

**WEGE AUS
DER DUNKELHEIT
HILFE BEI
SUIZIDGEDANKEN**

**MOVEMBER
RASIERER ADE,
GESUNDHEIT OLÉ!**

Y

A photograph of four men of different ages and ethnicities laughing together. The man on the far left is a Black man with a shaved head, wearing a blue t-shirt. Next to him is an older man with glasses and a mustache, also wearing a blue t-shirt. In the center is a white man with short blonde hair, wearing a blue zip-up jacket. On the far right is a Black man with a beard, wearing a blue t-shirt. They are all smiling and laughing, with their heads tilted back. The background is a bright, overcast sky.

IN VIELFALT VEREINT

MAGAZIN FÜR MÄNNER - KATHOLISCHE MÄNNERBEWEGUNG - AUSGABE 05/2025



Wasser, das Leben verändert.

Sauberes Trinkwasser schenkt Familien in Tansania Gesundheit, Zeit und neue Perspektiven.

Während Wasser für uns selbstverständlich ist, bleibt es für viele Familien in Tansania ein weiter Weg – mehrmals täglich. Kinder tragen schwere Kanister, anstatt zu lernen oder zu spielen. Mütter verbringen den ganzen Tag mit der beschwerlichen Wasserbeschaffung, anstatt Felder zu bestellen oder Einkommen zu sichern. Und was sie heimbringen, stammt oft aus Tümpeln oder Rinnsalen und gefährdet ihre Gesundheit.

Sei So Frei OÖ errichtet solarbetriebene Tiefbohrbrunnen, die sauberes Grundwasser aus bis zu 90 Metern Tiefe fördern und zu mehreren Entnahmestellen leiten: so nah wie möglich zu den Menschen. Der verlässliche Zugang sichert ihr Überleben und schenkt ihnen die Freiheit, ihr Leben selbstbestimmt zu gestalten. Jeder Brunnen bringt Hoffnung und sauberes Wasser für ganze Dörfer. Damit Zukunft eine Chance hat!

25 €

finanzieren 35 Leitungsmeter, die Wasser näher zu den Menschen bringen.

130 €

ermöglichen, beim Bau eines Brunnens einen Meter tief zu bohren.

240 €

kostet eines von vier Solarpaneelen zum Betrieb einer Brunnenpumpe.



Für Banking-App

Helfen Sie jetzt mit!

Spenden per Onlinebanking:
Sei So Frei OÖ,
IBAN: AT30 5400 0000 0069 1733
www.seisofrei-ooe.at



Vielfalt kann als große Chance gesehen werden. Wir sind ganz herzlich dazu eingeladen, ein positives Menschenbild zu prägen und zu leben und die Chancen, die Vielfalt bietet, zu nutzen.

VIELFALT LEBEN

Liebe Y-Leser und -Leserinnen!

Die vorliegende Ausgabe des Ypsilon widmet sich dem weiten Thema Vielfalt. Diversität ist in aller Munde, sie bezeichnet die positive Wahrnehmung der Vielfalt. In einer immer stärker globalisierten Welt kommt man eigentlich gar nicht darum herum, sich mit den vielen Aspekten von Diversität auseinanderzusetzen. Sei es in der Wirtschaft, wo Diversität für Unternehmen und Organisationen immer mehr Bedeutung gewinnt, im Arbeitsumfeld, in Vereinen, im Bekanntenkreis oder auch in der Kirche.

Vielfalt zu leben, ist eine der großen Aufgaben unserer Zeit und mitunter auch eine große Herausforderung. Die vorhandene Vielfalt ist überwiegend eine große Chance, die genutzt werden kann und genutzt werden soll und so zu einer guten Entwicklung in der Zukunft beitragen kann. Ein Leben in Vielfalt ist eine Bereicherung für viele unserer Lebensbereiche, sei es im privaten oder im beruflichen Kontext. Vielfältigkeit zeichnet uns Menschen einfach aus.

HERBERT WALLMANNSBERGER | VORSITZENDER DER KMB DER ERZDIOZESE SALZBURG



INHALT

SCHWERPUNKT

IN VIELFALT VEREINT

**04 EIN FESTGOTTESDIENST FÜR
DAS MITEINANDER**

07 X AN Y
Alle, alle, alle – todos, todos, todos

09 GOTT BEWEGT
Christen in der Türkei

10 NOVEMBER
Rasierer ade, Gesundheit olé!

12 WEGE AUS DER DUNKELHEIT
Hilfe bei Suizidgedanken

14 KURZ UND GUT

16 30 JAHRE KIRCHENVOLKSBEGEHREN

DAS NÄCHSTE YPSILON ERSCHEINT AM **28.1.2026**
SCHWERPUNKT: KRIEG UND FRIEDEN



**IN VIELFALT
VEREINT**



KULTURELLE VIelfALT BEReichert UNsER LEbEN und BIETET UNZÄHlIGE CHANCEN. WENN WIR NEUGIERIG SIND, WENN WIR DIE VIELEN MÖGLICHKEITEN NUTZEN, SIE KOSTEN UND SPÜREN UND NICHT IN ANGST VOR BEGEGNUNGEN MIT DEM FREMDEN ERSTARREN. EIN FESTGOTTESDIENST FÜR DAS MITEINANDER.

JOSEF PUMBERGER

VON DER LOBESHYMNEN ...

