

ypsilon

Magazin für Männer – Katholische Männerbewegung



www.kmb.or.at



Ausgabe 6 | Dezember 2017

Leben in Fülle.

Das Jahresthema der KMB. Seite 6

Glück ist Kopfsache.

Glücksforscher
Manfred Rauchensteiner. Seite 12

Unterwegs mit dem
SEI SO FREI-Nikolaus. Seite 18

Winterzeit ist (No)-Sports-Zeit?

Seite 14

Inhalt



6

Glauben

4 Basiswissen Reformation.

Was blieb vom
Reformationsjubiläum?

Arbeitswelt

5 Neutestamentliche Lesungen im Advent.

Advent

10 Advent stressfrei.

Wie unsere Leser es machen.

16 Weihnachten anderswo.

Wie rund um den Globus gefeiert wird.

18 Unterwegs mit dem Nikolaus.

Hautnah dabei beim Kinderbesuch.



10



12

Männerleben

6 Leben in Fülle.

Das neue Jahresthema.

8 Was kommt?

Höhepunkte aus dem
KMB-Arbeitsprogramm 2018.

12 Das Glück ist selbstbestimmt.

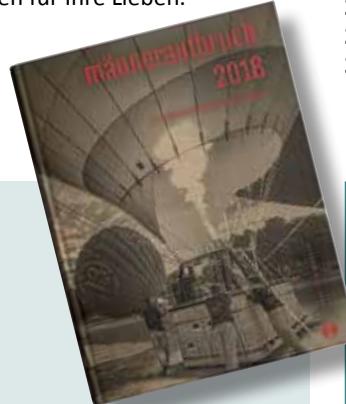
Interview mit Markus Rauchensteiner.

14 Sport im Winter.

Tipps für Männer.

17 Buchtipps.

Geschenkideen für Ihre Lieben.



Editorial



Lieber Leser, liebe Leserin!

So schnell geht es: Wenn sich ein Jahr dem Ende zuneigt, kündigt sich zugleich auch schon das nächste an. Daher haben wir dem künftigen Arbeitsjahr der KMB einen Schwerpunkt gesetzt. Reinhard Kaspar stellt Ihnen unser neues Jahresthema „Leben in Fülle“ vor, und im Anschluss können Sie sehen, welches Arbeitsprogramm sich Ihre KMB für Sie überlegt hat. – Ein sehr bunter Überblick über die Höhepunkte des nächsten Jahres! Tipps, wie Sie das nächste und alle weiteren Jahre möglichst glücklich verbringen können, gibt Ihnen Glücksforscher Markus Rauchensteiner in einem Interview, das von Luis Cordero und Reinhard Kaspar geführt wurde. – Rauchensteiner war übrigens auch Vortragender bei der diesjährigen Sommerakademie. Das große Thema in diesem Heft ist

aber natürlich Weihnachten gewidmet. Wir haben Leser gefragt, wie sie sich den Advent gut gestalten. Den SEI SO FREI-Nikolaus hat Petra Zöchmeister-Lehner auf seiner Tour begleitet, und nicht zuletzt berichtet uns Luis Cordero, wie anderswo Weihnachten gefeiert wird. Auch der Wintersport ist in dieser Ausgabe ein Thema: Für Sportler, Aktive und solche, die es noch werden wollen, gibt Bernhard Kindermann gute Anregungen zum Nachmachen. Unser Männermagazin erscheint übrigens mit der nächsten Ausgabe in einer neuen Inhaltsgestaltung. Mehr will ich an dieser Stelle nicht verraten – lassen Sie sich überraschen! Nun bleibt mir nur noch, Ihnen gesegnete Weihnachten und einen guten Rutsch zu wünschen. Viel Lesespass mit unserer neuen Ausgabe wünscht Ihnen

Eberhard Siegl

SEI SO FREI

24 Tansania-Reise mit Bischof Krautwaschl.

Kolumnen

4 Gott bewegt

6 X an Ypsilonon

19 Perspektiven

21 Vorgestellt

Service

20 Panorama

22 Termine

24 Ausblick

Geschenkidee

Der Männeraufbruch 2018 ist ein sinnstiftender Lese-kalender, der Männer auf ihrer ganz eigenen Reise durch das Jahr begleitet. Auf 232 Seiten widmet sich das Werk Männerthemen. Gefühle, Sucht, Ängste, Freundschaften, Älterwerden oder Vater-Sohn-Beziehungen sind nur einige Beispiele.

Der Buchkalender spricht Themen an, die für Männer von Bedeutung sind, über die sie aber nur selten reden. Die Texte regen zum Nachdenken an, erstaunen und bereichern. Und das in einem anspruchsvoll gestalteten Buch – das ideale Geschenk! Für Sie selbst oder für Ihren Partner, Freund, Vater, Sohn, Bruder oder Kollegen. Der Kalender kostet 24,95 Euro und kann über www.maenner-aufbruch.de oder den regionalen Buchhandel bestellt werden.

Von der Gesprächslosigkeit zum vertrauensvollen Miteinander

Dr. Wilhelm Krautwaschl, Diözesanbischof von Graz-Seckau und Referatsbischof der Bischofskonferenz für die KA und damit auch für die KMB, traf sich kürzlich nach einigen Anläufen mit dem KMBÖ-Vorstand zu einem konstruktiven Gespräch.

KMBÖ-Vorsitzender Dr. Leopold Wimmer stellte die KMB und deren vielschichtige Tätigkeiten in den Diözesen vor und übergab die neuesten Unterlagen, Tätigkeitsberichte,

Über Fragen des gemeinsamen Ziels ergab sich eine rege Diskussion mit guten Überlegungen, Anregungen und Vorschlägen der KMB-Männer und des Bischofs.

Breite Basis bei Entscheidungen und keine Schnellschüsse

Die Veränderungen in der Gesellschaft verlangen teilweise auch in der Kirche neue Wege. Diese sollen – hier bestand große Übereinstimmung – gemeinsam gesucht



Die KMB-Gesprächsrunde – v. re: Mag. Andreas Jakober (Geistl. Ass. KMBÖ), Diözesanobmann Helmut Wieser (ED Wien), Dr. Leopold Wimmer (KMBÖ-Vorsitzender), Diakon Dr. Paul Röttig (D. Eisenstadt), Referatsbischof Dr. Wilhelm Krautwaschl (D. Graz-Seckau), Vors.Stv. Helmut Dachs (ED Salzburg), Diözesanobmann Mag. Ernest Theussl (D. Graz-Seckau)

mehrere Ausgaben des Männermagazins y, Programme und Auseinandlungen zu Fragen der Gesellschaft. Schwerpunkte sind – neben der Arbeit in den Gruppen, Pfarren und Dekanaten – die Sommerakademie, der Vatertag und der faire Nikolaus, das Männermagazin y und besonders SEI SO FREI mit dem Romero-Preis – die entwicklungspolitische, missionarische Aktion der KMB.

Die KMB versteht sich als Gemeinschaft für alle Männer und ist mit ihren über 30.000 Mitgliedern die größte Männerorganisation Österreichs. Den so genannten „Laien“ wird in der Kirche künftig eine noch wesentlich größere Bedeutung zu kommen. Eine Arbeitsgruppe der Bischofskonferenz mit vier Bischöfen (Krautwaschl – KA, Freistetter – Laienrat, Schwarz – Pastoral, Turnovszky – Jungschar, Jugend, rel. Bewegungen) soll Vorschläge für Regeln des Laienapostolates auf Ö-Ebene erarbeiten. Dies findet grundsätzlich Zustimmung der KMB. _____

werden, getragen von gegenseitiger Achtung und Vertrauen. Leidvolle Erfahrungen in einzelnen Diözesen zeigen, dass „Schnellschüsse“ und Entscheidungen „vom grünen Tisch“ ohne intensive Gespräche und Einbeziehung der Betroffenen oft unnötige Verwundungen und Resignation verursachen und letztlich scheitern. Das Subsidiaritätsprinzip ist manchmal mühsam zu handhaben, aber es ist menschengerecht und effektiv.

Viele Menschen leisten in Familie, Gesellschaft und Beruf Herausragendes, und es wäre fahrlässig, wenn die Kirche diese Ressourcen nicht mehr nutzen würde. Die Belegschaft Vieler ist da, sich im Sinne des allgemeinen Priestertums verstärkt einzubringen. Motto: Mitarbeiter – Mitreden – Mitentscheiden. In diesem Sinne dankte Obmann Wimmer Bischof Krautwaschl für das gute Gespräch, was dieser dankend mit dem Hinweis erwiderte, dass eine Fortsetzung folge. _____

Helmut Wieser



Liebes Mitglied,
lieber Freund,
liebe Freundin der KMB,

ADVENT – adventus – Ankunft

Es ist lange her, dass die Tage des Advents Tage der Stille waren, in denen man bei kürzeren Tagen und längeren Nächten einen inneren Weg, Schritt um Schritt, bedächtig auf die eine Stelle, die Krippe, zog, in der man mitten im Dunkel ein Geheimnis empfing. Mehr als zwei Jahrtausende ist es her, seit das geschah, wovon Weihnachten erzählt. Viel zu lange?

Der Weg aus unseren Welten hin zur einfachen Welt des Stalles von Bethlehem ist weit. Aber wir sollten die Wahrheit suchen, die damals vor mehr als 2000 Jahren galt und heute noch gilt.

Die Gewalten, denen viele heute ausgeliefert sind, tragen andere Namen als damals, aber wir brauchen nicht weniger als unsere Vorfahren Licht, wo Dunkelheit herrscht, und Vertrauen mitten in den Träumen der Angst und Unsicherheit. Der Friede ist uns allen zugedacht.

Wir wissen, dass damals dem Gebot des Kaisers Augustus folgend, sich Maria und Josef aufmachten, um nach Bethlehem zu reisen. Sie kamen als Flüchtlinge dort an und suchten eine Herberge. Was unterscheidet die Beiden eigentlich von den heutigen Millionen Flüchtlingen auf den Straßen und auf den Meeren dieser Erde? Viele Menschen, besonders viele Kinder, verhungern, verdursten oder sterben mangels medizinischer Versorgung in Afrika, Asien und Südamerika. Der letzte Ausweg ist oftmals die Asylsuche in den vermeintlich so reichen Ländern anderer Kontinente.

Mag sein, dass uns das alte Bild von Krippe, Ochs und Esel in unserer säkularen Welt nicht mehr viel gibt. Viele haben ja nicht nur die Bilder verloren, sondern auch bereits das Fest und die Vorfreude der Erwartung dazu. Versuchen wir doch, besonders in der Zeit der Erwartung, auch uns immer wieder gegenseitig zu stärken, damit „unsere Füße den Weg zum Frieden finden“ wie der greise Priester Zacharias in der Weihnachtsgeschichte sagt.

Gott bewegt

Abram

Zunächst kennt die Bibel (Gen 12-25) Abram, der mit seiner Frau Sarai auf Auftrag Gottes aus Ur (Irak oder Nordsyrien) zunächst nach Haran (Türkei) über das heutige Syrien ins heutige Israel einwandert.

Beide sind nicht mehr jung – nach menschlichen Maßstäben werden sie niemanden haben, der im Alter für sie sorgt. Diese Menschen waren oft von Armut bedroht. Abram nimmt „das Schicksal“ in die Hand und zeugt mit einer Magd (ein Vorschlag seiner Frau) ein Kind. Die Bibel verschweigt auch nicht die negativen Folgen für die Beziehung von Sarai und der Magd.

Abram ist ein Mann, der stark auf Gott vertraut, sonst hätte er nicht seine Heimat, einen Großteil seiner Verwandtschaft und alles, was ihm bis dahin Sicherheit gegeben hatte, zurückgelassen. Dennoch reagiert er auch sehr ängstlich. Als er die Bewunderung für die Schönheit seiner Frau bemerkt, steht er nicht zu ihr und sagt, sie sei seine Schwester. Ihnen wird verheißen, dass aus Abram Abraham (Vater der Menge) und aus Sarai Sara (Herrin) werden wird. Ihre Zweifel an Gottes Verheißung haben ebenso Platz, wie die Freude darüber.

Der versprochene Sohn Isaak wird geboren und die Freude ist sehr groß. Einige Jahre später, so heißt es in der Bibel, stellt Gott Abraham (und Sara) auf eine extreme Probe: Er soll seinen Sohn opfern. Für uns unvorstellbar: Abraham hinterfragt scheinbar nicht und macht sich auf den Weg. Er wird dann von Gott am aufgetragenen Tun gehindert. Ein Hinweis, dass es wichtig ist, genau zu prüfen, was Gottes Wille ist? Sicher eine Ablehnung aller Kulte und Riten, wo Menschen geopfert werden, sowohl wörtlich als auch im übertragenen Sinn. Anselm Grün interpretiert die Bindung des Isaak als ein Auswandern aus den bisherigen Gottesbildern. Über Abrahams Tod erzählt die Bibel, dass er in hohem Alter, betagt und lebenssatt starb.

