der Diözese diesen einzigartigen Rückzugsort neu mit Leben zu füllen - wobei das spirituelle und nicht das kommerzielle Leben gemeint ist (siehe eigenen Artikel).

Mit großer Freude dürfen wir in dieser Ausgabe unseren neuen Mitarbeiter Matthias Oberbacher vorstellen, welcher mit unserem bewährten Geschäftsführer hannes Rechenmacher bereits ein tolles Team bildet. Jedes Vorstandsmitglied und nicht zuletzt unser geistlicher Begleiter Georg Oberrauch leistet eine beispiellose ehrenamtliche Arbeit, wofür ihnen ein großes „Vergelt's Gott!“ gebührt.

Das Zitat von Johann Wolfgang von Goethe soll uns alle begleiten:

„Das Erkennen des Guten ist nicht genug - ich muss es auch tun.“

Mit einem herzlichen Gruß
wünsche ich euch viel Freude bei der Lektüre.



Edl Huber
Diözesanvorsitzender

Liebe kmb-Männer,

„männer.auf.werten - Männer aufwerten? Und das in der katholischen Kirche. Das nenn' ich 'mal Humor!“ So war mein erster Gedanke, als ich euer Jahresmotto gelesen habe. Aber Spaß beiseite: Abseits der Entscheidungsebene wäre eine Aufwertung der Männer in der Kirche tatsächlich sehr nötig. Die Zahlen zeigen es: Ob bei Wort-Gottesdienst-LeiterInnen, KommunionhelferInnen, in der Glaubensweitergabe, bei der Caritas und in den Pfarrgemeinderäten – überall ist die Präsenz von Frauen höher als jene der Männer. Nur in den Vermögensverwaltungsräten sind die Männer in unserem Land in der Überzahl.

Und auch gesellschaftlich täte die Aufwertung von Männern gut: in der Pflege, in Sozialberufen, in den unbezahlten Bereichen wie Erziehung und Care-Arbeit und vielfach dort, wo es um den Schutz von Würde geht, um den Kampf gegen Armut, Einsamkeit, Gewalt und Ausgrenzung.

Uns allen ist bewusst: Wir brauchen Männer nicht nur an den Macht- und Entscheidungspositionen. Wir brauchen sie als Männer, Väter, Partner, Pfleger, Tröster, Seelsorger, Freunde und Kollegen, als Zuhörende und Anteilnehmende, als Berührbare und Feinfühlige – auch und gerade dort, wo man machtlos ist. Wir brauchen sie bei den Ausgegrenzten und Zurückgelassenen, den Trauernden und Hoffnungslosen, bei den Unterdrückten und Heimatlosen und bei denen, die Gewalt erfahren.

Ein Vorbild dafür gibt es schon: Jesus. Er hat sich gerade dorthin gestellt, wo nichts zu gewinnen war – zu den Menschen am Rand, zu den Schwachen und Ausgegrenzten, den Recht- und Hoffnungslosen. Vielleicht ist das eine inspirierende Spur für Männer.auf.Werte(suche).

Euch allen herzlichen Dank für euren Einsatz und euer Engagement und viel Kraft und Freude im neuen Arbeitsjahr!

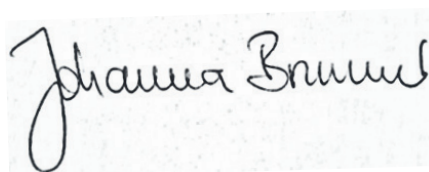



Foto: privat

Johanna Brunner
*Leiterin des diözesanen
Amtes für Ehe und Familie*

Amt für Ehe und Familie



DIOZESE BOZEN-BRIXEN
DIOCESI BOLZANO-BRESSANONE
DIOZEJA BULSAN-PERSENON

Als kmb werden wir vom diözesanen Amt für Ehe und Familie begleitet (unter dem Referat für Erwachsenenpastoral). Mit Amtsleiterin Johanna Brunner, Theologin und Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, pflegen wir schon seit Jahren eine vertrauensvolle Zusammenarbeit und stehen im ständigen, wertschätzenden Austausch. Dafür sprechen wir ihr an dieser Stelle ein tief empfundenes „Vergelt's Gott!“ aus und hoffen auf eine weitere motivierende und unterstützende Weggemeinschaft.

In der am Amt angesiedelten Kommission für Ehe und Familie arbeitet unser Vorstandsmitglied Herbert Öhrig mit, in jener für Geschlechtergerechtigkeit Vorstandsmitglied Werner Hunglinger.

Haltung macht den Unterschied!

„Starke Männer zeigen Haltung!“ – das Jahresthema der kmb bringt auf den Punkt, was unsere Gesellschaft heute mehr denn je braucht. Denn wahre Stärke zeigt sich nicht in Lautstärke oder im Rechthaben, sondern darin, Verantwortung zu übernehmen, verlässlich zu sein und für andere einzustehen.

Als Vater, Ehemann und Landesrat begegne ich täglich Menschen, die genau das vorleben. Sie hören zu, übernehmen Verantwortung, geben Orientierung und sind bereit, auch in schwierigen Situationen Haltung zu zeigen. Das beeindruckt mich. Haltung bedeutet für mich, den eigenen Werten treu zu bleiben und gleichzeitig anderen mit Offenheit und Respekt zu begegnen. Gerade im Alltag – in der Familie, im Beruf oder im Ehrenamt – entscheidet sich, wie wir miteinander leben.

Mit dem Motto „männer.auf.werten“ setzt die Katholische Männerbewegung ein wichtiges Zeichen. Sie ermutigt Männer, ihre Rolle bewusst und vielfältig zu gestalten – mit Herz, Verantwortungsbewusstsein und Zuversicht. Davon profitieren nicht nur die Männer selbst, sondern unsere gesamte Gesellschaft.

Ich wünsche dieser Impulsmappe, dass sie zum Nachdenken anregt, Gespräche eröffnet und Menschen darin bestärkt, ihren eigenen Weg mit Haltung zu gehen. Denn genau sie macht am Ende den Unterschied.



Philipp Achammer

*Landesrat für Deutsche Bildung
und Kultur, für Bildungsförderung,
Kulturgüter, Innovation,
Forschung, Universität & Museen*

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL



PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

PROVINCIA AUTONOMA DE BULSAN
SÜDTIROL

Amt für Kultur

„Wer die Zukunft gestalten will, darf die Gegenwart nicht bloß verwalten.“ Aus dieser Überzeugung heraus hat der Vorstand der kmb beschlossen, die Anliegen der Männer stärker ins Auge zu fassen. Ohne eine aktive Beteiligung und selbstständige Auseinandersetzung mit den eigenen Bedürfnissen und den gemeinsamen Herausforderungen ist die Gefahr groß, dass sich das Engagement der Männer in Hinblick auf die Neugestaltung von Gesellschaft und Geschlechterrollen größtenteils auf Rückzugsgefechte beschränkt. Nachhaltig wird das Ganze aber erst, wenn Veränderung auf Augenhöhe zwischen Frauen und Männern geschieht – und da müssen beide ihre Hausaufgaben machen. Es ist kein Geheimnis, dass das angeblich „schwache“ Geschlecht diesbezüglich stark im Rennen ist – und wir Männer ruhig einen Gang zulegen können. Um diese Entwicklung zu unterstützen, hat die kmb einen zusätzlichen Mitarbeiter in Teilzeit, den Soziologen und Erwachsenenbildner Matthias Oberbacher, engagiert. Ohne die strukturelle und finanzielle Unterstützung vonseiten des Amtes für Kultur wäre dies undenkbar gewesen. Daher ergeht der tief empfundene Dank an das Team rund um Amtsdirektorin Angelika Gasser, das uns außerdem mit viel Verständnis und praktischen Hilfestellungen stets zur Seite steht.

Ein besonderes „Vergelt's Gott!“ gilt „unserem“ Landesrat Philipp Achammer, der immer ein offenes Ohr für unsere Anliegen hat und durch seine Wertschätzung den Rücken stärkt.

HALT: Was dem Leben dient – Männer zeigen HALTung

*Zusammenfassung des Vortrags auf der
Herbsttagung der kmb in Bozen am 5. September 2026
von Prior Bruder Thomas Hessler OSB, Europakloster Gut Aich, St. Gilgen (A)*

InnezuHALTen ist ein Gebot der Stunde und gehört wesentlich zu einer männlichen Praxis von Spiritualität. Wir Männer sind eingeladen, HALT zu geben als

- Liebende,
- Kämpfende,
- Ermächtiger und
- Wandelnde.

All das dient dem Leben.

Bruder David Steindl-Rast OSB, der seit 16 Jahren im Europakloster Gut Aich im Salzkammergut lebt, hat einen spirituellen Dreischritt formuliert, um ein lebendiges, engagiertes und dankbares Miteinander zu leben:

Für eine lebendige spirituelle Praxis ist es unabdingbar, immer wieder einen **STOPP** zu machen.

HALT ist zum einen in der Erfahrung des InneHALTens gegeben und zum anderen gibt ein authentisches Leben, das auf Vertrauen, Zuversicht und Zugehörigkeit baut, HALT.

Vor allem brauchen wir den HALT in unseren herausfordernden ökologischen Zeiten.

Die ökonomisch immer schwieriger werden- den Alltags-Wirklichkeiten verlangen auch ein InneHALTen und ein sich Bewusst- Werden, was wir tun. Daneben gilt es aber auch, eine wertschätzende und dialogbereite HALTung zu finden in den vielen ökume- nischen Dynamiken des 21. Jahrhunderts.

STOPP – LOOK – GO

nach Bruder David Steindl-Rast OSB



“ Die Dankbarkeit öffnet unsere Augen für die Wunder des Alltags. ”

Bruder David Steindl-Rast OSB (*1926)

Ökologisch, ökonomisch und ökumenisch – in all diesen Wirklichkeiten kommt es darauf an Haus-zu-HALTen (oikos, griech. = Haus). In diese Wirkungsfelder gilt es hineinzugehen und sich mit den grundlegenden Dynamiken zu beschäftigen, die eine lebendige spirituelle Praxis ermöglichen. Eine grundlegende Voraussetzung dafür ist das Inne-HALTen: Erst dadurch kann man zu sich SELBER Kommen.

Die Stärkung des SELBST-Bewusstseins zielt immer auch auf das göttliche SELBST ab und versucht, den göttlichen Daseins-Grund, bewusst zu HALTen.

Die Bewegungsrichtung beim InneHALTen ist vertikal und macht bewusst, dass wir uns in Wirkungsfeldern bewegen, die „Himmel und Erde“ miteinander verbinden.

Wir befinden uns kollektiv in einer „Schleusenzeit“. In einer Schleuse ist die Bewegungsrichtung auch vertikal. Durch diese Bewegung kommen wir auf eine andere Bewusstseinssebene. Das ereignet sich aber auch bei jedem InneHALTen. HALT ist immer Grund-legend.

Im Grunde ist alles gut. Und es gibt Grund genug für das Leben.

Diese grundlegenden Erfahrungen machen Männer als Liebende, indem sie voll Eros, auch in und durch ihre Verwundbarkeit, Nähe und Zärtlichkeit zulassen und schenken und sich in die vielfältigen Beziehungsdynamiken einlassen. Als Kämpfende gilt es, vieles durchzutragen und auch darüber hinauszuwachsen. Dafür braucht es eine feste

Verankerung und einen Nährboden, der getränkt ist mit dem Grundwasser menschlicher Glaubenspraxis.

*links:
Das Logo des
Europaklosters
Gut Aich in St.
Gilgen im
Salzkammergut
(Österreich)*



Foto: kmb



Foto: Th. Hessler

Br. Thomas Hessler OSB

- * 1968 in Edlitz (Niederösterreich)
- Theol.-Studium in Salzburg & Mainz, dort zudem Heilpraktiker-Ausbildung
- 1993 gemeinsam mit P. J. Pausch OSB Aufbau des Europaklosters Gut Aich
- seit 1996 eigenes Kunstatelier, seit 2011 Leitung der Kunstwerkstätten
- 2024 Wahl zum Prior,
Leitspruch: „Dem Leben dienen.“
- www.europakloster.com

HALT schenkt der, der macht und Macht hat und andere ermächtigt. Auch diese existentielle HALTung in der Reifungszeit männlicher Biografien ist im letzten immer Friedensarbeit.

Und dann gilt es noch, als Wandelnder immer mehr und immer wirkmächtiger in die „Aufhebung“ zu kommen: das Leben auf eine andere, sinnstiftende Ebene zu heben. Das Leben auch so zu leben, dass wir Schutzräume bauen und halten, in denen das Leben sicher ist, aufbewahrt und aufgehoben.

Und letztlich wir sind herausgefordert, uns immer wieder in die große Versöhnungsarbeit hineinzubegeben, sodass Gewalt nicht mit Gewalt vergolten wird, sondern die zerstörerischen Dynamiken aufgehoben werden.

Wir Männer sind also eingeladen, als Liebende, Kämpfer, Ermächtiger und Wandelnde zu leben. Das gibt HALT und wird genährt durch die Praxis des InneHALTens.

Dankbarkeit als Lebenshaltung

Unser heuriges Jahresthema richtet seinen Fokus auf Haltungen und Werte. Ich möchte euch herzlich einladen, die **Dankbarkeit als Lebenshaltung** neu zu entdecken.

Für mich ist dies etwas Wertvolles: Es hilft mir, glücklicher zu leben.

Wenn ich Augen, Ohren und Herz öffne und lerne, trotz mancher Wehwehchen und Hürden mich über alles Gute und Schöne zu freuen, das mich umgibt, dann werde ich die bunte Vielfalt um mich herum immer bewusster wahrnehmen und lernen, dafür dankbar zu sein.

Ja, Dankbarkeit kann gelernt werden!

Ich lade dich ein, dir Zeit zu nehmen, folgende drei Fragen für dich zu beantworten: *(Such dir dafür eine stille Kirche oder einen ruhigen Platz aus, an dem du ungestört darüber nachdenken kannst.)*

1. *Für WEN bin ich dankbar?*
2. *Für WAS bin ich dankbar?*
3. *WO erlebe ich Dankbarkeit?*

Dankbarkeit ist auch in der Bibel eine Lebenshaltung. In einem der ältesten erhaltenen Texte des Christentums, dem ersten Brief an die Thessalonicher, schreibt der Apostel Paulus: „**Seid dankbar in allen Dingen; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.**“ (1 Thess 5,18; Luther-Übersetzung). Dieser Vers aus dem Neuen Testament ruft uns dazu auf, in jeder Lebenslage Dankbarkeit zu zeigen.

Dankbarkeit ist ein Blickwinkel, der unser Herz prägt und der hilft, uns auf Gott auszurichten und seine Güte in der Natur, in den Mitmenschen und in uns selbst wahrzunehmen.

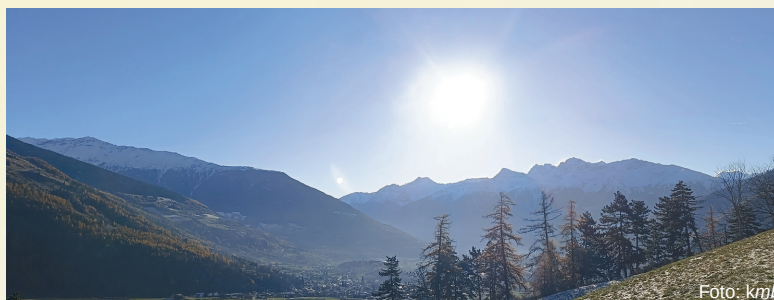


Foto: kmb

Die Voraussetzung für die Dankbarkeit als Lebenshaltung ist die **Entscheidung, Gutes bewusst wahrzunehmen**. Daraus entsteht eine positive Lebenseinstellung, die mir hilft, meine Aufmerksamkeit nicht zuerst und vor allem auf Mängel zu richten und an ihnen kleben zu bleiben, sondern zu erkennen, dass ich in meinem Leben eine Fülle von Geschenken bekomme und dass letztlich mein ganzes Leben ein großes Geschenk ist.

Bibelbotschaften helfen mir dabei, zu erkennen, dass ich mein Leben nicht nur meiner Leistung verdanke, sondern dass ich auch von Gottes Liebe und Treue getragen sein darf.

Persönliche Dankbarkeit über alle kleinen Dinge und Freuden, die mich umgeben, bewahrt mich auch davor, mich ständig mit anderen zu vergleichen.



Dankbarkeit stärkt Zufriedenheit und Vertrauen.

Zusammenfassend drei persönliche Erfahrungen:

- *Dankbarkeit hilft, mein Herz für Freude und Frieden zu öffnen.*
- *Dankbarkeit düngt meinen Boden, damit Freude wächst.*
- *Dankbarkeit schenkt mir die Kraft des positiven Denkens und Handelns und hilft, mit positivem Blick die Zukunft mitzugestalten.*

Ich darf darauf vertrauen, dass ich auch schwierige Zeiten überbrücke.

Dankbarkeit ist eine Haltung, die unser ganzes Leben durchziehen kann. Sie lässt uns die Vergangenheit wahrnehmen, stärkt das Vertrauen in das Jetzt und Heute und schenkt uns Zuversicht für die Zukunft.

Die herzliche Einladung gilt: Mache dich auf die Entdeckungsreise, mehr Dankbarkeit zu lernen. Du wirst es nicht bereuen!

Dein Geistlicher Assistent Georg Oberrauch

Werte: Wie wertvoll sind sie für uns und unsere Gesellschaft?

Eine soziologische Betrachtung dessen, was Werte in unserer Gesellschaft zum Zusammenhalt beitragen

Werte könnte man mit einem Leuchtturm vergleichen. Er ist da, und wir wissen, dass wir auf ihn vertrauen können, wenn ein Sturm aufkommt. Trotzdem nehmen wir ihn nicht immer bewusst wahr und sehen ihn auch nicht zu jeder Zeit. Dennoch weist er uns den Weg und gibt uns Orientierung.

Werte stellen in unserer Gesellschaft gewissermaßen einen solchen Leuchtturm dar. Sie sind ein Fixpunkt, an dem wir uns orientieren und festhalten können. Dabei geben sie uns nicht unbedingt einen konkreten Kurs vor, den wir einschlagen müssen. Vielmehr zeigen sie uns, wo Gefahren liegen, und helfen uns dabei, unseren eigenen Weg zu finden.

In der Soziologie gibt es, wie so oft, keine eindeutige Definition des Begriffes „Werte“. Vielmehr wird der Begriff aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet und analysiert. Ich möchte drei besonders hervorheben: den Anthropologen Clyde Kluckhohn sowie die beiden Soziologen Bernhard Schäfers und Hans Joas.

Clyde Kluckhohn definiert Werte als „concept of the desirable“. Für ihn sind es Vorstellungen des Wünschenswerten, die in einer Kultur geteilt werden und somit eine Orientierungshilfe für das Handeln der Menschen bieten bzw. Maßstäbe für ihre Entscheidung liefern. Kluckhohn sieht sie als stabil an. Sie sind kulturell geteilt und geben an was gut, richtig und erstrebenswert ist. Sie motivieren somit unser Handeln und begründen Normen und Regeln. Diese Überlegungen von Clyde Kluckhohn bilden im gewissen Maße die Grundlage für die moderne Werteforschung und die Unterscheidung von Werten, Normen und Regeln.

Während Kluckhohn sich über die Kultur den Werten nähert, sieht Bernhard Schäfer Werte als Stabilisatoren der sozialen Ordnung. Er definiert Werte als kulturelle Leitvorstellungen, die angeben, was als wünschenswert gilt und die das soziale Handeln orientieren. Dabei bilden sie die Grundlage für Normen und Regeln und schaffen so eine soziale Integration und Stabilisierung gesellschaftlicher Ordnung.

Ganz von einem anderen Blickwinkel betrachtet Hans Joas die Wertediskussion. Für ihn sind Werte keine festen, abstrakten Normen, sondern sie werden durch die sinnstiftenden Erfahrungen erlebbar gemacht. Sie sind folglich keine bloßen kulturellen Vorgaben, sondern Produkte des eigenen Handelns. Menschen entwickeln Werte, wenn sie in Situationen geraten, die sie tief berühren, herausfordern oder verwandeln. Laut Joas sind „Werte keine restriktiven Normen, die etwas untersagen, sondern attraktiv, in dem Sinn, dass ein Mensch so ergriffen ist, dass er das Gute tun will.“ Somit bricht Joas mit der klassischen Wertetheorie, die Werte als objektive, überzeitliche Größen oder als bloße soziale Normen verstehen. Vielmehr sieht er sie als lebendige, erfahrungsbasierte Bindungen, die erklären, warum Menschen moralisch handeln, auch ohne äußeren Druck.

Von diesen drei Definitionen ausgehend kann man durchaus sagen, dass Werte und die Wertebildung spannende, aber auch komplexe Begriffe sind. Dabei kann man zwischen persönlich-individuell und kollektiv-kulturell anerkannten Werten unterscheiden, wobei beide sich durchaus beeinflussen und teilweise überschreiben. Werte geben in diesem Sinne Handlungsorientierungen und

definieren Ziele, die einerseits kulturell vermittelt und sozial geteilt sind, aber gleichzeitig selbst verinnerlicht und durch Erfahrungen erlebbar gemacht werden.

Versuchen wir dies aber anhand von Beispielen zu erklären, und zwar für die Begriffe Freiheit, Gerechtigkeit, Leistung und Zufriedenheit. Jeder und jede von uns könnte eine Antwort auf die Frage geben, was diese Begriffe für einen bedeuten. Freiheit kann z. B. als das Gefühl verstanden werden, sein eigenes Leben selbst gestalten zu können (individuell). Sie kann aber auch eine existentielle Erfahrung sein, wenn die eigene Freiheit durch Krankheit oder Abhängigkeit bedroht wird. Außerdem kann Freiheit als wichtiger Grundwert westlicher Demokratien verstanden werden, z. B. in Form von Meinungsfreiheit, Bewegungsfreiheit oder Religionsfreiheit (kollektiv).

Bei der Gerechtigkeit ist es ähnlich. Menschen entwickeln ein tiefes Gerechtigkeitsempfinden, wenn sie erleben, dass jemand für sie einsteht oder sie fair behandelt. Im selben Sinn ist sie auch kulturell verankert in Schule, Politik, Sozialstaat oder im Arbeitsrecht.

Die Leistung wird von uns durch persönliche Erfolgserlebnisse im Sport, in der Schule oder im Beruf empfunden. Ein Mensch erlebt, dass sein Tun Wirkung hat — und entwickelt daraus Motivation, Stolz, Identität. Auf der anderen Seite ist Leistung ein zentraler Wert moderner Gesellschaften und ein Maßstab, was als wertvoll und anerkennenswert gilt.

Zum Schluss betrachten wir noch die Zufriedenheit. Individuell bedeutet sie ein inneres Gefühl der Balance, Dankbarkeit und Selbstwirksamkeit, das aus persönlichen Erfahrungen wächst. So können oft einfache Momente wie ein Sonnenaufgang, ein stiller Augenblick oder eine freundliche Begegnung dieses Gefühl auslösen. Im selben Maße ist die Zufriedenheit auch in unseren Gesellschaften stark normativ verankert und dient als Ideal, als Indikator für gesellschaftliche Stabilität und als Norm dafür, was ein „gutes Leben“ bedeutet.



Matthias Oberbacher

- * 1973, wohnhaft in Stegen/Bruneck
- Studium der Soziologie in Trient
- 23 Jahre Mitarbeiter Cusanus-Akademie
- Bezirksbegleiter der Bildungsausschüsse im Eisacktal und Wipptal
- Dialogbegleiter & Erwachsenenbildner
- verheiratet, 3 Kinder
- Mitglied im PGR Stegen

Die Beispiele Freiheit, Gerechtigkeit, Leistung und Zufriedenheit zeigen, wie eng individuelle Erfahrungen und kulturelle Muster miteinander verwoben sind.

In einer Zeit, in der gesellschaftliche Veränderungen schneller und komplexer werden, sind Werte nicht nur Orientierung, sondern auch Brücken: zwischen Individuum und Gesellschaft, zwischen Vergangenheit und Zukunft, zwischen dem, was wir sind, und dem, was wir sein wollen.

Werte sind also nicht nur ein Leuchtturm. Sie sind auch das Licht, das wir selbst entzünden, weitergeben und gemeinsam tragen.

Quellen

- Clyde Kluckhohn (1951): „Values and Value-Orientations in the Theory of Action“, in: Talcott Parsons & Edward Shils (Hrsg.): Toward a General Theory of Action, Harvard University Press
- Bernhard Schäfers (Hrsg.): Grundbegriffe der Soziologie, Springer VS, Wiesbaden (verschiedene Auflagen)
- Joas, Hans (1997): Die Entstehung der Werte. Frankfurt am Main: Suhrkamp

Hinweis: Einige Textpassagen wurden mithilfe der KI-Anwendung bearbeitet.

Sport, Familie, Landwirtschaft & die Werte des Lebens

Lieber Roland, erzähl uns bitte kurz etwas über dich – beruflich und privat!

Ich bin in Villnöß aufgewachsen, meine Eltern waren Hirte und Sennerin, und die Zeit auf der Alm hat mich sehr geprägt. Rückblickend war es eine wunderschöne Kindheit, die mir bodenständige Südtiroler Werte mitgegeben hat.