Beginnen wir, ähnlich wie in einem Festgottesdienst, mit einer Lobeshymne. Kulturelle Vielfalt ist eine Tatsache und macht unser persönliches Leben und unsere Gesellschaft um vieles reicher. Es zeigt sich in den kulturellen Bereichen im engeren Sinn: in der Musik, der Literatur, in Malerei, Fotografie und Film, in der Architektur. Auch Wissenschaft und Technik sind kulturelle Leistungen, entstanden durch das Teilen von Erkenntnissen und Erfahrungen von Menschen aus aller Welt. Physik, Chemie, Biologie, Medizin, sie alle leben vom Zusammenwirken von unterschiedlichen Zugängen und Ideen.

Dass unterschiedliche Perspektiven Kreativität und Innovation fördern, wissen auch Unternehmen. Auch sie setzen auf Vielfalt bei ihren Mitarbeitern, die ihr kulturspezifisches Know-how bei der Entwicklung von Produkten und Dienstleistungen einbringen. Eine Unternehmenskultur, in der die Vielfalt der Stimmen gehört und geschätzt wird, führt – wie zahlreiche Studien zeigen – auch zu mehr Zufriedenheit der Mitarbeitenden.

Ganz offensichtlich und alltäglich erlebbar ist die Vielfalt in der Esskultur. In den Supermärkten finden sich Zutaten und Produkte aus vielen Teilen des Globus. In so manchen städtischen Straßen kann man in Gaststätten und an Essständen seinen Gaumen mit italienischen, jüdischen, griechischen, türkischen, chinesischen, japanischen, indischen, indonesischen, mexikanischen, afrikanischen Speisen verwöhnen. Diese Vielfalt wird ganz offensichtlich von vielen geschätzt.



Ähnlich vielfältig ist inzwischen die spirituelle Landschaft. Neben der katholischen und den evangelischen Kirchen haben hierzulande auch die meisten orthodoxen Kirchen ihre Gotteshäuser und Gemeindezentren, dazu kommt eine Reihe von Freikirchen. Ebenso präsent sind die Muslime, Buddhisten und Hinduisten, auch baulich mit Moscheen, Pagoden und Tempeln. Ausdrücklich zu erwähnen ist die jüdische Glaubensgemeinschaft, seit mehr als einem Jahrtausend in Österreich nachweislich präsent, die trotz der fast völligen Vernichtung im Holocaust heute in mehreren Dutzend Synagogen und Bethäusern ihr religiöses Leben entfaltet. Die Religionsstatistik nennt aktuell für Österreich 4,55 Millionen Katholiken, 745.000 Muslime, 436.000 orthodoxe und 249.000 evangelische Christen. Die Zahl der Konfessionslosen macht inzwischen rund ein Viertel der Bevölkerung aus.

Im Blick auf die religiöse Vielfalt ist allerdings noch eine weitere Entwicklung von Bedeutung: Zunehmend mehr Menschen gestalten sich ihr spirituelles Leben in einem Mix aus Elementen verschiedener Religionen. Meditationen und Konzentrationsübungen, inspiriert von fernöstlichen Traditionen, werden inzwischen auch in Pfarrgemeinden angeboten.

Für alle Bereiche kultureller Vielfalt war und ist das Internet mit all seinen Möglichkeiten, Programmen und Ressourcen ein wesentlicher Treiber. Und die kulturelle Vielfalt hat auch ihren jährlichen Festtag: Der 21. Mai ist der „Welttag der kulturellen Vielfalt für Dialog und Entwicklung“, erstmals ausgerufen im Jahr 2001 von der UNESCO. Kulturelle Vielfalt ist „als Quelle des

Austauschs, der Erneuerung und der Kreativität für die Menschheit ebenso wichtig wie die biologische Vielfalt für die Natur“, hält die UNO-Organisation fest.

... ZUM SCHULDBEKENNTNIS ...

Nach dem einleitenden Lobgesang, der Herz und Sinne öffnet, folgt alsbald – zumindest in der katholischen und protestantischen Liturgie – das Schuldbekenntnis, sprich: Hier kommt das zur Sprache, was nicht funktioniert.

In Umfragen und in der politischen Debatte werden Probleme mit kultureller Vielfalt fast ausschließlich mit Blick auf einen Bereich thematisiert: Zuwanderung. Laut einer Erhebung des internationalen Meinungsforschungsinstituts „Ipsos“ vom September 2024 bereitet die Einwanderung den Menschen in Österreich die größte Sorge (43 Prozent) und lag damit erstmals an erster Stelle, gefolgt von Kriminalität und Gewalt (34 Prozent). Befeuert werden diese Ängste durch breite, alarmistische Medienberichte über Gewalttaten, die von einzelnen Zuwanderern oder Asylwerbern verübt werden, dankbar aufgegriffen von rechten und rechtspopulistischen Politikern.

Fakten gehen in der aufgeheizten Stimmung zumeist unter. Ein Blick in das jüngste „Jahrbuch Migration und Integration“ der Statistik Austria zeigt, dass die Nettozuwanderung – Zuzüge minus Wegzüge – von 2023 auf 2024 deutlich zurückging, von 66.600 auf 55.100. Von den Zugezogenen kommen drei Viertel

**DIE RELIGIONSSTATISTIK NENNT
AKTUELL FÜR ÖSTERREICH
4,55 MILLIONEN KATHOLIKEN,
745.000 MUSLIME, 436.000 ORTHODOXE
UND 249.000 EVANGELISCHE CHRISTEN.
DIE ZAHL DER KONFESSIONSLOSEN
MACHT INZWISCHEN RUND EIN VIERTEL
DER BEVÖLKERUNG AUS.**

aus Europa (inklusive Ukraine), ein Fünftel davon aus Deutschland. Die Zahl der Asylanträge ging von 59.200 (2023) auf 25.400 (2024) zurück. 17.000 Asylanträge wurden anerkannt. Insgesamt lebten 2024 in Österreich 2,5 Millionen Menschen mit Migrationshintergrund, das sind etwa 28 Prozent der 9,2 Millionen Einwohner. Ein Drittel von ihnen sind inzwischen österreichische Staatsbürger.