Abraham spielt eine wichtige Rolle im Judentum als Stammvater Israels, als Vater im Glauben für das Christentum und Abraham wird im Koran als Freund Gottes bezeichnet.



Hans Wimmer
Geistlicher
Assistent der
KMB-Linz

Foto: Evangelische Kirche in Österreich, 180851_epdHusar_1



Was blieb vom Reformationsjahr?

Teil 7 der Serie: Basiswissen Reformation

Nachdem die große 500-Jahr-Feier am Rathausplatz hervorragend über die Bühne gegangen war, ging ein großes Aufatmen durch die Kirche.

18.000 Menschen hatten sich rufen lassen, um mitzufeiern und sich von dem vielfältigen Angebot begeistern zu lassen. Unter dem Motto: Reformation bewegt“ waren unzählige Attraktionen zu den Themenbereichen Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung vorbereitet worden. Dieses Motto wird auch weiterhin bleiben, denn diese drei Themenkreise werden auch weiterhin unsere Zukunft bestimmen. Das Arbeitsjahr 2017 der evangelischen Kirchen in Österreich stand unter dem Motto „Freiheit und Verantwortung. Diese beiden Begriffe sind die Pole, um die sich evangelisches Bewusstsein, Handeln und Denken drehen. Beides ist eng miteinander verbunden.

Verantwortung für sich und die Gemeinschaft

Nur wo der Einzelne bereit ist, Verantwortung für sich selbst und die Gemeinschaft, in der er lebt, zu übernehmen, kann auch Freiheit wachsen. Sie ist überall dort gegeben, wo wir bereit sind, für Überzeugungen, die mit unserem Glauben vereinbar sind, auch öffentlich einzutreten: Seien es die Bewahrung der Schöpfung, das Eintreten für Menschenrechte weltweit oder die Demokratie

als die bisher beste, aber immer noch verbesslungsfähige Möglichkeit des friedlichen Miteinanders – all dies sind Felder, in denen sich Glaube bewähren kann.

Der wahre Schatz der Kirche ist das Evangelium, schreibt Martin Luther in seinen 95 Thesen, mit denen die Reformation vor 500 Jahren eingesetzt hat. Dieser Schatz ist die Botschaft von Gott freier Gnade und der Kraft des Glaubens. Das Evangelium, die Botschaft von Jesus Christus gibt uns Halt und Orientierung, die gerade in einer Zeit massiver Veränderung so dringend gebraucht wird. Doch was wird bleiben, wenn alle Feierlichkeiten vorbei sind? Es ist auf jeden Fall die Erkenntnis, dass die Reformation bewegt – und wenn wir dies auch in Zukunft zulassen, dürfen wir zuversichtlich und froh die Herausforderungen der Gegenwart annehmen. Wir dürfen uns für eine glaubensstarke, offene und einladende Kirche einsetzen und unsere Verantwortung für das Zusammenleben in Gerechtigkeit und Frieden wahrnehmen.

Was heißt dies im ökumenischen Kontext? Es gilt, nicht hinter die Fortschritte der letzten Jahre zurückzufallen, sondern mutige Schritte zu setzen, damit das Getrenntsein an dem einen Tisch des Herrn überwunden wird und wir alle eins werden im Namen Jesu. Ich wünsche uns als evangelische und katholische Christen, dass wir beflügelt durch den Heiligen Geist an dieser Aufgabe weiter arbeiten.

Senior Michael Wolf

Der Autor ist Evangelischer Pfarrer der Christuskirche 1100 Wien

In den letzten Tagen werden Spötter kommen ... Die neutestamentlichen Lesungen an den 4 Adventsonntagen

Das II. Vatikanische Konzil hat in seiner Konstitution über die heilige Liturgie, Sacrosanctum concilium, vom 4. Dezember 1963 gefordert, dass bei den „heiligen Feiern eine reichere, vielfältigere und passendere Lesung der Heiligen Schrift eingeführt wird, um den Tisch des Gotteswortes reicher zu bereiten.“

Geleitet von dieser Zielsetzung wollen wir ein wenig verleiten, den angebrochenen Advent dazu zu nutzen, sich mit Texten aus der Bibel, unserer Glaubensquelle, näher zu befassen. Und dazu wählen wir die vier neutestamentlichen Lesungen der Adventsonntage aus: 1Kor 1,3-9; 2Petr 3,8-14; 1Thess 5,16-24; Röm 16,25-27.

Drei der genannten Briefe stammen vom Apostel Paulus. Der eine ist das älteste Stück des Neuen Testaments überhaupt, der Brief an die Thessalonicher, aus den Jahren 50/51. Paulus war mit Silas und Timotheus selbst dort gewesen. Sie wurden aber aus der Stadt gewiesen und wanderten nach Süden. Aus Korinth schrieb er den Brief. Nach eineinhalb Jahren zog er weiter nach Ephesus. Von dort ging zu Ostern 53 der Brief an die Korinther ab. Während des 2. Aufenthalts in Korinth schrieb er um 57/58 den berühmten Brief an die Römer. Der 2. Petrusbrief ist ein fiktiver Brief aus dem Ende des 1. Jahrhunderts, der dem Apostel Petrus zugeschrieben wurde. Er ist deshalb bedeutsam, weil er subtile Einblicke in eine ernste Krise der frühchristlichen Gemeinden vermittelt.

Der Tag des Herrn

Es steht heute außer Zweifel, dass die Urgemeinde ganz stark von der



Foto: Fotolia

nahe bevorstehenden Wiederkunft des auferstandenen Christus geprägt war. Die Jünger waren schon deshalb alle in Jerusalem verblieben, weil sie diese Stadt als den Ort der Wiederkunft ansahen. Paulus ist ein beredtes Beispiel für diese Denkungsart. Er blieb wahrscheinlich deshalb unverheiratet, weil er meinte, dass es sich angesichts des nahen Endes, das man sich mit der Wiederkunft Christi verbunden dachte, nicht mehr lohne, zu heiraten, „denn die Gestalt dieser Welt vergeht“.(1Kor 7,31)

Im Hintergrund steht die alte Joelverheißung vom nahen Tag des Herrn, vor dem alle Bewohner des Landes zittern sollen, denn es ist ein Tag des Dunkels und der Finsternis. (vgl. Joel 2,1)

Weil dieser Tag wie ein „Dieb in der Nacht“ kommt, werden die Menschen aufgefordert, wachsam zu sein, „damit sie ohne Tadel sind bei der Ankunft unseres Herrn Jesus Christus“. (1Thess 5,23) Ebenso im Brief an die „Kirche Gottes, die in Korinth ist“. Auch sie warten auf die Offenbarung Jesu Christi, und Paulus ermahnt sie, dass „sie schuldlos seien am Tag unseres Herrn.“ (1Kor 1,7)

Warum die Spötter?

Am Ende des ersten Jahrhunderts waren es schon mindestens zwei Generationen, die in dieser Hoffnung gelebt haben, und nun mit ansehen mussten, wie der erste Schwung verschlossen ist, weil das Ende nicht absehbar war. Darauf geht der Schreiber des zweiten Petrusbriefes ein: „In den letzten Tagen werden Spötter kommen und sagen: Wo bleibt seine verheiße Ankunft?“ (2Petr 3,3)

Darauf musste eine Antwort gefunden werden, nach innen wie nach außen. Und man fand sie, wie so oft, in der „Schrift“, im Alten Testament, wie wir heute sagen würden. „Der Herr der Verheißung zögert nicht, wie einige meinen“ (2Petr 3,9), sondern sein Maß ist ein anderes als das menschliche. Bei uns muss alles immer schnell gehen und sofort sich ereignen, Gott hingegen ist „geduldig“, bei ihm sind 1000 Jahre wie ein Tag – so hatte man schon jahrhundertelang mit dem Psalm 90 gebetet. Die neutestamentlichen Lesungen der Adventsonntage gemahnen uns: Lasst euch nicht anstecken von der Hektik und Schnelllebigkeit der Zeit, haltet inne und geht mit Geduld und Augenmaß dem Leben entgegen! __

Ernest Theußl

Obmann der KMB Steiermark und Theologe

X an Ypsilon

Gottgewollt?

In diesen Tagen ein weitverbreitetes Zitat von Barack Obama auf Twitter am 13.8.2017: „Niemand wird geboren und hasst jemand anderen wegen seiner Hautfarbe, seiner Herkunft oder Religion.“

Es macht nachdenklich ...

Ausschnitt aus dem Lesebrief von Peter W. (SN 22.8.2017): „... kein Kind wird wohlbehüteter aufwachsen, wenn ich meinen Lebensgefährten nicht heiraten darf...“

Es macht mich betroffen ...

Ein Freund von uns hat vor Kurzem seinen Freund „geheiratet“, standesamtlich, wie es nun rechtlich möglich ist. Die Beiden strahlten um die Wette, die Partnerschaft ist besiegt. Der kirchliche Segen jedoch muss (noch) ausbleiben. Ich stelle mir die Frage, wie es wohl wäre wenn wir „Heteros“ schief angeschaut würden, als „krank“ beschimpft würden, ... geschweige denn kirchlich heiraten dürften. Ich wäre totunglücklich, mich schämen zu müssen, meine Beziehung geheimhalten zu müssen und in Konsequenz aus meiner Kirche auszutreten, weil ich mich nicht angenommen fühle. Denn Gott hat mich so gewollt, als Frau, die einen Mann liebt...

Unser Freund ist auch Gott gewollt und er liebt einen Mann. Wer nimmt sich das Recht heraus, darüber zu urteilen? Den göttlichen Segen zu verwehren? Was uns fremd ist, „befremdet“. Ein Schwarzafrikaner an der Supermarktkasse? Ein muslimischer Syrer an meinem Tisch? Ein Schwuler, der seinen Geliebten innig umarmt? Eine Iranerin mit Burka im Museum? Ertappen wir uns nicht alle, dass wir gar nicht so „nächstenliebend“ sind, wie wir vorgeben? Versetzen wir uns manchmal nicht zu wenig in die Lage des/der Anderen? Wir wollen schlicht und einfach nicht ständig „irritiert“ werden, oder?

In diesem Sinne: Wir sind dazu geboren, unseren Nächsten zu lieben, gleich welche Hautfarbe er/sie hat, welche Religion oder Herkunft. Wir sind alle von Gott gewollt und reiner Zufall ist der Ort, das Land, wo wir hineingeboren worden sind.



Monika Kößlbacher
Schneiderin und
Schriftstellerin
und lebt in
Seekirchen am
Wallersee.
monika.koesslba-
cher@aon.at

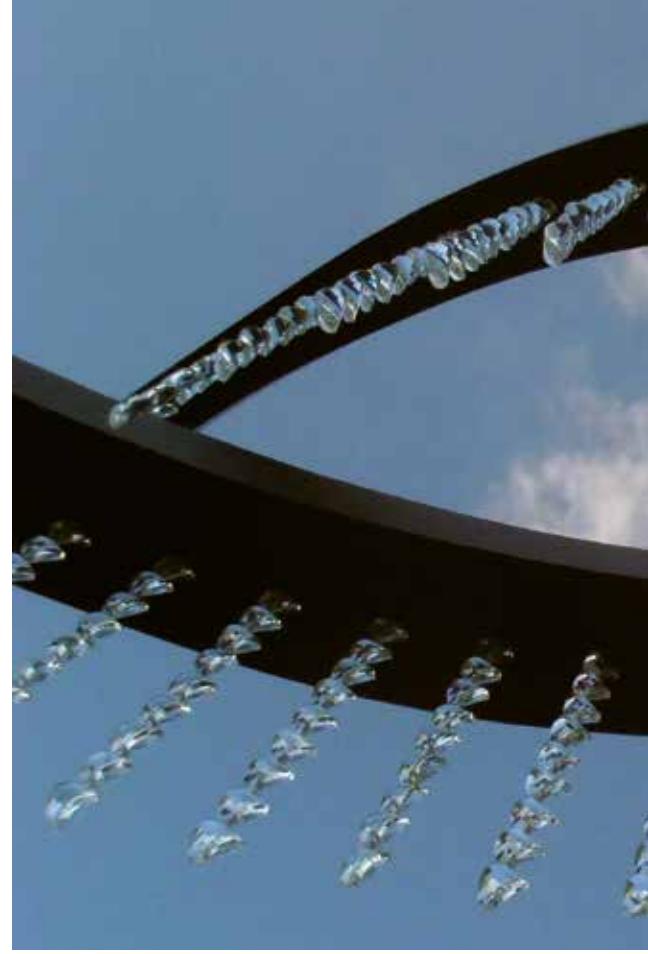


Foto: Reinhard Kaspar

... Bezugnehmend auf einen Titel aus den Jugendtagen von Konstantin Wecker „Genug ist nicht genug!“ fragt man(n) sich des Öfteren: Ist mein Leben nicht schon übervoll? Mein Terminkalender lässt mir kaum Zeit für ruhige Abende, wenn ich zum Briefkasten gehe, fällt mir schon die Fülle an Werbeprospekten entgegen, im Supermarkt habe ich bei jedem Produkt eine Auswahl, die mir die Entscheidung schwer macht. Angesichts der Überfülle an Information scheitere ich oft daran, das herauszufiltern, was mich wirklich interessiert. Die Fülle an Möglichkeiten nährt die Angst, das Wichtigste zu verpassen.