Sport war immer meine große Leidenschaft. Ich war in vielen Disziplinen talentiert, doch als ich Snowboard ausprobierte, hat es sofort funktioniert. Seitdem bin ich dem Rennsport treu geblieben. Schon mit 13 habe ich mir das Ziel gesetzt, der beste Snowboardfahrer der Welt zu werden und bei Olympia zu starten.

Beruflich habe ich den Zimmerer gelernt, weil ich gerne mit Holz arbeite und im Winter Zeit für den Sport hatte. Auf diesen Beruf bin ich bis heute stolz.

Sportlich ging es vom Landeskader über die Militärsportgruppe bis in die Nationalmannschaft. Seit 27 Jahren bin ich Teil des Teams und habe sieben Olympiateilnahmen hinter mir. Es war nicht immer leicht, aber ich bin froh, dass ich meinen Weg durchgezogen habe.

Heute bewirtschafte ich in Villnöß einen neuen Hof mit rund 15 Kühen und 12 Hektar Fläche. Ich bin Vater von 4 Kindern und habe mit Elisabeth eine wundervolle Frau an meiner Seite. Ich bin sehr zufrieden mit meinem Leben.

Wenn du an deine erfolgreichsten Jahre denkst: Auf welche Momente bist du besonders stolz?

Da gibt es einige Momente, aber der wichtigste ist eindeutig die Weltmeisterschaft in St.



Moritz vor zwei Jahren. Es war das erste große Rennen, bei dem meine Frau Elisabeth, die Kinder und sogar die Schwiegereltern dabei waren – das überstrahlt alles.

Der Weg dorthin war extrem hart: Meine Mama war gestorben, mein Schwager in Kanada tödlich verunglückt, materialtechnisch lief es schlecht, und mit 45 war der



Rückhalt in der Mannschaft gering. Wir waren acht Athleten für vier Plätze, und ich habe mich erst im allerletzten Rennen qualifiziert – niemand hat daran geglaubt, außer Elisabeth und ich. Und dann dieses Rennen zu gewinnen, genau an dem Tag, an dem meine Familie dort stand – das ist eine Geschichte, die nur der Sport schreibt. Das nehme ich mit bis zum Schluss. Alles andere verblasst daneben.

Wie bist du zu dieser Passion für den Sport gekommen?

Ich habe mit dem Skifahren angefangen, aber schon mit 13 wusste ich: Ich will meinen Weg im Sport gehen – einen Plan B hatte ich nie. Meine Mama hat früh erkannt, dass ich motorisch talentiert bin, und sie hat mich immer ermutigt, dranzubleiben. Ich war als Kind ständig draußen, immer in Bewegung, und das hat mich geprägt.

Mit 13 hat mir meine Mama gesagt: Wenn du dich dafür entscheidest, musst du es durchziehen. Dieser Satz hat mich begleitet – bis Elisabeth in mein Leben kam und mich weiter unterstützt hat.

Der Sport war für mich die Chance, die Welt

zu sehen und aus dem Villnössertal hinaus-zukommen. Als ich das erste Mal zur Junioren-WM nach Japan fliegen durfte, hat sich für mich eine neue Welt geöffnet. Deshalb bin ich stolz, dass ich diesen Weg gehen konnte.

Du hast durch den Sport die Welt kennengelernt. Welche Werte nimmst du daraus mit – und welche Rolle spielen sie in deinem Leben und deiner Familie?

Ja, der Sport hat mir die ganze Welt eröffnet. Ich bin viel gereist, aber heute ist daheim mein ruhigster Pol. Ich schätze es unglaublich, Bauer zu sein, in der Natur zu arbeiten und zu sehen, wie alles wächst und sich entwickelt – das ist für mich ein großer Wert. Im Sport habe ich vor allem Bescheidenheit und Dankbarkeit gelernt. Wenn jemand besser ist als du, musst du hingehen, ihm ehrlich gratulieren und Wertschätzung zeigen. Neid bringt dich nicht weiter – weder im Sport noch im Leben. Das gebe ich auch meinen Kindern weiter.

Wer Bescheidenheit lernt und sich mit anderen freuen kann, hat es leichter im Leben.

Kann man aus solchen Momenten lernen und sagen: Das gibt mir einen Antrieb, an mir selbst zu arbeiten? Und welche Werte gibst du heute deinen Kindern weiter?

Ja, sicher. Im Sport lernst du, negative Emotionen auszuschalten. Wenn der Gedanke kommt: „Der andere war besser!“, bringt das nichts. Statt Neid schaue ich mir an, was der andere gut gemacht hat, nehme mir etwas mit und trainiere weiter.

Der Sport ist voll von Emotionen – Freude, Angst, Erwartung, Druck. Wenn du lernst, damit umzugehen und am Ende des Tages mit dir im Reinen bist, entsteht große Dankbarkeit. Das ist ein harter, aber wertvoller Lernprozess.

Diese Werte gebe ich auch meinen Kindern weiter. Bescheidenheit und echte Wertschätzung sind für mich zentral. Wenn jemand besser ist – in der Schule, beim Sport, egal wo –, dann sagt man: „Bravo, gut gemacht.“ Es gibt dir als Mensch unglaublich viel, wenn du anderen Anerkennung schenkst. Das ist etwas Wunderbares und begleitet uns als Familie jeden Tag.



Roland Fischnaller

- * 1980, wohnhaft in Villnöß
- ausgebildeter Zimmermann
- Snowboard-Profi (seit 1996 aktiv)
- seit 2024 verheiratet mit Elisabeth Oberrauch, 4 Kinder
- 26 Weltcupsiege und 57 Podestplätze, 6 Kristallkugeln, 2 WM-Titel, 7 WM-Medaillen, 7 Olympia-Teilnahmen
- [muntfarm.com](https://www.muntfarm.com)

Welche drei Empfehlungen würdest du aufgrund deiner Lebenserfahrung und deiner Werte weitergeben?

Als ersten Wert möchte ich vor allem Männern mitgeben: Sich ständig zu vergleichen bringt nichts. Jeder ist ein Individuum. Man muss sich auf sich selbst und die eigenen Werte konzentrieren, statt andere zu kopieren oder einem Perfektionismus nachzujagen.

Der zweite Wert ist Bescheidenheit – in der Familie und in einem selbst. Klare Ziele sind wichtig, aber die Ansprüche sollten realistisch bleiben.

Und der dritte, für mich wichtigste Wert ist die Zufriedenheit am Abend: zu spüren, was man geschafft hat, was man anderen geschenkt hat und wie man die Familie bereichert hat. Auch in dunklen Zeiten geht es weiter – nach der Ebbe kommt die Flut, nach dem Regen der Sonnenschein. Es gibt immer einen Weg.

Werte zeigen, Haltung leben!

*Werte?! Fünf Buchstaben –
und doch steckt in ihnen eine der großen Herausforderungen unserer Zeit.
Impulse von Otwin Nothdurfter und Georg Oberrauch*

Auch für die Katholische Männerbewegung bleibt die Frage nach den Werten drängend. Manchmal sogar quälend. Denn Werte sind nicht einfach Begriffe, die wir aufschreiben, verkünden oder bei passenden Gelegenheiten zitieren können. Sie fordern uns heraus. Sie verlangen Haltung – und vor allem: **Sie zeigen sich darin, wie wir handeln.**

Deshalb sollten wir Fragen nach menschlichen Werten mit Feingefühl stellen. Wir dürfen unsere eigenen Überzeugungen immer wieder prüfen, hinterfragen und weiterentwickeln. Entscheidend ist dabei ein Ziel: **Die Würde und das Wohl des Menschen müssen über Macht, Profit und Systemlogik stehen.**

Werte schränken den Radius unseres Handelns nicht ein. **Sie erweitern ihn.** Sie geben Orientierung.



Sie eröffnen Möglichkeiten, Menschlichkeit zu bewahren – gerade dort, wo Interessen, Ängste oder Machtansprüche die Oberhand gewinnen.

Das zeigt sich auch im europäischen Projekt. Europa versteht sich als Wertegemeinschaft: **Menschenwürde, Freiheit, Gleichheit, Demokratie und Rechtsstaatlichkeit bil-**

den ein Fundament, das es zu schützen gilt. Rechte sind dabei keine Einschränkung der Demokratie. Sie sind ihr Schutz. Denn Demokratie darf nicht bedeuten, dass eine Mehrheit alles darf. Eine lebendige Demokratie braucht Grenzen dort, wo die Würde und die grundlegenden Rechte des Menschen bedroht werden.



Bild: ChatGPT/kmb

Das unantastbare Fundament sollte der Schutz und die Achtung der **Menschenwürde** jedes Einzelnen sein.

Sie ist nicht teilbar. Sie hängt nicht von Herkunft, Geschlecht, Religion, Leistung, Besitz oder gesellschaftlichem Einfluss ab. Und sie darf niemals zum Spielball von Macht, Profitstreben oder Systemlogik werden.

Darum müssen wir unsere Werte immer wieder bedenken und überprüfen. Vielleicht müssen wir manches neu formulieren. Aber die Richtung bleibt klar: **Alles politische, wirtschaftliche, gesellschaftliche, religiöse und rechtliche Handeln soll dem Menschen dienen und dazu beitragen, dass Menschen gut und glücklich leben können.**

Als katholische Männerbewegung haben wir dabei eine besondere Grundlage.

Wir suchen Orientierung und Antworten in der Frohbotschaft Jesu, wie sie in einer Über-

lieferungskette ausgehend von Zeitzeugen im Neuen Testament festgehalten ist. Sie fordert uns heraus, sie im Jetzt und Heute mit Blick in die Zukunft zu verstehen und zu gestalten. Viele Persönlichkeiten haben das im Laufe der Geschichte versucht, z. B. Ignatius von Loyola.



Bild: ChatGPT/kmb

Die biblischen Zeugnisse erzählen uns von einem Jesus, der den Menschen in den Mittelpunkt stellt: den Armen, den Ausgegrenzten, den Kranken, den Schuldigen, den Suchenden. Er fordert uns nicht zu einem bequemen Glauben auf, sondern zu einem Glauben, der Konsequenzen hat.

Die Frohe Botschaft ist deshalb kein Rückzug aus der Welt. Sie ist ein **Auftrag, die Welt mitzugestalten**. Wir sind eingeladen, unseren Glauben mit Blick in die Zukunft zu leben und zu gestalten!

Kontemplation und Aktion gehören zusammen.

Wir brauchen Zeiten des Nachdenkens, des Hörens und des Gebets. Aber wir brauchen ebenso den Mut, daraus Konsequenzen zu ziehen und durch konkretes Tun unsere Haltung zum Ausdruck zu bringen.

Gerade angesichts von Krieg, Polarisierung, wirtschaftlichen Interessen, gesellschaftlichen Spannungen und wachsendem Misstrauen braucht es mehr denn je einen weltweiten Dialog. Europa kann und soll sich daran beteiligen – geduldig und verbindend, mit Feingefühl, aber auch mutig.

Besonders die Religionsgemeinschaften sind gefordert. Wenn es um Frieden geht, reicht es nicht, von Frieden zu sprechen. Wir müs-

sen miteinander um Werte ringen und daraus konkrete Entscheidungen und verbindliche Verhaltensweisen ableiten.

Haltung zeigen – auch innerhalb der Kirche

Das gilt auch - und zuerst - für uns selbst. Wenn wir von Menschenwürde, Freiheit, Gleichheit, Verantwortung und Barmherzigkeit sprechen, müssen wir uns fragen:

Wie sieht das in unserem konkreten Handeln aus?

Das gilt für unsere Gesellschaft.

Das gilt für die Politik.

Das gilt für unseren persönlichen Alltag.

Und es gilt ebenso für die katholische Kirche.

Auch wir als kmb dürfen uns daran messen lassen, ob unser Handeln der Frohen Botschaft entspricht. Eine Kirche, die Menschenwürde verkündet, muss Menschenwürde erfahrbar machen. Dies gilt im Bereich der Gleichstellung der Frauen in allen Bereichen genauso wie im Abbau der besitzbezogenen Macht und des hierarchischen, machtorientierten Klerikalismus. Eine Kirche, die Barmherzigkeit predigt, muss barmherzig handeln. Eine Kirche, die die Freiheit des Menschen ernstnimmt, muss Räume für Verantwortung, Dialog und unterschiedliche Perspektiven schaffen.



Foto: kmb

Detail von einem Kreuz im Europakloster Gut Aich

Als kmb sind wir eingeladen, den Mut zu haben, klar, glaubwürdig und menschenzugewandt für das einzustehen, was wir als richtig erkannt haben.

Wir sind berufen, die Frohe Botschaft Jesu dort sichtbar zu machen, wo wir leben.

Nähe in Zerbrechlichkeit: ein Moment göttlicher Präsenz

25 Jahre lang war der Schlanderser Siegmар Alber Mitglied der „Communauté de Taizé“ und hat damit eine einzigartige Lebensgeschichte. Heute begleitet er im Jesuheim in Gírlan Menschen am Ende ihres Lebens.



Siegmар, auch nach deinem Austritt stehst du in einem guten Austausch mit deiner ehemaligen Lebensgemeinschaft. Welche Werte liegen Taizé zugrunde, prägen Ort und Gemeinschaft?

Eine Haltung bzw. der Wert, der mir eigentlich in allem entgegengebracht worden ist und auch in mir selbst erwachsen konnte, war „Vertrauen“ - ein Vertrauen, das vom Glauben geprägt ist, ein Vertrauen in Gott. Die Annahme, dass er einen Plan mit uns hat, dass er uns begleitet und nach und nach den Weg aufzeigt. Zugleich aber war und ist es auch das Vertrauen in mich selbst. Es zieht sich wie ein roter Faden durch mein Leben: ausgehend von der eigenen Familie und der Erziehung über den Eintritt in die Gemeinschaft und die Zeit der Ausbildung und des Einsatzes in Bangladesch.

Wie zeigt sich dieses Vertrauen konkret?

Indem ich zuversichtlich sein kann in der Entscheidung, die ich treffe, und dass ich mich auch weiterführen lasse. Schon in der Gemeinschaft war das der springende Punkt. Frère Roger* war da sehr einfach: Man erwartete keine bestimmten Fähigkeiten von mir, man hat mir auch keinen Weg vorgegeben. Du vertraust und das ist ausreichend. Auf diesem Fundament kann ich meinen ganzen Lebensweg gehen - mit meinen Fähigkeiten, mit meinen Zweifeln, mit den Dingen, die nicht so gut gegangen sind.

Was ist noch ein wesentlicher Wert?

Ganz stark in Verbindung mit dem Vertrauen steht die Stille. Sie ist eigentlich mysteriös. Sei es z. B. im gemeinsamen Gebet oder auch in persönlichen Momenten im Alltag: Man muss die Stille nicht mit Worten oder Wiederholungen füllen, sondern sie ist oft schon ausreichend, um im Glauben die Verbindung herzustellen in der tiefen Beziehung zu Jesus, aber auch zu mir selbst, um in mir Ruhe zu finden.

Vertrauen, Stille - noch ein Drittes?

Ja, das Wachsen in der Begleitung, im Austausch. Das war uns wichtig. Ein Bruder hat die Aufgabe, dich zu begleiten und im Gespräch geht es nicht so sehr darum, Ratschläge zu geben als vielmehr dir Raum zu schenken, damit du in Worte fassen kannst, was dich bewegt. Und in dem Moment versteht man selbst dann einiges, ohne dass das Gegenüber Hinweise geben muss. Frère Roger hat oft gesagt, wir seien keine spirituellen Meister. Ihm war das damals wichtig. In seinen Texten oder Gesprächen hat er immer eher Fragen aufgeworfen.



Foto: Tamino Petelinšek/Taizé

Viele denken bei Taizé an Einfachheit...

Das stimmt: Sie drückt sich v. a. im gemeinschaftlichen Leben aus. So essen die Brüder gemeinsam zu Mittag - im Sommer im Freien in einer Allee unter großen Bäumen. Ich habe das immer in einer festlichen Stimmung erlebt, auch wenn das Essen ganz normal war. Der Grund war das Gemeinschaftserleben. Es entstehen Gespräche ohne Formalismen.

Die Einfachheit besteht nicht so sehr im Reduzieren, sondern in der Verbindung untereinander. Auch mit jenen Brüdern, die in anderen Kontexten (Armut, Gewalt) weit weg im Einsatz sind.

* Frère Roger Schutz (1915-2005), Gründer und erster Prior von Taizé

In Bangladesch hast du deine Frau kennengelernt, bist 2021 zurück nach Südtirol und nach der Ausbildung zum Sozialbetreuer bist du nun in der Pflege tätig.

Ursprünglich bin ich Elektrotechniker und das Technische ist mir auch geblieben. Zugleich habe ich in Bangladesch mein Leben in großer Nähe zu den Menschen geteilt, v. a. mit Kindern und Menschen mit Behinderung. So habe ich erfahren: Das liegt mir! Daher war die Pflege naheliegend.



Foto: privat

Und etwas hat mich ganz stark bewegt, was schwer in Worte zu fassen ist: Wenn man Menschen in ihrer Zerbrechlichkeit ganz nahe ist, findet etwas wie eine spirituelle Erfahrung statt - etwas ganz Tiefes: ein Moment göttlicher Präsenz - nicht greifbar, aber sie kann uns berühren.

Du begleitest Menschen an ihrem Lebensende. Was hast du dadurch über das Leben selbst gelernt?

Bei allen Herausforderungen in der Pflege: Respekt vor der Entscheidungsfähigkeit der Pflegebedürftigen. Und: Es geht nicht nur darum, die Arbeit zu verrichten (Hygiene usw.), sondern sich in Empathie auf die Beziehung einzulassen.

Wichtig ist auch, gut für sich selbst zu sorgen und sich in Dankbarkeit und Freude bewusst zu sein: Jeder Tag ist ein Geschenk!

Welche Ratschläge würdest du jemanden geben, der möglichst glücklich alt werden möchte?

Grundlegend ist, Hilfe gerne annehmen lernen und Anerkennung geben können. Dazu gehört die gegenseitige Akzeptanz beider Seiten. Und ganz wichtig: sich über die verschiedenen Dinge und Sorgen austauschen, damit Verständnis und Vertrauen wachsen.



Foto: St. Elisabeth

Siegmund Alber

- * 1973, wohnhaft in Girlan
- Ausbildung zum Elektrotechniker
- 1996 -2021 Bruder in Taizé, ab 2007 Einsatz in Bangladesch
- Ausbildung zum Sozialbetreuer
- Sozialbetreuer im Jesuheim, Girlan
- verheiratet mit Changshi Mree

Was braucht deiner Meinung nach ein Mensch für einen „guten“ Tod?

Zuerst den Mut, sich dem Thema zu stellen: Wie wird das bei mir sein? Was wünsche ich mir? Hier kommt die Stille wieder ins Spiel.

Dann ist es wichtig, sich bewusst zu werden: Ich bleibe auch im Alter ein Ganzes - in meiner vollen Würde! Ich bin nicht etwas, das einfach nur „weniger“ wird.

Auch die Akzeptanz, dass der Tod Teil des Lebens ist, ist ein wichtiger Baustein - verbunden mit der christlichen Hoffnung auf Auferstehung. Damit eng verbunden ist der



Foto: privat

Blick zurück: Dass man bestimmte Abschnitte aufarbeitet und mit Entscheidungen oder Beziehungen Frieden schließt. Was das eigene Vermögen übersteigt, sollte man vertrauensvoll in die Hände Gottes übergeben.

Ganz wichtig sind die Dankbarkeit und im Letzten auch die körperliche Nähe, in der die unerklärliche göttliche Präsenz erfahrbar wird.

Hast du den Dreh 'raus? Bewährte Lebenstipps!

Ebenso wie ein Mensch im Laufe seines Lebens wertvolle Erfahrungen sammelt, tun dies Gemeinwesen oder Religionen über Generationen hinweg. Neben den bekannten 10 Geboten hat die Kirche ab dem 4. Jahrhundert bestimmte Charaktereigenschaften als besonders hilfreich erkannt: die sog. Kardinaltugenden.

Wenn wir heute vom „Dreh- und Angelpunkt“ sprechen, meinen wir den zentralen Aspekt in einer Angelegenheit. Das Bild stammt von den Angeln einer Tür, die ihr zugleich Halt und Beweglichkeit verleihen. Im Lateinischen verwendete man dafür den Begriff „cardo“. Was eine ähnlich wichtige Rolle spielt, ist ihm zugehörig, also auf Deutsch „kardinal“.

Wir kennen ihn als Amtsbegriff jener, die den Papst wählen dürfen, aber auch als Verdeutschung, wenn man einen schweren Bock geschossen hat („Kardinalfehler“).

Bereits in der Antike haben sich viele Philosophen Gedanken über das rechte Leben bzw. Haltungen gemacht und eine Vier-Zahl festgelegt (ab dem 6. Jh.). Inhaltlich unterschieden sie sich zwar, aber die Anzahl war sowohl im hellenistischen als auch im römischen und sogar im jüdischen Kulturkreis geläufig. Durch die Schriften Ciceros setzten sich folgende 4 Tugenden nachhaltig durch:

- **Iustitia (Gerechtigkeit)**
- **Fortitudo (Tapferkeit)**
- **Sapientia (Weisheit bzw. Klugheit)**
- **Temperantia (Mäßigung)**



Foto: kmb

Ambrosius von Mailand greift im 4. Jh. n. Chr. die Auffassung Ciceros auf und verwendet erstmals den Begriff „Kardinaltugenden“. Er prägt mit seinem Verständnis die christliche Sichtweise auf die Vier als grundlegende ethische Haltungen, die für ein verantwortungsbewusstes Leben unerlässlich sind.

Iustitia (Gerechtigkeit)

Wir kennen verschiedene Arten von Gerechtigkeit: Verteilungsgerechtigkeit (Jede/r bekommt gleich viel.), Leistungsgerechtigkeit (Zusammenhang zwischen Geben und Nehmen), Bedarfsgerechtigkeit (Orientierung an der jeweiligen Notwendigkeit), Beteiligungsgerechtigkeit (Jede/r hat denselben Einfluss.) und viele andere mehr.

Im christlichen Kontext richtet sich der Blick auf die Gerechtigkeit gegenüber den Schwachen und auf den Umgang miteinander (Fairness). Auch der Respekt vor den geltenden Rechten wird darunter verstanden. In unserer heutigen Zeit dürfen wir sicher auch den Respekt vor der Schöpfung mitdenken.

Was bedeutet aber Gerechtigkeit konkret in unserem Leben? Vielleicht bringt es die Aussage einer Ehefrau auf den Punkt, die zu ihrem Mann sagt: „Wenn du in meine Tasse schaust, tust du das, um zu überprüfen, ob ich ja nicht mehr Kaffee bekommen habe als du. Wenn ich in deine Tasse schaue, will ich sehen, ob du noch genug Kaffee hast.“

Fortitudo (Tapferkeit)

Diese Tugend klingt mittelalterlich. Viele verbinden sie auch mit Mut. Doch mehr als Furchtlosigkeit ist damit die Standhaftigkeit gemeint. Heute verwenden wir dafür folgende Begriffe: Stetigkeit, Beharrlichkeit, Beständigkeit, Konsistenz. Letzteres beschreibt das widerspruchsfreie Verhalten eines Menschen über die Zeit hinweg. Wenn z. B. jemand zuverlässig ehrlich ist, ist er konsistent ehrlich.

Tapferkeit als Kardinaltugend meint also die Fähigkeit, standhaft zu bleiben und sich für das Gute einzusetzen - selbst in schwierigen oder gefährlichen Situationen. Es geht um die Treue zu sich selbst - zu dem, was man als gut und richtig erkannt hat.

Im sogenannten Philipperhymnus beschreibt Paulus das Verhalten von Jesus als Inbegriff der Konsistenz: „Er erniedrigte sich und war gehorsam bis zum Tod, bis zum Tod am Kreuz.“ (Phil 2,8)

Uns heute droht wohl kaum das Kreuz. Die größere Herausforderung sind vielleicht unklare Entscheidungen, welche Werte uns wichtig sind. Auch kennen wir alle den inneren Schweinehund, der unsere besten Absichten torpedieren kann. Dementsprechend bringt es der Spruch auf den Punkt: „Wer will, findet Wege. Wer nicht will, findet Gründe.“



Foto: Canva/Steppe Walker

Sapientia (Weisheit bzw. Klugheit)

Wir leben in einer Zeit, in der Wissen hohes Ansehen genießt. Während der Zugang zu Informationen früher stark eingeschränkt war (z. B. vor dem Buchdruck), sind Daten und Erklärungen heute dank Internet mobil verfügbar. Zwar gibt es bestimmte Gruppen, die den Fakten bloße Behauptungen gegenüberstellen - Trump ist da ein leuchtendes Beispiel. Wer allerdings ein nachhaltig gutes Leben gestalten will, wird sich diesem billigen Spiel verweigern.

Aus einzelnen *Daten*, die in Zusammenhang gebracht werden, entstehen *Informationen*. Werden diese mit Erfahrungen verknüpft, spricht man von *Wissen*. Ein tieferes Verständnis von Zusammenhängen lässt daraus die *Erkenntnis* entstehen. Und wenn diese vom Menschen ganzheitlich erfasst wird, betrifft sie nicht nur die Vernunft, sondern auch das Herz und v. a. die Handlungsfähigkeit: Damit ist beschrieben, was *Weisheit* meint. Sie hilft, richtige Entscheidungen zu treffen und die Klugheit zeigt an, welche Mittel für das Erreichen eines guten Ziels gewählt werden sollten.