Das Jahrbuch liefert auch Daten zur Kriminalstatistik. Diese zeigen im Zeitraum 2019 bis 2024 einen Rückgang der Kriminalitätsbelastung für alle Staatsangehörigkeiten. So verständlich Ängste sind, wenn im näheren Umfeld Straftaten begangen werden: Das von manchen Medien und Politikern gezeichnete Bild ausufernder Kriminalität entspricht einfach nicht den Tatsachen.

Bei der Integration von Zuwanderern geht es natürlich um viele andere Bereiche mehr, die im Jahrbuch auch abgebildet sind: Sprache, Bildung, Arbeit und Beruf, Soziales, Wohnen, Familienformen, Mediennutzung. In der Regel stufen in Österreich Geborene, die häufig Kontakt zu Zugewanderten haben, das Zusammenleben als besser ein als jene, die seltener oder nie Kontakt haben.

An Konflikten und Debatten führt allerdings kein Weg vorbei, wenn „kulturelle Unterschiede“ als Argumente für Verhaltensweisen und Einstellungen herangezogen werden, die den Menschenrechten und den demokratischen Grundsätzen zuwiderlaufen.

Wenn Frauen- und Kinderrechte mit Berufung auf Tradition oder Religion beschnitten werden, ist eine rote Grenze überschritten. So wie alle anderen Rechte und Freiheiten hat auch das Recht auf kulturelle Freiheit und Selbstbestimmung dort seine Grenzen, wo Rechte und Freiheiten anderer verletzt werden. Die Umsetzung dieses Prinzips in Gesetzen und Regeln muss, wie die Erfahrung zeigt, täglich neu verhandelt und erstritten werden. Jüngstes Beispiel: Soll Mädchen das Tragen von Kopftüchern während des Schulunterrichts untersagt werden?

ALLE, ALLE, ALLE – TODOS, TODOS, TODOS

Im weltweiten synodalen Prozess hat Papst Franziskus gesagt: „Meine Aufgabe ist es, die Eintracht zu bewahren und zu fördern [...], die wir uns gemäß der Vision des Propheten Jesaja als ein von Gott für alle Völker bereitetes Festmahl vorstellen dürfen. Alle, in der Hoffnung, dass niemand fehlen wird. Alle, alle, alle! Niemand ausgeschlossen, alle!“

Beim Weltjugendtag im Sommer in Rom gab es auch ein Treffen der Katholischen Influencerinnen und Influencer. Dort wurde ein Lied gesungen: „todos, todos, todos“. Allerdings wurde danach oft dazugesagt: Damit alle Christinnen und Christen werden. So hat es Papst Franziskus nicht gemeint. Er meinte, alle sollen am Festmahl teilnehmen können, in welcher Lebenssituation, mit welcher Hautfarbe, mit welchem Geschlecht auch immer. Niemand sollte ausgeschlossen werden.

Im Schlussdokument der Welsynode im Oktober 2024, das nun in der ganzen Welt umgesetzt werden soll, wird auf Jesus verwiesen: „Er schickt nie jemanden weg [...]. Er bittet uns, seine Jünger, dasselbe zu tun.“ (51). Die Schmerzen des Ausschlusses werden klar benannt: „Die mangelnde Beteiligung so vieler Mitglieder des Volkes Gottes“. (36, 50, 60).

Synodalität bedeutet, gemeinsam am Weg sein, und die Grundlage einer authentischen synodalen Kirche ist die Taufe: „Es gibt nichts Höheres als diese Taufwürde“. (21). Dies wird die Kirche verändern, es wird die liturgischen Feiern, die Entscheidungsprozesse und das Miteinander verändern. Es wird eine neue Haltung der Wertschätzung entstehen. Im Schlussdokument sind zum Beispiel keine Geschlechterstereotype mehr vorhanden und in Bezug auf die sakramentale Weihe von Frauen stehen nun zwei Meinungen nebeneinander. Viele sehen die Zeit reif dafür, für andere ist die Zeit dafür noch nicht reif. Diese Spannung ist derzeit auszuhalten und es wird weiter beraten.

**Klar ist in einer synodalen Kirche:
Die Vielfalt ist ein Schatz!**



GABRIELE EDER-CAKL
DIREKTORIN DES ÖSTERREICHISCHEN
PASTORALINSTITUTES

Webtipp: Dokumente zur Synode
finden Sie unter katholisch.at/synode

DORT, WO MAN SICH FÜR EIN GEMEINSAMES ZIEL EINSETZT, WERDEN GEGENSEITIGE KLISCHEES UND VORURTEILE INFRAGE GESTELLT, KIPPT DIE VIELFALT DER KULTUREN VOM SCHWARZ-WEIß INS BUNTE.

Identitäre und andere Rechtsextreme berufen sich auf Verteidigung der „Meinungsfreiheit“, wenn sie antisemitische Aussagen verbreiten oder gegen andere Minderheiten pauschal hetzen. Fakten werden – von Populisten aller Art – zu „Meinungen“ erklärt, um die eigenen Vorurteile und Fake-News zu rechtfertigen. „Multikulti“ und „Diversität“ sind ihre Schimpfwörter.