Bei der Fülle des Lebens denken wir aber nicht nur an uns. Wir wissen, dass Jesus diese Fülle für alle Menschen wollte. Wir können nicht tatenlos zulassen, wenn Menschen bei uns und in anderen Ländern die Lebenschancen geraubt werden. Männer der Katholischen Aktion soll man auch daran erkennen, dass sie sich für ein lebenswertes Leben für alle Menschen einsetzen.

„Ich wünsche Euch für dieses Jahr, dass Ihr auf dem gemeinsamen Weg in der KMB den Geschmack des Lebens neu entdeckt und weiter-

gebt“, so abschließend Steiner im Arbeitsheft.

Lebensfülle aus der Kraft des Glaubens

Welche Fülle ist gemeint, wenn Jesus für uns die „Fülle des Lebens“ (Joh 10,10) will? Im Männertagsreferat, das Dr. Stefan Schlager für uns vorbereitet hat, wird deutlich, dass Jesus die Entfaltung unseres Lebens meint. Es geht um die Tiefe unserer Beziehung zu den Menschen und zu Gott und nicht um die materielle Fülle eines Immer-mehr.

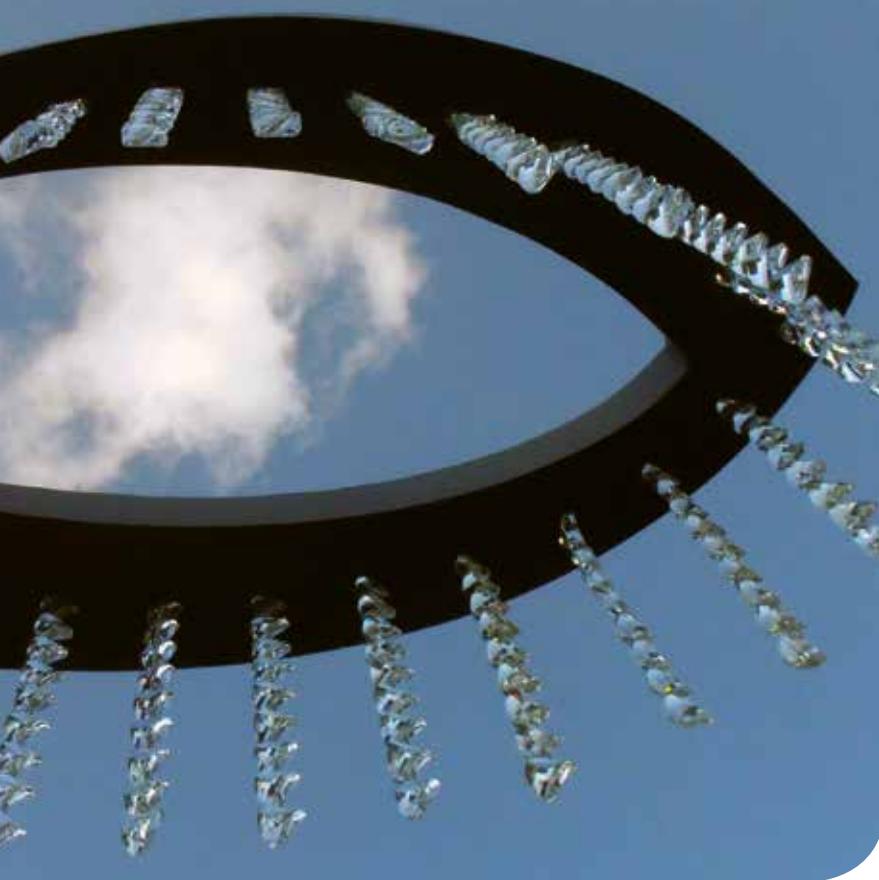
Abraham als Begleiter

Für unseren biblischen Begleiter in diesem Jahr ist die Fülle in seinem Leben ein roter Faden bis zu seinem Tod, wo es heißt, er starb „lebenssatt“. Aber lange Jahre musste Abraham in dem Widerspruch leben, dass ihm Gott zwar Nachkommen so zahlreich wie die Sterne am Himmel versprochen hatte, ihm aber Kinder bis ins hohe Alter verwehrt wurden. Der versprochene Sohn Isaak wird geboren und die Freude ist sehr groß. Einige Jahre später – so heißt es in der Bibel – stellte Gott Abraham (und Sara) auf eine extreme Probe: er solle seinen Sohn op-

Leben in Fülle

„Liebe Männer!

In diesem Jahr geben wir uns nicht mit Kleinigkeiten zufrieden – wir gehen auf's Ganze“, motiviert Diözesanobmann Bernhard Steiner in der ersten Aussendung, die alle Funktionäre bekommen ...



fern. Für uns unvorstellbar: Abraham hinterfragt scheinbar gar nicht und macht sich auf den Weg. Er wird dann von Gott am aufgetragen Tun gehindert. Ein Hinweis, dass es wichtig ist genau zu prüfen, was Gottes Wille ist? Sicher eine Ablehnung aller Kulte und Riten, wo Menschen geopfert werden, sowohl wörtlich als auch im übertragenen Sinn.

Leben in Fülle trotz Handicap

Bei unserer größten öffentlichen Veranstaltung zu Beginn des Arbeitsjahres – unserem Diözesantag – haben wir einen Referenten eingeladen, der durch einen Unfall nun im Rollstuhl sitzt. Er hat sein Leben dennoch im Griff – trotz Handicap hat sich Dr. Christoph Etzelstorfer in einer Sportdisziplin äußerst erfolgreich in Szene gesetzt. Mit viel Ausdauer, Willenskraft und Fleiß hat er es zu außerordentlichen Erfolgen als Handbiker im Rollstuhl gebracht. Er berichtet aus seiner Erfahrung mit dem Umgang mit Schicksalsschlägen und Beeinträchtigungen, so bekommt die Fülle des Lebens noch einmal einen ganz neuen Geschmack.

In einem Vorschlag für den Gottes-

dienst bei Männertagen oder männerbezogenen Anlässen steht die Zusage im Mittelpunkt, dass wir Salz der Erde sind. Salz gibt nicht nur dem Leben seinen Geschmack, es macht auch durstig, Durst auf das Wasser, das belebt. Ein schönes Bild für unseren Auftrag als christliche Männer.

SEI SPO FREI

Mit SEI SO FREI® – der entwicklungspolitischen Organisation der Katholischen Männerbewegung – leisten wir einen wichtigen Beitrag. Eine Umfrage bei Pfarren mit Ansprechpersonen hat ergeben, dass diese Pfarren zu 100% die Sammlung im Advent durchführen. Somit kann Man(n) wiederum behaupten – SEI SO FREI gibt der KMB ein Profil, die Entwicklungszusammenarbeit (EZA) ist Kernbereich der KMB-Arbeit und ein großer Auftritt nach außen. Auch bei der Integration von Flüchtlingen sind Männer der KMB in den Pfarren aktiv und wir wissen, dass dies zusätzlich zu den verantwortlichen Aufgaben als Pfarrgemeinderäte und Leiter von Wortgottesfeiern in Pfarren in den letzten Jahren dazugekommen ist. _____

Reinhard Kaspar

KMB-Organisationsreferent der Diözese Linz

Männerrunde zu Lebenskrisen

Für das Arbeiten in einer Männergruppe, Männerrunde und/oder als Impuls für einen „Männerabend“ hat Wolfgang Schönleitner zehn Zitate zusammengetragen und empfohlen, selber zu entscheiden, welchem Zitat man(n) zustimmt und welches irritiert oder abzulehnen ist:

- 1 „Die Krise ist ein produktiver Zustand. Man muss ihm nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.“ (Max Frisch)
- 2 „Es gibt zu viele Möglichkeiten, als dass man Pessimist sein kann. Es gibt natürlich auch zu viele Krisen, als dass man einfach Optimist sein kann. Ich sage immer: Ich bin Possibilist, ich sehe Möglichkeiten.“ (Jakob von Uexküll)
- 3 „Wir sollten von den Chinesen lernen – die haben das gleiche Schriftzeichen für Krise und Chance.“ (Richard v. Weizsäcker)
- 4 „Wir hätten so gerne Ewigkeit, Sicherheit, Dauerhaftigkeit und Unvergänglichkeit im Besitz, im Denken und im Sein. Doch unser einziger Besitz ist Veränderung.“ (Jean Tinguely)
- 5 „Allen Veränderungen, selbst jenen, die wir ersehnt haben, haftet etwas Melancholisches an; denn wir lassen einen Teil von uns selbst zurück; wir müssen ein Leben sterben, ehe wir ein anderes beginnen können.“ (Anatole France)
- 6 „Der einzige, der wirklich Veränderung will, ist ein Baby mit nassen Windeln.“ (Manfred Spitzer)
- 7 „Wenn der Wind des Wandels weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen.“ (Chinesisches Sprichwort)
- 8 „Ohne den Mut, die Küsten aus den Augen zu verlieren, werden keine neuen Welten entdeckt.“ (André Gide)
- 9 „Wenn du die Dinge anders als gewohnt machst, lässt du zu, dass ein neuer Mensch in dir wächst. Aber die Entscheidung liegt bei dir.“ (Paolo Coelho)
- 10 „Wenn man etwas Neues macht, ist man nicht sicher, ob es besser wird. Aber wenn etwas besser werden soll, muss man etwas Neues machen.“ (Georg Chr. Lichtenberg)

Nach einer Einzelphase tauschen die Männer ihre „Erkenntnisse“ aus.

Höhepunkte aus dem k

Das nächste Jahr ist schon ein bisschen in Griffweite gerückt. Die Katholischen Männerbewegungen in den einzelnen Diözesen haben sich für 2018 wieder viele tolle, lustige, spannende und auch lehrreiche Aktionen und Angebote für Sie überlegt. Schauen Sie selbst, was 2018 so alles in den österreichischen Diözesen abgehen wird.



KMB Salzburg

Männertag, Väterfestival und Ehebegleitseminare

Die KMB bietet 2018 zum dritten Mal das Programm Männerarbeitswelt an. Dabei geht es beim Männertag am 6./7. April auch darum, von Dingen loszulassen, die belasten. Der Titel des Männertages lautet folgerichtig: „Loslassen als neue Freiheit“.

Damit die Vereinbarkeit von Familie und Beruf besser gelingt, werden im Programm „Männerarbeitswelt“ vom Männertherapeuten

Björn Süfke Rollenbilder beleuchtet. Diese Veranstaltung hat sich aus dem letztjährigen Männertag in St. Virgil entwickelt und soll im Jahre 2019 eine inhaltliche Fortsetzung finden. Die KMB Salzburg setzt damit den neuen Akzent, dass Seminare aufeinander aufbauen, sie somit mehr als nur Einmal-Impulse sind.

Bei einer Happy Hour in der Stiegl-Brauwelt wirft Prof. Anton Bucher die Frage auf, „warum unsere Kinder nicht glauben können?“ Weiters will der Pubertätsstammtisch mit dem Titel „Du bist so peinlich“ Eltern die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch geben.

Das zweite österreichische Väterfestival steht in Seekirchen im Mai vor der Tür. Wir gründen eine Vater-Kind-Band und freuen uns auf den Sonnenaufgangs-Gottesdienst am Wallersee. Auch das Vater-Kind-Programm wird ausgebaut. Neuer Schwerpunkt sind Vater-Kind-Abenteuer, die gezielt auf die Teilnahme von Vätern mit nur einem Kind abzielen, um diese Beziehung bei einer Kanufahrt bzw. im Hochseilgarten zu stärken. Schließlich sind bis zu 15 Veranstaltungen mit dem Schwerpunkt Männerspiritualität geplant, etwa die Tage der Stille in Maria Kirchental oder Ehevorbereitungs- und Begleitseminare.

Alle Programme sind vom durchgängigen spirituellen Grundsatz geprägt, dass die Katholische Männerbewegung als Teil der Kirche, die „Sorgen und Ängste, die Freuden und Hoffnungen der Menschen von heute“ ernst nimmt.