Temperantia (Mäßigung)

„Die Dosis macht das Gift“, meinte schon der Arzt und Philosoph Paracelsus. Eine der hilfreichsten Haltungen im Leben ist die Kunst der gesunden Balance. Voraussetzung dafür sind mehrere Dinge:

Wissen, Reflexion (Selbstbewusstheit, Selbsterkenntnis) und Selbstmanagement (bzw. Selbstbeherrschung).

Das Wissen hilft mir, die Extrempunkte zu erkennen (z. B. bzgl. ungesunder Ernährung). Die Reflexion öffnet mir die Augen bzgl. meines konkreten Verhaltens. Und das Selbstmanagement ist mein Instrument, mein Verhalten gegebenenfalls zu korrigieren. Die Mäßigung hilft mir, übermäßige Leidenschaften und Wünsche zu regulieren.

Ein Südtiroler Spruch beschreibt es folgendermaßen: „Für die Luscht hobmr ghob, und firn Geit waret nia gnua!“ (sinngemäß: Das Bedürfnis ist befriedigt und die Gier ist sowieso unersättlich.)

4 + 3 = 7

Schon bald haben die Kirchenväter die 4 Kardinaltugenden um die 3 großen theologischen Tugenden ergänzt:

- **Fides (Glaube)**
- **Spes (Hoffnung)**
- **Caritas (Liebe)**

Das Vertrauen auf Gott und die Beziehung zu ihm (Glaube), die Zuversicht auf Gottes Beistand in allen Lebenslagen und letztlich die Ausrichtung auf das ewige Leben (Hoffnung) und die Nächstenliebe als Grundhaltung der selbstlosen Hinwendung zu den Mitmenschen (Caritas) bilden die besondere christliche Basis des Lebens. Der Apostel Paulus nennt diese drei im 1. Korintherbrief. Die 4 Kardinaltugenden und die 3 theologischen Tugenden ergeben zusammen die 7 Tugenden, die als Idealbild eines christlichen Lebens gelten.

Auf den ersten Blick wirken sie für viele Zeitgenossen vielleicht nicht unbedingt attraktiv. Wer sich jedoch tiefer auf sie einlässt, wird erkennen, dass sie auch heute noch hilfreiche Leitlinien für ein erfülltes Leben sein können.

Quelle: www.bistum-essen.de/pressemenuue/lexikon/k-lexikon/kardinaltugenden-die

Der goldene Mittelweg - oder: Allzu viel ist ungesund!

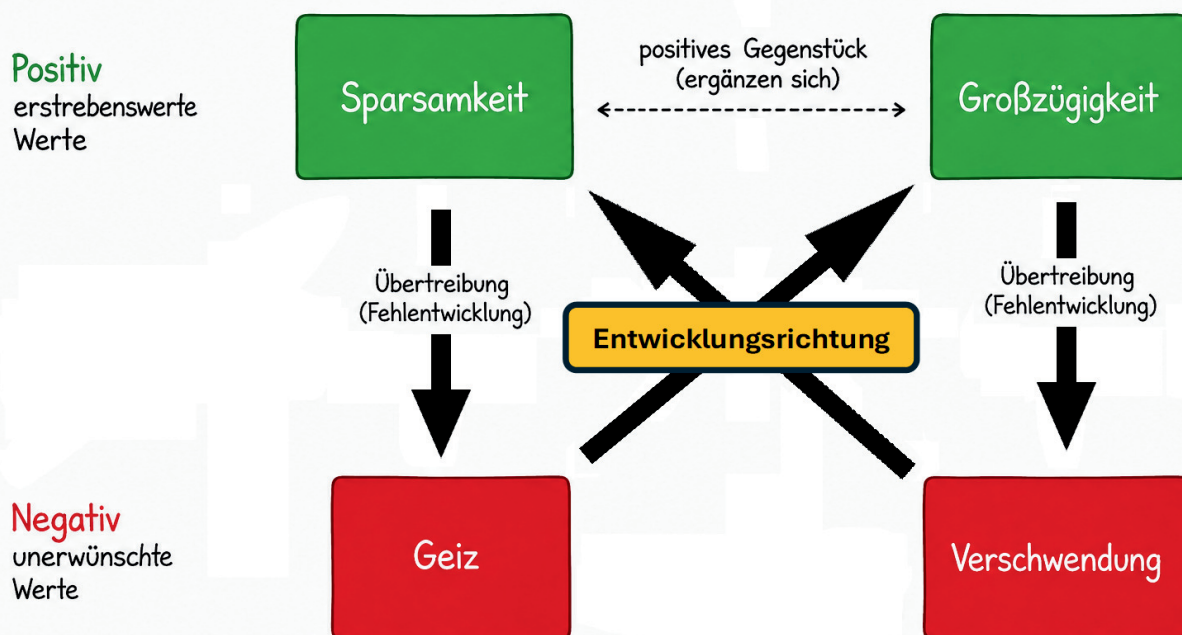
Der deutsche Philosoph Nicolai Hartmann hat vor 100 Jahren ein faszinierendes Instrument zur Einordnung von Werten entwickelt: Das sogenannte **Werte- und Entwicklungsquadrat**. Populär gemacht wurde es vom deutschen Kommunikationspsychologen Friedemann Schulz von Thun.

Dieser beschreibt die Grundgedanken folgendermaßen:

„Jeder Wert (jede Tugend, jedes Leitprinzip, jede menschliche Qualität) kann nur dann seine volle konstruktive Wirkung entfalten, wenn er sich in ausgehaltener Spannung zu einem positiven Gegenwert, einer ‚Schwesterntugend‘ befindet. Ohne diese Balance verkommt ein Wert zu seiner entwerteten Übertreibung.“

Verständlicher wird es mit folgendem Beispiel:

„So braucht es neben der **Sparsamkeit** auch **Großzügigkeit**, um nicht zum **Geizhals** zu verkommen und umgekehrt bewahrt die Balance mit der Sparsamkeit den Großzügigen vor der **Verschwendung**.“

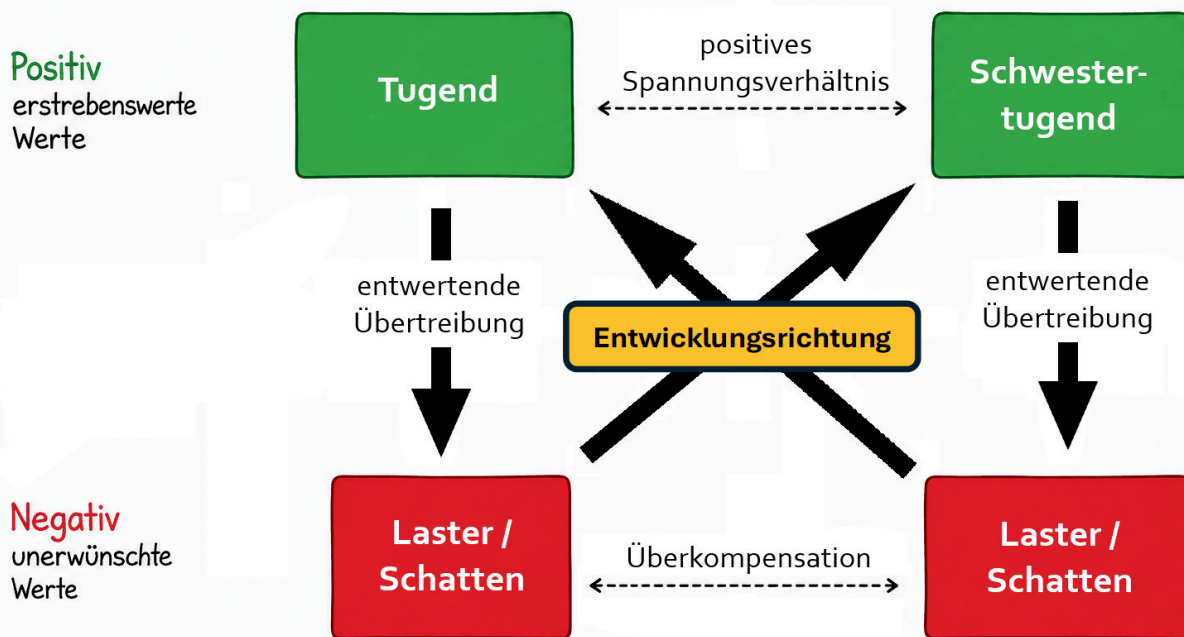


Die Chance zur persönlichen Entwicklung findet sich in den Diagonalen. Wer zu sparsam ist, wird zum Geizhals. Er kann sich zum Guten entwickeln, wenn er die Großzügigkeit als Wert erkennt. Im Gegenzug ist es für den Verschwender heilsam, sich häufiger an der Sparsamkeit zu orientieren.

Mit Hilfe des Werte- und Entwicklungsquadrates kann es uns gelingen, Wertvorstellungen und persönliche Maßstäbe in einem lebendigen Gleichgewicht zu halten. Wir können damit für uns selbst und für andere sinnvolle Korrekturen entdecken, die uns zu reiferen und glücklicheren Menschen machen können.

Quelle: www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-werte-und-entwicklungsquadrat

Das Muster des Werte- und Entwicklungsquadrates sieht also folgendermaßen aus:



Grafik: kmb/ChatGPT

Wenn eine Tugend bzw. ein Wert zu extrem gelebt wird, kann daraus ein Laster werden. Der Begriff ist heute nicht mehr populär. Wir kennen den Begriff in der Katholischen Kirche im Zusammenhang mit den sieben Hauptlastern: Hochmut, Habgier, Wollust, Zorn, Völlerei, Neid und Trägheit. C.G. Jung, der Begründer der analytischen Psychologie, hat den Begriff des „Schattens“ eingeführt, der Fehlhaltungen von Menschen als Bereiche mit zu wenig Bewusstheit bzw. als noch nicht entwickelte oder integrierte Eigenschaften beschreibt.

So könnte man jedem Hauptlaster eine Tugend als Korrektiv gegenüberstellen: Hochmut ➡ Demut; Habgier ➡ Großzügigkeit; Wollust ➡ bewusste Sexualität; Zorn ➡ Sanftmut; Völlerei ➡ Maßhalten; Neid ➡ Wohlwollen; Trägheit ➡ Aktivität.

Alle diese positiven Werte kann ich durch Übertreibung „entwerten“: Demut wird zur Unterwürfigkeit, Großzügigkeit zur Verschwendung, bewusste Sexualität zur zwanghaften Distanz, Sanftmut zur Apathie, Maßhalten zur pedantischen Kontrolle, Wohlwollen zur Selbstaufgabe und Aktivität zum Getriebensein.

Diese übertriebenen Haltungen können durch die Schwestertugend in einen lebensfördernden Wert übergehen: Unterwürfigkeit wird zur Selbstbehauptung, Verschwendung zur Sparsamkeit, zwanghafte Distanz zur sexuellen Genussfähigkeit, Apathie zum Durchsetzungsvermögen, pedantische Kontrolle zu kulinarischer Genussfähigkeit, Selbstaufgabe zur Selbstfürsorge und Getriebensein zur Gelassenheit. Wenn wir nun diese Tugenden zu extrem ausleben, sind wir wieder bei den 7 Hauptlastern: Der Kreis schließt sich.

Das Werte- und Entwicklungsquadrat kann uns helfen, heilsame Korrekturen anzustreben, wenn es in unserem Leben Ungleichgewichte gibt. Andauernder Stress, ständige Konflikte oder permanente Unzufriedenheit können Hinweise darauf sein. Besonders lohnend ist die Auseinandersetzung mit Werten, die einem „wert“voll sind:

Wie würde deiner Meinung nach z. B. das Wertequadrat beim Wert „Glauben“ aussehen? Was wäre die entwertende Übertreibung? Was die heilsame Korrektur (= Schwestertugend zum Glauben)? Und wie sähe die Übertreibung der Korrektur aus - so, dass „Glauben“ die befreiende Heilung wäre?

Irgendwo muss „es“ raus...

Konflikte sind weder beliebt noch hoch angesehen. Und doch gehören sie zum Leben und zu uns dazu. Ein Gespräch mit Werner Hunglinger.

Werner, wenn ich daheim auf Nachbars Wiese schaue, sehe ich eine Ziegenherde, wo sich die Böcke im Hornkampf untereinander immer wieder die Rangordnung ausmachen. Offensichtlich sind Konflikte etwas Natürliches, oder?

Ja, grundsätzlich bringen Konflikte etwas Positives, weil sie reinigend sind und Klarheit in eine Situation bringen, indem sie diese neu definieren.

Das deckt sich mit der Erfahrung von Gruppendynamik. Da weiß man, dass die Mitglieder verschiedene Phasen durchleben. Nach der Kennenlernphase geht es über in die Machtkampfphase, wo jede/r den eigenen Platz in der Gruppe sucht. Erst danach tritt die produktive Phase ein, wo eine Gruppe gut miteinander „arbeiten“ kann.

Unsere Gesellschaft bewertet allerdings Konflikte häufig negativ. Es herrscht ein Ideal der Harmonie, und wenn dann Spannungen auftreten, gelten sie als „Störung“. Ausschlaggebend ist jedoch, dass man sich auch in der Auseinandersetzung mit Respekt begegnet. Ist dies nicht der Fall, eskaliert das Ganze schnell und es kommt zu Übergriffen.



Foto: Canva/tavipphoto

Bei Tieren hat man ja die drei bekannten Konfliktmuster festgestellt: Aggression, Flucht oder Totstell-Reflex. Die kennt man auch bei den Menschen, sogar auf der verbalen Ebene: Der eine schaltet auf Angriff, der andere verlässt den Raum und der Dritte ignoriert den Konflikt, geht in die Rolle des Beobachters oder Schlichters und nimmt sich damit aus dem Spiel.

Natürlich macht es einen großen Unterschied, in welchem Kontext ein Konflikt stattfindet: ein kurzer Moment im Straßenverkehr oder während eines Fußballspieles, wo ich danach gemeinsam mit einem Versöhnungsbier anstoße. In dauerhaften Beziehungen, wie z. B. am Arbeitsplatz oder in der Nachbarschaft, sind Konflikte natürlich herausfordernder. Und je näher mir das Gegenüber steht, desto mehr betrifft es mich emotional: in der Herkunftsfamilie, mit meinen Kindern oder meiner Partnerin z. B.



Foto: Canva/mediaphotos/KI

Grundsätzlich beginnen Konflikte auf der kommunikativen Ebene - sogar im Tierreich: mit bestimmten Körperhaltungen, die Signale senden (z. B. Katzenbuckel), oder verbalen Signalen (Fauchen). Wenn dann der Konflikt eskaliert, kommt die körperliche Ebene dazu.

Beim Menschen spielt die verbale Ebene eine größere Rolle, weil Sprache differenzierter ist, als es Körpersignale sein können. Der psychologische Aspekt wiegt schwerer. Das sieht man z. B. beim Mobbing: Für die Betroffenen sind Ausgrenzung und Abwertung meist belastender als die körperlichen Angriffe.

Auf der nonverbalen Ebene gibt es viele Möglichkeiten, den anderen zu „treffen“, z. B. durch Mimik, Gestik oder Ignorieren bzw. Schweigen. Diesbezüglich, sprich verbal und auch psychologisch, haben Frauen, vereinfachend gesagt, ein bisschen ein größeres Waffenarsenal als wir Männer. Körperlich hingegen haben wir oft einen Vorteil, so dass die Versuchung naheliegt, mit handfester Ge-

walt zu reagieren, wenn der Konflikt eskaliert. Im Grunde ist das aber ein Zeichen der Schwäche.

Ich kenne das aus meiner Kindheit: Manchmal konnte mich meine 4 Jahre ältere Schwester verbal zur Weißglut treiben, bis ich sie körperlich attackiert habe – und dann war ich der Böse.

Es gibt aber auch konstruktive Möglichkeiten, Konflikte auszutragen, z. B. die gewaltfreie Kommunikation. In vier Schritten kann man einer Eskalation vorbeugen. Zuerst beschreibst du sachlich, was passiert ist, ohne zu werten oder zu interpretieren. Dann teilst du deine Emotionen mit, ohne Schuld zuzuweisen. Als dritten Schritt benennst du dein Bedürfnis oder den Wert, der dir gerade fehlt. Und abschließend formulierst du eine konkrete, erfüllbare und positiv ausgedrückte Handlung für die Zukunft.

Der Psychologe Matthew D. Lieberman hat 2007 herausgefunden, dass die Wirksamkeit von negativen Gefühlen deutlich abnimmt, wenn man sie detailliert benennen kann.

Dasselbe gilt für die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse: Für beides braucht es Übung, es ist aber sehr hilfreich für einen konstruktiven Umgang mit Konflikten.

Werner, als Arbeitgeber leitest du ein Team. Wie erlebst du die Konflikte dort?

Körperlich eskalieren Konflikte bei uns natürlich nie, weil wir eine entsprechende Distanz haben. Was bei uns eher der Fall ist: Konflikte werden öfters nicht ausgesprochen. Man merkt es dann daran, dass untereinander auch mal ein bisschen gestichelt wird. Es hängt sicher damit zusammen, dass wir allgemein keine besonders konfliktfreundige Kultur haben und dann manchmal der Mut nicht da ist, das auszusprechen und direkt anzugehen, was stört.

Der Konflikt löst sich deswegen ja nicht auf, sondern es ist gefühlt wie im Schwimmbad, wenn ich mit einer Hand einen kleinen Wasserball unter Wasser halten muss: Es bindet Aufmerksamkeit und Kräfte.

Genau: Irgendwo muss „es“ dann raus, wie ein deutsches Sprichwort sagt: „Das Lästern ist das Kacken der Seele.“ Wenn ich meine Anliegen dort deponieren kann, wo sie hingehören, verschwindet auch das Bedürfnis, über jemanden herzuziehen.

Welche Haltungen helfen bei Konflikten?

Generell gut für sich selbst zu sorgen, damit man belastbarer und toleranter ist. Dann die Selbstbeobachtung einüben, damit ich mir bewusst bin: Was fehlt mir gerade und wie verhalte ich mich? Und dann natürlich anderen früh genug auf gute Art und Weise mitzuteilen, was in mir drinnen los ist.

DIE 4 SCHRITTE DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION



ZIEL: VERBINDUNG STATT VORWÜRFE



Weiser, wacher, gelassener

Wir alle werden älter. Aber wir haben viel mehr in der eigenen Hand als gedacht. Ein Gespräch mit Roland Feichter.

Stichwort „Midlifecrisis und Altern“: Wie schaut du auf dieses Thema?

Die sogenannte zweite Lebenshälfte war früher kurz und seit Jahren wird sie immer länger: Langlebigkeit wird zur neuen Normalität. Mein Vater z. B. hat mit seinen 87 Jahren bis vor kurzem noch Skitouren gemeistert. Früher galt man mit 60 als alt.



Foto: Canva

Das eröffnet für uns eine neue, bisher unbekannte Dimension. Erstmals in der Geschichte begreifen wir die 2. Lebenshälfte nicht mehr als reine Abbauphase, wo du immer schwächer wirst und dann stirbst. Es ist eine Gestaltungsphase, in der Vieles, auch Neues, möglich ist: eine gewaltige Chance, die sich uns hier bietet.

Guy Bodenmann* beschreibt die unterschiedlichen Strategien der Geschlechter in der Midlifecrisis so: Frauen brechen auf zu neuen Ufern - Männer versuchen, weiterhin den Kurs zu halten. Das bringt große Herausforderungen für die Partnerschaft mit sich.

Das ist zugespitzt formuliert. Meines Erachtens hängen viele Dynamiken nicht einfach nur vom Geschlecht ab. Aber es gibt natürlich Tendenzen und Strömungen. Männer definieren sich nun mal leichter über den Erfolg. Bei den meisten Frauen, die Mütter werden, entsteht u.a. aufgrund der biologischen Gegebenheiten gleich zu Beginn eine enge Bindung mit dem Kind, z. B. durch das Stillen. Wenn sich dann noch die Rollen verfestigen (Frau daheim mit Kind/ern, Mann sichert v.a. auswärts das Einkommen), läuft

man Gefahr, dass die Kinder zum „Revier“ der Mutter gehören. Das ist für den Vater bequem und gefährlich zugleich. In der Midlifecrisis werden die Kinder dann flügge und die Frau muss sich zwangsläufig neu orientieren. Der Mann definiert sich hingegen über die Erwerbstätigkeit. Für ihn kommt der Knackpunkt meist später, bei der Pensionierung. Ich bin beim Apfelklauben einem Bauern begegnet, der mit 93 Jahren immer noch mitgeholfen hat. Das ist per se nicht schlecht, sollte aber aus innerer Freiheit geschehen.

Manche erleben das Alter negativ, weil die eigene Kraft abnimmt. Andere hingegen begreifen es mehr als einen Wandel.

Genau. Mein Vater war gemeinsam mit viel Jüngeren auf einer Skitour unterwegs. Die wollten dann die Kraft der Jugend zeigen und haben einen Zahn zugelegt. Letztendlich waren sie nur unwesentlich schneller auf dem Gipfel, weil sie einen falschen Aufstieg gewählt hatten und umkehren mussten. Das Bild bringt es gut auf den Punkt: Motivation und Kraft nehmen im Alter eher ab, können aber durch Erfahrung und Technik ausgeglichen werden.



Foto: Canva

„Alter ist nur eine Zahl!“ hört man oft. Ist dem so?

Natürlich ist der Körper eines 80-Jährigen nicht der eines 20-Jährigen. Zugleich mache

* Schweizer Psycho- und Paartherapeut

ich oft die Erfahrung: Alter spielt nur punktuell, meist zu Beginn einer Begegnung, eine Rolle. Wenn du im direkten Umgang mit Menschen bist, zählen früher oder später ganz andere Dinge: Wertschätzung, Präsenz, Humor, Weisheit, Offenheit usw. Ausschlaggebend ist doch: Was erleben wir gemeinsam? Wie erleben wir es? Letztlich zählen deine Energie, dein Geist, deine Ausstrahlung mehr als die mechanisch gemessene Zeit. Diesbezüglich wird das Alter überbewertet.

Gibt es also gar keine Midlifecrisis?

Ja und nein. In den Jahren der Lebensmitte finden tatsächlich Umstellungen, auch im Körper des Mannes, statt. Meiner Meinung nach geht es aber mehr um die Frage: Wie gehe ich persönlich mit Veränderung um? Wer sich damit schwer tut, wird verunsichert und vermeidet vermutlich die Auseinandersetzung damit. Die Falle ist dann, am Bishe- rigen festzuhalten, obwohl es früher oder später nicht mehr funktioniert.

Was sind die Vorzüge des Alters?

Wer sein Leben lebt, lernt sich, seinen Wert und die anderen immer besser kennen. Im Alter brauchst du nichts mehr beweisen. Da kannst du dich von gewissen Abhängigkeiten frei machen und musst dich auch nicht mehr verbiegen. Das ist dann eigentlich die neue Phase, wo du sehr frei beschenken kannst und beschenkt wirst. Und heute, wo zu viele zu schnell in Aufregung geraten und in Konfrontation denken, brauchen wir zudem gelassene, wohlwollende, versöhnte Persönlichkeiten.

Foto: kmb



Gemälde von Br. Th. Hessler, Europakloster Gut Aich

Außerdem leben wir in einer überreglementierten Welt: Vor lauter Vorsicht und Absicherung geht die Lebendigkeit verloren. Die Freiheit des Alters bietet auch hier neue Möglichkeiten.

Wir denken das Alter ganz oft aus der



Foto: privat

Roland Feichter

- im Vorstand des Katholischen Forums seit 2020
- Pfarrgemeinderat: zuerst Lana, aktuell Vilpian seit 16 Jahren
- jahrzehntelange Tätigkeiten in der Jugendarbeit, im Familienbereich und in der Erwachsenenbildung

Perspektive der Jugendlichkeit. Aber wir können das Ganze auch andersrum sehen: Was bietet das Alter, was die Jugend nicht hat? Auch die Chance, meine Welt auf Gott hin zu weiten und mein Leben zu vertiefen, ist größer. Indem ich Achtsamkeit entwickle, kann ich meinen Tagen eine ganz neue Qualität schenken. Normalerweise fällt das leichter, wenn man die „äußeren“ Aufgaben schon erledigt hat: Kinder, Haus, das Äpfelbäumchen gepflanzt – sinnbildlich natürlich. Im Alter geht es auch nicht mehr ums Geld, sondern darum: Was kann ich mit Geld gestalten?

Eine Frage der Haltung?

Ja. Wenn der Körper nimmer mitspielt, dann ist das ja die Kunst, nicht in die Opferrolle zu gehen und zu bejammern, was du nicht (mehr) hast, sondern das einzusetzen, was dir noch bleibt: anderen Wertschätzung zu geben, die Qualität des eigenen Denkens zu gestalten, Gelassenheit zu üben.

Wähle wahre Werte: Welche 5 von den 99 sind deine Favoriten...



...für dich selbst, in deinem Umfeld, bei der Arbeit, im Ehrenamt?