Der deutsche Politologe Bassam Tibi schuf 1996 den Begriff der „europäischen Leitkultur“ mit dem Ziel, damit die Integrationsdebatte zu befördern. Der Begriff wurde ihm rasch von rechtskonservativen und rechten Akteuren aus der Hand genommen und zum Kampfbegriff gegen Zuwanderung umfunktioniert. Meinte die Leitkultur bei Tibi noch Demokratie, Laizismus, Aufklärung und Menschenrechte, wurde er von den Integrationsgegnern mit allen möglichen „kulturellen“ Inhalten aufgeladen, denen Zuwanderer angeblich nicht entsprechen können.

Aus weltanschaulich entgegengesetzter Ecke, aber mit ähnlichen Konsequenzen im Blick auf die Menschenrechte, argumentieren jene, die die liberale, demokratische Grundordnung der Gesellschaft, wie sie im Lauf des 20. Jahrhunderts durch die UNO und andere internationale Abkommen weltweit als Maßstab etabliert wurde, als bloße kulturelle Besonderheit hinstellen. Die „westlichen“ Menschen- und Freiheitsrechte – so ihr Argument – seien anderen Kulturen in kolonialer Manier „übergestülpt“ worden und diesen „fremd“. Diktatorische Regime greifen dieses Argument bereitwillig auf.

Die Sorge um ein Zuwenig an kultureller Vielfalt hat durchaus auch ihre Argumente: Die technologisch und wirtschaftlich getriebene Globalisierung ebnet lokale und regionale Unterschiede zunehmend ein, es entwickelt sich mittelfristig eine globale Einheitskultur, die von einheitlichen Produkten, einigen großen Marken und einigen großen Kommunikationsplattformen geprägt ist. Begleitet werde dieser Prozess von einer steigenden Kommerzialisierung von Kultur, vom Verlust lokaler Sprachen und Traditionen und von einer Verdrängung lokaler Produkte, so die Befürchtung.

... ZUR FROHEN BOTSCHAFT ...

Schreiten wir weiter im Festgottesdienst, kommen wir zur Frohen Botschaft: Worauf kommt es an und was kann man tun, damit kulturelle Vielfalt gelingt? Ein Befund, der wenig überrascht: Kulturelle Vielfalt wirft meist dort Probleme auf, wo es um das konkrete Zusammenleben am physischen Ort geht, wo die „andere Kultur“ im Kollegen, Nachbarn, Mitbürger

fleischgeworden ist. Aus einem Austausch von Wissen, Ideen, Überzeugungen, kulturellen Besonderheiten, der medial vermittelt ist, kann man sich jederzeit ausklinken. Der „Nächste“, um es biblisch zu sagen, lässt sich nicht wegklicken.

Daher heißt es in allen Ratgebern zur Förderung des Zusammenlebens: den Kontakt zu anderen suchen bzw. herstellen, den Blick auf den Einzelnen lenken, kennenlernen, Informationen übereinander austauschen, Beziehungen schaffen. Die Angst vor dem Unbekannten, so betonen Psychologen, sitzt – aus uralten Zeiten kommend – in jedem tief. Abgebaut werden kann sie nur durch Begegnung.

... HIN ZUR WANDLUNG

Dort, wo Menschen unweigerlich zusammenkommen müssen, lassen sich Respekt, Austausch und Miteinander gezielt fördern. Das beginnt im Kindergarten und in der Schule und setzt sich am Arbeitsplatz fort. In der Freizeit, wo sich Menschen freiwillig zusammentun, geschieht es ebenso: in Sportvereinen, in Musikkapellen und Chören, in den Feuerwehren, im Malkurs und in der Naturschutzinitiative. Dort, wo man sich für ein gemeinsames Ziel einsetzt, werden gegenseitige Klischees und Vorurteile infrage gestellt, kippt die Vielfalt der Kulturen vom Schwarz-Weiß ins Bunte.

Die Kirche war von ihrem Beginn an mit der Herausforderung Vielfalt konfrontiert, wie schon die Evangelien belegen. Der Konflikt zwischen Judenchristen und Heidenchristen wurde zugunsten der Öffnung für alle Menschen entschieden, und so gibt es heute Christen in allen Ländern und Kulturen. Die katholische Kirche sieht sich nicht nur in der Lehre, sondern auch in den Sakramenten und in der Organisation als weltweite Gemeinschaft.

Für Katholiken in Österreich wird seit einigen Jahrzehnten die „kulturelle Vielfalt“ ihrer Weltkirche vermehrt dadurch erlebbar, dass aufgrund des Mangels an einheimischem Priesternachwuchs vermehrt Geistliche aus anderen Ländern zum Einsatz kommen. Sie stammten zunächst vorwiegend aus Ländern Osteuropas, inzwischen kommen sie auch aus Afrika und Südostasien. Nicht immer verläuft das Zusammenwirken von Pfarrer und Gemeinde dabei friktionsfrei. Mancher Priester erscheint den hiesigen Gläubigen zu „klerikal“, einem alten Priesterbild verhaftet. Auf der anderen Seite klagen manche der Geistlichen über nationalistische und rassistische Vorurteile, die ihnen entgegengebracht werden.