Andreas Oshowski

KMB-Diözesanreferent Salzburg



Foto: KMB-Linz

KMB Oberösterreich

70 Jahre KMB

Wir feiern an dem Ort, an dem die KMB ihre Wurzeln hat. Im Protokoll von der Tagung der Diözesanen Männerwerke Österreichs im Mai 1948 in Lambach ist zu lesen: „Oberösterreich ist nun daran, von den Männertagen zur Männerbewegung vorzuschreiten.“ Und weiter unten: „Es wird beschlossen, an den Hochwürdigsten Episkopat folgendes Schreiben zu richten: Die Vertreter der Diözesanausschüsse Österreichs haben auf der Konferenz zu Lambach am 13.5.1948 beschlossen, das Katholische Männerwerk Österreichs zu bilden und bitten den Hochwürdigsten Episkopat um die Bewilligung nach beiliegenden Leitsätzen. Die Katholischen Bewegungen sollen die offizielle Laienvertretung der Katholiken Österreichs in allen öffentlichen Belangen darstellen.“

70 Jahre Männerarbeit

Den ersten Auftrag zu „Erforschung der Männer“ wurde von der Männerbewegung an Prof. M.Paul Zulehner vergeben. Er machte unter anderem mit Begriffen wie „Halber-Mann, der zerissene Mann“ Studien zum Mann-Sein.

60 Jahre SEI SO FREI

Diese Kombination von „Hände anlegen und die Pfarre mitgestalten“ bis hin zur Unterstützung von Menschen in Ländern des Südens (erste Sammelaktion für Afrika 1958) ist ein Markenzeichen der letzten Jahrzehnte in der KMB.

Reinhard Kaspar

Organisationsreferent der KMB

ommenden Arbeitsjahr



KMB Steiermark

Zum 30. Mal: Politikerbesinnungstag in Fernitz

Die KMB lädt alle Politiker und Politikerinnen zu einem „Nachdenk-Vormittag“, aber auch alle sonst im öffentlichen Leben stehenden Personen, wie Schuldirektoren, Vereinsfunktionäre, Vorstandsmitglieder in einzelnen Körperschaften und Gremien. Die Idee stammt von Josef Hubmann, und er blieb bis heute der unermüdliche Motor dieser Veranstaltung. Begonnen hat es mit dem Thema „Glaube und Gemeindepolitik – unsere öffentliche Verantwortung“, und daran reihten sich weitere wie über Werte in unserer Gesellschaft, die geistigen Wurzeln Europas, die Zeichen der Zeit bis hin zum Experiment Papst Franziskus. Namhafte Referenten sorgten dabei kontinuierlich für Qualität, unter ihnen die polnische Botschafterin Irena Lipowicz, Günther Nenning, Hubert Feichtlbauer, der Grazer Bürgermeister Alfred Stingl und der ehemalige Vizekanzler Josef Riegler. Ort ist das Veranstaltungszentrum Fernitz, Zeit ein Sonntagvormittag in der Fastenzeit.

Der Politische Emmausgang

Im Dekanat Deutschlandsberg gibt es seit dem Jahr 2000 den „Politischen Emmausgang“ als Initiative der KMB, um eine Brücke zwischen Kirche und Politik zu schlagen. Ernest Theußl, der 25 Jahre Gemeinderat in Deutschlandsberg war, ist der Vater dieser Idee. „Was sind das für Dinge, über die ihr auf dem Weg miteinander redet?“ lautet die berühmte Frage des Auferstandenen an die verstörten Emmausjünger. (LK 24,17) Miteinander gehen und über Dinge reden, die uns alle angehen oder die uns bewegen. Konkret geht das so: Man trifft sich (meist am Sonntag nach Ostern) in jeweils einer anderen Pfarre zu einem meditativen Spaziergang mit einzelnen Stationen, an denen geladene Politiker verschiedener Parteien ein Statement zum Tagethema halten, es wird gesungen, ein Stück des Rosenkranzes gebetet und in freier Unterhaltung weitergegangen. Der Abschluss ist meist in der Pfarrkirche des Ortes. In einer Agape klingt der Sonntag-Nachmittag der Begegnung von Politik und Kirche, die beide im Dienst am Menschen stehen, gemütlich aus.

Ernest Theußl

Obmann KMB Steiermark

KMB Burgenland

Als Volk Gottes unterwegs durch Raum und Zeit

Als Christen sehen wir unsere Kirche meist mit der Geburt Jesu beginnen, vergessen jedoch, dass Gott schon viele Jahrhunderte vor unserer Zeitrechnung mit seinem Volk einen Bund eingegangen, den er auch mit seiner Menschwerdung in Bethlehem nicht auflöste. Gott lässt sein Volk niemals im Stich, auch wenn wir in unserem persönlichen Leben sein Handeln bisweilen nicht erkennen.

Für das Besinnungswochenende im Stift Vorau (im Februar 2018) hat sich die KMB der Diözese Eisenstadt vorgenommen, zwei „heile Eisen“ dieser leidenschaftlichen Beziehung Gottes zu seinem geliebten Volk näher zu betrachten.

Erstens: Jesus wurde nicht als „Christ“ – und schon gar nicht als Katholik – geboren, sondern als gläubiger Jude. Er setzte das Gesetz Gottes, die Tora, nicht außer Kraft, sondern entkleidete es seiner allzu kasuistischen Gesetzlichkeiten. Somit stellt sich die Frage, welche Bedeutung die Schriften des Alten Testaments im Leben un-



Foto: Stift Vorau, Manfred Glössl

serer heutigen Kirche des Neuen Bundes hat. Zweitens wollen wir gemeinsam der Frage nach dem Bösen in der Welt nachgehen. Wie kann sich der fürsorgende Gott des Alten Testaments, den uns Jesus als barmherzigen Vater „ans Herz“ gelegt hat, in dem Unheil, dem Leid, der Gewalt und in der Sünde – auch unserer Kirche – rechtfertigen?

Paul F. Röttig
KMB Burgenland

Advent

Pläne für die

Jedes Jahr nehmen sich viele von uns vor, sich den Advent bewusst und möglichst stressfrei zu gestalten. – Mit genau dem gegenteiligen Effekt. Wir haben unsere Leser gefragt, wie sie sich die Adventszeit gestalten. Vielleicht sind da ja ein paar Tipps für Sie dabei?



Bewusst planen

Der Advent beginnt mit der Segnung des Adventkranzes: Christus – das Licht kommt langsam näher. Das Feiern der Rorate gibt einem Adventmorgen ein ganz besonderes Flair, wöchentlich besuche ich diese Hl. Messe um 05:45 Uhr. Am Vorabend des Hl. Nikolaus versuche ich bei

Hausbesuchen ein Leuchten in Kinderaugen zu zaubern, eine besonders schöne Form meinen Namenstag zu feiern. Zu Mariä Empfängnis werde ich ganz sicher nicht einkaufen gehen, dann schon lieber das Adventkonzert des Singkreises sowie einige Pfarren besuchen und für die Aktion „Sei-So-Frei“ werben. Die betriebliche Weihnachtsfeier wird nicht am letzten Tag angesetzt, um den Mitarbeitern die Möglichkeit zu geben, kurz vor dem Heiligen Abend noch einmal so richtig durch-zu-schnaufen. Beim Feiern der Christmette entlädt sich die Anspannung. Das Warten hat sich gelohnt. Christus der Retter ist da ...

Ing. Gerald Schloffer (50), Unternehmer, Hausmannstätten/Steiermark



Brucknerchor singt Adventkonzert der KMB-Münichholz in Steyr



Wegbereiter sein

Sagen wir's mal offen: Es gibt sympathischere biblische Gestalten und Heilige als Johannes den Täufer. Ständiges Reden von Umkehr, nicht selten mit harten Formulierungen und deftigen Ausdrücken, was sich gelegentlich auch noch gegen ganze Personengruppen richtet. Muss das sein? Ja, es muss, weil Johannes in der notwendigen Deutlichkeit zum Ausdruck bringt, wer und was kommen wird: „Bereitet dem Herrn den Weg“ (Jes 40,3)! Jeder von uns kann und darf, wenn auch freundlicher und umgänglicher als der Täufer, im Advent zu einem solchen Wegbereiter werden, für sich wie für andere.

Mag. Robert Ganser (61), kirchlicher Angestellter, Apetlon, Burgenland



Gedanken zur Erwartung

Es gibt Menschen, die sich aus anderen Gründen nicht mit Gedanken über opulente Geschenke plagen müssen oder vielmehr können. Auf dem immer dynamischer und daher wärmer werdenden Globus gibt es immer noch viele

Menschen, denen es am Nötigsten fehlt, auch in Österreich, einem der reichsten Länder auf unserem „gemeinsamen Raumschiff“ (O-Ton: +Hubert Feichtelbauer). An diese Menschen zu Weihnachten, am Geburtstag von Jesus, der zum Christus wurde, zu denken, das ist – so glaube ich – auch eine der vielen möglichen „Varianten von christlich“. Möglicherweise sogar fruchtbarer als sich zu sehr mit Gedanken zu plagen „wie man selbst in den Himmel kommt“. Adolf Kolping hinterließ uns dazu: „Die Zeit wird euch lehren, wo die Not ist.“

Johann Wutzlhofer (69), Pensionist



Beruhigung

„Advent ist für mich eine Zeit des Zur-Ruhe-Kommens in Richtung Weihnachten. Ich nehme mir dabei Anleihen bei der Natur, die sich nun zurückzieht, in eine Phase eintritt, um neue Kräfte zu sammeln. Dieses Zurückziehen bedeutet für mich allerdings nicht, auf Gesellschaft zu verzichten, sondern ich versuche, speziell die vier Adventssonntage, im Kreise meiner Familie und mit Freunden, bei mir wichtigen Gesprächen und gemeinsamen Essen, zu verbringen. Hier und da besuche ich natürlich auch Adventmärkte.“

Reichebner Andreas (53), Grafiker, Journalist, Lehrer, St. Pölten (NÖ)

Adventszeit



Seelenstillstand



Seit ich mich erinnern kann lebt in mir eine brennende Sehnsucht nach Gott, nach dem Reich Gottes, und zugleich der Wunsch, es möge sich in einer gerechteren Welt bereits abbilden. Ich bin Theologe geworden, um diese Sehnsucht zu verstehen und an einer besseren Welt mitzuwirken. Die Momente der Sehnsucht nenne ich Seelenstillstand, weil in diesen Augenblicken die Erfüllung gewiss ist. Daraufhin lebe ich. So bin ich allezeit ein adventlicher Mensch und brauche keine jahreszeitlich bestimmte Vorbereitung. So wie bei Jesus aus Gott ein besonderer Mensch hervorgeht, ist jede Geburt ein Weihnachtsfest. Als ich an einem heißen Julitag 1983 unser erstes Kind Johanna im Arm hielt, verstand ich zugleich Weihnachten.

Wilhelm Achleitner (65), Direktor des Bildungshauses Schloss Puchberg, Wels/OÖ

Auszeit im Advent



In der Schule ist gerade der Dezember oft gefüllt mit Schularbeiten, Tests und Referaten. Hinzu kommen für die Jugendlichen meist auch gesellschaftliche Erwartungshaltungen auf Adventmärkten und bei Punschständen vorbeizuschauen. Trotzdem, oder vielleicht gerade deswegen, erlebe ich bei meinen SchülerInnen ein großes Bedürfnis nach einer Auszeit im Advent. Gerade der Religionsunterricht bietet hier Platz für Meditation und Stilleübungen. Von manchen erst belächelt, für andere schwer auszuhalten, erlebe ich dennoch meist sehr viel Wertschätzung für die Zeit, die ich ihnen und sie sich selbst damit schenken.

Michel Pötzlberger (38), Religionslehrer, Krenglbach/OÖ



Dem Trubel entkommen



Alle Jahre wieder nehme ich mir vor, die Adventszeit bewusster, ruhiger und ohne Stress anzugehen und mich auf das Wesentliche zu konzentrieren: die Freude über Jesu Geburt und wertvolle und sinnvolle Zeit mit meinen Lieben. Alle Jahre wieder holt mich der Trubel ein: Arbeit, Weihnachtsfeiern, Christkindlmarkt und Last-minute-Geschenke-Stress. Alle Jahre wieder frage ich mich, wie ich dem entkommen kann. Vielleicht reicht ein bewusst gesetzter Akzent, mich auf den Boden zu holen, vielleicht öffnet mir ein Weihnachtssessen mit Obdachlosen zusammen mit den Patres und Brüdern im Franziskanerkloster einen neuen Blick, vielleicht ist dieses Jahr dann nicht alle Jahre (wieder).

Christoph Kandlbinder (32), Assistent KMB Salzburg / Salzburg





„Ich kann mich immer dafür entscheiden, glücklich zu sein!“

Wer auf Google nach „Glück“ sucht, erhält etwa 190.000 Treffer. Es gibt sogar ein Land – nämlich Butan – das den Wohlstand in Bruttonationalglück misst und auch einen eigenen Glücksminister hat. Glücksforscher Manfred Rauchensteiner hielt zum Thema „Glück“ einen Vortrag bei der diesjährigen Sommerakademie. Luis Cordero und Reinhard Kaspar haben mit ihm ein Interview geführt.

Wie definieren Sie Glück?

Rauchensteiner: Glück ist das, was automatisch entsteht, wenn ich aufhöre, mir Unglück zu bereiten.