Unser Diözesanvorstand: männer.auf.werten



Edl Huber

- * 1961, wohnhaft in Nals
- verheiratet seit 1985, 2 Kinder, 5 Enkel
- Bankdirektor in Pension
- seit 2024 im Diözesanvorstand (kooptiert), seit März 2025 Diözesanvorsitzender
- wichtigste Werte: Wertschätzung, Achtsamkeit, Aufrichtig- und Ehrlichkeit, Empathie, Anerkennung, Dankbarkeit
- Halt gibt mir: Familie, Glaube, Ehrenamt
- Was mich freut: gegenseitiger Respekt und Hilfsbereitschaft



Georg Oberrauch

- * 1955, wohnhaft in Bozen
- glücklich verheiratet, 4 Kinder, 10 Enkelkinder
- Gründer der Firma Sportler, vielseitig kreativ und ehrenamtlich engagiert: zzt. Bezirksvorsitzender der Vinzenzgemeinschaft von Bozen
- 2019-2025 kmb-Diözesanvorsitzender, seitdem geistlicher Assistent
- wichtigste Werte: Liebe mit Schwerpunkt Nächstenliebe, Verantwortung übernehmen und tragen, Mitgefühl und Barmherzigkeit, Dankbarkeit, Glaube und Hoffnung
- Halt gibt mir: Familie und Gleichgesinnte, Glauben & Vertrauen, Bergsteigen / unterwegs sein in freier Natur
- Was mich freut: Freude & Begeisterung



Günther Beghella

- * 1956, wohnhaft in Bozen
- 3 Kinder, 5 Enkel
- seit 2024 in Pension
- seit 2019 im Diözesanvorstand, seit März 2025 stellvertretender Diözesanvorsitzender
- wichtigste Werte: Gerechtigkeit, Freiheit, Verlässlichkeit, Zusammenhalt, Offenheit
- Halt gibt mir: meine Familie; die Möglichkeit, etwas zu bewegen; die Lehre Christi
- Was mich freut: Wenn ich sehe, dass meine Kinder und Enkel sich freuen, wenn sie mich treffen. Wenn ich imstande bin, ihnen etwas zu zeigen, was sie stärkt.



Foto: kmb

Hubert Oberhammer

- * 1947, wohnhaft in Aufkirchen (Toblach)
- 1. Ehe 1973-1980, 2 Kinder, 2 Enkel, 2. Ehe glücklich seit 1990
- Gastwirt in Pension
- seit 2022 im Diözesanvorstand
- wichtigste Werte: Einsicht, Zufriedenheit, Gerechtigkeit, Liebe und Wertschätzung
- Halt gibt mir: Glaube, Familie, Heimat
- Was mich freut: Verzeihen und ein aufrichtiges Dankeschön



Foto: kmb

Hans Steger

- * 1961, wohnhaft in Mühlen/Taufers
- verheiratet, 2 erwachsene Kinder
- Rentner mit vielen Ideen und Liebe zum Berg
- im Diözesanvorstand von 1997-2000, 2012-2022 und kooptiert seit 2026
- wichtigste Werte: Spiritualität, Hilfsbereitschaft und der Glaube
- Halt gibt mir: Jeden Tag neu mit Zuversicht und Gottes reichen Segen beschenkt zu werden.
- Was mich freut: dankbare Menschen, die positiv denken und dies jeden Tag aufs Neue leben



Foto: kmb

Herbert Öhrig

- * 1962, wohnhaft in Bozen
- geschieden, 1 Sohn
- pädagogischer Mitarbeiter der Lebenshilfe
- seit 2022 im Diözesanvorstand (kooptiert), seit März 2025 gewähltes Mitglied
- wichtigste Werte: die Kardinaltugenden Klugheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung, dazu die Liebe
- Halt gibt mir: die Liebe, echte Freundschaft jeweils im Schenken und Empfangen und die Freiheit aus der Kraft des Glaubens
- Was mich freut: Großzügigkeit und Nachsicht



Foto: kmb

Manni Doná

- * 1961, wohnhaft in Nals
- verheiratet seit 1988, 1 erwachsener Sohn
- Bankangestellter in Pension
- seit 2025 im Diözesanvorstand (kooptiert)
- wichtigste Werte: Liebe, Hilfsbereitschaft, Verzeihen, Verlässlichkeit, Ehrlichkeit und Respekt
- Halt gibt mir: Familie, die 10 Gebote Gottes, Bewegung in freier Natur
- Was mich freut: ...wenn jemand einen Fehler zugibt; ...wenn sich jemand ehrlich bedankt.



Otwin Nothdurfter

- * 1955, wohnhaft in Bozen
- verheiratet seit 1995, 1 Tochter
- Journalist im Unruhestand
- seit 2024 im Diözesanvorstand (kooptiert), seit März 2025 gewähltes Mitglied
- wichtigste Werte:
Toleranz, Solidarität, Friedfertigkeit
- Halt gibt mir:
Immer wieder die Familie, die sich ständig wandelt. Sie gibt Kraft, auch weil nur Manches verdient, Vieles unverdient ist.
- Was mich freut:
kleine Überraschungen, nicht nur von aufmerksamen Freunden;
große Geduld bei Nachlässigkeit und kleinen Patzern



Roland Feichter

- * 1966, wohnhaft in Gries
- 4 Kinder
- Bereichsleiter stationäre Kinder- und Jugendhilfe im Südtiroler Kinderdorf, Brixen
- seit 2019 im Diözesanvorstand
- wichtigste Werte:
liebevoll sein, echte Begegnung, Vertrauen, Humor & Gelassenheit
- Halt gibt mir:
Freundschaften; der Glaube, der alle Tode überwindet: wesentliche Beziehungen
- Was mich freut:
Wahrhaftigkeit, ohne Druck und Erwartung, echtes Sein



Werner Hunglinger

- * 1968, wohnhaft in Tisens
- verheiratet, 3 erwachsene Kinder
- Bauingenieur, Inhaber eines Ingenieurbüros
- seit 2019 im Diözesanvorstand
- wichtigste Werte: Ehrlichkeit, Verlässlichkeit, Freundschaft, wohlwollender Respekt und Hilfsbereitschaft
- Halt gibt mir:
in Gottes Natur unterwegs zu sein und hier aufzutanken
- Was mich freut:
Wenn Menschen ein ehrliches und bedingungsloses Interesse am Nächsten haben.

Unser neuer Mitarbeiter Matthias Oberbacher: Herzlich willkommen!

Seit Anfang Mai verstärkt der Stegener die kmb und bringt mit seiner Fachkenntnis, seiner Tatkraft und seinem Humor uns Männern neuen Schwung.

Welche Erfahrungen hast du in der Männerarbeit bisher gesammelt?

Das Thema „Mannsein“ hat mich aus soziologischer Sicht schon immer beschäftigt, insbesondere die Frage, wie wir Männer für die Bildungsarbeit erreichen können. 2011 habe ich gemeinsam mit den inzwischen verstorbenen Kollegen Lothar Böhnisch und Armin Bernhard die Studie „Motivation und Barrieren bei Männern in der Erwachsenenbildung“ durchgeführt. Dabei ging es um die Frage, warum Männer klassische Bildungsangebote eher meiden. Auch in meiner Tätigkeit als Bildungsreferent der Cusanus-Akademie habe ich Themen wie „Mann- und Vatersein“ immer wieder aufgegriffen. Besonders prägend waren für mich schließlich die beiden „Helpmen“-Projekte, in denen ich mich im europäischen Austausch mit Gesundheit und Grundbildung für Männer auseinandersetzen konnte.

Welche geografischen Gebiete wirst du in deiner Tätigkeit betreuen?

Zusammen mit hannes Rechenmacher werden wir uns in Zukunft Südtirol aufteilen, um unsere Männer besser begleiten zu können. hannes wird sich um die westliche

Hälfte kümmern, ich um die östliche, das heißt um die Dekanate Innichen, Taufers, Bruneck, Val Badia, Brixen-Rodeneck, Sterzing, Klausen-Kastelruth und Gröden.



Foto: privat

Was ist dir in der Arbeit mit Männern ein besonderes persönliches Anliegen?

Männer muss man dort abholen, wo sie im Leben gerade stehen. Genau das macht die Männerarbeit spannend und vielseitig. Dabei geht es um unterschiedliche Themen – von Spiritualität über Gesundheit und Familie bis hin zu finanziellen Herausforderungen. Deshalb ist mir Netzwerkarbeit besonders wichtig, denn die kmb kann nicht alle Bereiche abdecken. Die Zusammenarbeit mit bestehenden Diensten, Einrichtungen und Verbänden ist daher unverzichtbar. Wichtig ist mir dabei ein ganzheitlicher Blick auf den Menschen und sein Umfeld. Dazu gehört auch die Zusammenarbeit mit Frauen und ihren Organisationen. Es geht nicht darum, die Geschlechter gegeneinander auszuspielen, sondern gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Wie siehst du die aktuelle gesellschaftliche Situation von Männern und welche Herausforderungen erkennst du? Auch im Kontext Kirche?

Die gesellschaftliche Situation von Männern



Foto: privat

hat sich in den letzten Jahren stark verändert. Traditionelle Rollenbilder wandeln sich und eröffnen neue Freiheiten, führen aber auch bei vielen Männern zu Unsicherheit und Orientierungslosigkeit. Themen wie Leistungsdruck, psychische Gesundheit, Einsamkeit, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder die eigene Identität gewinnen zunehmend an Bedeutung.

Gleichzeitig fällt es vielen Männern schwer, über persönliche Belastungen zu sprechen oder Hilfe anzunehmen. Eine wichtige Aufgabe sehe ich deshalb darin, Räume zu schaffen, in denen Männer mit ihren Fragen und Problemen ernst genommen werden.



Foto: privat

Auch die Kirche kann dabei Gemeinschaft, Orientierung und Sinn bieten. Dafür braucht es jedoch lebensnahe und authentische Angebote. Viele Männer suchen weniger fertige Antworten als vielmehr echte Begegnung, Zuhören und Begleitung auf Augenhöhe.

Was brauchen Männer heute aus deiner Sicht, um ihr Leben gut und verantwortungsvoll zu gestalten?

Männer benötigen heute vor allem Orientierung, verlässliche Beziehungen und Räume, in denen sie offen über ihr Leben sprechen können. Sie stehen unter großem Druck – beruflich, familiär und gesellschaftlich – und haben gleichzeitig oft wenige Möglichkeiten, Schwäche oder Unsicherheit zu zeigen. Deshalb ist es wichtig, Männer darin zu stärken, authentisch zu leben und Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen.

Sowohl Männer als auch Frauen brauchen Angebote auf Augenhöhe. Es geht um einen offenen Austausch, um Zuhören und darum, einander ernst zu nehmen. Männern geht es dabei oft auch um Gemeinschaft und im weitesten Sinne um Freundschaft. Viele suchen Orte, an denen sie sich zugehörig fühlen, Erfahrungen teilen können und gegenseitige Unterstützung erleben. Letztlich geht es darum, Männer zu ermutigen, ihren eigenen Weg verantwortungsvoll zu gestalten, Beziehungen bewusst zu leben und ihren Platz in Familie, Gesellschaft und Kirche zu finden.

Kurzbiografie

Matthias Oberbacher lebt in Stegen bei Bruneck. Er ist verheiratet und Vater von drei Kindern (von Zwillingen mit 19 Jahren und einer Tochter mit 16 Jahren).

Matthias hat Soziologie in Trient studiert, betreut die Bildungsausschüsse im Eisack- und Wipptal und hat über zwanzig Jahre als Bildungsreferent im Bildungshaus unserer Diözese, der Cusanus-Akademie in Brixen, gearbeitet. 2023 hat er zusammen mit dem Landesinstitut für Statistik ASTAT und der Philosophisch-Theologischen Hochschule Brixen bei der Umfrage Spiritualität und Nachhaltigkeit mitgewirkt.

Er ist Wander-, Pilger- und Dialogbegleiter sowie Mentaltrainer und Erwachsenenbildner.

Dieser Jesus... und unser Leben

Für die Römisch-Katholische Kirche ist er gottgleich, für die einen ein missverstandener jüdischer Rabbi, für die anderen ein moralischer Leuchtturm und für viele Zeitgenossen ist er kaum noch der Rede wert. Spielt Jesus überhaupt noch eine Rolle in unserem Leben?

Gar einige Gebete oder Lieder machen keinen Unterschied zwischen Gott und Jesus. Kein Wunder: Das Konzil von Nicäa hat festgelegt, dass beide wesensgleich sind. Natürlich gibt es in der Formulierung Grenzen - gerade dort, wo es ums Menschsein Jesu geht. So soll vor Jahren ein Kooperator im Bozner Dom gepredigt haben: „An Karfreitag ist Gott am Kreuz gestorben“. Da fällt es theologisch dann schon schwer, sich vorzustellen, wer ihn denn am dritten Tage auferwecken sollte.

Foto: kmb



Glasfenster in St. Arbogast, Vorarlberg

Im normalen Alltag der allermeisten Zeitgenossen spielt dieser Jesus aber absolut keine Rolle mehr. Der österreichische Theologe Clemens Sedmak wirft in seinem neuesten Buch „Wie leben? Von Jesus lernen“ (Tyrolia, 2025) allerdings einen interessanten Blick auf den Mann aus Nazareth. Er fragt sich: **Was können wir von ihm ganz praktisch für unser Leben lernen?**

Das Buch hält 40 Fragen bereit, die zur Reflexion einladen - schließlich ist jeder der eigene Fachmann für sein Leben. Wir geben hier lediglich eine Auswahl der Fragen wieder. Die Nummerierung weicht daher vom Buch ab.

Wie lebt Jesus sein Leben?

1) Er sucht täglich, zeitig am Tag und vor dem Schlafengehen, den Kontakt zu Gott. Er pflegt das Gebet „an den Randzeiten“. Wie sieht das in unserem Leben aus?

Wie können wir das „gute“ Beten schützen?

2) Jesus lehrte, wie er es gewohnt war. Gewohnheiten bestimmen einen Großteil unseres Lebens:

An welche Orte und zu welchem Tun führen uns unsere Gewohnheiten?

3) Jesus gibt den Menschen Vorrang vor allem, er hat ein offenes Ohr und ein offenes Herz.

Was bedeutet es, so zu lieben, dass sich Menschen bei uns willkommen fühlen?

4) Jesus hat seine Macht nie zum Schaden von Menschen ausgeübt - nicht einmal zum Schaden seiner Feinde oder zum Schutz für sein Leben.

Was bedeutet es, unser Leben so zu leben, dass wir Macht gut ausüben, auch in der Weise von Machtverzicht?

5) Jesus spricht bei der Brotvermehrung ein Dankgebet, er dankt Gott bei vielen Gelegenheiten. Dankbarkeit ist eine Haltung, die um Unverdientes und um Größeres weiß. David Steindl-Rast meint: Dankbarkeit sei das „Herz des Gebets“.

Wie können wir Dankbarkeit als Grundhaltung leben?

6) Jesus sagt nie, er habe keine Zeit. Im Gegenteil: Er schenkt Zeit und Aufmerksamkeit (vgl. die Emmaus-Erzählung).

**Wie können wir so leben,
dass sich Zeit als Gabe Gottes zeigt
und nicht als ständiger Treiber?**

7) Jesus eckt mit seinen Botschaften und seinem Anspruch an - gerade in seinem familiären Umfeld.

**Wagen wir die Nachfolge, wenn sie uns
auch von den Haltungen unserer
Umgebung weg ins Neue führt?**

8) Jesus pflegt besondere Freundschaften (Jünger Johannes, Lazarus, Marta und Maria).

**Wie können wir Freundschaften so leben,
dass sie Gelegenheiten werden für einen
„Vorgeschmack des Himmels“?**

9) Obwohl die Evangelien keine Lebensreportage Jesu sind, scheint der Mensch Jesu immer wieder durch, so z. B. beim Thema Schlaf. Jesus braucht ihn wie wir, nützt aber häufig die Nachtstunden zum Gebet. Beim Sturm auf dem See schläft er hingegen ein. Auch er war also herausgefordert, ein Gleichgewicht zwischen Schlaf & Kraftquellen zu finden.

**In welchem Verhältnis stehen in unserem
Leben Medien (Handy, Fernsehen),
Schlaf und Gebet als Tankstellen?**

10) Jesus spricht jene selig, die sich nach den rechten Dingen „sehnen“ (vgl. Seligpreisungen).

**Wonach sehnen wir uns?
Wo ist unser „Schatz“?
Nach wessen Nähe verlangen wir?**

Wie sieht Jesus die Welt?

11) Vom Ende her: Was auch beeindruckend ist auf Erden, es wird vergehen - und vermutlich vorher wir selbst. Es gibt auch göttliche Funken, die alles überdauern: „Schafft euch unzerstörbare Schätze im Himmel“ (Mt 6,20).

**Wie erkennen wir diese Schätze?
Wie leben wir in der Welt,
aber nicht (nur) für die Welt?**

12) Jesus geht es nicht um sich, um seinen Ruhm, seinen Namen.

**Was würde sich für uns ändern, wenn wir
uns nicht mehr um unseren Ruf küm-
mern müssten - aus der Erkenntnis: In
Gott sind wir vollkommen angenommen?**

13) Viele Begegnungen bei Jesus drehen sich um Sünde, Vergebung und Liebe.

**Bedürfen wir der Vergebung?
Oder zeigen wir innerlich auf jene, die
schlimmer sind? Und geben wir die
Vergabung weiter, liebend?**



Foto: kmb

14) Jesus kritisiert die Erklärungsmuster von Strafe und Belohnung. Leid ist immer Einladung zur tätigen Nächstenliebe, Belohnung immer Gelegenheit zum Dank.

**Pflegen wir die Kunst der Demut und
die Bewusstheit, nicht alles
verstehen und erklären zu können?**

15) Jesus spricht auch von der Hölle.

**Kann uns diese energische Schilderung
ein Fingerzeig sein, wie einmalig unser
Leben und unsere Haltungen sind?**

16) Jesus weist darauf hin, dass Reinheit im Inneren beginnt und nicht in der Erfüllung äußerer Vorgaben.

**Wagen wir es, ins Innere zu sehen & Frie-
den und Hoffnung nach außen zu tragen?**

17) Für Jesus ist Geld Instrument, nicht Selbstzweck (vgl. Gott und der Mammon, Lk 16,13).

Wer gibt in meinem Leben die Richtung vor: Gott oder das Geld?

18) Jesus akzeptiert Armut als Realität („Arme werdet ihr immer haben.“), zugleich beansprucht er, Anwalt und Maßstab der Armen zu sein: „Was ihr dem Geringsten getan habt, habt ihr mir getan.“

Bei welchen Gelegenheiten setzen wir dieses Jesus-Wort in die Tat um? Wann sind wir selbst Arme?

19) Jesus spricht das Thema Überfluss an. Ziel soll nicht ein individuell sorgenfreies Leben sein, sondern ein Leben in echter Gemeinschaft: eine große Herausforderung für die meisten von uns.

Wo tragen wir Sorge füreinander und streben nach Ausgleich?

20) Jesus verzichtet auf die göttliche Rettung vor seinem Tod. In diesem Punkt sind wir Jesus ähnlich: Auch wir müssen Dinge hinnehmen, die wir lieber anders hätten.

Sprechen wir mit Gott darüber? Vertrauen wir uns ihm an?

Wozu fordert Jesus auf?

21) „Kehrt um!“, ruft Jesus: zum Wesentlichen.

Wie sieht das bei uns konkret aus?



Foto: kmb

22) „Geh!“, fordert Jesus den Geheilten auf.

Wo sind wir aufgerufen, unsere Enge zu verlassen? Was wollen wir *wirklich* wirklich?

23) Jesus tadelt Marta, weil sie nicht zuhört.

Wo sind wir eingeladen, uns ganz und gar dem Menschen zu widmen, der gerade bei uns ist?

24) Öfters sagt Jesus: „Fürchtet euch nicht!“

Pflegen wir unsere Jesus-Beziehung so, dass wir aus dem Vertrauen heraus sagen können: Er ist bei mir, „bis ans Ende der Welt“ (vgl. Mt 28,20) ?

25) „Müht euch nicht ab für das, was verderbt!“, ermahnt Jesus die Menge:

Wo erfahren wir Jesus als Erfüllung unserer Bedürfnisse („Brot des Lebens“)? Lassen wir uns auf seine Beziehung ein? Kann sie uns tragen?

27) „Sammelt die übriggebliebenen Brotstücke...!“, gibt Jesus als Auftrag.

Leben wir so, dass die Güter Vermehrungs- und Verteilungsgüter werden?

28) „Gib mir zu trinken!“, bittet Jesus am Kreuz.

Was können wir Jesus bieten? Was könnte er von uns wollen?

29) „Halte mich nicht fest!“, befiehlt er Maria Magdalena am Auferstehungsmorgen.

Schaffen wir es, in Jesus Halt zu finden, ohne ihn festzuhalten? Ohne ihn nach unseren Vorstellungen einzuengen?

30) „Liebt einander!“ So wie Jesus seine Jünger geliebt hat, **sollen auch wir lieben.**

Worin zeigt sich unsere Liebe? Wie wird sie für andere erfahrbar?

Dieser Jesus... und unser Leben: Jede Frage eine Einladung, jede Frage eine Chance.

„Wer den Willen Gottes tut, der ist für mich... Mutter!“

Mariens spannender Weg von der befremdeten Mutter zum Vorbild für uns Gläubige.

Die frühen biblischen Zeugnisse zeichnen ein irritierendes Bild der Beziehung zwischen Jesus und Maria. Im 3. Kapitel Vers 31 bis 35 überliefert Markus eine Szene, wo man Jesus mitteilt: „Deine Mutter und deine Brüder stehen draußen und suchen dich.“ Und er antwortet: „Wer ist meine Mutter, und wer sind meine Brüder? ... Wer den Willen Gottes tut, der ist für mich Bruder und Schwester und Mutter.“ Jesus unterstreicht, dass nicht die Blutsverwandtschaft ausschlaggebend ist, sondern die Gemeinschaft der Glaubenden. Auch bei Lukas finden wir eine ähnliche Stelle. Eine Frau ruft: „Selig der Leib, der dich getragen hat!“ Und Jesus erwidert: „Selig sind vielmehr die, die das Wort Gottes hören und es befolgen.“ (Lk 11,27–28).

Im Johannesevangelium klingt es dann so: „Was aus dem Fleisch geboren ist, das ist Fleisch; und was aus dem Geist geboren ist, das ist Geist.“ (Joh 3,6) Wir verstehen also: Jesus und Maria, das ist keine klassische Geschichte von Mutter und Sohn, die sich nie voneinander lösen konnten. Die Verehrung von Maria liegt also gerade nicht in ihrem Muttersein. Im Gegenteil - Maria hat wohl lange Zeit große Schwierigkeiten mit dem Lebensweg ihres Sohnes

gehabt: Bei Mk 3,21 wollen ihn seine Angehörigen mit Gewalt zurückholen, denn er sei „von Sinnen“. In den ältesten drei Evangelien steht Maria in der Todesstunde nicht unter dem Kreuz.

Und doch muss bald danach etwas Tiefschürfendes geschehen sein. Maria muss durch die Ostererfahrungen einen neuen Blick auf ihren Sohn gewonnen haben, ihn ganz neu erfahren haben. Sie wird Teil der Glaubensgemeinschaft: Sie hört Gottes Wort, vertraut ihm und folgt ihm. Damit erfüllt sie die Bedingung, die Jesus einst genannt hat: „Wer den Willen Gottes tut, der ist für mich ... Mutter!“ Genau diese Erfahrung schildert die Gemeinde um den Evange-

listen Johannes in der Passionsszene: „Frau, siehe, dein Sohn!“ Maria wird zur Mutter des Jüngers unter dem Kreuz, der für die Glaubensgemeinschaft steht. (vgl. Joh 19,26–27) Diese Spannung zwischen Nähe („deine Mutter“) und Distanz („Frau!“) zeigt sich später gleich zu Beginn des Johannesevangeliums. Als Maria bei der Hochzeit zu Kana (Joh 2,1–12) Jesus auf die Nöte der Menschen hinweist („Sie haben keinen Wein mehr.“), antwortet er nur: „Was willst du von mir, Frau? Meine Stunde ist noch nicht gekommen.“ Vielleicht ist hier v. a. die Erfahrung von Glaubenden verpackt, dass selbst aufrichtiges und vertrauensvolles Gebet nicht automatisch unmittelbar zur Wirkung und

Foto: kmb



Die mittelalterliche Pietà im Kloster Marienberg (Vesperbild)

Lösung führt, sondern dass Gottes Mühlen manchmal anders mahlen. Und dass es dazu auch unser Zutun braucht. Und wieder ist es Maria, die darauf hinweist: „Was er euch sagt, das tut.“

Mit ihrer Hinwendung zu Jesus wird sie zum Vorbild für die Gläubigen, aber auch für die vielen, die zweifeln, die Nähe suchen und Trost. Aus dieser Perspektive wird ihr ganzes Leben ein Hinweis auf Christus.

Sie lädt uns ein, Gott zu vertrauen – auch wenn wir seinen Weg nicht verstehen. Sie begleitet Menschen mit ihrer mütterlichen Nähe und erinnert uns daran, dass niemand seinen Lebensweg allein gehen muss.

Gemeinsam mit Maria als Fürsprecherin wurden unzählige Gebete vor Gott gebracht: Freude und Leid, Hoffnung und Dank, Zweifel und Vertrauen finden ihren Platz. Auch wir dürfen uns einreihen und unser eigenes Leben vor Gott bringen.