P. Jomon Joseph Thondickakuzhiyil C.Ss.R

Pater Jomon Joseph Thondickakuzhiyil ist seit 18 Jahren in Österreich. Er stammt aus Kerala in Südindien. Als Mitglied des Redemptoristenordens kam er 2007 zunächst nach Innsbruck. Später wirkte er als Kaplan in der von seinem Orden betreuten Pfarre in Attnang-Puchheim (OÖ), anschließend in mehreren Pfarren im Burgenland. Seit 2022 ist er Pfarrer in Wiesen und Siegraben im Dekanat Mattersburg, seit einem Jahr auch Dekanatsseelsorger der KMB.

Im Gespräch mit „Ypsilon“ berichtet P. Jomon, er habe hier in Österreich weder Vorbehalte noch Ablehnung wegen seiner Herkunft oder seiner Hautfarbe erlebt. „Ich bin überall freundlich und sehr gut aufgenommen worden“, unterstreicht er in bestem Deutsch. Neben seiner offenen und freundlichen Art wird dazu wohl auch seine Auffassung vom Priesteramt beigetragen haben. „Ich sehe mich als Seelsorger mitten unter den Menschen. Wir sind miteinander unterwegs und begegnen einander auf Augenhöhe. Ich sage offen meine Meinung, wenn ich es für notwendig erachte, aber nicht von oben herab. Ein autoritäres Priesterbild gehört der Vergangenheit an, das habe ich in den Jahren meines Wirkens gelernt und erfahren“, sagt P. Jomon und erinnert an einen Appell von Papst Franziskus an Priester und Bischöfe: Seid Hirten mit dem Geruch der Schafe!

Neben der Offenheit für die Vielfalt in den eigenen Reihen ergreifen einzelne Pfarrgemeinden in ganz Österreich immer wieder Initiativen der Öffnung hin zu anderen religiösen Gemeinschaften in ihrer Umgebung: gegenseitige Einladung zu Festen, Austausch zu Fragen des Zusammenlebens und des Glaubens, gemeinsame Sozialprojekte und Nachbarschaftsinitiativen. „Angst kommt von allein, für Zuversicht muss man sich entscheiden“, heißt es in Lebensratgebern. Das gilt auch im Blick auf kulturelle Vielfalt: Sie ist vorhanden – ihre Chancen zu ergreifen, sollte nicht so schwer sein. **V**

Zur besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Nennung männlicher, weiblicher und diverser Formen verzichtet. Alle Personenbezeichnungen gelten für alle Geschlechter.

GOTT BEWEGT

CHRISTEN IN DER TÜRKEI

Vor wenigen Wochen konnte ich mit einer Gruppe von Studenten und Professoren unserer Hochschule Heiligenkreuz eine Pilgerreise in die Türkei unternehmen – zum Jubiläum 1.700 Jahre Konzil von Nizäa. Auf dem Programm stand, neben dem Besuch der wenigen noch vorhandenen christlichen Kirchen, auch die Begegnung mit Christen, die heute in diesem riesigen moslemischen Staat leben. Wir feierten die Messe mit dem apostolischen Vikar von Istanbul (das ist der römisch-katholische Bischof) und nahmen an einem Gottesdienst mit dem griechisch-orthodoxen Patriarchen von Konstantinopel teil.

Wir erfuhren, dass die Zahl der Christen in Istanbul und Umgebung in den letzten Jahrzehnten von 38 auf 0,8 Prozent zurückgegangen ist. Grund für diese dramatische Entwicklung ist die Benachteiligung von Christen durch den türkischen Staat und die massive Flucht von christlichen Familien in andere Länder, wo es ihnen leichter gemacht wird, ihren Glauben zu leben. Kirchen und Klöster werden immer wieder juristisch massiv unterdrückt. Religiös motivierte Gewalttaten und Attentate auf türkische und ausländische Christen sowie Anschläge auf christliche Gebäude gibt es in der Türkei nach wie vor.

Angesichts dieser Tatsache ist es bewundernswert, wie christliche Gemeinden weiterhin in kleinen Gemeinschaften leben, beten und feiern. Heute sind es vor allem griechische und armenische Gemeinden, aber auch ausländische Christen, die sich um ein Leben in der mehrheitlich moslemischen Gesellschaft bemühen. Eindrucksvoll ist die Tatsache, dass alle Christen über die konfessionellen Grenzen hinweg zusammenarbeiten und auch eine neue türkische Bibelübersetzung herausgegeben haben.

Ich habe von unserem Besuch in der Türkei die Erfahrung mitgenommen, dass neben den beeindruckenden Zeugnissen der christlichen Vergangenheit heute der Glaube an Jesus Christus oftmals verborgen lebt. Möge Gott unsere christlichen Schwestern und Brüder behüten und stärken!



P. WALTER LUDWIG

IST PFARRER IN PFAFFSTÄTTEN
UND GEISTLICHER ASSISTENT
DER KMB WIEN



RASIERER ADE, GESUNDHEIT OLÉ!

WILLKOMMEN IM „MOVEMBER“! EIN MONAT, IN DEM SICH MÄNNER NICHT NUR BÄRTE WACHSEN LASSEN, SONDERN AUCH DAS BEWUSSTSEIN FÜR IHRE GESUNDHEIT SCHÄRFEN. **SYLVIA NEUBAUER**

GESUNDHEITSMUFFEL? ZEIT ZUM UMDENKEN!