Bei Ihren Thesen ist immer die Rede von „Aufwecken – Menschen aus dem Tiefschlaf des Alltags holen“ – was bedeutet das?
Rauchensteiner: Generell heißt aufwecken, dass ich sehr bewusst gewisse Dinge mache. Das heißt, dass ich immer mehr Verhaltensweisen, die ich mir angeeignet habe, genau anschau und überprüfe. Dann entscheide ich bewusst, ob ich das so leben will, oder nicht. Ich beobachte mich selber wie ich auf gewisse Situationen oder Geschehnisse reagiere und entscheide: Möchte ich jemand sein, der so oder so

reagiert, oder würde ich gerne jemand anderer sein und anders reagieren?

Wenn ein Mann sagt „Ja ich möchte das so ändern“ – was ist dann der nächste Schritt?

Rauchensteiner: Der Schritt ist, dass er etwas anderes tut als früher, mehr braucht er da nicht machen. Eine Veränderung ist ganz einfach – ich habe nur etwas anders zu tun als normalerweise und dann ist automatisch eine Veränderung damit verbunden. Wenn ich immer das gleiche mache, habe ich keine Veränderung.

In Ihrem Vortrag sagten Sie: „Glücklich sein ist eine Entscheidung, die man selber trifft!“

Rauchensteiner: Ich kann mich immer dafür entscheiden,

glücklich zu sein, egal was passiert. Von dem her ist es eine Entscheidung, die ich über das Körpergefühl wahrnehme. Aber es ist ein schlechtes Ziel, immer glücklich sein zu wollen, weil dies nicht passieren. Es wird etwas im Leben auftauchen, worüber ich nicht glücklich bin, wie zum Beispiel ein Strafzettel am Auto. Ich bin zuerst enttäuscht, aber jetzt habe ich den Strafzettel und ich übernehme dafür die Verantwortung, sonst hätte ich ja keinen Strafzettel. Ich akzeptiere den Strafzettel und habe somit den Widerstand aufgelöst. Akzeptanz ist immer etwas, das automatisch ein glückliches Gefühl bereitet – automatisch, da brauchen wir uns überhaupt nicht mehr darum kümmern.



Ihre Empfehlung ist also „Man(n) soll zu den Gefühlen stehen?“

Rauchensteiner: Ja, sich erlauben glücklich, aber auch unglücklich zu sein. Ich kann nicht verhindern, dass das Gefühl auftaucht, dass es mir nicht gut geht. Das wird immer so sein, aber ich kann bestimmen, wie lange ich in dieser „Verurteilung“ drinnen bleibe oder nicht. Je bewusster diese Entscheidung ist, desto besser fühlt sie sich an. Männer wollen oft glücklich mit einer anderen Person sein – oder glauben, nur mit einer anderen Person glücklich sein zu können. Wenn ich glaube, es geht mir nur gut, wenn der andere Mensch da ist, begebe ich mich in eine Abhängigkeit. Das stimmt aber nicht, denn egal wie gut die Beziehung ist, es wird immer etwas auftreten, wo mich der andere scheinbar unglücklich macht. Das ist immer dann, wenn ich glaube, der andere sollte wieder anders sein als er ist. So z. B. könnte ich auf meine Frau ganz stolz sein, dass sie so mutig ist, mich zu betrügen, weil sie muss damit rechnen, dass ich sie verlasse – das wäre eine Haltung (lacht). Ich würde es anders machen: Wenn es mir wichtig ist, dass ich möglichst schnell wieder schmerzfrei (leidfrei) bin, ist

es am besten zu sagen „Schatzi, du darfst es jetzt leben, wie immer du willst, nur ich bin nicht mehr dabei!“

Messbares Glück

Wie wird Glück erforscht?

Rauchensteiner: Es geht ganz viel um Befindlichkeiten – was macht etwas mit mir, wenn dies oder jenes in meinem Leben passiert? Es ist dies das Abfragen der Vorderseite deines Körpers – zwischen dem Kinn und Bauchnabel; fühlt es sich eingengt und druckvoll an oder weit und leicht? Kann ich gut tief Luft holen oder bleibt mir der Atem weg? Es gibt Botenstoffe, die unser Körper produziert, diese Botenstoffe werden gemessen. Überprüft wird das durch Vorgabe von Situationen und Blutabnahmen vor und nach einer Streitsituation.

daran, dass es den Menschen gut geht.

Es wird oft gesagt, je weniger ein Mensch hat, desto glücklicher ist er oder sie.

Rauchensteiner: Wichtig ist, dass die Grundbedürfnisse erfüllt sind. Das Überleben muss gesichert sein: dass man nicht erfriert, dass man nicht verhungert. Alles andere sind Zuckerln, die einen glücklich oder unglücklich machen können. Es gibt Personen, die haben Existenzängste, obwohl sie Millionen auf der Kante haben. Diese Existenzängste sind berechtigt, aber jeweils nur für diese Person, nicht für jemanden, der überhaupt nicht in die Nähe eines solchen Vermögens kommen kann. Wir haben eventuell kein Verständnis für das, aber es ist dem Körper des Betroffenen total egal, er zeigt die Symptome von



Die Lang-Version dieses Interviews befindet sich auf unserer Homepage:

www.kmb.or.at

Bhutan und Bruttonationalglück- Glück ist wichtiger als Wirtschaft?

Rauchensteiner: Es ist dort im Gesetz verankert. Alles, was die dortige Regierung tut, ist, dass sie wirklich Zeit und Geld investiert, dass es den Menschen dort möglichst gut geht. Die Einreise in Bhutan kostet heute richtig viel Geld und mit diesem Geld wird die Forschung finanziert. Es wird sehr häufig gefragt, was jeder Einwohner gerne an Verbesserung an Lebensqualität hätte. Wovon bräuchte man noch mehr, um glücklich zu werden? Der Staat hat ein hohes Interesse

„Luft wegleiben“. Wenn Angst da ist, ist sie da.

All diese Gefühle sind nicht direkt mit der Außenwelt gekoppelt, sondern sie sind in uns drinnen. In Wirklichkeit ist das ganze Leben in uns drinnen – wir nehmen alles über unsere Sinnesorgane wahr und somit aus uns heraus. Das Hier-und-Jetzt ist immer der einzige Zeitpunkt, wo man eine Empfindung oder einen Gedanken haben kann. —

Luis Cordero

Presse- und Öffentlichkeitsarbeiter der

KMBÖ

Reinhard Kaspar

Organisationsreferent der KMB-Linz

Kälte, kurze Tage, lange Nächte sind die eine Seite des Winters, blauer Himmel und hoffentlich schneebedeckte Landschaften die andere Seite. Dies erzeugt ein Auf und Ab für die Motivation zum Sporttreiben.



Foto: Fotolia

Winterzeit

ist (No)-Sports-Zeit?

Es wird uns ja nicht leicht gemacht. Der Frühling mit seinen ersten warmen Tagen, das Aufleben der Natur, alles wird wieder lebendig. Der Sommer, mit Urlaub und langen Tagen, der Herbst mit seiner bunten Vielfalt an Farben und prächtigen Natur, laden zu Bewegung und Sport ein. Plötzlich kommt – obwohl von plötzlich keine Rede sein kann – der Winter, mit Nebel, ungemütlichen Temperaturen, langen Nächten und dann auch noch Schnee. Die Lust auf Bewegung und Sport sinkt rapide Richtung Nullpunkt. Man könnte fast sagen mit der Temperatur. So als ob wir uns in einen kollektiven Winterschlaf begeben würden.

Zwar bringt die Weihnachtszeit mit ihren kulinarischen Köstlichkeiten einen Motivationsschub, allerdings ist dieser „Ausreißer“ nach oben nur von kurzer Dauer.

Raus ins Freie!

Muss das aber sein? Müssen wir im Winter zu Couch- und Internetsur-

fern werden, müssen wir es dem Bären gleich tun und Winterschlaf halten? Die Antwort lautet: Nein! Es gibt eine große Bandbreite an Möglichkeiten, um auch in der kalten Jahreszeit aktiv zu bleiben und von der positiven Wirkung auf Körper und Geist über das ganze Jahr zu erhalten. Wenn wir von Sport und Bewegung sprechen, ist nicht nur die Schi- oder Langlaufwoche gemeint, sondern der Wechsel zwischen unterschiedlichen Sportarten.

Sport-Tipps

Nach wie vor ist Schneeschuhwandern eine Sportart mit steigendem Potenzial. Im Grunde genommen ist es dem Wandern und Berggehen ähnlich. Nach einer wenig Übung ist man mit den Schneeschuhen ziemlich sicher unterwegs. Neben der positiven Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem werden auch Bein- und Gesäßmuskulatur beansprucht und trainiert. Ausrüstungstechnisch werden neben einer Wanderausrüstung

noch spezielle Schneeschuhe benötigt. Viele Vereine und Organisationen, wie z.B. die Diözesansportgemeinschaft, bieten geführte Touren an. Diese Sportart eignet sich auch hervorragend für winterliche Wallfahrten. Schneeschuh Touren sind bei jedem Wetter ein Erlebnis und sollte kein Schnee liegen, zieht man einfach Wanderschuhe an.

Direkt vor der eigenen Haustür bietet sich Nordic Walking an. Ist auf den ersten Blick möglicherweise nicht die Herausforderung für Männer, aber der richtige Stockeinsatz führt zu einer ordentlichen Belastung des Herz-Kreislauffsystems wie auch der Oberkörpermuskulatur. Über Varianten der Wegführung, flach, bergauf und bergab, schafft man genügend Abwechslung für einen langen Winter. Ein großes Plus: neben guten Schuhen und Stöcken braucht man keine spezielle Ausrüstung.

Oft als Brauchtum angesehen wird der Stocksport, besser bekannt als Eisstockschießen, das hauptsächlich

im Winter betrieben wird und in Österreich eine der höchsten Vereinsmitgliederzahlen aufweist. Abseits des Leistungssports ist diese Sportart moderat anstrengend, wirkt sich aber dennoch auf den Stütz- und Muskelapparat positiv aus. Die Teilnahme an Vereinsmeisterschaften oder Hobbyturnieren sorgt für zusätzlichen Spaß und Motivation. Kaum eine Sportart kann generationsübergreifend so gut betrieben werden.

Sport im Warmen

Sollte man(n) wirklich keine Lust haben, den Winter aktiv im Freien zu verbringen, bieten sich sportliche Indooraktivitäten in Vereinen oder Fitnessstudios an. Hier hat man die Qual der Wahl zwischen unterschiedlichsten Fitnesseinheiten, um neue Akzente für den Körper zu setzen. Dabei sind Mut und Kreativität gefragt. Warum nicht einmal z.B. Yoga ausprobieren? Man wird überrascht sein, wie anstrengend das sein kann.

Jedenfalls sorgt der Muskelkater in den ersten Tagen dafür, dass man das nicht so schnell vergisst.

An dieser Stelle soll die Lanze für Sport als Ganzjahresaktivität gebrochen werden. Die Wirkung auf die physische Seite des Körpers ist unbestritten, Sport kann aber noch viel mehr. Er beeinflusst auch maßgeblich unsere Psyche. Speziell an Tagen mit schlechtem und trübem Wetter neigen wir dazu, unsere Stimmung dem Wetter anzupassen. Bewegt man sich aber, werden Hormone ausgeschüttet, die unsere Psyche positiv beeinflussen.

Kombination mit Spiritualität

Sport und Bewegung lassen sich wunderbar mit spirituellen Elementen verbinden. Die Teilnahme an einer Schneeschuhwallfahrt, eine Winterwanderung mit einer Andacht beim Gipfelkreuz, eine Fackelwanderung bei klirrender Kälte, ein Alphalauf in völligem Gleichklang mit sich

und der Welt, bringen den zusätzlichen Mehrwert für die Seele.

Am Ende bleibt noch die Frage, alleine oder besser in Gesellschaft? Sieht man sich selbst nicht gerade als einsamen Wolf und Kommunikationsmuffel an, ist sportliche Aktivität in Gesellschaft zu empfehlen. Gemeinsames Sporteln wirkt gegen den inneren Schweinehund, macht Spaß, bietet einen gewissen Sicherheitsfaktor bei Schnee und Eis und wirkt sich laut Studien zusätzlich positiv auf die Gesundheit aus.

Was bleibt als Fazit dieses Artikels übrig? Der Winter eignet sich, wie jede andere Jahreszeit auch, bestens für Sport. Der Aufwand ist möglicherweise etwas größer, die Motivation etwas geringer. Aber Winterschlaf sollen Bären halten und nicht wir. In diesem Sinne: Auf einen aktiven und hoffentlich schneereichen Winter!

Bernhard Kindermann

Pädagogischer Mitarbeiter der Diözesanen Sportgemeinschaft Steiermark



www.kia.com

Für alle, die mehr vom Leben wollen.