Bitten wir Maria, dass sie uns hilft, immer neu gestärkt, getröstet und mit neuer Hoffnung unseren Weg weiterzugehen. (hR)

Dankbar-Sein lernen

Gebet für Dankbarkeit

Ich danke dir gütiger Schöpfer, dass ich leben darf
in deiner wunderbaren, vielseitigen Welt.
Mein Herz ist erfüllt mit Dankbarkeit, wenn ich an das
viele Schöne und Gute denke, das mich umgibt.
Ob blühende Blumen, ein erfrischender Wind,
menschliche Begegnungen, Beziehungen,
die weit über einen Händedruck hinausgehen,
Familie, gute Freunde, die Vielfalt deiner Schöpfung:
Es geht mir so Vieles durch den Kopf, für das ich dankbar sein darf.
Diese Dankbarkeit lässt mich vieles tragen und ertragen,
was mich zu belasten droht.
Ich darf darauf vertrauen, dass du mir hilfst,
immer wieder gute Wege zu finden,
wenn sich Hürden vor mir aufbauen.
Auch dafür bin ich dankbar!
In der Beziehung mit deinen froh machenden Botschaften
finde ich Wege und entdecke ich Berufungen,
die mir helfen, glücklich und in Dankbarkeit zu leben.
Im Dialog mit meinem Leben, im Hinhorchen
erahne ich die Vielfalt, die vor mir liegt.
Ich darf entscheiden, was ich tun will,
um das Gute in mir und um mich herum
zu erfahren und zu gestalten.
Ich darf auch entscheiden, Dinge loszulassen,
die sich als Sackgasse herausstellen und drohen,
mich zu erdrücken und mir jede Lebensfreude zu nehmen.
Ich darf lernen, im Augenblick zu leben und ihn zu genießen.
Ich darf wachsen in Freude und Dankbarkeit.
Liebender Gott, sei bei mir auf der Suche nach dem,
was mich wirklich glücklich macht,
und hilf mir, Gelegenheiten zu finden,
auf das zuzugehen, was mich am meisten freut!
Begleite mich und hilf mir Wege zu gehen,
wo ich zurückschauend sagen darf: Ich bereue nichts!

*Bild und Text von
Georg Oberrauch, im August 2026*

Meine Vision für eine zukünftige Kirche

Der Rat des Apostels Paulus an die ersten Gemeinden lässt uns erahnen: So könnte die eine Erneuerung der Kirche heute aussehen! (nach Pater Richard Rohr)

Wie es Christen ergangen ist, bevor sie durch kaiserliche Erlässe an die Spitze und ins Zentrum des Römischen Reiches gedrängt wurden? Sich das vorzustellen, ist für uns heutzutage wirklich schwer. Wir sind es gewohnt, als Christen auf der Seite der Tradition und der Ordnung zu stehen. Obwohl christliche Kirchen viel Gutes tun, sind sie gerade im Westen weitgehend mit kultureller und politischer Macht verbunden.

Bei den ersten Christen war das ganz anders: Zuerst wurden sie vom Staat verfolgt, dann setzte eine Phase der Akzeptanz ein. In einem Zeitraum von zweihundert Jahren rückte die Außenseitergruppe an die Schalthebel der Macht und verteidigte dort später sogar die herrschende soziale Ordnung in Bezug auf Krieg, Geld und Autorität - auch wenn es den Worten Jesu entgegenstand.

Unsere Chance und Herausforderung ist es nun, sich ein Beispiel an der frühen Kirche zu nehmen: Sie hat den Glauben als liebevolle und gemeinschaftliche Lebensweise in die Tat umgesetzt. Wir sollten deshalb jene Haltungen, Ansätze und Projekte unterstützen, die sich eindeutig als hilfreich und heilend bewährt haben.

Schauen wir auf den Apostel Paulus: Seine ursprüngliche Lehre über „viele Gaben und viele Dienste“ (1 Kor 12,4-11), die gemeinsam „eine Einheit im Dienst schaffen“ (Eph 4,12f) ist eine Chance für uns. Wir brauchen christliche Menschen, die darin geschult, anerkannt und ermutigt sind, zu heilen und zu helfen: zu Hause, im Krankenhaus, im Hospiz, im Gefängnis, bei den Einwanderern und Flüchtlingen, bei den Essenstafeln, in der Ehevorbereitung und -begleitung oder als Erstberater bzw. professionell Ausgebildete in den verschiedenen Beratungstätigkeiten (Beziehungen, Einsamkeit, Sexualität, Trauer, Finanzen, Lebensorganisation und -bewältigung wie z. B. Wohnbau, Verbraucherschutz).

Denken wir daran: Heilung war der Großteil dessen, was Jesus zu tun schien.

Entweder sehen wir Christus in jedem, oder wir sehen Christus kaum in irgendjemandem. Meine Vision für eine zukünftige Kirche? Viel flacher, viel einschließender, viel weniger „kirchlich“! Viel mehr daran interessiert, ihre Mission zu erfüllen, als jeden Sonntag endlos ihre himmlische Vision und Philosophie, sprich: das Glaubensbekenntnis, zu wiederholen. Kurz gesagt: Sie muss eine total praktische Kirche sein! Sie kümmert sich darum, die Aufgabe der Liebe zu erfüllen – und das immer besser. Jahrhunderte der Betonung von Kunst und Architektur, Liedern, Liturgie und vorgeschriebenen Rollen haben ihren Platz, aber ihre Überbetonung hat uns zu einer sehr kopflastigen, dekorativen Kirche gemacht, die sich weitgehend und ständig um ihr eigenes hausesinneres Heil kümmert.

Lasst uns wieder Kirche sein als Moment, „wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind“, wo die göttliche Gegenwart ebenso sicher versprochen wird wie im Brot, in der Bibel, in den Sakramenten oder in einer gesalbten Führung: „Da bin ich unter euch.“ (Matthäus 18,20) Der Fokus muss weg vom Streben in der Hierarchie und vom Selbsterhalt hin zum Ziel, in der Welt das höchste Werk der Liebe zu unterstützen.

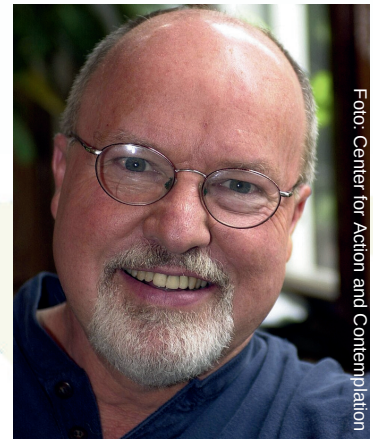


Foto: Center for Action and Contemplation

Newsletter von P. Richard Rohr:



oder auf der Homepage: <https://cac.org/>

Kirche als „Andersort“: Wo kämen wir hin?

*...fragte einst der Schweizer Pfarrerdichter Kurt Marti und setzte fort:
„wenn alle sagten, wo kämen wir hin, und niemand ginge,
um einmal zu schauen, wohin man käme, wenn man ginge.“*

Bereits in den 2010er Jahren kam die Rede von der Kirche als „Andersort“ auf - ein Ort, der eben grundsätzlich ganz anders als die Welt ist, aber zugleich auch: ein Ort, der selbst ganz anders, ganz neu gedacht und gelebt werden könnte.

Wer im kirchlichen Milieu aufgewachsen ist, dem ist oft gar nicht bewusst, wie stark der binnenkirchliche „Code“ ist: sei es in der Art, sich im Kirchenraum zu bewegen, sei es die Sprache oder seien es die gedanklichen Schranken, die unsere Vorstellungen von Möglichkeiten von vornherein einengen.

Treiber für das Verständnis von Kirche als „Andersort“ war sicher die stete Abnahme praktizierender Gläubiger und zugleich die Erfahrung, junge Generationen in ihrer Lebenswelt und mit ihrem Lebensgefühl nicht mehr zu erreichen.



Pfarrer Schießler bei der kmb-Frühjahrstagung '22

Eines der bekanntesten Beispiele für neue Wege im Kirchenraum war und ist der Münchener Pfarrer Rainer Maria Schießler, der in „seiner“ Kirche St. Maximilian inmitten des Kirchengestühls eine ca. 80 Meter lange Tafel, vom Eingang bis fast vor den Altarraum aufbauen ließ. Zum guten Essen gab es Wein, eine Ansprache des Pfarrers und Darbietungen des Kirchenchors. Es schlug hohe Wellen: Kirche ganz bewusst nicht nur als Gebetsraum, sondern auch als Lebensraum nutzen? Wo kämen wir hin?

Ganz so weit sind wir hier bei uns noch nicht, mutige Schritte in der Gestaltung von liturgischen Feiern gibt es aber doch. Die SKJ rückt schon seit Jahren den Dom zu Brixen in jugendgerechtes Licht: „Feel the dome“ ist ein gelungenes Beispiel für Mut in der Kirche, der belohnt wird.



Foto:SKJ

Im Juli 2026 machte ein Beitrag des Bayerischen Rundfunks über Pfarrer Josef Hausner (Diesenbach, Oberpfalz) die Runde: „Clublichter, Energydrink und DJ: Gottesdienst mal ganz anders“. 400 Menschen kommen, wenn „MAISL“ angekündigt wird: das „Moderne Abendgebet im Scheinwerferlicht“. Das Element der Gemeinschaft mit Verköstigung spricht die Menschen an.

Schon sehr viel einfachere, neue Formate erhalten großen Zuspruch: So lockt der „Even-song“ (Verbindung der abendlichen Stundengebete Vesper und Komplet), gefördert vom Verband der Kirchenmusik, mit wunderbarem Chorgesang und ansprechenden Texten eine beachtliche Anzahl Gläubige an.

Und im Rahmen der „Langen Nacht der Kirchen“ gibt es viele innovative Schritte: So lud die Pfarrei Andrian 2026 zum Kabarett mit den „4 Adamgelisten“ in ihre Pfarrkirche. Für die Protagonisten eine besondere Herausforderung: Nach und nach trauten sich aber die Menschen, sogar in einer Kirche zu lachen.

Wir alle haben noch viel Luft nach oben, unsere Kirchen zu „Andersorten“ zu machen. Viel zu selten geben wir Anlass zur Frage: Wo kämen wir hin? Und noch seltener gehen wir...

Kann denn Liebe Sünde sein? Das Dilemma wieder-verheirateter geschiedener Menschen am Tisch des Herrn

In der katholischen Kirche ist der Empfang der Sakramente genau geregelt. Für viele geschiedene Frauen und Männer in neuen Beziehungen ist daher der Empfang der Heiligen Kommunion oft mit Gewissensnöten, aber auch mit kirchenrechtlichen Unsicherheiten verbunden. Vorstandsmitglied Herbert Öhrig hat sich darüber mit Johanna Brunner, Leiterin des diözesanen Amtes für Ehe und Familie, unterhalten.

Was ist der offizielle Standpunkt der Kirche gegenüber Geschiedenen?

Die Kirche kennt keine Scheidung, wohl aber eine Trennung. Diese sogenannte „Trennung von Tisch und Bett“ ist kirchlich vorgesehen, wenn das gemeinsame Leben nicht mehr möglich ist. Eine staatliche Scheidung wird daher – vereinfacht gesagt – zunächst wie eine solche Trennung „von Tisch und Bett“ behandelt. Aber sie löst die Ehe nicht auf. Wird dann eine neue Partnerschaft eingegangen, steht diese aus kirchen-

rechtlicher Sicht in einem Spannungsverhältnis zur fortbestehenden Ehe und kann als Ehebruch und damit als schwere Sünde gewertet werden. Mit einer neuen Partnerschaft – und erst dann! – wird aufgrund des Vorliegens einer schweren Sünde die Frage des Kommunionempfanges relevant. Getrennte oder (staatlich) geschiedene Menschen können prinzipiell ohne Weiteres die Kommunion empfangen.

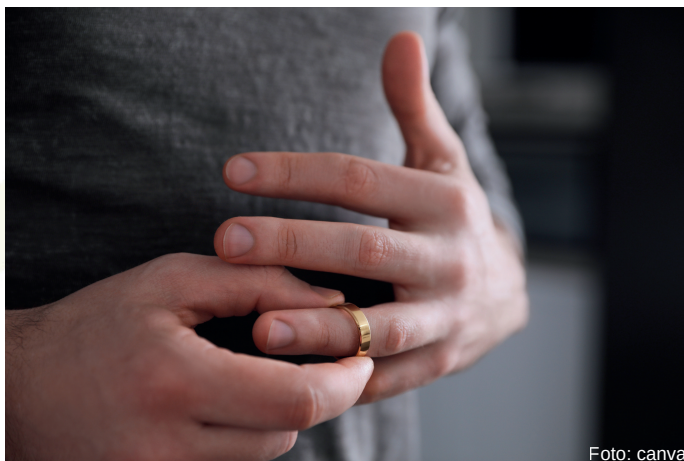


Foto: canva



Foto: canva/cottonbro_studios

Betrifft der Ausschluss nur die Kommunion oder auch andere Sakramente?

Am deutlichsten zeigt sich das Problem beim Kommunionempfang, da dieser am häufigsten vorkommt. Taufe und Firmung liegen bereits zurück, Priesterweihe ist für diese Frage nicht relevant. Bei der Beichte und der Krankensalbung stellt sich die Frage anders: Beide Sakramente stehen in besonderer Weise mit der Vergebung und der Versöhnung mit Gott in Verbindung. Entscheidend ist hier die konkrete persönliche Situation und die Haltung des Menschen.

Wenn jemand beichtet, muss er die Sünde bereuen und sie nicht mehr begehen wollen – ist das nicht eine Sackgasse für Menschen in neuen Beziehungen?

Ja, das kann man durchaus so sehen. Denn die Beendigung einer bestehenden Beziehung ist für die wenigsten Menschen eine Option, die sie ergreifen möchten -

insbesondere dann, wenn daraus eine tragfähige und verantwortete Lebensgemeinschaft entstanden ist. Genau hier zeigt sich die Spannung zwischen der kirchlichen Lehre und den konkreten Lebenssituationen der Menschen. Die pastorale Aufgabe besteht deshalb darin, diese Menschen nicht auf ihre Lebenssituation zu reduzieren, sondern mit ihnen nach einem verantwortbaren Weg in Übereinstimmung mit ihrem Gewissen zu suchen.



Foto: ChatGPT

Wie wurde das Eherecht innerhalb der katholischen Kirche so, wie es heute ist?

Das heutige Eherecht hat eine lange Geschichte, aber vereinfacht gesagt war für die Eheschließung zunächst der Ehewille in Verbindung mit dem erfolgten Geschlechtsverkehr zentral. Entsprechend führte das oft zu unklaren Verhältnissen. Das Konzil von Trient legte im 16. Jahrhundert die Formpflicht fest: Eheschließung vor einem Priester und zwei Zeugen. Die Ehe wurde also durch einen Vertrag begründet und somit rechtlich abgesichert und eindeutig feststellbar.

Hier ging es auch ganz zentral um die Frage der Legitimierung von Nachkommen. Dieser Vertragsgedanke wurde erst bei der Erneuerung des Kirchenrechts 1983 mit dem „Wohl der Ehegatten“ als Ehezweck ergänzt. Die Unauflöslichkeit war dagegen schon vor der Einführung der Formpflicht Teil der kirchlichen Lehre.

Gibt es ein kirchliches Gericht, das Ehen für nichtig erklären kann?

Ja, am kirchlichen Gericht können sogenannte Ehenichtigkeitsverfahren (auch Annullierungsverfahren genannt) durchgeführt werden. Dabei wird überprüft, ob die Ehe von Anfang an gültig zustande gekommen ist. Das kann z. B. sein, wenn der freie Wille gefehlt hat.

Wird die Nichtigkeit festgestellt, gilt die Ehe als von Anfang an nicht gültig zustande gekommen.

Gibt es in anderen Kirchen andere Regelungen?

Ja. In der orthodoxen Kirche wird die Unauflöslichkeit der Ehe grundsätzlich ebenfalls hochgehalten.

Nach dem Scheitern einer Ehe kann unter bestimmten Voraussetzungen jedoch eine weitere kirchliche Eheschließung erlaubt werden. Diese wird in der Regel in einer anderen, stärker von Buße geprägten Form gefeiert.

Die orthodoxe Kirche kennt also – anders als die katholische Kirche – unter bestimmten Bedingungen eine zweite Ehe. In der evangelischen Kirche, in der die Ehe kein Sakrament darstellt, sind sowohl Trennung und Scheidung als auch eine Wiederheirat möglich.



Foto: Canva/Jamal Yahyayev

Gibt es in der Diözese Bozen-Brixen der Johanna Brunner Möglichkeiten, eine neue Partnerschaft kirchlich zu segnen oder zu begleiten?

Derzeit gibt es leider noch kein diesbezügliches Angebot seitens der Diözese. In der Familienkommission von 2017 bis 2022 wurde intensiv daran gearbeitet, es konnte aber keine gemeinsam getragene Form gefunden werden.

Es gibt jedoch Priester und Seelsorgende, die versuchen, individuelle pastorale Wege mit Paaren in solchen Situationen zu gehen. Hierfür hat seinerzeit Bischof Wilhelm Egger wichtige Weichen gestellt.

Auch das Dokument *Fiducia Supplicans* eröffnet Möglichkeiten für einfache, nicht ritualisierte Segnungen für Paare in neuen Verbindungen nach dem Scheitern einer Ehe.

Aktuell sind wir in Austausch mit der Diözese Graz-Seckau, die laufend christliche Ritualbegleiterinnen und Ritualbegleiter ausbildet und die Menschen in solchen

Situationen begleiten. Ich hoffe, dass sich daraus auch Möglichkeiten für unsere Diözese entwickeln lassen.



Foto: Canva

Welche inhaltlichen Perspektiven ergeben sich für die katholische Kirche in diesem Bereich?

Große theologische oder sakramententheologische Änderungen sind kurzfristig wohl nicht zu erwarten. Gleichzeitig erleben wir, dass Menschen ihre Entscheidungen zunehmend eigenverantwortlich und in Auseinandersetzung mit ihrem eigenen Gewissen treffen. Eine



Foto: Canva/Madalina Todica

wichtige Aufgabe der Seelsorge sollte daher verstärkt jene sein, Menschen und Paare auf diesen persönlichen Wegen und in so bedeutsamen Entscheidungen ihres Lebens sensibel zu begleiten – auch und gerade dort, wo Lebensentwürfe scheitern oder sich verändern.

Auf individueller Ebene kann es helfen, ehrlich auf das eigene Scheitern zu schauen, Verantwortung dafür zu übernehmen und sich selbst einen Neuanfang zuzugestehen. Und auf gemeinschaftlicher Ebene geht es wesentlich darum, dass Menschen erfahren: Ich bin auch im Scheitern nicht allein. Ich werde getragen und gehöre weiterhin zur Gemeinschaft dazu.

Auch in der Kirche gilt es, eine Kultur zu fördern und zu entwickeln, in der Scheitern nicht zum Ausschluss führt, sondern im ehrlichen Blick auf die eigene Situation zu

einem neuen, versöhnten Umgang mit sich selbst, mit anderen und mit der Gemeinschaft kommen lässt. Das ist gelebte Fehlerkultur.

Weiß ein Priester, Diakon oder ein/e Kommunionhelfer/in überhaupt, ob jemand geschieden ist, und kann daher die Kommunion verweigern?

Eine Scheidung allein ist, wie schon betont, kein Grund, die Kommunion zu verweigern. Kirchenrechtlich muss ein Mensch hartnäckig in einer offenkundigen schweren Sünde verharren (so der can. 915 im Kirchenrecht), um ein Sakrament verweigern zu können.



Foto: ChatGPT

Diese „schwere Sünde“ ist streng genommen erst dann vorhanden, wenn die beiden – im Klartext gesprochen – miteinander Sex haben. Und das ist ganz offensichtlich von Außenstehenden schwer eindeutig zu beurteilen, zumal wenn es sich auch noch um eine nicht formalisierte Partnerschaft handelt.

Eine pauschale Verweigerung der Kommunion für Menschen in neuen Partnerschaften scheint mir

daher nicht gerechtfertigt und muss darüber hinaus spätestens seit dem nachsynodalen Schreiben „Amoris Laetitia“ von Papst Franziskus differenzierter betrachtet werden.

In der Praxis scheinen nur einzelne Priester Geschiedenen in neuen Partnerschaften die Kommunion zu verweigern. Haben also alle anderen Geistlichen den Kommunionempfang als Gewissensentscheidung behandelt?

Faktisch ist es ja von außen kaum beurteilbar, ob ein Mensch im Moment des Kommunionempfangs in einem Zustand schwerer Sünde lebt und verharrt, oder nicht. Daher ist es sicher gut, hier die nötige Zurückhaltung walten zu lassen.

Und zugleich stellt sich die Frage, wozu wir als Kirche in erster Linie berufen sind:

Kontrollinstanz zu sein, oder Menschen zu einem geglückten Leben zu begleiten? Pastorale Wege mit den Menschen gehen, ihre Gewissensentscheidung zu fördern, zu begleiten und zu ermöglichen scheint mir daher der Weg zu sein, der am besten dem Evangelium und dem Beispiel entsprechen kann.

Vielen Dank Johanna!

Deine Antworten können sicherlich helfen, einige Unsicherheiten bei Betroffenen und in deren sozialem Umfeld auszuräumen.



Foto: Thomas Ohnwein

Johanna Brunner

DENK- ZETTEL

(wenn die Jahre eilen...)

*Wir dürfen unser Leben spannend gestalten; auch wenn wir älter werden,
haben wir ein erfülltes und spannendes Leben vor uns.*

Altwerden spielt sich vor allem im Kopf ab; mach ab und zu etwas Verrücktes!

Erhalte dir die Freude auf die Zukunft.

Wenn du meinst, du bist zu alt für etwas, mach es gerade deswegen.

Wenn du Freude am Leben hast, spielt das Alter keine Rolle.

Suche neue Herausforderungen und mach sie einfach!

Sammle die glücklichen Momente deines Lebens.

*Sorge für angenehme Erinnerungen; lass sie wieder lebendig werden,
die Momente des Glücks, der Freundschaft, der Geborgenheit, der Liebe –*

Liebe, die du schenken durftest und die du empfangen hast.

Welch eine reiche Fülle!

Älter werden heißt, du musst auch mit schlechten Karten gut spielen.

Verhindere das Altwerden, indem du keiner Freude aus dem Weg gehst.

*Werde älter, ohne alt zu werden. Erhalte dir die Freude auf die Zukunft
durch neue Ziele, Pläne und Träume. Schätze dich unendlich glücklich,*

*wenn du immer noch einen echten Freund zur Seite hast,
der aber auch nach seinen eigenen Grundsätzen leben möchte.*

*Binde ihn nicht an deine Person und gib ihm die Freiheit,
dass er dir nicht verpflichtet ist. Sei nicht betrübt,
dass der Freund manchmal wenig oder keine Zeit für dich hat.*

Genieße seine Freundschaft, auch wenn er fern ist.

Langeweile ihn nicht mit deinen Wehwehchen.

*Genieße auch die Vorzüge der Dunkelheit –
in ihr wird mancher Stern erst richtig sichtbar und hell.*

*Und in der Dunkelheit hellt sich dein Leben auf:
birgt es doch den Keim der Ewigkeit in sich (Franz von Sales).*

Pater Peter Boekholt SDB (1943 – 2021)

Kloster Benediktbeuern

Angebote zum Jahresthema

1 Vortragsreihe zum Thema „Mann-Sein“

Geplant sind südtirolweit 6 Veranstaltungen, die in der Form einer **lockeren Podiumsdiskussion** mit Publikumsbeteiligung gestaltet werden. Nähere Infos folgen später.

2 Sonnenaufgangs-Wanderungen mit spirituellen Texten

Am Sonntag, **27. September** findet die Wanderung auf das Weißhorn statt.

Nähere Infos unter **matthias@kmb.it** oder **Handy 348 450 9193**.

Weitere Wanderungen sind für den Frühling und Sommer 2027 geplant.

3 Club der Zuversicht

Genug von schlechter Laune und miesepetrigen Zeitgenossen? Dann rühre dich und hol dir einen „**Club der Zuversicht**“ in deine *kmb*-Gruppe. In einem lockeren, moderierten Austausch richten wir unsere Aufmerksamkeit auf das, was uns freut und wo wir Glück hatten und lernen so, wieder mit mehr Zuversicht und Gottvertrauen durchs Leben zu gehen. Infos unter **info@kmb.it** (hannes) oder Handy **320 444 5399**.

4 Bibelrunden, Bibel und Wein, Bibel und Stille, Bibel & ...

Die **Beschäftigung mit dem Wort Gottes** ist etwas vom Faszinierendsten, dem man begegnen kann. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Ob es das bewährte Format „Bibel und Wein“ ist oder eine meditative Begegnung mit der Heiligen Schrift, ob eine Bibelwanderung neue Horizonte auftut oder eine klassische Bibelrunde: Gönn dir diese Tankstelle und melde dich im *kmb*-Büro!

5 Weihnachtsgottesdienst für alleinstehende Männer

Zum ersten Mal versuchen wir es mit diesem Angebot und zwar am **Mittwoch, 23. Dezember in Bozen**. Ort und Zeit werden rechtzeitig bekannt gegeben.

6 Dialogrunden auf Ebene der Seelsorgeeinheiten

Im Frühjahr laden wir zu Dialogrunden für Seelsorgeeinheiten ein. Wir wollen uns gemeinsam Gedanken machen, wie **unsere Kirche der Zukunft** aussehen kann.