Es gibt eine oft übersehene Gesundheitskrise, die einen erheblichen Teil der globalen Bevölkerung betrifft: die Männer! Sie leben im Schnitt fünf Jahre kürzer als Frauen. Und das hat weniger mit ihren Genen zu tun als mit ihrem Lebensstil. „Männer gehen im Vergleich zu Frauen statistisch seltener zur Vorsorge und neigen häufiger dazu, gesundheitliche Beschwerden zu ignorieren oder zu verharmlosen“, bestätigt Dr. Peter Goldenits, MSc, Facharzt für Allgemeinmedizin, Familienmedizin und Geriatrie. „Dabei ließen sich schwerwiegende Erkrankungen – etwa Herz-Kreislauf-Krankheiten, Diabetes oder bestimmte Krebsarten – durch frühzeitige Diagnostik und Prävention besser behandeln oder sogar verhindern.“

VORSORGE, DER SCHLÜSSEL ZU EINEM LÄNGEREN LEBEN

Männer haben mit spezifischen Gesundheitsproblemen zu kämpfen, die oft in den Hintergrund gedrängt werden. Dazu gehören Erkrankungen der Prostata, der Hoden und Erektionsstörungen. Prostatakrebs ist weltweit die zweithäufigste Krebsart bei Männern – hinter Lungenkrebs. Hodenkrebs zählt zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Männern zwischen 20 und 40 Jahren. Der Gedanke „Wenn etwas kaputt geht, kann man es ja immer noch reparieren“ ist hier definitiv der falsche Ansatz.

Eine frühzeitige Diagnose kann entscheidend sein und die Weichen für eine erfolgreiche Behandlung stellen.


Ab dem 45. Lebensjahr sollte eine urologische Vorsorgeuntersuchung ganz oben auf der Liste stehen, besonders wenn in der Familie bereits Krankheitsfälle bekannt sind oder Vorerkrankungen bestehen. „Bei einem Mann mit familiärer Vorbelastung für Prostatakrebs werden früher und regelmäßiger PSA-Werte bestimmt als bei jemanden ohne Risiko“, nennt der Allgemeinmediziner ein Beispiel und erklärt: „Die risikoadaptierte Vorsorge hat den Vorteil, dass unnötige Untersuchungen vermieden werden, während Hochrisikopatienten frühzeitig identifiziert werden können.“

Und was Erektionsstörungen anbelangt: Diese sind oft mehr als nur eine intime Herausforderung. Sie können ein Hinweis auf die allgemeine Gesundheit sein. Sind sie arteriell bedingt, könnten sie auf versteckte Probleme beim Herz-Kreislauf-System hinweisen. Bei stoffwechselbedingten Ursachen kann dies ein Warnsignal für Diabetes mellitus sein. Also, liebe Männer: Habt keine Scheu, auch die Themen unterhalb der Gürtellinie offen anzusprechen.

RED MA DRÜBER!

Und spricht bitte auch über euer Innenleben! Männer neigen oft dazu, ihre Sorgen für sich zu behalten, als müssten sie den

Eindruck von Unverwundbarkeit aufrechterhalten. Aber mal ehrlich: Wenn man alles in sich hineinfrisst, wird die Last nur schwerer, und das kann im schlimmsten Fall zu destruktiven Gedanken führen (siehe Seite 12). „Bei Anzeichen von Depression, Burnout oder Angststörungen ist es daher entscheidend, frühzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen“, meint Goldenits und rät, sich an eine vertrauensvolle Person zu wenden – dies kann beispielsweise der Hausarzt oder die Hausärztin sein, die gegebenenfalls auch weitervermitteln können. Schließlich gehen wir bei Zahnschmerzen auch nicht erst nach Wochen zum Arzt, oder?

Das Offenbaren dessen, was belastet, kann der erste Schritt zur Besserung sein. Apropos Schritte: Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sind nur zwei von vielen Möglichkeiten, wie wir aktiv unsere Gesundheit fördern können. Und ja, auch wenn es manch einer vielleicht schon geahnt hat: Übergewicht, Alkoholkonsum und Rauchen sind der Gesundheit wahrlich nicht dienlich. „Rauchen zählt zu den größten Risikofaktoren für viele Krankheiten, darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs und Lungenerkrankungen“, weiß der Mediziner. Um es klar zu sagen: Menschen, die mit dem Rauchen aufhören, gewinnen im Vergleich zu Rauchern bedeutend an Lebenszeit. Ein 35-Jähriger, der dem Glimmstängel den Rücken kehrt, kann im Durchschnitt stolze acht Jahre an Lebenszeit zurückgewinnen. Zusätzlich zu all dem sollten wir Stress reduzieren und auf eine gute Schlafhygiene achten. Goldenits: „Diese Maßnahmen sind keine Garantie für Gesundheit, aber sie verbessern nachweislich die Lebensqualität und senken das Risiko für viele Erkrankungen erheblich.“ 



WAS IST DER MOVEMBER?

Der Movember hat seine Wurzeln in Australien.

Im Jahr 2003 begaben sich einige junge Männer in Down Under auf ein haariges Abenteuer und ließen sich Schnurrbärte wachsen. Ihr Ziel? Nicht nur stylisch auszusehen, sondern auch das Thema Männergesundheit ins Rampenlicht zu rücken. Seit seiner Gründung hat sich Movember – eine kreative Wortschöpfung aus „Moustache“ (Schnurrbart) und „November“ – zu einer weltweiten Bewegung entwickelt. Im Mittelpunkt stehen Prostatakrebs, Hodenkrebs sowie die allgemeine und die psychische Gesundheit.

VORSORGEKALENDER FÜR MÄNNER

Ausschneiden und auf die Pinnwand damit!