Ab
€ 15.090,-¹⁾

STONIC



The Power to Surprise

Der neue Kia Stonic. Außergewöhnlich anders.

AUTOHAUS PRÜGGER

Autohaus Prügger GmbH

Grazerstraße 37 • 8071 Hausmannstätten • Tel.: 03135 – 46504

info@pruegger.at • www.pruegger.at

CO₂-Emission: 125–109 g/km, Gesamtverbrauch: 4,2–5,5 l/100km

Symbolfoto. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Berechnungsbeispiel am Modell Kia Stonic Titan inkl. Preisvorteil: Barzahlungspreis € 15.090,00; 4,59% p.a. Sollzinssatz, 5,05% p.a. Effektivzinssatz. € 0,00 Erhebung Gebühr, € 0,00 Bearbeitungsgebühr, gesetzl. Rechtsgeschäftsgebühr € 105,76, kalk. Restwert € 6.036,00; Leasingentgeltvorauszahlung € 4.527,00; Laufzeit 48 Monate; 15.000km Laufleistung/Jahr; Leasingentgelt mtl. € 126,02; Gesamtkosten € 1.627,75; zu zahlender Gesamtbetrag € 16.717,75. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH. Stand 06/2017. Angebot gültig bis auf Widerruf. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. Preisvorteil bestehend aus € 500,00 Leasingbonus bei Finanzierung über Kia Finance. *) 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.

Advent und Weihnachten in Lateinamerika und Afrika

Weihnachten ist in Österreich ein besinnliches Fest. In Afrika und Lateinamerika wird Weihnachten als das wichtigste Fest des Jahres (im wahrsten Sinne des Wortes) gefeiert.

Die Posadas

Die Advent- und Weihnachtsfeste finden in Lateinamerika schon Mitte Dezember statt. Eine sehr verbreitete Tradition in Mexiko und Mittelamerika sind die „Posadas“, die ab dem 15. Dezember gefeiert werden. Sie dauern insgesamt 9 Tage: Jeder Tag bedeutet ein Monat der Schwangerschaft von Maria. Sie stellen die Suche Marias und Josephs nach einer Herberge auf ihrem Weg von Nazareth bis Bethlehem vor der Geburt Jesu dar. Die letzte Posada wird deshalb an Heiligabend gefeiert. Freunde und Verwandte treffen sich in einem Haus. Eine Gruppe steht vor der Eingangstür und stellt Maria und Joseph dar, die um eine Bleibe bitten. Im Haus ist der Gastwirt mit seinen Gästen. Abwechselnd wird gesungen, bis der Gastwirt die Gäste in das Haus hineinbittet. Für die Kinder ist der Höhepunkt die Piñata. Dies ist eine aus Pappe angefertigte Figur, die mit Früchten, Nüssen und Süßigkeiten gefüllt und aufgehängt wird. Mit verbundenen Augen und mit einem Stock ausgerüstet, darf nun ein Kind nach dem anderen versuchen, die Figur zu treffen und zu zerschlagen.





Hier käme noch eine Bildunterschrift zu beiden Bildern

Heiliger Abend

In fast allen Haushalten wird vor dem 24. Dezember eine Krippe aufgebaut – je nach Wohlstand auch eine sehr große. In ihnen zeigt sich neben der Religiosität auch die Phantasie, denn aus buntem Papier werden Berge, Wege und Felder gebastelt, auf denen viele verschiedene Tiere und ihre Hirten stehen. Sie alle folgen dem Stern von Bethlehem zum Stall, wo sich die Krippe mit dem Jesuskind befindet und um sie herum die Figuren von Maria, Josef und den Heiligen Drei Königen.

An geschmückten Weihnachtsbäumen, echt oder künstlich aus Plastik, ist kein Mangel. „Viele europäische Traditionen wurden in den südamerikanischen Ländern übernommen. Etwas bei uns in Peru wird rund um die Weihnachtszeit ‚Panettone‘, ursprünglich aus Italien, mit heißer Schokolade gegessen“, so SEI SO FREI-Projektpartner Francisco San Martín in Trujillo im Norden Perus.

In allen Ländern Lateinamerikas wird Heiligabend erst um Mitternacht mit einer festlichen Mahlzeit und einer Bescherung im Familienkreis gefeiert. Viele Einheimische nehmen vorher an den Weihnachtsmessen, insbesondere an den feierlichen Mitternachtsgottesdiensten der katholischen Kirchen, teil. Am Weihnachtstag ist es üblich, dass sich Verwandte und Freunde gegenseitig besuchen.

Weihnachten in Kenia und Südafrika

Lustig gefeiert wird an Weihnachten in Kenia im Kreis der Familie. Am Heiligen Abend trifft man sich zu einem großen Festmahl. Am Morgen des 25. Dezembers wird auf dem Land eine Ziege geschlachtet, deren Fleisch in der Familie verteilt wird. Danach geht man von Haus zu Haus, um überall fröhliche Weihnachten zu wünschen.

Während Österreicher Weihnachten mit Schnee, Glühwein und Ofenwärme verbinden, verbringen Südafrikaner die Feiertage nicht selten am Strand. Doch trotz Badewetter, ganz auf weihnachtliches Ambiente verzichten die Südafrikaner nicht. „Eine Tanne findet man bei uns als Weihnachtsbaum eher selten. Hier werden heimische Baobab- oder Affenbrotbäume, Tannen aus Draht oder das Wurzelholz des Guaven-Baums als geschmückte Weihnachtsbäume verwendet“, so Romero-Preisträgerin Sr. Marco Gneis in Durban.

Für die südafrikanische Bevölkerung ist Weihnachten ein karnevalähnliches Fest. Gutes Essen sowie singende und tanzende Menschen vermitteln den Eindruck ausgelassener Fröhlichkeit.

Luis Cordero
Pressereferent der KMBÖ

Rechtzeitig für die Geschenkezeit wollen wir Ihnen an dieser Stelle zwei Buchtipps geben. – Vielleicht ist da ja das passende Geschenk für Ihre Lieben dabei?

Von Gott begleitet durch das Jahr – Mit Dir auf dem Weg



Biblische Aussagen werden mit heutigen Erfahrungen, die zahlreiche Autorinnen und Autoren „verdichtet“ und zur Sprache gebracht haben, verbunden. In zwölf Abschnitten finden sich kurze biblische Zitate, die mit einem aktualisierenden Text und einem passenden Bild zum Meditieren, Nachdenken oder Schmunzeln einladen.

Die Texte eignen sich sowohl für eine persönliche Auszeit, aber ebenso als Einstiegsimpuls für Gesprächsrunden oder als Vertiefungs- bzw. Meditationstext für den Gottesdienst.

Dieser inspirierende Bildband führt durch die Zeiten und Feste des Kirchenjahres und eignet sich hervorragend als Geschenk für verschiedenste Anlässe.

Ingrid Penner/Franz Kogler. Von Gott begleitet durch das Jahr. Mit dir auf dem Weg. Tyrolia-Verlag Innsbruck, 144 Seiten mit Leseband, Euro 14,95

Erwin Kräutler: Als Gott einer von uns wurde. Gedanken zur Weihnachtsbotschaft



Ausgehend von persönlichem Erleben in seiner Diözese am Xingu in Amazonien und inspiriert von den biblischen Texten stößt Bischof Erwin Kräutler in diesem Buch zum Kern von Weihnachten vor: der Botschaft, dass Gott den Menschen nahe ist.

„Lasst uns nach Bethlehem gehen
und Kranke und Einsame trösten,
für Ausgegrenzte und Verfolgte eintreten
und Fremden eine Heimat bereiten.“

Bischof Erwin Kräutler

Erwin Kräutler, geb. 1939 in Vorarlberg, ist seit 1965 in Brasilien und war von 1981 bis 2016 Bischof der Prälatur Xingu. Er ist auch Romero-Preisträger der KMB seit 1988. Für seinen Einsatz für die Umwelt und die indigenen Völker wurde er mehrfach ausgezeichnet.

ISBN 978-3-7022-3630-4, 64 Seiten, ca. Euro 14,95



Lasst uns froh und munter sein

...



Unterwegs mit
dem KMB-Nikolaus?

Ja, das bin ich als Gattin des
Nikolaus und Chauffeurin jedes Jahr.
Hier meine Eindrücke direkt vom Geschehen.

Bereits zwei Wochen vor dem Gedenktag des heiligen Nikolaus beginnen die Vorbereitungen für die Hausbesuche des Nikolaus in unserer Pfarre. Mit einem Plakat „Wünschen Sie, dass der heilige Nikolaus zu Ihrem Kind nach Hause kommt?“ bewerben wir im Kindergarten, in der Volksschule, im Kaufhaus und beim Bäcker die Aktion.

Ein Weggehen ohne den Terminkalender des „Nikolaus“ ist ab der Bekanntgabe des Besuchstermines kaum noch möglich. Fast überall wird man als „Managerin“ des Nikolaus angesprochen und es werden Termine vereinbart. Im Vorfeld ist es uns besonders wichtig, dass das

Kind von den Eltern auf das Kommen des Nikolaus vorbereitet wird. „Schwarze Pädagogik“ ist völlig tabu. Das Kind soll sich in keinem Fall vor dem Nikolaus fürchten und soll den Besuch des Nikolaus ganz lange in guter Erinnerung haben.

Strenger Minutentakt

Die Termine werden im 20 Minuten-Abstand vergeben. Man kann sich gut ausrechnen, wie viele Hausbesuche wir an einem Abend haben, wenn wir um 16 Uhr starten und um 20 Uhr den letzten Besuch abstimmen. Da kommt der Nikolaus auch ganz schön ins Schwitzen. Aufregend geht's schon mit dem An-

kleiden des Nikolaus los. Als Utensilien müssen natürlich die Mitra, der Bischofsstab, ein Sack, das Goldene Buch, in dem viele schöne Geschichten des Heiligen Nikolaus stehen, drei goldene Sackerl und Weizen mitgenommen werden. Der Hausbesuch läuft meist relativ entspannt ab. Vor der Haustüre haben die Eltern ein kleines Sackerl vorbereitet, welches der Nikolaus den Kindern übergibt. Unser Nikolaus trägt zwar unter der Mitra eine weiße Perücke und Bart, weist aber gleich zu Beginn darauf hin, dass er sich als Nikolaus verkleidet hat.

Der Hausbesuch

„Ich freue mich, dass ich heute zu euch kommen darf. Es gibt Tage, auf



eine kleine Überraschung versteckt.“

Verbindung zur Pfarre

Die Erwachsenen bekommen vom Nikolaus die KMB-Schokolade geschenkt. In manchen Familien wird der Besuch des Heiligen Nikolaus als richtig großes Familienfest gefeiert, andere wiederum begehen diesen Gedenktag im kleineren Rahmen. Viele Kinder malen dem Nikolaus ein Bild und beschenken ihn mit Schokolade, andere wiederum verstecken sich unter dem Tisch. Die Eindrücke bei den Besuchen sind sehr vielfältig und oft fließen Tränen vor Lachen und manchmal auch vor Rührung. Für manche Familien ist der Besuch des Nikolaus die einzige Verbindung zur Pfarre im Jahr.

Zeitweilig passieren kleine Pannen, wenn der Nikolaus die Kinder um Hilfe bittet und sie den Bischofsstab halten lässt. Hoppala's gibt es natürlich auch. Da kann es dann schon vorkommen, dass der Messingstab dem Kind zu schwer wird und kippt.

Freude und Glück

Was aber immer gleich bleibt und wunderschön ist, das sind die strahlend glänzenden Augen der Kinder. Die kleinen Hände, die manchmal ganz aufgeregt oder manchmal ganz mutig dem Nikolaus gereicht werden. Es ist ein wunderbares Gefühl, wenn man Menschen Freude bringt. Viele Erwachsene erinnern sich gerne an die eigene Kindheit. Die Geschenke waren damals sicher kleiner und vielleicht gab es auch keine Schokolade, nur ein paar Nüsse und Äpfel, aber eines ist gleich geblieben: Die Freude über den Besuch des Bischof Nikolaus.

Eines der größten Geschenke ist doch die Zeit, Aufmerksamkeit und Wertschätzung die man Menschen schenken kann. Und so soll es sein.

Nach 20.30 Uhr kehren wir meist ziemlich müde aber wahnsinnig glücklich nach Hause zurück. Die Mühen haben sich gelohnt. Wir haben viel Freude und die Gewissheit, dass Gott die Menschen liebt, in die Häuser gebracht. Natürlich machen wir uns nächstes Jahr mit dieser schönen Botschaft wieder auf den Weg.

Petra Zöchmeister-Lehner
Begleiterin des KMB-Nikolaus der Pfarre
Großhöflein/Burgenland



„Beziehungssoundcheck“

Peter Herzog.
dipl. Lebens- und Sozialberater,
Burschen- und Männerberater sowie
Gewaltberater
in freier Praxis in Gmünd/NÖ.