Für Interessierte:

- Ab **20.10.** ist das **neue Männerbuch „MannSein“** erhältlich (siehe S. 47).
- Ab **22.10.** startet die **Vorlesungsreihe zum Thema Mann** (siehe S. 69).
- Am **21.11.:** **Tagung des Kath. Forums:** „Die Zeichen der Zeit“, Cusanus-Ak., Brixen

Weitere *kmb*-Angebote sind in Planung, wie z. B.:

ein **Survival-Training für Väter und Jugendliche** sowie **Männerrunden**

„Du bist zu einem größeren Glück bestimmt, als du es lebst!“

Ein kleiner Schritt zu mehr Lebensqualität: innehalten, zur Ruhe kommen, gemeinsam auftanken - im faszinierenden Ambiente von Marienberg

Eine berühmte Reue von Sterbenden ist: „Ich hätte mich glücklicher sein lassen sollen!“ Wir Männer kümmern uns ja häufig um Technisches, und da wissen wir genau: Das alles will gewartet und gepflegt werden. Mit uns selbst gehen wir aber häufig nicht so sorgsam um.

Die Exerzitien sind ein Angebot, um unser Hamsterrad für ein paar Tage anzuhalten und aufzutanken. Gelegenheiten zum Austausch, die



Foto: kmb



Foto: kmb

die fachkundige Begleitung durch die beiden Exerzitienleiter Abt Philipp Kuschmann und Georg Oberrauch sowie persönliche Auszeiten wechseln mit gemeinsamem Gebet und erholsamen Spaziergängen ab.

Herzlich willkommen!



Foto: kmb

*Herzliche
Einladung!*



**„Du bist zu einem
größeren Glück bestimmt,
als du es lebst!“**

kmb-Exerzitien

für Männer

im Kloster Marienberg

**Donnerstag, 29. Oktober (9 Uhr) bis
Samstag, 31. Oktober 2026 (abends)**



Südtiroler Str. 28, 39100 Bozen
320 444 5399
info@kmb.it www.kmb.it

PROGRAMM:

Einkehr- und Umdenktage für Männer – gemeinsames Erleben –
spirituelle Impulse – Gespräche – Wanderungen –
Zeiten der Stille - Zeit für sich –
Teilnahme an Gottesdiensten und an den Gebeten im Kloster

LEITUNG:

Georg Oberrauch, Geistlicher Assistent der kmb,
und
P. Philipp Kuschmann OSB, Abt von Marienberg

KOSTEN:

für Übernachtung, Vollpension, Begleitung
Vollkostenpreis: 285,00 Euro – Mindestpreis: 150,00 Euro

(Eine Teilnahme soll nicht am Geld scheitern.
Bitte schätzt ein, welcher Preis für euch zwischen Mindest- und
Vollkostenpreis möglich ist. Die Differenz übernimmt die kmb.)

Begrenzte Teilnehmerzahl: max. 9 TN!

ANMELDUNG:

Mail: info@kmb.it

Tel. 320 444 5399

Anmeldefrist: 19. Oktober 2026

Die Reihung der Anmeldung zählt.

„MannSein: Krisen verstehen - Herausforderungen meistern“

Zum 25-jährigen Jubiläum der Gründung der Caritas Männerberatung erscheint am 20. Oktober ein interessantes Südtiroler Männer-Buch.

In der Beschreibung heißt es: „Mannsein heute bedeutet mehr als Stärke und Unabhängigkeit. Es bedeutet, sich selbst zu kennen, Verantwortung zu übernehmen und den Mut zu haben, über Gefühle zu sprechen. Dieses Buch lädt Männer dazu ein, innezuhalten und sich zu fragen: Wer bin ich? Was macht mich aus? Wie möchte ich leben?



Authentische Lebensgeschichten zeigen, wie Männer mit Herausforderungen umgehen: - Beziehungskrisen und Neubeginn - Lebenskrisen und Sinnsuche - Vaterrolle in einer modernen Welt - Gewalt, Sexualität und emotionale Gesundheit.

Jedes Kapitel verbindet persönliche Erfahrungen mit fachkundigen Ratschlägen von Psychologen, Psychotherapeuten und Beratern der Männerberatungsstelle der Südtiroler Caritas. So entsteht ein einzigartiger Mix aus gelebter Realität und professioneller Orientierung.

Die Geschichten machen Mut, sich selbst besser zu verstehen und neue Wege zu gehen – hin zu mehr Klarheit, innerer Stärke und erfüllten Beziehungen. Ein Buch für Männer, die bereit sind, sich weiterzuentwickeln, und für alle, die verstehen wollen, was es heute bedeutet, Mann zu sein.“

Das Kapitel „**Männer und Spiritualität**“ haben der langjährige kmb-Geschäftsführer Herbert Prugger und sein Nachfolger hannes Rechenmacher gemeinsam verfasst. Darin

setzen sie sich in einem ersten Moment mit der Bedeutung des Begriffes „Spiritualität“ auseinander: Man kann darunter allgemein die Lebenshaltung verstehen, dann auch die Ausrichtung auf etwas „Größeres“ und schließlich im engsten Sinne die Inhalte, Methoden und Rituale christlichen Glaubens.

In einem zweiten Schritt beantworten sie die Frage, ob jeder Spiritualität gleich gut sei. Abschließend kommen verschiedene Methoden zur Sprache sowie Tipps, wie ein tieferer Einstieg in die Spiritualität gelingen kann.

*„Wie viel Zeit brauchst du für den Weg zur Arbeit? Zwanzig Minuten? Nimm dir einundzwanzig! Mag sein, dass mich jetzt der ein oder andere für verrückt hält, aber brauch' einundzwanzig! Wie viel Zeit brauchst du, um eine Tasse Kaffee oder Tee zu trinken? Zehn Minuten? Trinke sie in elf! Beglückwünsche dich für die paar Sekunden, die du allem, was du tust, hinzufügst. Nach einer Woche wirst du beginnen, mit der Gegenwart in Berührung zu kommen und in ihr zu leben.“
(Anthony de Mello)*



Herbert Prugger

Väter im Wandel - die kmb und ihre Väterwerkstatt

Die Vaterrolle befindet sich im Umbruch. Zwischen traditionellen Vorstellungen und modernen Anforderungen suchen viele Männer nach Wegen, ihr Vatersein bewusst, liebevoll und verantwortungsvoll zu gestalten. Die kmb hat diesen Wandel erkannt und möchte die Väterbildung stärker in ihrem Angebot verankern.

Väter stehen heute vor vielfältigen Herausforderungen: Sie wollen präsent sein, Beziehungen zu ihren Kindern aktiv gestalten und gleichzeitig berufliche Verpflichtungen erfüllen. Viele erleben dabei Unsicherheiten, Rollenkonflikte oder das Gefühl, zwischen Erwartungen zerrieben zu werden. Genau hier setzt die **kmb** an. Sie schafft Räume, in denen Männer über ihr Vatersein sprechen können – offen, ehrlich und ohne Bewertung.

Die **kmb** versteht Väterbildung nicht als Belehrung, sondern als Begleitung. In Workshops, Gesprächsabenden, spirituellen Angeboten und Vater-Kind-Aktivitäten werden Männer ermutigt, ihre eigenen Erfahrungen



zu reflektieren, neue Perspektiven zu entdecken und ihre Rolle aktiv zu gestalten. Dabei verbindet die **kmb** Persönlichkeitsentwicklung, Beziehungskompetenz und Spiritualität zu einem ganzheitlichen Ansatz.

Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Frage, wie Väter in einer sich wandelnden Gesellschaft Verantwortung übernehmen können – für sich selbst, für ihre Familien, für ihre Kinder und für das soziale Miteinander. Die **kmb** sieht darin einen wesentlichen Beitrag zur Stärkung von Familien und zur Förderung eines respektvollen, solidarischen Zusammenlebens.

Mit der Väterbildung setzt die **kmb** ein klares Zeichen: Männer und Väter sind wichtige Gestalter gesellschaftlicher Zukunft. Ihre Bedürfnisse, Fragen und Herausforderungen verdienen Aufmerksamkeit, Unterstützung und professionelle Begleitung. Deshalb ist die Väterbildung nicht nur ein Angebot unter vielen, sondern eine tragende Säule der **kmb** – heute und in Zukunft.

Die **kmb** sieht Männer – und besonders Väter – als Menschen, die heute zwischen traditionellen Erwartungen und modernen Anforderungen stehen. Die Organisation möchte ihnen Räume bieten, in denen sie:



- über ihr Vatersein sprechen, ohne bewertet zu werden
- Orientierung finden, wenn Rollenbilder unsicher werden
- Beziehungskompetenz stärken – gegenüber Kindern, Partnerinnen, Gemeinschaft
- Spiritualität als Ressource entdecken
- Verantwortung bewusst gestalten, anstatt nur zu funktionieren

Diese Haltung ist im Leitbild der *kmb* verankert: Männer sollen ihr Leben bewusst gestalten, Verantwortung übernehmen und solidarisch handeln.

Die *kmb* bietet auch für 2027 eine breite Palette an Angeboten, die sich eng an den Lebensrealitäten moderner Väter orientieren.

In der **Väterwerkstatt** arbeiten Männer praxisnah an Fragen rund um Rollenbilder, Beziehungsgestaltung und Erziehung und erhalten Impulse, die sich unmittelbar in ihrem Alltag umsetzen lassen.

Gesprächsabende und Austauschgruppen schaffen geschützte Räume, in denen Väter offen über ihre Erfahrungen sprechen und neue Perspektiven gewinnen können.

Ergänzt wird dieses Angebot durch **Seminare zu Vereinbarkeit, Mental Load und Partnerschaft**, die den Blick auf strukturelle Herausforderungen richten und Wege zu einem ausgewogenen Familienleben aufzeigen.

Ebenso wichtig sind die **Vater-Kind-Aktivitäten**, die gemeinsame Erlebnisse ermöglichen und die Beziehung zwischen Vätern und ihren Kindern stärken.

Alle diese Formate unterstützen Männer dabei, ihr Vatersein bewusst zu gestalten, innere Haltung zu entwickeln und Verantwortung in Familie und Gesellschaft aktiv wahrzunehmen.

Die *kmb* ist Mitglied der Allianz für Familie.



Allianz für Familie



Allianz für
Familie
Alleanza per
le famiglie

Homepage: www.allianz-familie.it

E-Mail: ladurner@forum-p.it

Koordinatorin Christa Ladurner

Sprecherin: **Doris Albenberger**
(Elterninitiative Südtirol)

Der Dialog als Kommunikationsform

„Wo aber das Gespräch sich in seinem Wesen erfüllt, zwischen Partnern, die sich einander in Wahrheit zugewandt haben, sich rückhaltlos äußern und vom Scheinen wollen frei sind, vollzieht sich eine denkwürdige, nirgendwo sonst sich einstellende gemeinschaftliche Fruchtbarkeit.“ (Martin Buber)

In einer Welt, die zunehmend von digitalen und schnellen Kommunikationsformen geprägt ist, gewinnt der echte Dialog immer mehr an Bedeutung. Der Begriff Dialog stammt aus dem Altgriechischen (diálogos) und bedeutet wörtlich „diá“ = „durch“ und „lógos“ = „Wort“. Durch das Wort kommen wir miteinander in Verbindung und lernen zu verstehen, wir treten in Beziehung und tauschen uns aus.

In seinem Ursprung hat Dialog mit der gemeinsamen Suche nach Sinn und Erkenntnis zu tun. Auf den ersten Blick mag dieser Gedanke weit entfernt vom täglichen Arbeitsalltag erscheinen. Doch Gespräche und Begegnungen sind die Grundlage jeder guten Zusammenarbeit. Wie wir miteinander sprechen und einander zuhören, beeinflusst maßgeblich, wie wir gemeinsam Entscheidungen treffen, neue Ideen entwickeln und mit Konflikten oder Krisen umgehen.

Die Methode orientiert sich stark am Dialogverständnis des Physikers David Bohm und des Philosophen und Theologen Martin Buber. Dabei beschreibt Buber den Dialog als eine Begegnung „von Ich und Du“, die von Offenheit, Respekt und gegenseitigem Verständnis geprägt ist. Für den Physiker und Philosoph David Bohm ist er hingegen eine spezielle Form des offenen, gemeinsamen Denkens in einer Gruppe, bei der es nicht um das Überzeugen oder Gewinnen von Argumenten geht, sondern um das Erforschen von kollektiven Denkmustern und die Entstehung von Neuem.

Der Dialog ist folglich ein anderer Weg zu einer Form des Miteinanders. Ziel des Dialoges ist es, gemeinsam ein neues Verständnis zu erreichen bzw. einen gemeinsamen Sinn zu entdecken, der über die bereits bekannten, schon oft gedachten Gedanken und Konzepte sowie die automatisierten Gefühlsreaktionen hinausgeht.

Für das Gelingen eines solchen Dialoges sind bestimmte Grundhaltungen notwendig:

- zuhören,
- respektieren,
- von Herzen sprechen,
- in der Schwebe halten (nicht sofort urteilen und einordnen),
- offen sein,
- nicht nur die eigene Position durchsetzen wollen.

Foto: Matthias Oberbacher



Bubers Dialogphilosophie fragt nicht nur: „Was denke ich über den anderen?“, sondern vor allem: „Wie begegne ich dem anderen?“ Der entscheidende Unterschied ist, ob ich den anderen zum Objekt mache oder ihm als Person und Gegenüber begegne.

Der Dialog kann in vielen Bereichen angewendet werden: in Organisationen und Vereinen, im Non-Profit-Bereich, in Unternehmen, in politischen, religiösen und kulturellen Strukturen.

Mit dieser Kommunikationsform möchte die **kmb** zu einem Ort werden, an dem Männer einander wirklich als „DU“ begegnen und dadurch Gemeinschaft, Persönlichkeit und Glauben miteinander verbinden.

Gemeinsam unterwegs – unter Gottes Schutz

Die Christophorus-Aktion ist nach der Sternsinger-Aktion der Jungschar die größte Spendensammlung in der Diözese. Normalerweise findet sie im Rahmen eines Gottesdienstes statt. Angesichts des rückläufigen Kirchenbesuches will der kmb-Diözesanvorstand aber früh genug neue Wege beschreiten.

Schon länger hat der kmb-Vorstand Ideen entwickelt, wie eine neue, zusätzliche Form der Christophorus-Kollekte aussehen könnte. Heuer war es dann erstmals soweit:

Am 25. Juli fand im Autohaus Moser in Bruneck anlässlich der Christophorus-Feier zum ersten Mal eine Fahrzeug- und Fahrradsegnung in Zusammenarbeit mit der kmb und dem Missionsamt der Diözese Bozen-Brixen statt. Unter dem Motto „Gemeinsam unterwegs – unter Gottes Schutz“ versammelten sich zahlreiche Menschen mit ihren Autos, Fahrrädern und anderen Fahrzeugen.



Das Motiv auf den Karten, die heuer im Rahmen der Christophorus-Aktion als Mitgebsel verteilt wurden.

Die Segensfeier wurde von Dekan Josef Knapp und Pfarrer Yves Kizito Menanga gestaltet. Dabei wurde daran erinnert, dass nicht so sehr die Fahrzeuge, sondern vor allem die Menschen, die damit unterwegs sind, unter Gottes Schutz gestellt werden. Der heilige Christophorus steht dabei als Leitfigur für Verantwortung, Rücksicht und einen guten Weg. Die Veranstaltung stand zugleich im Zeichen der Christophorus-Aktion, deren Spenden in diesem Jahr einem Fahrzeugprojekt der Kapuziner in Uganda

zugutekommen. Mit den Spendengeldern wird ein Fahrzeug für Pater Michael Mbusa finanziert. Er besucht regelmäßig acht Gefängnisse, die teilweise nur über schwierige und unbefestigte Wege erreichbar sind. Das Fahrzeug ermöglicht ihm, die Inhaftierten seelsorglich zu begleiten und gleichzeitig Lebensmittel, Medikamente und andere dringend benötigte Güter zu bringen.



Beim anschließenden gemütlichen Beisammensein konnten rund 600 Euro

an Spenden gesammelt werden. Das Autohaus Moser unterstützte die Aktion zusätzlich mit 1.000 Euro. Der gesamte Erlös fließt in das Fahrzeugprojekt und trägt damit dazu bei, dass Hilfe und Hoffnung auch Menschen in abgelegenen Regionen erreichen.

Die Christophorus-Aktion zeigt eindrucksvoll: Mobilität bedeutet nicht nur, selbst unterwegs zu sein. Sie kann auch ermöglichen, dass Hilfe zu Menschen gelangt, die sonst nur schwer erreicht werden.



*Dank ihnen wurde das Pilotprojekt ein toller Erfolg:
v.l.n.r.: Matthias Oberbacher und Hans Steger
(beide kmb), Hannes Moser, Dekan Josef Knapp,
Pepi Moser, Pfarrer Yves Kizito Menanga*

Sonnenaufgang – gemeinsam neue Wege beschreiten

Gemeinsam neue Wege beschreiten, neue Erfahrungen machen und miteinander ins Gespräch kommen – darum geht es bei unseren gemeinsamen Wanderungen und Begegnungen.

Am 11. Juli trafen wir uns bereits um 3 Uhr in der Früh in Bruneck, um gemeinsam in Richtung Astjoch bei Ellen aufzubrechen. Die Wanderung stand dabei ganz im Zeichen der Dankbarkeit: dankbar dafür, Gemeinschaft erleben zu dürfen; dankbar dafür, Mann und Frau zu sein; dankbar dafür, diesen Weg gemeinsam zu gehen und dankbar dafür, das Leben in all seinen Facetten spüren zu dürfen.



Foto: kmb

Der frühe Aufbruch wurde belohnt. Gemeinsam durften wir den Sonnenaufgang in den Bergen erleben – einen besonderen Moment, der uns immer wieder aufs Neue berührt. Wenn die ersten Sonnenstrahlen die Landschaft erhellen und ein neuer Tag beginnt, wird spürbar, wie viel Kraft, Hoffnung und Liebe in einem solchen Augenblick liegen können. Es sind Momente, die uns innehalten lassen und uns daran erinnern, wie wertvoll das gemeinsame Unterwegssein ist.

Anschließend teilten wir miteinander einen Laib Brot – ein einfaches, aber zugleich sehr schönes Zeichen der Gemeinschaft und Ver-

bundenheit. Bevor wir schließlich den Abstieg antraten, kehrten wir noch in einer nahegelegenen Hütte ein und ließen den gemeinsamen Morgen bei einem gemütlichen Frühstück ausklingen.

Sonnenaufgänge sind besondere Erlebnisse. Sie schenken Kraft, lassen uns zur Ruhe kommen und eröffnen den Blick für das Wesentliche. Gerade deshalb möchte die kmb diese besonderen Momente auch weiterhin gemeinsam erleben.

Am 27. September lädt die kmb deshalb erneut zu einem Sonnenaufgang ein, diesmal am Weißhorn am Regglberg. Gemeinsam wollen wir wieder früh aufbrechen, den neuen Tag begrüßen und Zeit für Begegnung, Gemeinschaft und Austausch finden. Das genaue Programm folgt.

Und auch im Jahr 2027 wird es weitere Sonnenaufgangs-Wanderungen geben. Denn manchmal braucht es nur einen frühen Morgen, einen gemeinsamen Weg und den Blick auf die aufgehende Sonne, um neue Kraft zu schöpfen und mit Hoffnung in einen neuen Tag zu starten.



Foto: kmb

Von der kmb mit dabei: Matthias Oberbacher (ganz links) und Diözesanvorsitzender Edl Huber (ganz rechts) mit seiner Frau Ulli

Große Nachtwallfahrt der Männer: „In ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir.“

*Wenn mehr als 300 Männer gemeinsam durch die Nacht gehen und beten,
entsteht eine beeindruckende Gemeinschaft - am 13.05.2026*

Wie bereits letztes Jahr zogen die Teilnehmer im Schein ihrer Laternen von Neustift nach Brixen: ein beeindruckender Zug von Lichtern in die Nacht hinein. Abwechselnd betend, schweigend - über die Impulsfragen auf den Bannern nachdenkend - von Bläser- und Taizéklängen begleitet.



Foto: kmb

Domdekan Ulrich Fistill hieß die Männer aus ganz Südtirol um 22 Uhr unter Glockenklang im Brixner Dom herzlich willkommen. Der stellvertretende Vorsitzende Günther Beghella sprach seinerseits Grußworte.



Foto: kmb

In der Dialogpredigt erinnerten der Geistliche Assistent Georg Oberrauch und der Hauptzelebrant don Paolo Renner die Wallfahrer daran, dass Gott nichts ist, was außerhalb von uns existiert oder weit weg ist. Paulus verkündet es den Athenern: „In ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir.“ Gott sagt zu uns: „Ich bin da.“ Und er lädt uns ein, unser Leben an ihm neu auszurichten.



Foto: kmb

schon vertraut war die Kommunion unter beiden Gestalten, die von den meisten dankbar und andächtig empfangen wurde.



Foto: kmb

Domorganist Franz Comploi sorgte für festliche Klänge, während die Musikgruppe um Hannes Engl und Reinhard Feichter Lebendigkeit und jugendlichen Schwung in den ehrwürdigen, voll besetzten Dom brachten.



Foto: kmb

**Herzliche Einladung zur nächsten
Großen Nachtwallfahrt der Männer
am Donnerstag, 13. Mai 2027!**

„Nichts tun geht nicht!“

Dies war die zentrale Aussage unseres Bischofs Ivo Muser bei der Bürgerversammlung in Klausen am 7. Mai 2026. Beobachtungen zur unendlichen Geschichte Säben vom stellvertretenden Vorsitzenden Günther Beghella.

In der Bürgerversammlung in Klausen am 7. Mai 2026...

ging es darum, dem Kloster Säben neues Leben einzuhauchen. Behandelt wurde jedoch fast ausschließlich die Errichtung eines senkrechten Aufzuges, direkt vom Marktplatz in Klausen bis zur Liebfrauenkirche in Säben, außerhalb des Klostergebietes. Bürgermeister Peter Gasser, Landeshauptmann Arno Kompatscher und gar einige Klausner Bürger sprachen sich stark für den Aufzug aus. Unter anderem wurde auch das Anliegen vorgeschoben, mit dem Aufzug das Kloster für ältere und gehbehinderte Personen zugänglich zu machen. Nur: Der Aufzug führt ja nicht bis ins Kloster, dafür sind noch gar einige Höhenmeter zu überwinden.

Auch gegenteilige Stimmen waren zu hören. So wurde vorgebracht, dass mit dem Aufzug der „Heilige Berg“ entweiht würde: Es entstünde ein Hotspot für Turbo-Touristen, die mit dem Aufzug auffahren, 100 Fotos schießen und wieder abreisen würden. Inzwischen hat sich in Klausen eine Initiativ-

Initiativgruppe gegründet, die sich für die Neubelebung des Klosters einsetzt und sich dabei auch gegen den Aufzug wehrt. Man sieht: Es kommt Bewegung in die Sache, von beiden Seiten. Und was tut unsere Diözesanleitung? Entgegen ihrer Aussage: **gar nichts.**

Vorschläge der Katholischen Bewegungen

Wir, die Katholische Männerbewegung (kmb), die Katholische Frauenbewegung (kfb), die Katholische Jugend (SKJ) und die Katholische Jungschar (KJS) haben zusammen mit anderen katholischen Vereinigungen und kompetenten Gläubigen bereits seit vier Jahren verschiedene Vorschläge erarbeitet, um das Kloster als Kraftort wieder zum Leben zu erwecken.

Zur Nutzung von Säben steht folgender Vorschlag im Raum: Für den Orden wird ein abgegrenzter Wohnbereich reserviert mit mehreren Zimmern (je nach Bedarf), Nasszellen, Küche, Aufenthaltsraum, Besprechungszimmer usw. Die Verwendung der restlichen riesigen Klosterimmobilie wird

Foto: Othmar Seehauser



zusammen mit den Katholischen Bewegungen und Verbänden geplant und zu einem Kraftort ausgebaut. So könnten dort verwirklicht werden: eine Pilgerherberge; Exerzitien; Treffen mit Firmvorbereitungsgruppen und Schulklassen; Mittelschulabschlusstage; Rückzugsort für Menschen, die Ruhe und Kraft suchen; für Priester - (auch) solche, die bereits in Pension sind und bereit wären, in Säben zu wohnen und mitzuwirken; ein Museum über das Kloster Säben und das Leben darin, u.v.m.

Auch Familien hatten sich bereiterklärt, in Säben zu wohnen und die geplanten Tätigkeiten mitzugestalten und umzusetzen. Vielleicht wäre es sogar möglich, Klosterfrauen zu gewinnen, wieder in Säben zu wohnen und zu wirken.

Bei einer Aussprache der Initiativgruppe Klausen mit Mutter Ancilla, der ehemaligen Äbtissin von Säben, hat sich diese sehr enttäuscht über die derzeitige Situation im Kloster gezeigt. Sie sprach die Hoffnung aus, dass sich auch Bischof Ivo dafür öffnet, wirklich Leben ins Kloster zu bringen, indem er mit den Katholischen Bewegungen zusammenarbeitet.