MÄNNER VON 18 BIS 34 JAHREN

Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	bei Bedarf

MÄNNER VON 35 BIS 39 JAHREN

Hautkrebs-Screening	alle 2 Jahre (ohne Prädisposition)
Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	bei Bedarf

MÄNNER VON 40 BIS 44 JAHREN

Untersuchung auf Blut im Stuhl (Okkultbluttest)	1x pro Jahr
Gesundheitsvorsorge für die Augen	alle 2 Jahre
Hautkrebs-Screening	alle 2 Jahre
Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	bei Bedarf

MÄNNER VON 45 BIS 49 JAHREN

Prostata- und Hodenkrebsfrüherkennung	1x pro Jahr
Gesundheitsvorsorge für die Augen	alle 2 Jahre
Hautkrebs-Screening	alle 2 Jahre
Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	bei Bedarf

MÄNNER AB 50 JAHREN

Darmspiegelung	Wiederholung nach 10 Jahren
Prostata- und Hodenkrebsfrüherkennung	1x pro Jahr
Gesundheitsvorsorge für die Augen	Alle 2 Jahre
Hautkrebs-Screening	Alle 2 Jahre
Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	Bei Bedarf

MÄNNER AB 65 JAHREN

Ultraschall der Bauchschlagader	einmalig
Prostata- und Hodenkrebsfrüherkennung	1x pro Jahr
Gesundheitsvorsorge für die Augen	alle 2 Jahre
Hautkrebs-Screening	alle 2 Jahre
Allgemeine Vorsorgeuntersuchung	1x pro Jahr
Zahnärztliche Kontrolle	1x pro Jahr
Impf-Check	bei Bedarf



WEGE AUS DER DUNKELHEIT

HILFE BEI SUIZIDGEDANKEN

WENN SUIZIDGEDANKEN EINEN MENSCHEN ÜBERWÄLTIGEN, IST ES ENTSCHEIDEND ZU ERKENNEN, DASS UNTERSTÜTZUNG BEREITSTEHT. ES GIBT MÖGLICHKEITEN, UM DURCH DIESE HERAUSFORDERNDE PHASE ZU KOMMEN UND WIEDER FREUDE AM LEBEN ZU FINDEN.

SYLVIA NEUBAUER

Schmerz, gleich ob körperlicher oder seelischer Natur, kann das Gehirn in einen dauerhaften Alarmzustand versetzen und die Wahrnehmung in einen dichten Nebel hüllen. Die Schönheit des Lebens bleibt im Schatten eines engen Tunnelblicks verborgen. Man fühlt sich entfremdet. Jener Teil des Gehirns, der für rationales Denken und das Finden konstruktiver Lösungen zuständig ist, wirkt wie abgeschaltet – das Gehirn operiert im „Auto-Pilot-Modus“. In solchen Momenten mag es so erscheinen, als gäbe es keinen Ausweg. Doch das ist nicht richtig. Es gibt Hilfe! Niemand muss allein kämpfen!

VERBORGENE KÄMPFE – WIE SUIZIDGEDANKEN ENTSTEHEN

Eines vorweg: Menschen mit Suizidgedanken wollen meistens nicht wirklich sterben. „Häufig empfinden sie nicht das Leben an sich als untragbar, sondern die aktuellen Umstände“, erklärt Sandra Kalista, BA, Klinische Sozialarbeiterin im Klinikum Wels-Grieskirchen und Trainerin für Suizidprävention. Oft geht dem ein langer Leidensweg voraus: In vielen Fällen stehen suizidale Gedanken im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen, die – und das ist bedeutsam zu wissen – gut behandel- oder sogar heilbar sind.

Bei älteren Erwachsenen steigt die Suizidrate enorm an. Isolation, Einsamkeit, gesundheitliche Probleme sowie zunehmende Pflegebedürftigkeit können zusätzlich belasten. Besondere Sorgenkinder sind ältere Männer: In der Altersgruppe ab 65 Jahren begehen fünfmal mehr Männer als Frauen Suizid. Doch warum sind gerade sie so gefährdet? Es gibt viele Ansätze zur Erklärung: Männer neigen dazu, weniger zu kommunizieren, und haben oft Schwierigkeiten, ihre Probleme offen anzusprechen. Auch der selbst auferlegte Druck, stark und unverwundbar zu erscheinen, lastet schwer auf ihnen. Ein weiterer Faktor ist Impulsivität – denn der entscheidende Anstoß, Suizidgedanken in die Tat umzusetzen, resultiert häufig aus einer Kränkung oder Demütigung. Das kann ein Streit, ein schmerzhafter Verlust oder die Erfahrung sein, öffentlich bloßgestellt und herabgewürdigt zu werden.

EINFÜHLENDE BEGLEITUNG IN KRISENZEITEN

Überlebende von Suizidversuchen berichten oft, dass ihnen jemand gefehlt hat, der einfach nur zuhört. Menschen in suizidalen Krisen suchen nach einer Person, die für sie da ist, die sie akzeptiert und ihren Schmerz erträgt – ohne Bagatellisierung. „Die Verzweiflung muss unbedingt ernst genommen werden

und darf nicht durch persönliche Maßstäbe relativiert werden“, betont Kalista. Emotionale Empfindungen und Ressourcen sind äußerst unterschiedlich – jeder Mensch bringt individuelle Erfahrungen und Bewältigungsmechanismen mit. „In kritischen Momenten sind Ratschläge daher oft wenig förderlich“, so die Trainerin für Suizidprävention.