Vor ein paar Tagen unterhielt ich mich mit einem Freund über das Thema Beziehungen. Er meinte, eine Beziehung müsse man pflegen das sei doch klar. Jede/r brauche natürlich „Zeit für sich“ und dennoch dürfe das „Wir“ in der Beziehung nicht verloren gehen. Aber das Wichtigste sei aus seiner Sicht, dass man miteinander rede. Weise Worte!

In Beziehungen ist es doch fast wie in der Musikbranche, dachte ich. Wenn eine Band oder ein Orchester einen Auftritt hat, gibt es in der Regel vorher einen gemeinsamen Soundcheck, egal wie lange die einzelnen MusikerInnen schon miteinander spielen, wie talentiert und routiniert sie sind. Sie brauchen den Soundcheck, um ihre Instrumente aufeinander abzustimmen und, um (bereits vor dem Konzert) hörbar und spürbar miteinander in Kontakt zu kommen. Ich liebe es, bei Soundchecks zuzuhören und zu beobachten, wie die einzelnen MusikerInnen sich auf das gemeinsame Spielen einstimmen. Manchmal brauchen sie auch eine/n TontechnikerIn die/der an den Reglern dreht, bis alle einzelnen MusikerInnen gut hörbar sind. Erst durch das gemeinsame aufeinander Abstimmen entsteht ein freudvolles Klangerlebnis. Ich erzählte meinem Freund von meinen Gedanken. Während ich erzählte fiel mir ein, dass ich schon einmal bei einem „Konzert“ war, bei dem die MusikerInnen nicht miteinander, sondern jede/r für sich ein „Konzert“ gaben ... und das gleichzeitig! Es war schrecklich! Die BesucherInnen haben fluchtartig die Veranstaltung verlassen.

Durch den einen oder anderen gemeinsamen „Beziehungssoundcheck“ kann man sich meist wieder besser aufeinander einstimmen oder sogar eine ungewollte Solomusikerkarriere vermeiden. Paar- und Trennungsberater versuchen, wie TontechnikerInnen dafür zu sorgen, dass der Ton passt und alle Beteiligten gehört werden. Wie und ob das Paar dann weiterhin zusammenspielt, dafür trägt es natürlich selbst die Verantwortung.

die wir schon lange warten, z. B. Geburtstag, Namenstag, Weihnachten, große Festtage. An manchen dieser Tage erinnern wir uns an etwas Schönes und Besonderes. Morgen feiert der Heilige Nikolaus seinen Namenstag. Er hat vor vielen Jahren gelebt und war ein besonderer Mensch. Er hat den Leuten vom lieben Gott erzählt. Weil er vielen Kindern und Erwachsenen geholfen hat, sie auch gerne beschenkt hat, erinnern wir uns heute an diesen Mann. Um dieses Fest feiern zu können, habe ich mich heute als Bischof Nikolaus verkleidet.

Eure Mama/Papa liest euch nun die Geschichte vom goldenen Kelch vor. So wie der Heilige Nikolaus damals die Kinder und Erwachsenen überrascht hat, so wollen euch auch eure Eltern überraschen. Liebe Kinder, eure Eltern haben euch sehr lieb. In diesem Sackerl haben sie für euch

Panorama

Erzdiözese Salzburg Pinzgauer Männertag

„Wechselnde Pfade – Schatten und Licht“

14 Männer sind der Einladung zum 14. Pinzgauer Männertag gefolgt, um sich – wie der Titel verheißt – am Fuße des Hochkönigs auf die Suche nach „Spuren des Wandels“ zu machen. Ein Besuch des christlich-buddhistischen Zentrums Puregg, dieses scheinbar aus der Zeit gefallenen Hauses der Stille, das kurz nach Aufbruch erreicht war, stimmt uns auf das ein, worum es an diesem Tag gehen soll. Peter Christian Ebner, unser Begleiter und „Impulsgeber“, gab die Richtung vor: nicht nur konkret durch die Route, die er für uns zusammengestellt hat, sondern auch inhaltlich: Es sind Gedanken aus dem alttestamentlichen Buch Kohelet, mit denen er uns auf den Weg schickt. „Wechselnde Pfade, Schatten und Licht. Alles ist Gnade, fürchte dich nicht!“



Foto: ©Felber/KMB-Eggendorf

Diözese Linz Geschichten-Fänger

Bereits zum dritten Mal organisierte die Katholische Männerbewegung Eggendorf im Traunkreis in den Ferien eine zweitägige Schreibwerkstatt für Kinder. Bei diesem Ferienangebot schreiben Kinder Texte, die sie berühren, ohne auf die Rechtsschreibung zu achten. Als Highlight besuchten die Kinder das Stift und die Landesgartenschau in Kremsmünster. Mit der Feuerwehr ging es zum Stiftsgelände, dort erwartete sie Pater David. Die acht Kinder löcherten ihn mit Fragen. Zu Mittag gab es in der Gartenschauküche Spaghetti, ganz frisch zubereitet vom KMB-Team. Nach dem Mittagessen machten die Kinder das Gartenschaugelände unsicher, wo es für sie viel zu entdecken gab. Nach einem Bad in der Krems gab es eine Portion Eis. Die Zeit verging wie im Fluge und zum Abschluss picknickte die Gruppe ausgiebig im Schein der untergehenden Sonne. Kurz vor 21 Uhr brachte die Eggendorfer Feuerwehr die Kinder nach Hause.



Foto:KMB St. Pölten

Im Bild: Franz Saferding, Pfarrer Marek Jurkiewicz, Jubilar Mag. Hans Pflügl, Pfarrobmann Franz Maierhofer und Rudolf Higer.

Diözese Linz Ehrenurkunde

Die KMB-Helfenberg ist im Freiwilligenkalender 2018 mit zwei Fotos vertreten und konnte vom Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz eine Ehrenurkunde übernehmen. Josef Wöss und Gattin (Bild Mitte) bei der Auszeichnung in Wien Anfang Oktober.



Foto: Clemens Tiefenthaler i.A. des Sozialministeriums

Diözese Feldkirch Eine Nacht im Kirchturm

Abenteuerlustige Väter und Kinder fanden sich bei der Pfarrkirche St. Nikolaus Fussach mit Schlafsack und Proviant ein. Es warteten spannende Programm-punkte: Eine Schatzsuche quer durch die Kirche, eine Turmführung bis in die Spitze, aber auch Sturm, Regen und Hagel waren abenteuerlich und galt es zu meistern. Die Andacht vor der Nachtruhe war ein besonderer Moment der Ruhe und Dankbarkeit. Anschließend machten sich die Kinder mit ihren Vätern bettfertig und schliefen, manche sehr früh – andere eher später, in einer besonders heimeligen Ecke der Kirche ein. Beim gemeinsamen Frühstück wurde noch ausgiebig von den Eindrücken des Abends und der Nacht erzählt.



Diözese Gurk-Klagenfurt Immer Zirkus mit Papa!

Nach dem großen Erfolg im Frühling 2017 setzen das Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen und das Katholische Familienwerk ihren monatlichen Treffpunkt für alle Väter und ihre Kinder fort. Diesmal war der bekannte Clown Giggo im Diözesanhaus zu Gast und sorgte als Clown, Zirkus-Direktor und Artist für einen Vormittag voll Spaß. Er brachte den Kindern und Vätern auch einige verblüffende Kunststücke bei, unter anderem mit dem Einrad! Die nächsten Abenteuer steht auch schon fest: Mit Papa im Funkhaus, Weihnachtskekse backen mit Papa und Schneemann bauen.

Foto: Fotolia

Erzdiözese Wien Goldenes Ehrenzeichen

Richard Wagner schied statutengemäß nach achtjähriger erfolgreicher Tätigkeit als Obmann der KMB Vikariat Süd aus und wurde für seine großen Verdienste mit dem Goldenen Ehrenzeichen, der höchsten Auszeichnung der KMB, gewürdigt. Die Überreichung des Ehrenzeichen nahm KMB-Diözesanobmann Helmut Wieser bei der Vikariatskonferenz in Bad Erlach vor. Als neuer Vikariatsobmann Süd wurde einstimmig Wilhelm Weiss, derzeit auch sehr tatkräftig als Kassier und bei SEI SO FREI tätig, gewählt.



KMB-Diözesanobmann Helmut Wieser überreicht mit dem neuen Vikariatsobmann Willi Weiß das Goldene Ehrenzeichen an Ing. Richard Wagner.



Johann Eberhardt
Bauer in
Deutschlandsberg
Steiermark

Rauhnächte: Das Böse von uns fern halten

In Bayern, Österreich und Südtirol hat sich bis heute der Brauch der Rauhnächte lebendig erhalten. Gemeint sind damit der Hl. Abend, Silvester und der Vorabend zu Hl. Dreikönig. Man weiß zwar nicht genau, woher das Wort Rauhnacht kommt, aber es dürfte wohl in erster Linie mit „Rauchen“ zu tun haben, steht doch das Beräuchern von Haus und Hof im Mittelpunkt.

Was macht ihr?

Die Familie Hans und Grete Eberhardt in Deutschlandsberg hat diesen Brauch seit Generationen bis heute bewahrt, so berichtet KMB-Mitglied Hans Eberhardt. Auch die Jungfamilie Andreas und Martina und die beiden Enkerln machen begeistert mit. Ohne das „Ra'chen“, sagen sie, können wir uns Weihnachten gar nicht vorstellen.



Wie geht das nun praktisch vor sich?

Nach der Fütterung der Tiere holt sich der Hausvater aus dem Herd einen Häfen voll Glut, „bröselt“ geweihte Palmzweige hinein und gibt ein paar Weihrauchkörner dazu. Mit dieser „Rauchmischung“ geht die Familie durch Haus und Hof, in jeden Raum. Dazwischen wird ein Vater unser und ein Ave Maria gebetet. Der oder die Letzte in der Prozession trägt das Weihwasser und besprengt beim Verlassen damit den Raum.

Was bringt Euch das?

Für die Familie Eberhardt ist das nicht bloßer Brauch. Man spürt, dass bei ihnen Haus, Hof, Menschen und Tiere eine spirituelle Einheit sind. Wenn im Stall alles in Ordnung ist, dann ist auch bei dem Hauswohnern alles in Ordnung. Das ist wirklich ein Segen!

Termine

Diözese Eisenstadt:

Fr., 16. Februar bis Sa., 17. Februar 2018,
Beginn 16 Uhr

Vorau: Stift

Besinnungstage der KMB der Diözese Eisenstadt

Referenten: Dr. Paul Roettig gemeinsam mit dem Abt des Stiftes Vorau (angefragt)

Diözese Linz

Sa., 16. Dezember
Einlass 18.45 Uhr – Beginn 19.30 Uhr

Münichholz: Pfarrkirche

Adventkonzert des Brucknerchors

Die KMB-Münichholz lädt zu einem stimmungsvollen Abend ein und verwöhnt die Besucher und Besucherinnen auch kulinarisch.

Männerseminare

Fr., 2. Februar bis Sa., 3. Februar 2018,
Beginn 16 Uhr

Tragwein: Bildungshaus Greisinghof

Spirituelles Männerseminar:

Was mich im Herzen röhrt ...

Referent: Mag. Johannes Hessler, Theologe und Sportwissenschaftler

Fr., 23. Februar bis So., 25. Februar 2018,
Beginn 16 Uhr

Schlägl: Stift

Besinnungstage für Männer:

Seht, ich mache alles Neu!

Referent: Mag. Martin Felhofer, Abt Ermäßigung für KMB-Mitglieder

Erzdiözese Salzburg

Do, 21. Dezember oder Fr., 22. Dezember
Salzburg: Franziskanerkloster

Weihnachtssessen für Arme und Obdachlose

Ehrenamtliche werden für diese Aktion noch gesucht!

Fr., 9 bis So., 11. Februar 2018

Obertauern: Südwälder Hütte

Igluabenteuer mit Papa

Väter mit Kindern von 10 bis 17 Jahren

Begleitung: Robert Weilharter

Diözese Graz-Seckau

Sa., 13. Jänner 2018, 9 Uhr

St. Martin bei Graz

Zeitschriften-Tagung:

Landverbau und Landversiegelung

Referent: Dr. Mario Winkler, Leiter der Abt f. Kommunikation der öst. Hagelversicherung

So., 11. März 2018, 8.30 Uhr

Fernitz: VAZ

Dekanatsbesinnungstag

Nach dem Gottesdienst in der Pfarrkirche beginnt um 9.45 Uhr der Vortrag

Diözese Feldkirch

Jeden 1. Montag im Monat

Dornbirn: Kolpinghaus

Gesellschaftspolitischer Stammtisch

Das aktuelle Thema finden Sie auf www.kath-kirche-vorarlberg.at

Mi., 6. Dezember und Mi., 3. Jänner 2018, 12.15 bis 13.30 Uhr

Dornbirn: Kaplan Bonetti Haus

Mahlzeit Männer!