Beschlüsse der Diözesansynode

Diese Neubelebung würde auch den beiden immer noch nicht umgesetzten Beschlüssen der Diözesansynode (2013-15) entsprechen:



Foto: Diözese Bozen-Brixen

„Auf einem geeigneten Ort in unserer Diözese entsteht ein spirituelles Zentrum, das sich besonders der suchenden Menschen unterschiedlicher Alters- und Sprachgruppen annimmt.“ (Art. 317)

und:

„Die Diözese errichtet zusammen mit Ordensgemeinschaften und kirchlichen Vereinen, Verbänden und Bewegungen ein spirituelles Zentrum für suchende Menschen.“ (Art. 463)

Vielleicht gelingt es nun, nachdem auch Bischof Ivo der Meinung ist: **„Nichts tun geht nicht!“**, diese Vorschläge in Zusammenarbeit zwischen ihm und den



Foto: kmb

Katholischen Bewegungen zu besprechen und einen Plan für die Reaktivierung des Klosters auszuarbeiten.

Leider hat der Herr Bischof bisher immer wieder ein solches Treffen hinausgeschoben mit dem Hinweis, sie müsse zuerst vom Stift Heiligenkreuz erfahren, ob es in Säben bleiben will oder nicht, und mit welcher Besetzung. Die Heiligenkreuzer sind nunmehr seit rund zwei Jahren mit einem einzigen Pater in Säben und können oder wollen unserer Diözese keine bindende Antwort über ihre Pläne geben.

Solange drei Benediktinerinnen auf dem heiligen Berg Tirols wohnten und wirkten, hieß es, das Kloster sterbe aus. Nunmehr, da das Kloster mit einem einzigen Mönch des Stiftes Heiligenkreuz besetzt ist, wird dies von höchster Stelle als „neu belebt“ erachtet.

Das Stift Heiligenkreuz

Nicht zu vergessen, dass das Mutterhaus von Pater Kosmas, der nunmehr im Kloster wohnt, als stark konservativ eingestuft wird. Insbesondere wird laut Zeitungsberichten

und ORF auf Pater Edmund Waldstein hingewiesen, dem ein Naheverhältnis zu Putin und dem amerikanischen Vizepräsidenten Vance nachgesagt wird. Auch weitere sehr „unchristliche“ Einstellungen und Verhaltensweisen werden einigen Klostermitgliedern nachgesagt - siehe dazu auch unsere Impulsmappe vom Jahr 2025-2026. Das Stift Heiligenkreuz hat im letzten Jahr eine außerordentliche apostolische Visitation des Vatikans über sich ergehen lassen müssen. Außerdem scheinen die Ermittlungen des Landeskriminalamtes Niederösterreich gegen Unbekannt bzgl. anonymen Schreiben mit sehr schweren Vorwürfen bzgl. sexuellem Missbrauch noch nicht abgeschlossen zu sein. Ausgangspunkt war hier die Anzeige des Klosters. Vor kurzem ist nun der bisherige Abt, Maximilian Heim, zurückgetreten.

Im Interview mit der Wochenzeitschrift „ff“ vom 28.05.2026 gibt Pater Kosmas...

gar Einiges preis: So erklärt er, dass sich das Kloster zu den Untersuchungen ein Schweigegelübde auferlegt habe, sodass er nichts dazu sagen könne.

Der Nutzungsvertrag zwischen dem Stift Heiligenkreuz und der Diözese laufe bis Mitte des Jahres 2027. Erst dann würden die Heiligenkreuzer und die Diözese entscheiden, wie es mit Kloster Säben weitergehe. Und Bischof Ivo vertröstet uns Katholische Bewegungen von Trimester zu Trimester, er warte auf eine Entscheidung der Heiligenkreuzer, um Weiteres zu unternehmen. Warum diese Intransparenz und Geheimniskrämerei?

Als eine Delegation der **kmb** Pater Kosmas besuchte, um ihm die oben erwähnten Pläne zu unterbreiten, hörte er gar nicht zu, unterbrach ständig die Ausführungen und

lamentierte nur über die schlechten Zustände im Kloster: kein Besucher-WC, kein Warmwasser, keine Heizung, kaputte Rohre und Leitungen, Verfallserscheinungen u.v.m. An Selbstbewusstsein mangelt es ihm sicherlich nicht und ein Teamplayer ist er schon gar nicht. Als bei der Bürgerversammlung in Klausen eine Frau meinte, die Klosteranlage befände sich in schlechtem Zustand, sprang Pater Kosmas auf und widersprach lauthals unter Tränen.

Zur Frauenfrage meint er: „Im Kreis der Zwölf sind nur Männer für einen Dienst vorgesehen, dass es geweihtes Priestertum nur für Männer gibt, liegt in der Tradition Jesu.“

Wie schaut das „neue“ Leben auf Säben mit dem **Pilgerseelsorger** Kosmas aus? Er betreut zwar kleine Besuchergemeinschaften, Übernachtungen von Pilgern sind derzeit jedoch nicht vorgesehen. Jeden Tag wird eine Messe gelesen, auch wenn kein Besucher da ist. Pater Kosmas betet viel - immer auf Latein, auch wenn er allein ist. Zudem beschäftigt er sich als Mesner, Hausmeister, Putzmann usw. - er ist dort der

„**tuttofare**“. Ist dies wirklich das Leben, das sich der Bischof und Mutter Ancilla für Säben gewünscht haben?

Aussichten für die Zukunft

Die Katholischen Bewegungen bewerten den Aufzug für das Kloster negativ, da er nur für viel Verkehr sorgen und nicht die Erreichbarkeit für gehbehinderte und ältere Personen ermöglichen würde. Er würde ja nur

bis zur Liebfrauenkirche reichen. Interessanter wäre sicherlich der Vorschlag, der ebenso bei der Bürgerversammlung in Klausen eingebracht wurde, die Straße über Pardell



zu verbessern und somit die Zufahrt bis dorthin zu ermöglichen, evtl. mit einem Shuttle-Kleinbus mit Vierradantrieb. Von dort aus müsste die Möglichkeit geschaffen werden, ins Kloster hürdenfrei zu gelangen. Zudem sind Aufzüge im Kloster nötig, um dieses zu erschließen.

Diese Lösungen wären sicherlich sehr viel kostengünstiger als die geschätzten 27 Mio. Euro für den Aufzug. Dadurch wären zusätzliche Landesmittel verfügbar, um das Kloster so herzurichten, dass es belebt und für alle erreichbar würde und für viele sinnvolle Vorhaben gut genutzt werden könnte.

Die Katholischen Bewegungen wünschen sich einen Kraftort Säben, der diesen Namen auch verdient: der wirklich dazu beiträgt, dass Menschen zur Ruhe, zu sich selbst und zu Gott finden. Viele Ideen und Pläne dazu wurden untereinander ausgetauscht, erarbeitet und warten bereits darauf, dem Bischof unterbreitet und umgesetzt zu werden.

Unsere Diözesanleitung verwendet seit kurzem häufig ein neues, sehr positives Wort: **Synodalität**. Dies bedeutet laut Google wörtlich:

„gemeinsam unterwegs sein. In der Kirche sind damit ein Stil und eine Haltung gemeint, bei denen alle Getauften – Priester, Bischöfe und Laien – zusammen beraten, beten und auf den Heiligen Geist hören, um gemeinsam Entscheidungen für den Weg der Kirche zu treffen“.

Wenn **Synodalität** und die Aussage des Bischofs **„Nichts tun geht nicht!“**, ernst und ehrlich gemeint sind (und nicht nur leere Phrasen), so können wir hoffen, dass Säben wirklich bald ein Kraftort für viele werden kann!



Auszug aus dem Konzept aus dem Jahr 2022, erarbeitet u.a. von Lisa Huber.

Liebe Freunde der katholischen Männerbewegung in der Diözese Bozen-Brixen!

Es freut uns sehr, dass es auch mit unserem neu gewählten Präsidium der KMB Innsbruck einen guten und freundschaftlichen Austausch mit der **kmb** in Südtirol gibt!

Für die Wahlperiode von 2025 bis 2028 übernehmen

- Michael Plangger (Vorsitzender),
- Bernhard Kathrein-Wieser (stellvertretender Vorsitzender),
- Benedikt Josef Collinet (Präsidiumsmitglied) und
- Br. Erich Geir OFMCap (Geistlicher Begleiter)

in der KMB der Diözese Innsbruck Verantwortung. Gemeinsam wollen wir Männer in Tirol einladen, ihren Glauben aktiv zu leben und Gemeinschaft zu erfahren.

Wie gelingt ein sinnvolles Leben als gläubiger Mann in Kirche und Gesellschaft? Diese Frage bewegt die Mitglieder der Katholischen Männerbewegung (KMB) der Diözese Innsbruck.

Die KMB versteht sich dabei als offen, engagiert, solidarisch und spirituell. Sie spricht Männer jeden Alters und in allen Lebenslagen an – ob als Vater, Partner, Berufstätiger oder Ruheständler. Themen wie Berufung, Gesundheit, Freizeit und Spiritualität stehen im Mittelpunkt. Ziel ist ein Leben im Einklang von Körper, Geist & Seele.



Das neue KMB-Präsidium (v.l.n.r.): Br. Erich Geir, Benedikt Collinet, Michael Plangger und Bernhard Kathrein-Wieser



Ein besonderer Wegweiser ist für uns der heilige Josef als Landespatron Tirols. Sein Vertrauen und seine Tatkraft machen ihn zum Vorbild für Männer, die ihren Glauben im Alltag leben wollen.

Was wir konkret in den vergangenen Monaten von und für Männer veranstaltet und gefördert haben, findet man beispielhaft in Bild und kurzer Nacherzählung auf unserer Homepage, unter der Rubrik „aus dem Nähkästchen geplaudert“.

Dazu gehört eine Wallfahrt mit unserem Diözesanbischof zur Granatkapelle im Zillertal genauso wie das jährliche Preiswatten des Männerbundes Mieming, und vielfältige Angebote rund um Bildung und Solidarität.

Das Thema, welches uns die letzten beiden Arbeitsjahre in Österreich besonders beschäftigt hat, lautet FRIEDE und VERSÖHNUNG. Dazu haben wir bereits zweimal eine Sommerakademie auf Österreichebene veranstaltet, mit hochkarätigen Referenten, welche unsere Arbeit vor Ort nachhaltig prägen konnten.

Bei der zweiten Konferenz, im Juli 2026, in Pyhra/Niederösterreich, haben wir eine Erklärung verabschiedet, welche auch gut zu eurem Motto „Starke Männer zeigen Haltung“ passt:

MÄNNLICHE STÄRKE ZEIGT SICH NACH DEM EVANGELISTEN LUKAS NICHT IN HÄRTE ODER POLARISIERUNG, SONDERN IM MUT ZUR BARMHERZIGKEIT, DER AKTIVEN VERSÖHNUNG IM ALLTAG UND DER KLAREN ABSAGE AN POPULISTISCHE SPALTUNG. VERGEBUNG UND DIE SORGE FÜR GERECHTIGKEIT UND BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG SIND DIE GRUNDLAGE FÜR EINEN ECHTEN FRIEDEN. ALS KATHOLISCHE MÄNNERBEWEGUNG WOLLEN WIR RÄUME ZUR VERFÜGUNG STELLEN, IN DENEN VERSTÄNDNIS FÜR GEGENSÄTZLICHE STANDPUNKTE WACHSEN KANN. WIR SETZEN UNS DAFÜR EIN, DASS RELIGION NIE ALS RECHTFERTIGUNG FÜR GEWALT MISSBRAUCHT WIRD. IN DER NACHFOLGE JESU WOLLEN WIR DIE SPIRALE DER GEWALT DURCHBRECHEN. UNSER ZIEL SIND KLEINE, KONKRETE SCHRITTE, MIT DENEN WIR VERTRAUEN AUFBAUEN, WO MISSTRAUEN HERRSCHT.

ERKLÄRUNG DER KMBÖ-SOMMERAKADEMIE IN PYHRA 2026

Erst wenn wir gemeinsam, mit all unseren Unterschieden und Eigenheiten, auf die zentralen Werte unseres Glaubens schauen und uns darüber austauschen, können wir die wahre Größe der Liebe Gottes erfassen und gutes Leben in Fülle für alle Menschen ermöglichen.

In diesem Sinne freuen wir uns auf viele gemeinsame Begegnungen und Schritte der Zusammenarbeit mit euch allen!

Im Namen des Präsidiums der KMB Innsbruck begrüßt euch herzlich,

Michael Plangger
Vorsitzender



Der Vorsitzende Michael Plangger (2. v. l.) war bei unserer Vorstandsklausur in Vorarlberg zu Gast.

**Katholische
Männerbewegung
Diözese Innsbruck**



Riedgasse 9-11
6020 Innsbruck - AUSTRIA
Mail: kmb@dibk.at
www.dibk.at/kmb

Gesundheit & Glaube, Wander- und Besinnungstag im Schnalstal

*Die rührigen kmb-Dekanate Mals und Schlanders
(von Joseph F. Dietl & hannes Rechenmacher)*

Am 6. Mai hatte Klemens Rungg die kmb-Mitglieder der Dekanate Mals und Schlanders zu einer Gesprächsrunde zum Thema „Gesundheit & Glaube“ nach Kortsch eingeladen. Neben dem Referenten, dem ehemaligen Primar Dr. Werner Wallnöfer, sowie hannes Rechenmacher, fanden sich weitere 15 Männer ein. Eingeleitet wurde der Abend mit einer Besinnung entlang der ersten beiden Rosenkranzstationen und kurzen Einblicken in örtliche Geschichte und Kunst. Der heimische Künstler Karl Grassler hat die fünf Stationen des Rosenkranzweges gestaltet, wobei auf jeweils drei Tafeln der freudensreiche, der schmerzhaft und der glorreiche Rosenkranz dargestellt werden.



*Der Verantwortliche des Dekanates Schlanders,
Johnny Fleischmann*

Zwischendurch stellte Dr. Wallnöfer seinen beruflichen Werdegang als Facharzt der Dermatologie vor sowie seinen Einsatz im Pfarrleben von Bozen im Pfarrgemeinderat, in der Feier von Wortgottesdiensten und bei Führungen durch den Dom und den Domschatz von Bozen sowie zur weithin unbekannten Martinskirche in Kampill mit ihren wertvollen und eindrucksvollen Fresken. In der Zirmstube beim Sonnenwirt fand anschließend die Gesprächsrunde statt. Dabei wurden zuerst das Verhältnis zwischen Medizin und Religion, das nach Hildegard

von Bingen zu körperlicher und geistlicher Gesundheit führt, beleuchtet. Ebenso wurden die Zusammenhänge zwischen medizinischer Vorsorge, religiösen Ritualen, Gemeinschaft, innerem Frieden und dem Umgang mit Leid angesprochen.



*Dr. Wallnöfer (ganz rechts) legte seine
Ausführungen pointiert und mit viel Humor dar.*

Ganz praktisch forderte Dr. Wallnöfer die anwesenden Männer auf, alle von der Medizin vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen zu machen.

In der anschließenden Diskussion und beim gemeinsamen Abendessen wurden diese Gedanken vertieft, sodass die Teilnehmer wertvolle Impulse für körperliche, geistige und seelische Gesundheit mitnehmen konnten.

Der traditionelle Wander- und Besinnungstag der beiden Dekanate führte heuer hingegen ins Schnalstal. Am 18. Juli fanden sich neben den beiden Dekanatsverantwortlichen Johnny Fleischmann (Schlanders) und Klemens Rungg (Mals) weitere 19 Personen in Karthaus am Dorfbrunnen ein.



Der Direktor des Diözesanmuseums in Brixen, MMag. Peter Schwienbacher, ein Karthäuser und ehemaliges Mitglied des kmb-Diözesanvorstandes, führte locker und zugleich detailreich durch die ehemalige Klosteranlage Allerengelberg, aus der nach der Aufhebung im Jahr 1782 nach und nach das Dorf Karthaus entstanden ist. Vom Karthäuserorden stammt auch der Name des Dorfes.



Foto: kmb

Nach einer gemeinsamen Stärkung machten wir uns auf den Wallfahrtsweg nach Unser Frau. Dort kam uns auf halbem Weg Dietmar Rainer entgegen, der Präsident des Kulturvereines Schnals.



Foto: kmb

Der Verantwortliche des Dekanates Mals, Klemens Rungg, mit dem Schnalser Experten Dietmar Rainer

Besinnliche Pausen wechselten nun mit informativen Hinweisen über die Geschichte, die Struktur und die Zukunft der Gemeinde Schnals ab, die uns Dietmar Rainer gut verständlich und ansprechend zu vermitteln wusste. Besonders interessant war der Themenbereich bzgl. Tourismus. Einerseits lebt das Tal davon und es ist noch ausbaufähiges Potential vorhanden. Andererseits würde ein Mehr an Betten im Talschluss (Kurzas) sicher einen erhöhten Zuzug an neuen Mitbürgern bedeuten, was



Foto: kmb

Joseph F. Dietl (2. von rechts) hatte eine feierliche Mittagshore vorbereitet.

für eine so kleine Landgemeinde wie Schnals große Herausforderungen mit sich bringen würde.

Vor der Wallfahrtskirche in Unser Frau empfing uns Pfarrer Franz Messner, der seit 37 Jahren dort tätig ist und heuer in Pension geht. Gemeinsam mit Dietmar Rainer erklärte er uns die Geschichte des Wall-



Foto: kmb

fahrtsortes (seit 1304) und dessen Kostbarkeiten.

Mit einer Marienandacht, die von Dietmar auf der Orgel begleitet wurde, schlossen wir den inhaltlichen Teil ab.

Gesellig ließen wir es dann noch beim „Tonzhauser“ bei einer hervorragenden

Pizza ausklingen und kehrten mit dem Bus nach Karthaus zu unseren Autos zurück.



Foto: kmb

Gebi Schöpf, Dekan Stefan Hainz, Pfarrer Franz Messner, Dietmar Rainer, Klemens Rungg (v.l.n.r.)

Pilgern: Jeder Schritt ist ein anderes Empfinden.

Vorstandsmitglied Manni Doná im Gespräch mit der stellvertretenden Vorsitzenden der Pilgergemeinschaft Südtirol Ulli Gurschler Huber

Ulli, du kommst gerade von einer Pilgerwanderung zurück?

Ja, in der Tat - sogar von zwei: Eine fand im April statt, und zwar war ich da als Pilgerbegleiterin mit einer kleinen, aber sehr feinen Gruppe unterwegs von Lana über Grissian, Perdonig/Eppan bis nach Bozen im Rahmen des Sternpilgertages am 11. April. Und jetzt soeben bin ich zurück von der Vorbereitung der Sternpilgerschaft für den Abschnitt Spoleto - Assisi. Sie findet ja Ende September bis 4. Oktober statt.

Seit wann pilgerst du?

Ich habe mein Leben schon immer als Pilgerweg empfunden, denn es gibt so viele Auf und Abs und man ist immer wieder auf der Suche. Richtig angefangen habe ich, als mein Alltag zwischen Familie, Beruf, Ehrenamt usw. sehr fordernd wurde. Ich habe gespürt, dass ich mir etwas gönnen muss. Da habe ich mir dann Zeitfenster freigeschaufelt und bin mit spirituellen Impulsen losgezogen: morgens den Rucksack gepackt und aus dem Bauchgefühl heraus irgendwo hingefahren. Nach 6 - 7 Stunden - unterbrochen von kurzen Auszeiten, in denen ich mich mit den Impulsen auseinandergesetzt habe - bin ich aufgetankt und im Wohlbefinden zurückgekehrt.

Diese Erfahrung wollte ich für mich vertiefen und sie auch anderen ermöglichen. Mir kam dann die ehrenamtliche Tätigkeit im Diözesanvorstand der Katholischen Frauenbewegung gelegen, denn sie organisieren ja schon seit 25 Jahren die bekannten viertägigen Fußwallfahrten. Ich habe mich dort über fast neun Jahre lang engagiert - für mich hat sich da eine Welt aufgetan.

Das gemeinsame Erlebnis, sich mit Texten und Impulsen auseinanderzusetzen und dadurch einen neuen Blick zu gewinnen, war sehr verbindend. Die Erfahrung, Frauen zu begleiten, die gar nicht so sehr Ratsschläge, sondern vielmehr ein offenes Ohr für ihre Anliegen gesucht haben, hat mich sehr bereichert.

Was waren deine Beweggründe, mit dem Pilgern zu beginnen und was motiviert dich immer wieder aufs Neue zu pilgern?

Ein wichtiger Grund ist die Spiritualität, mein Leben am Leben Jesu auszurichten. Aufgewachsen in einer eher konservativen Familie, habe ich schon früh gegen diese Drohbotschaft rebelliert. Gott sei Dank habe ich dann im Religionsunterricht eine andere Sichtweise kennengelernt. Dies hat mich bestärkt, mein Leben auf das Liebende, das von Jesus ausgeht, und immer wieder auf das Positive auszurichten.

Ein weiterer Grund waren Schicksalsschläge, die ich nur mit Hilfe des Glaubens bewältigen konnte und wo ich in den kurzen Auszeiten immer wieder die Kraft des Glaubens erfahren durfte - ein großes Geschenk!

Man hört immer wieder, dass Menschen sich auf einsame Orte zurückziehen oder Yoga und Wellness-Wochenenden einlegen. Warum fiel deine Wahl aufs Pilgern?

Weil mir der Glaube an Jesus Christus einfach gezeigt hat: Das ist mein Weg! Ich erfahre auch, dass Menschen, die auf der Suche sind, nach einem Halt suchen. Und wenn ich als Begleiterin merke, dass sie dankbar sind für kleine spirituelle Impulse, dann hat sich die Entscheidung für mich gelohnt.

Suchen Menschen beim Pilgern tatsächlich Glaubens- oder Gottesbegegnung?

Ich bin überzeugt, dass alle die Kraft von oben suchen - manche benennen es konkret, bei anderen ist es vielleicht unbewusst. Im schweigenden Gehen macht man die Erfahrung, dass man sich selbst nicht ausweichen kann. Deshalb ist es sinnvoll, wenn möglich 3 - 4 Tage am Stück zu pilgern, damit man in einen Rhythmus hineinkommt. In der Selbstbegegnung kommen Emotionen hoch, die nach Möglichkeit aufgefangen und begleitet werden sollten.

Letztes Jahr habe ich ein paar Tage vor meinem Pilgern auf dem Franziskusweg eine Freundin getroffen, bei der ich mir nie sicher war, wie sie zu spirituellen Dingen stand. Als ich ihr von meinem Vorhaben erzählte, entschloss sie sich spontan mitzukommen. Schon am ersten Abend bemerkte ich, wie viel Gespür für den Schöpfungsgedanken, wie viel Spiritualität da ist. Das gemeinsame Pilgern hat uns einander noch näher gebracht. Dankbar für den offenen Umgang, das schweigende Miteinander und den Austausch sind wir glücklich in Assisi angekommen.

Das sind die Geschenke, die einem unbewusst begegnen, und zugleich die Bestätigung, dass sich den Suchenden die Gotteserfahrung im Gehen zeigt.

Das heißt, der Unterschied zwischen Pilgern und Spaziergehen liegt...

zum einen natürlich in der Dauer, aber zum anderen v. a. in der inneren Einstellung. Beim Spaziergehen lasse ich mich nicht bewusst auf meine innere Welt ein. Beim Pilgern bereite ich mich vor, setze mich unterwegs mit Impulsen auseinander und mache den Weg im Grunde mit mir selber - selbst, wenn ich in einer Gruppe unterwegs bin. Jeder Schritt ist ein anderes Empfinden.

Denkst du, pilgern ist nur etwas für eine bestimmte Art von Menschen oder würdest du es jedem empfehlen?

Also ich würde es jedem von Herzen empfehlen, dieses Wagnis einzugehen. Es kann natürlich sein, dass jemand überzeugt ist: „Das gibt mir gar nichts, ich brauche das nicht.“ Erfahrungsgemäß sind es gerade die, die dann bei einer Teilnahme die emotional intensivsten Herausforderungen zu meistern haben, weil sie merken: Da ist viel zugeschüttet und das kommt jetzt unterwegs im Schweigen zum Vorschein.

Das ist eben der springende Punkt: Muss ich mich auseinandersetzen? Oder: Will ich mich auseinandersetzen? Wenn ich bewusst losgehe, bereite ich mich auf die Reflexion vor. Wenn ich das Ganze nur als Wanderung betrachte, kann mich die Dynamik unvorbereitet treffen - und dann kann es unter Umständen auch heftig zugehen.

Welche spirituelle Kraft schöpfst du beim Pilgern?

Es ist eine Kraft, die trägt und hält und die ich in den Alltag mitnehmen kann - die mir auch dort dann hilft. Allerdings: Die Rückkehr von der Ruhe und der Selbsterfahrung in die Hektik kann auch eine Herausforderung sein.

Welche Tipps würdest du einem unentschlossenen Pilger geben?

Geh einen Tag bewusst los, als würdest du länger gehen! Nimm deinen Rucksack und lass dich tragen von der Schöpfung und von den Gedanken. Nimm dir einen Tagesimpuls mit. Such dir einen landschaftlich reizvollen Ausblick. Dann wirst du schnell verstehen, worum es hier geht.

Wie wirkt bei dir persönlich das Pilgern nach?