Wir treffen uns um 12:15 Uhr in der Kapelle zu einem kurzen Impuls und gehen dann in den Speisesaal zum Mittragessen (7.-€).

Jeden ersten Montag, im Monat,

Beginn 19 Uhr

Feldkirch: Ehe- und Familienzentrum

Herrenzimmer:

Männer reden über das, was Männer bewegt.

Gastgeber: Alfons Meindl, Edgar Ferchl-Blum

Di., 5. Dezember, Beginn 6 Uhr

Dornbirn: Pfarrkirche Bruder Klaus

Rorate mit Frühstück:

Bewusst in den Advent hineingehen!

Anschließend Frühstück im Pfarrsaal

So., 24. Dezember, 14 Uhr

Bildstein: Wallfahrtskirche Maria Bildstein

Weihnachtsgottesdienst für Väter in Trennungssituationen

Nach dem Gottesdienst laden „Papa gibt Gas“, KMB und EFZ herzlich zu einer Agape. Veranstalter: KMB, EFZ und Papa gibt Gas

Mi., 27. Dezember, 19.00 Uhr

Bildstein: Pfarrkirche Maria Bildstein

Johanniswein-Segnung:

Zwischen den Jahren. Eine Liturgie für Männer mit Feuer, Wein und Brot.

Bitte zwei Flaschen Wein mitbringen!

Diözese St. Pölten

Sa., 3. Februar 2018

Beginn: 9–16 Uhr

Bildungshaus St. Hippolyt, St. Pölten

Diözesaner Männertag

Ist Geschlecht wirklich eine Erfindung des Menschen?

MR Dr. Georg Pfau, Arzt für Allgemeinmedizin, Sexualmediziner, Männerarzt, Fliegerarzt

Mi., 14. Februar

Beginn: 9–16 Uhr

Bildungshaus Stift Zwettl

Impulstag „Verwurzelt in der Religion“

Thema: „Pflege – Damit Herausforderung nicht zur Überforderung wird“

Bestellen Sie ein SONNTAGSBLATT-Spezial-Abo!



- ▶ 52 Ausgaben um 36,40 Euro.
- ▶ Als Geschenk erhalten Sie das Buch „Christentum. Ein Reiseproviant“ mit Erklärungen, Zusammenfassungen und Impulsen zu den wichtigsten Themen unseres Glaubens.
- ▶ Kraft fürs Leben mit dem SONNTAGSBLATT, der steirischen Wochenzeitung.
- ▶ Bestellen Sie bequem: 0316/8041-225, www.sonntagsblatt.at

steirisch katholisch vielfältig Kraft fürs Leben

Wir sind für Sie da

Österreich

Mag. Christian Reichart
Spiegelgasse 3/II
1010 Wien
Tel.: 01 / 51 552 – 3666
austria@kmb.or.at
www.kmb.or.at

Diözese Eisenstadt

Karl Woditsch
St. Rochus-Straße 21
7000 Eisenstadt
Tel.: 02682 / 777 – 281
kmb@martinus.at
www.kmb.martinus.at

Diözese Feldkirch

PAS Alfons Meindl
Mitteldorfstraße 6
6850 Dornbirn
Tel. 0676/ 832408176
kmb@kath-kirche-vorarlberg.at
www.kmb.or.at/vorarlberg

Diözese Graz Seckau

Franz Windisch
Bischofplatz 4
8010 Graz
Tel.: 0316 / 8041 – 326
kmb@graz-seckau.at
www.katholische-kirche-steiermark.at/kmb

Diözese Gurk-Klagenfurt

Mag. Wolfgang Unterlercher
Tarviser Straße 30
9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 5877 – 2440
wolfgang.unterlercher@kath-kirche-kaernten.at
www.kath-kirche-kaernten.at/kfw

Diözese Innsbruck

a. o. Univ. Prof. Dr. Wolfgang FÖRG-ROB
Winterstellerstraße 2
6130 Schwaz
Tel. 0664 57 15 755
wolfgang.foerg-rob@uibk.ac.at
www.kmb.or.at/innsbruck

Diözese Linz

Mag. Wolfgang Schönleitner
Mag. Reinhard Kaspar
Kapuzinerstraße 84
4021 Linz
Tel.: 0732 / 7610 – 3461
kmb@dioezese-linz.at

Erzdiözese Salzburg

Andreas Oshowski
Kapitelplatz 6/3
5020 Salzburg
Tel.: 0662 / 8047 – 7556
E-M.: andreas.oshowski@ka.kirchen.net
www.kirchen.net/kmb

Diözese St. Pölten

Michael Scholz
Klostergasse 15
3100 St. Pölten
Tel. 02742/324-3376
kmb.stpoelten@kirche.at
http://kmb.dsp.at

Erzdiözese Wien

Michael Juppe
Stephansplatz 6/5
1010 Wien
Tel. 01/51552-3333
ka.maennerbewegung@edw.or.at
www.kmbwien.at

Panorama

Erzdiözese Wien Pilgerwanderung zur Burg Kreuzenstein

Organisiert von der KMB machte sich aus den Dekanaten Sitzendorf und Großweikersdorf eine Gruppe mit den Obmännern Schachenhuber und Ungersböck zu einer Pilgerwanderung auf dem Weinviertler Bibelweg auf. Mit weiteren Pilgern und Weihbischof Bischofsvikar Stephan Turnovszky führte der Weg durch Wald und Flur zur Burg Kreuzenstein. Im Bergfried wurde mit Bischofsvikar Stephan Turnovszky und Altvikar Matthias Roch Eucharistie gefeiert.



Foto: © Alfred Havlicek



Diözese Eisenstadt Nachruf Fred Hafner

Alfred Hafner, oder Fred, wie ihn alle genannt und gekannt haben, hat der Herr am 25. September in seine himmlische Kirche berufen. Angefangen hat Fred bereits bei der kath. Jugend als Dekanatsführer und später als Sekretär der kath. Landesjugend, wo er auch seine Frau kennenlernte. Später als Diözesansekretär der KMB fuhr er die Dekanate und die Pfarren des Burgenlands auf und ab. Er wollte nahe am Menschen sein, redete stundenlang mit ihnen, hörte ihnen zu und nahm sie ernst. In seiner leidenschaftlichen Art konnte er Themen wie Gender-Thematik an die Männer bringen und mit ihnen darüber diskutieren. Auch weitere Begriffe wie Gewalt, soziale Gerechtigkeit oder Dialog mit der Kunst hat Fred in seiner Arbeit thematisiert. Gott, danke dir für Fred.



Diözese Graz-Seckau Rudi Dobaj zum Gedenken

Am 8. September ist Rudi Dobaj einem Krebsleiden erlegen. Mit ihm verliert die Kath. Männerbewegung einen mehr als „bewegten“ Mitarbeiter und Helfer. In ihr hat er ein Herzstück seines Glaubenslebens gefunden. In ihr hat er verwirklichen können, was er unter christlichem Engagement in der Gesellschaft für heute verstand. So ist er für viele zum Modell des „Laien in der Kirche“ geworden. Die Katholische Männerbewegung dankt ihm für seinen unschätzbar langjährigen Einsatz auf allen Ebenen kirchlichen Lebens. Seit 1996 bis zu seinem Tod war er Mitglied des Diözesanvorstandes, in dem er weit über die Grenzen der Diözese hinaus als geistig hellwacher, kritischer, aber herzlich loyaler Mitarbeiter und Freund gewirkt hat.



Diözese Graz-Seckau Radwallfahrt nach Eichkögl

Es ist schon gute Tradition geworden, dass die KMB-Heiligenkreuz am Waasen (Oststeiermark) im August eine Radwallfahrt durchführt. Und diese Wallfahrt erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Heuer nahmen 20 Radfahrer daran teil, 18 Personen gingen zu Fuß und 8 fuhren mit dem Bus. In der Wallfahrtskirche Kleinmariazell in Eichkögl feierten sie Gottesdienst und besuchten anschließend die Schatzkammer des Ortes.

Impressum:

Männermagazin y, 14. Jg., Heft 87, 6/2017 – Inhaber (100%): r. k. Diözese St. Pölten, Domplatz 1, 3100 St. Pölten; Die r.k. Diözese St. Pölten ist zu 100% Inhaber (Verleger) folgender periodischer Medienwerke: St. Pölten Diözesanblatt, KIRCHE bunt, St. Pölten Kirchenzeitung, Pressedienst der Diözese St. Pölten, bewusst sein, programm, antenne, Ypsilon, KAB DIGEST, <kl>eah!,kontakte, Durchblick, VOLLBUNT, kiref-Nachrichten, H2-Mix, Programmzeitschrift „St. Benedikt“, „kirche y leben“, In Bewegung, Ynfog. – Herausgeber und Verlegerin: Kath. Männerbewegung St. Pölten, Obmann: DI Dr. Leopold Wimmer – Anschrift (Redaktionsadresse): KMB Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz, Tel. 0732/7610-3461 – Redaktion: Reinhard Kaspar (Vorsitzender der Redaktionskonferenz, Mag. Eberhard Siegl (Chefredakteur), Luis Cordero (SEI SO FREI) – Kontakt: ypsilon@kmb.or.at oder über die Diözesanbüros – Grafik: werkraum1, 6020 Innsbruck – Produktion: Niederösterreichisches Pressehaus, St. Pölten, www.np-druck.at – Erscheinungsweise: Das Männermagazin y erscheint sechs Mal jährlich (Diözese St. Pölten neun Mal). Einzelpreis Euro 2,50 – Abo Euro 12,-/Jahr.

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: www.kmb.or.at/offenlegung



Bischof Wilhelm auf Projektbesuch in Tansania

Während seiner Afrikareise im September 2017 besuchte Bischof Wilhelm Krautwaschl Projekte von SEI SO FREI in Tansania. Ein Waisenhaus, das zurzeit 53 Kindern ein Daheim schenkt, war die erste Station des Bischofs in der Diözese Morogoro.

Beim Empfang zeigte sich die Romero-Preisträgerin Schwester Veronica Petri dankbar: „Ihr habt den Menschen in Tansania geholfen, obwohl ihr hier keine Familie oder Verwandte habt, sondern weil wir alle eins sind in Gott. Wir brauchen einander.“

Beeindruckt war Bischof Wilhelm auch von dem von SEI SO FREI errichteten Social Education Center in Morogoro. Neben der neu errichteten Wohneinheit für Jugendliche wurden die angebotenen Ausbildungskurse – wie Informatik oder Schneiderhandwerk – von Schülern und Lehrern vorgestellt.

In der von Wasserproblemen geprägten Region Mzinga wurde auch eine von SEI SO FREI geplante Wasserversorgungsstelle besichtigt. Nach Fertigstellung der Tiefbohrung wird derzeit das Fundament für den Wassertank errichtet. Bald können eine Schule sowie das angrenzende Dorf mit sauberem Trinkwasser versorgt werden.

Als Andenken wurde dem Bischof ein aus Holz geschnitztes Boot geschenkt. „Egal ob schwarz oder weiß – wir sitzen alle im selben Boot. Herr Bischof, sie helfen uns als

Hirte der Gläubigen in Europa und in Afrika. Bitte helfen Sie uns auch weiterhin“, sagt Schwester Veronika. Bischof Wilhelm Krautwaschl konnte sich ein äußerst positives Bild über die entwicklungs politischen Projekte von SEI SO FREI vor Ort machen und ermutigte alle Beteiligten, sich weiter für eine Zusammenarbeit im Sinne der gelebten Nachfolge Jesu Christi zu engagieren.

Thomas Klamminger
Projektreferent von SEI SO FREI der Diözese Graz-Seckau



Adventsammlung 2017 „Stern der Hoffnung“ für die Kinder in Uganda

Am ersten, zweiten oder dritten Adventssonntag werden österreichweit Spenden für SEI SO FREI-Projekte gesammelt. Der „Stern der Hoffnung“ leuchtet heuer für Kinder im Dorf Kyhoga im Südwesten Ugandas, die eine neue Schule brauchen.

Wie können Sie helfen?

- In Ihrer Pfarre mittels Sammelsäckchen spenden
- Online spenden (unter www.seisofrei.at/spenden)
- Gottesdienst mit dem Liturgiebeispiel, Plakat und Videobotschaft von SEI SO FREI (www.seisofrei.at/pfarre) gestalten

Tausende KMB-Mitglieder und Helferinnen und Helfer tragen diese Aktion durch ihr ehrenamtliches Engagement mit. Vielen herzlichen Dank!

Möchten Sie V zum Preis von 12 Euro pro Jahr abonnieren oder Mitglied der Katholischen Männerbewegung werden?

Das KMB-Büro Ihrer Diözese informiert Sie gerne!
Kontakte auf Seite 23

Ausblick
Heft 1 / 2018

Humor und Spiritualität
Wie gut passt das zusammen?

Bierbrauen in der Faschingszeit
Tradition mit Augenzwinkern

Männliche Spiritualität
Das Kernthema der KMB