Es wirkt bei mir immer emotional nach. Wenn ich die Erfahrung herhole, möchte ich am liebsten gleich wieder losziehen. Für mich ist es eine enorme Kraftquelle, ohne die ich meine vielfältigen Herausforderungen nicht meistern könnte. Pilgern verschafft mir den Zugang zum Vertrauen. Für mich gibt es zudem eine starke Verbindung zu meinem Vater, der ein sehr gläubiger Mensch war: sein gesundes Vertrauen zu Gott und das Hinausgehen in die Weite, in die Natur, die Wertschätzung der Schöpfung, sein sorgsamer Umgang mit Wasser und seine biologische Schädlingsbekämpfung. Da war er seiner Zeit weit voraus. Mein Vater hat mich dadurch schon sehr geprägt: spirituell und in Hinblick auf die Wertschätzung der Schöpfung.

Wunderschönes Schlusswort, liebe Ulli, ich danke dir fürs Gespräch!

Pilgergemeinschaft Südtirol (PGS)

Kontaktmöglichkeiten:

Homepage: www.pilgern.it

E-Mail: info@pilgern.it



Pilgerausweise: erhältlich gegen eine Spende im kmb-Büro, Südtiroler Str. 28, Bozen
bitte Termin vereinbaren unter
info@kmb.it bzw. 320 444 5399

Die gute Seele der „Vereinszeitschrift“

30 Jahre lang gab der aus Bayern stammende Stephan Kosinski dem „Katholischen Sonntagsblatt“ ein (oft preisgekröntes) Gesicht. Er selbst hält sich lieber im Hintergrund.

Stephan, über drei Jahrzehnte warst du redaktioneller Mitarbeiter beim „Katholischen Sonntagsblatt“. Als originaler Bayer brachtest du den Blick von außen mit. Wenn du nun an deine Anfänge zurückdenkst, was kam dir eigenartig oder besonders „südtirolerisch“ vor?

Man zieht als Außenstehender ja Vergleiche mit dem, wo man herkommt. Was mich positiv beeindruckt hat, ist: Die Leute hier pflegen einen etwas lockeren Umgang mit Herausforderungen - zwar immer zielorientiert, aber doch mit einem gewissen Abstand, nicht so verbissen.

Dann der Umgang der Menschen untereinander: per du zu sein mit dem Chef, das war im Deutschland der 90er-Jahre unüblich. Das hat mich schon beeindruckt.

Dann auch die Herzlichkeit der Südtiroler. Natürlich musste man sich seinen Stand auch erstmal ein bisschen „erarbeiten“ und man wurde auf seine Koordinaten hin durchleuchtet.

Wenn man aber aus Bayern stammt, hat man schon ein paar Pluspunkte.

Was mich erstaunt hat, war die Trennung zwischen den Sprachgruppen. Natürlich war ich mit der Südtiroler Geschichte halbwegs vertraut und aus ihr heraus ist diese Trennung auch verständlich. Dass aber diese Grenzen noch so gravierend waren, hat mich schon verwundert. Deutschland war gerade wiedervereintigt worden und hatte eine starke europäische Perspektive – und hier war das Ganze schon sehr eng. Im kirchlichen Be-

reich hingegen gab es kaum einen Unterschied zu Bayern.

Gerade im Kirchlichen hat sich in den letzten Jahrzehnten gewaltig viel verändert. Welche Aspekte würdest du als die drei bedeutendsten beschreiben?

Sehr verändert hat sich der Beruf des Priesters und seine Position. Früher liefen alle Fäden bei ihm zusammen, heute muss sehr viel Arbeit eben auch abgegeben werden, was sich aus dem Priestermangel zwangsläufig ergibt. Das ist sicher eine sehr gravierende Veränderung.

Dann fällt auch der allgemeine Schwund an praktizierenden Gläubigen ins Auge. Es hat schon in meiner Anfangszeit begonnen. Bei uns beim Sonntagsblatt hat sich das natürlich auch durch den steten Rückgang der Auflagenzahlen bemerkbar gemacht.

Und als Drittes sind die Reforminhalte und -methoden zu nennen, z. B. die Synodalität. Natürlich wurde schon vor und nach dem II. Vatikanum der Ruf nach Reformen immer wieder laut. Mittlerweile hat die Auseinandersetzung mit diesen Inhalten aber den innersten Kreis der Kirche erreicht. Dass sich die Kirche jetzt schrittweise öffnet, finde ich sehr positiv.

Und wie hat sich die Rolle des „Sonntagsblattes“ in diesem Wandel verändert?

Zuerst müssen wir klarstellen: Es hat auch in vielen gesellschaftlichen Bereichen große Veränderungen gegeben, denken wir nur an die digitale Mobilität allgemein.

Die Rolle des „Sonntagsblattes“ hat sich v. a. inhaltlich geändert. Das hängt mit den gesellschaftlichen Neuausrichtungen zusammen. Als Redaktion ist man ja bestrebt, am Interesse der Leserschaft anzuknüpfen und die Themen aufzugreifen, die ihr unter den Nägeln brennen. Dadurch haben wir uns auch im Laufe der Jahre von einem (wenn man das Etikett verwenden will) etwas konservativen zu einem sehr offenen Blatt gewandelt. Es liegt auf der Hand, dass diese kritische Loyalität stets auf entsprechende



Im Jahr 2021 ausgezeichnet: eines der preisgekrönten Titelbilder von Stephan Kosinski

Art und Weise praktiziert wurde. Auch von der Ausrichtung her wurden wir vielfältiger: Während anfangs ausschließlich Artikel mit religiösen Inhalten oder direktem kirchlichen Bezug veröffentlicht wurden, haben wir heutzutage ein breiteres Spektrum wie z. B. Beiträge zu den Themen Politik, Umwelt, Natur, Forschung, Gesundheit, Kunst und Kultur. Der große Kontext Kirche, Bewahrung der Schöpfung und Spiritualität bleibt natürlich gegeben.

Vereinfacht ausgedrückt: vom kirchlichen Sprachrohr hin zur Brückenfunktion, wo auch kritische Anfragen von außen nach innen in die Kirche getragen werden.

Genau. Wir sind in der Tat so eine Art Brückenbauer. Die Rolle des kirchlichen Sprachrohrs, also der puren Information, erfüllt ja das diözesane Presseamt. Wir sehen unseren Auftrag dann darin, diese Inhalte aufzugreifen, zu vertiefen und die Reaktionen darauf einzufangen.

Obwohl du kein gelernter Journalist bist, hast du dich sehr gut in diesem Arbeitsbereich zurechtgefunden. So hast du für die grafische Gestaltung der Titelblätter zigfache Auszeichnungen erhalten. Wie viele waren es genau? Und wie hast du grundsätzlich das Arbeitsklima und den Umgang im kirchlichen Bereich erlebt?

Wir haben jährlich für ein oder mehrere Titelblätter Auszeichnungen erhalten, auch einmal für eine Broschüre, die wir gestaltet haben. Es dürften zwischen 30 und 40 „Awards“ gewesen sein - durchgängig in 20 Jahren.

Was das Arbeitsklima angeht, so sind meine Erfahrungen sehr positiv - vom Bischof angefangen über die Amtsleiter bis hin zu den Referenten. Von meinen Kollegen aus Österreich weiß ich, dass es dort Bischöfe gegeben hat, die regelmäßig direkt Einfluss auf die Inhalte der Kirchenzeitung nahmen. Das war bei uns der absolute Ausnahmefall. Grundsätzlich haben wir freie Hand und ein sehr, sehr gutes Miteinander - gerade auch im Redaktionsteam. Das braucht es aber auch, wenn so wenig Menschen zusammenarbeiten. Sonst würde es nicht (so gut) laufen.



Stephan Kosinski

- * 1965, wohnhaft in Oberbozen
- verheiratet
- 30 Jahre, 9 Monate & 15 Tage redaktioneller Mitarbeiter beim „Katholischen Sonntagsblatt“, weiterhin freier Mitarbeiter
- Lektor beim Rai-Radiogottesdienst
- Motto: Nicht lange reden, sondern handeln!

Wenn man die jüngeren Generationen anschaut, so nutzen sie klassische Printmedien kaum. Wie siehst du die Zukunft des Sonntagsblattes?

Die derzeitigen Entwicklungen treffen das Sonntagsblatt doppelt hart: Es interessieren sich immer weniger Menschen für die Kirche und sind daher auch nicht bereit, ein Abo für eine „Vereinszeitschrift“ zu kaufen. Und dann kommt noch das geänderte Leseverhalten dazu. Dringlichkeit (digital) und Sensation schlagen Recherche und Ausgewogenheit - die sich zwangsläufig auch in der Länge des Textes niederschlagen.

Ich bin überzeugt, dass das Printmedium eine Zukunft hat - wenn auch auf einer geringeren, aber „treuen“ Basis an Abos. Bei Digitalem ist es ja häufig so: aus den Augen, aus dem Sinn. Zugleich glaube ich, dass Qualitätsjournalismus bald wieder neu geschätzt wird. Und das Wesentliche: Als „Vereinszeitschrift“ leben wir auch von der Beteiligung und vom Interesse jener, denen Kirche ebenso ein Herzensanliegen ist wie uns.

Der Weltladen Latsch: Begeisterung und langer Atem

Vor sieben Jahren hat das Wochenmagazin „ff“ über die damals neue Aufgabe des ehemaligen Landesrates und SVP-Obmanns Richard Theiner als Obmann des Weltladens Latsch geschrieben und den Artikel damals so überschrieben: Der Weltladen Latsch lässt sinnieren.

Otwin Nothdurfter hat Theiner nun im Weltladen angerufen...

... und mit der Frage begonnen: Ob er das noch immer tue. Seine Antwort kam klar und ohne Zögern: Ja. Es sei immer noch eine spannende und herausfordernde Aufgabe. Vor elf Jahren hätten sich Freunde und Gleichgesinnte zusammengetan mit der Idee, im Vinschgau einen Weltladen zu gründen, erinnerte er. Dies sei eingehend besprochen und dann auch in die Tat umgesetzt worden. Es sei spannend und herausfordernd geblieben, betont Theiner. Und es bleibe schön,

„Heute mache doch niemand mehr etwas umsonst“, erinnert sich Theiner an einen Kommentar. Faszinierend sei deshalb auch gewesen zu beobachten, dass auch nach so vielen Jahren immer noch die meisten Ehrenamtlichen aktiv dabei sind und dass neue gewonnen werden konnten. Auch in Latsch habe man gezeigt, dass es auch auf dem Land möglich ist, über die eigenen Dorfgrenzen hinaus zu schauen und den Blick zu weiten. Viele hätten sich um die Sor-



sich in einer Gemeinschaft mit Fragen von Gerechtigkeit und Fairness zu befassen und gemeinsam Lösungen zu suchen. Es sei von Beginn an klar gewesen, dass es keine Aufgabe für Einzelkämpfer sei, dass es ein partizipativer Prozess sein müsse, in den viele eingebunden werden und die Ehrenamtlichkeit eine unverzichtbare Grundlage ist.

Es war wohl eine Art „Pionierarbeit“. Denn im Vinschgau hätten laut Theiner viele gar nicht gewusst, was „Fairer Handel“ bedeute und wie Ehrenamtlichkeit mit einer Handelstätigkeit verbunden werden könne.

gen anderer gekümmert und dabei auch sich selbst gefragt, welchen Beitrag man selbst leisten könne. Die Ehrenamtlichkeit ist – nicht nur für Richard Theiner – eine Grundlage des „Fairen Handels“. Ohne sie gäbe es die Weltläden gar nicht. Sie zahlen in der Regel einen höheren Preis als allgemein auf dem Markt. Aber nicht der Preis sei das einzig Entscheidende. Die Ehrenamtlichen bringen Ideen, Energie und Zeit ein, aber sie erfahren auch Gemeinschaft.

Aber auch der Weltladen braucht, wie andere Geschäfte auch, Kundinnen und Kunden. Möglichst informierte und motivier-

te. Auch deshalb organisiere der Weltladen viele Veranstaltungen, auf das ganze Jahr verteilt, über die auch die Presse und die lokalen Medien berichten.

Wie das „Faire Frühstück“. Am 16. Oktober 2026, dem Welternährungstag, gibt es beispielsweise einen Abend in der Basis Schlanders zu gelungenen Projekten im Vinschgau. Ein Thema, das auch im Vinschgau viele bewegt, ist die allgemeine „Teuerung“. Über sie kann auch der Weltladen nicht hinwegsehen. Der Obmann kann und will nichts beschönigen. Die Inflation habe auch dem Fairen Handel zugesetzt. Absolut, betont er sogar. Bis zur Corona-Pandemie habe es viele Jahre beinahe regelmäßig Zuwächse gegeben. Mit der Pandemie und dann auch mit dem Krieg in der Ukraine seien die Preise sprunghaft angestiegen, viele Bürger hätten sich hochwertige Produkte dann nicht mehr leisten können. Das habe seit Corona auch für den Weltladen Latsch einen schmerzhaften Umsatz-Rückgang bedeutet.



Seit einem Jahr aber wachse man wieder, betont der Obmann, dank Geduld und Innovation. Gerade der Weltladen Latsch habe sich immer wieder bemüht, eigene und neue Produkte zu entwickeln, etwa den Kaffee „Juanita“ oder einen Apfel-Mango-Saft. Beispielhaft sei auch, dass die Südtiroler Weltläden im Netzwerk organisiert sind und heuer im Sommer gemeinsam mit Alps Coffee drei neue Kaffeesorten entwickelt haben.



Otwin Nothdurfter

war von 2000 bis 2014 Mitglied im Landesbeirat für Entwicklungszusammenarbeit. Mit Landeshauptmann Luis Durnwalder besichtigte er Projekte in Costa Rica und in Indien und Indonesien.

Es gebe erfreulicherweise immer mehr Fair-Trade-Produkte, aber die Konkurrenz sei dadurch größer geworden, von Supermärkten und sogar von Discounter. Es finde also zum Teil eine Verlagerung statt.

Bei den Themen Gerechtigkeit und Nachhaltigkeit zeigt der Obmann Emotion, etwa wenn er von Begegnungen und Erfahrungen mit Partner-Organisationen in fernen Ländern berichtet. Besonders in Erinnerung sei ihm die Reise nach Honduras, in ein Biosphären-Reservat zu einem Indio-Stamm, wo dann gemeinsam mit Schreyögg der Kaffee Juanita produziert wurde. Spürbar ist nicht nur die Faszination des Obmanns, sondern eigentlich des gesamten Teams.



Foto: Weltladen Latsch

„Männer stärken. Beziehungen fördern. Verantwortung leben.“

Es gibt nur wenige Männervereine in Südtirol. Einer der wichtigsten neben der kmb ist der Verein Männerinitiative Pustertal - MIP EO.

Die Männerinitiative Pustertal (MIP) wurde im Jahr 2002 gegründet und ist seither die zentrale Anlaufstelle für Männer im Pustertal und nicht nur. Der Verein bietet Männern in belastenden Lebenssituationen eine verlässliche Anlaufstelle – insbesondere in Trennungs- und Scheidungssituationen. Diese Themen machen nach wie vor einen großen Teil der Anfragen aus. Darüber hinaus wenden sich viele Ratsuchende mit finanziellen Schwierigkeiten, Fragen zum Besuchsrecht oder zu Unterhaltszahlungen an die MIP. Auch das Thema Gewalt spielt immer wieder eine Rolle und erfordert besondere Aufmerksamkeit.



Foto: MIP

Mitglieder der Männerinitiative Pustertal

Die **kmb** und die **Männerinitiative Pustertal** (MIP) haben bei ihrem Treffen im August 2026 beschlossen, ihre bisherige Zusammenarbeit zu vertiefen und künftig noch enger zu kooperieren, um gemeinsame Anliegen stärker sichtbar zu machen.



Dabei bietet die MIP neben der Männerberatung, Rechtsberatung, psychologischen Begleitung/Beratung auch Familienmediation und Männergesprächsrunden an. Die regelmäßigen Treffen der Männergruppe finden im Abstand von

am Abend statt. Manchmal trifft es gut, einfach unter Männern zu reden – offen, ehrlich und ohne Druck und Angst.

Im Jahr 2025 haben 16 ehrenamtlich engagierte Mitarbeiter*innen der MIP insgesamt 1.118 Stunden für den Verein aufgebracht. Zudem nutzten 118 Ratsuchende die vielfältigen Unterstützungsangebote der MIP.

Männerinitiative Pustertal - MIP EO



Öffnungszeiten:

- Montag 14:00 Uhr - 19:00 Uhr
- Mittwoch 14:00 Uhr - 19:00 Uhr
- Freitag 08:00 Uhr - 12:00 Uhr

Kontakt Daten:

- Festnetz: 0474 555848
- Handy: 340 1896431
- WhatsApp: 340 1896431
- Facebook: <https://www.facebook.com/mip.pustertal/>
- E-Mail: info@mip-pustertal.it
- Homepage: www.mip-pustertal.it
- Standort: Dantestraße 2m, Sternhof, 39031 Bruneck
- Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/vTj2DUCgKEhxCMUQ9>

Die Vorlesungsreihe „Theologie & Philosophie im Kontext“

der Philosophisch-Theologischen Hochschule in Brixen bietet fünf interessante Termine zum Thema „**Mannsbilder - Männlichkeiten im Wandel**“

Die Vorlesungen finden jeweils donnerstags von 14:00-15:30 Uhr und von 16:00-17:30 Uhr statt.

- Am 22.10. geht es um die Männlichkeit im Alten Testament (Prof. **Arnold Stiglmair**), im Anschluss um die Männlichkeitsvorstellungen in der Antike und in den Evangelien (Prof. **Maria Theresia Ploner**).
- Am 29.10. behandelt Prof. **Martin Lintner** Männlichkeit und ihre Kritik im Licht der theologischen Geschlechterforschung.
- Am 26.11. setzen sich **Herbert Prugger & h. Rechenmacher** mit Männer und Spiritualität auseinander, danach beleuchtet **Erich Daum** den Mann aus psychologischer Sicht.
- Am 03.12. referiert der Männerforscher **Erich Lehner** über hegemoniale Männlichkeit und den aktuellen Stand der Forschung.
- Der Abschluss der Reihe findet am 10.12. mit **Matthias Oberbacher** (Dialogmethode) und **Guido Osthoff** (Caritas Männerberatung, Buchpräsentation) statt.



Information

Diese Impulsmappe ist im Büro der kmb erhältlich und ausschließlich für den internen Gebrauch bestimmt.

Anschrift kmb-Büro

Katholische
Männerbewegung
der Diözese Bozen-Brixen EO
Südtiroler Straße 28
I - 39100 Bozen
320 444 5399 - www.kmb.it
info@kmb.it - kmb.pec@pec.it

St.Nr. 94059030216

Büro

Pädagogischer Mitarbeiter und
Leiter des kmb-Büros:
Dipl. theol. Dipl. Soz.Päd. (FH)
hannes Rechenmacher, 320 444 5399

Bankverbindung

Raiffeisenkasse Ritten Gen.
IBAN: IT47 Z 08187 11600 000 000 717274
BIC: CCRTIT2TRIT



Impressum

Impulsmappe der kmb
zum Jahresthema 2026-2027

Herausgeber: Katholische Männerbewegung
der Diözese Bozen-Brixen EO

Redaktionsteam: Diözesanvorstand der kmb

Redaktion: Dipl.-Theol., Dipl.-Soz.Päd. (FH)
hannes Rechenmacher

Presserechtlich verantwortlich: Martin Lercher

Layout: hannes Rechenmacher

Druck: Südtirol Druck OHG, Tschermers

Finanzielle Unterstützung

Ein herzliches „Vergelt's Gott!“ an:



DIOZESE BOZEN-BRIXEN
DIOCESI BOLZANO-BRESSANONE
DIOZEJA BULSAN-PERSENON

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL



PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

Deutsche Kultur

Kalender 2026-2027

September 2026	Oktober 2026	November 2026	Dezember 2026	Januar 2027	Februar 2027
1 Di	1 Do	1 So Allerheiligen	1 Di	1 Fr Neujahr	1 Mo
2 Mi	2 Fr	2 Mo Allerseelen	2 Mi	2 Sa	2 Di
3 Do	3 Sa	3 Di	3 Do	3 So	3 Mi
4 Fr	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Do Unsinniger
5 Sa kmb-Herbsttagung	5 Mo	5 Do	5 Sa	5 Di	5 Fr
6 So	6 Di	6 Fr	6 So Feier Sternenkinder Bz	6 Mi Erscheinung des Herrn	6 Sa
7 Mo Schulbeginn	7 Mi	7 Sa	7 Mo	7 Do	7 So Faschingssonntag
8 Di	8 Do	8 So	8 Di Maria Empfängnis	8 Fr	8 Mo Rosenmontag
9 Mi	9 Fr	9 Mo	9 Mi	9 Sa	9 Di
10 Do	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Mi Aschermittwoch
11 Fr	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Do
12 Sa	12 Mo	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Fr
13 So	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Sa
14 Mo	14 Mi	14 Sa DT Mals & Schl. Marienberg	14 Mo	14 Do	14 So
15 Di	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr	15 Mo
16 Mi	16 Fr	16 Mo	16 Mi	16 Sa	16 Di
17 Do Pastoraltagung Brixen	17 Sa	17 Di	17 Do	17 So	17 Mi
18 Fr Pastoraltagung Brixen	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Do Beginn Exerzitien Marienbg.
19 Sa	19 Mo	19 Do	19 Sa	19 Di	19 Fr
20 So	20 Di Buchvorstellung MannSein	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Sa Ende Exerzitien Marienbg.
21 Mo	21 Mi	21 Sa Tagung Kath.Forum Brixen	21 Mo	21 Do	21 So
22 Di	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 Mo
23 Mi	23 Fr	23 Mo	23 Mi Weihnachtsgottesdienst für alleinstehende Männer	23 Sa	23 Di
24 Do	24 Sa	24 Di	24 Do Heiligabend	24 So	24 Mi
25 Fr	25 So PGR-Wahlen	25 Mi	25 Fr Christtag	25 Mo	25 Do
26 Sa	26 Mo	26 Do	26 Sa Stephanstag	26 Di	26 Fr
27 So Sonnenaufgang Weißhorn	27 Di	27 Fr	27 So	27 Mi	27 Sa
28 Mo	28 Mi	28 Sa Beginn neues Kirchenjahr	28 Mo	28 Do	28 So
29 Di	29 Do Beginn Exerzitien Marienbg.	29 So 1. Advent	29 Di	29 Fr	
30 Mi	30 Fr	30 Mo	30 Mi	30 Sa	
	31 Sa Ende Exerzitien Marienbg.		31 Do Silvester	31 So	

Kalender 2026-2027

März 2027	April 2027	Mai 2027	Juni 2027	Juli 2027	August 2027
1 Mo	9 1 Do	1 Sa Hl. Josef der Arbeiter	1 Di	1 Do	1 So
2 Di	2 Fr	2 So	2 Mi Tag der Republik	2 Fr	2 Mo
3 Mi	3 Sa	3 Mo	3 Do	3 Sa	3 Di
4 Do	4 So	4 Di	4 Fr	4 So	4 Mi
5 Fr	5 Mo	5 Mi	5 Sa	5 Mo	5 Do
6 Sa kmb-Frühjahrstagung	6 Di	6 Do	6 So Herz-Jesu-Sonntag	6 Di	6 Fr
7 So	7 Mi	7 Fr	7 Mo	7 Mi	7 Sa
8 Mo	8 Do	8 Sa	8 Di	8 Do	8 So
9 Di	9 Fr	9 So Muttertag, Christi Himmelf.	9 Mi	9 Fr	9 Mo
10 Mi	10 Sa	10 Mo	10 Do	10 Sa	10 Di
11 Do	11 So	11 Di	11 Fr	11 So	11 Mi
12 Fr	12 Mo	12 Mi	12 Sa	12 Mo	12 Do
13 Sa	13 Di	13 Do kmb-Nachtwallfahrt	13 So	13 Di	13 Fr
14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo	14 Mi	14 Sa
15 Mo	15 Do	15 Sa	15 Di	15 Do	15 So Maria Himmelfahrt
16 Di	16 Fr	16 So Pfingsten	16 Mi Schulende	16 Fr	16 Mo
17 Mi	17 Sa	17 Mo Pfingstmontag	17 Do	17 Sa	17 Di
18 Do	18 So	18 Di	18 Fr	18 So	18 Mi
19 Fr Josefi, Vattertag	19 Mo	19 Mi	19 Sa	19 Mo	19 Do
20 Sa	20 Di	20 Do	20 So	20 Di	20 Fr
21 So Palmsonntag	21 Mi	21 Fr	21 Mo	21 Mi	21 Sa
22 Mo	22 Do	22 Sa	22 Di	22 Do	22 So
23 Di	23 Fr	23 So	23 Mi	23 Fr	23 Mo
24 Mi	24 Sa	24 Mo	24 Do	24 Sa	24 Di
25 Do Gründonnerstag	25 So Tag der Befreiung Italiens	25 Di	25 Fr	25 So	25 Mi
26 Fr Karfreitag	26 Mo	26 Mi	26 Sa	26 Mo	26 Do
27 Sa Karsamstag	27 Di	27 Do	27 So Christophorus-Aktion	27 Di	27 Fr
28 So Ostern	28 Mi	28 Fr	28 Mo	28 Mi	28 Sa
29 Mo Ostermontag	29 Do	29 Sa	29 Di	29 Do	29 So
30 Di	30 Fr	30 So Fronleichnam	30 Mi	30 Fr	30 Mo
31 Mi		31 Mo		31 Sa	31 Di

WENN NÄHE ZÄHLT.

Klobenstein | Oberbozen | Unterinn | Bozen | Gries | Pillhof-Eppan



www.raikaritt en.it

 **RaikaRitten**