Es ist ein weit verbreiteter Irrtum zu glauben, dass Menschen, die über Suizid sprechen, dies nicht tatsächlich beabsichtigen. „Äußerungen wie ‚Das Leben hat doch keinen Sinn mehr‘, ‚Ich will so nicht mehr weiterleben‘ oder ‚Es wäre besser, wenn ich nicht mehr da wäre‘ sollten mit Achtsamkeit gehört und unbedingt ernst genommen werden“, ermutigt Kalista dazu, dem eigenen Bauchgefühl zu vertrauen, wenn Anzeichen von Suizidabsichten wahrgenommen werden.


Es gibt nur einen entscheidenden Fehler, den man im Umgang mit suizidalen Menschen machen kann: wegzuschauen. Auch wenn es menschlich ist, in solchen Situationen unsicher zu sein und Angst vor den möglichen Emotionen und Reaktionen zu empfinden, sollten Außenstehende keine Scheu haben, Fragen zu stellen. „Je nach Einschätzung der Lage ist es wichtig, professionelle Hilfe hinzuzuziehen“, appelliert Kalista. Die Betroffenen sollten keinesfalls allein gelassen werden: „Fachleute können in der Situation unterstützen und gegebenenfalls eine stationäre Aufnahme veranlassen.“

WO FINDEN BETROFFENE UNTERSTÜTZUNG IN SCHWEREN ZEITEN?

Themen wie Lebenskrisen und Suizidgedanken sind in unserer Gesellschaft häufig mit einem Tabu behaftet. Diese Stigmatisierung erzeugt eine Hemmschwelle, die es vielen Menschen erschwert, sich anderen zu öffnen. Doch ein Gespräch kann die schwere Last, die auf den Schultern drückt, ein Stück weit heben – es sorgt für Entlastung, ganz wörtlich. Manchmal kann es hilfreich sein, sich zu erinnern, welche Orte und Menschen in der Vergangenheit unterstützend waren. Überlegen Sie: Wo fühlen Sie sich wohl? Wen könnten Sie ansprechen? Die Telefonseelsorge bietet eine anonyme Möglichkeit, Unterstützung zu erhalten. Sätze wie „Ich fühle mich derzeit nicht besonders gut. Kann ich mit dir reden?“ sind gute Eisbrecher, um einen Dialog zu beginnen. Solche Aussprachen sind wertvoll und können helfen, Brücken zu bauen.

Darüber hinaus braucht es aber auch langfristige Interventionen. „Neben einer ärztlichen Abklärung und eventuell medikamentöser Therapie kann Psychotherapie oder psychosoziale Beratung eine wertvolle Hilfe sein“, sagt die Sozialarbeiterin. Kalista: „Generell ist es ratsam, ein Helfernetz zu schaffen, in dem vertrauenswürdige Personen – wie Fachleute, Familie und Freunde – miteinander verbunden sind.“ Ein weiterer Aspekt ist die Entwicklung eines Sicherheitsplans, der in stürmischen Zeiten wie ein Anker fungiert – er hilft dabei, in scheinbar aus-

sichtslosen Momenten einen klaren Kopf zu bewahren, und bietet Orientierung sowie Sicherheit, wenn alles andere nebulös erscheint.

Die wichtigste Botschaft zuletzt: Es gibt Menschen, die ähnliche Suizidgedanken hatten und den Weg zurück ins Leben gefunden haben. Ihre Geschichten verdeutlichen, dass Hoffnung und Hilfe immer möglich sind – Unterstützung zu suchen, ist der erste Schritt. 

SOFORTHILFE IM AKUTFALL

Österreichweite Telefon- und Internet-Kontakte

Telefonseelsorge | Tel.: 142

Telefonberatung, täglich rund um die Uhr,
Sofortchat täglich von 16:00 bis 23:00 Uhr,
E-Mail-Beantwortung innerhalb von 48 Stunden
www.telefonseelsorge.at

Männernotruf | Tel.: 0800 246 247

www.maennernotruf.at

Kriseninterventionszentrum | Tel.: 01 4069595

MO bis FR, 10:00 bis 16:00 Uhr, auch E-Mail-Beratung
Beantwortung innerhalb von 24 bis maximal 48 Stunden
www.kriseninterventionszentrum.at

LEITFADEN FÜR DEN UMGANG mit suizidgefährdeten Menschen

- Ihr bloßes Dasein kann bereits Unterstützung bieten.
- Begegnen Sie der Person auf Augenhöhe – mit Respekt und Einfühlungsvermögen.
- Stellen Sie Fragen, wenn Sie besorgt sind, und teilen Sie der Person Ihre Bedenken mit.
- Führen Sie ein offenes Gespräch, in dem die Hintergründe der belastenden Gefühle gemeinsam erkundet werden.
- Nehmen Sie Suizidabsichten stets ernst; verharmlosen Sie die Situation nicht.
- Vermeiden Sie Belehrungen oder Urteile; hören Sie aufmerksam zu und bieten Sie Verständnis.
- Ermutigen Sie die betroffene Person, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, und bieten Sie ihr – wenn nötig – Ihre Unterstützung bei der Kontaktaufnahme an.
- Achten Sie auf Ihre eigenen Grenzen und scheuen Sie sich nicht, auch für sich selbst Hilfe zu suchen, wenn es nötig ist.
- Bei der Telefonseelsorge finden auch Sie Unterstützung sowie Informationen zu Hilfsangeboten – insbesondere, wenn Sie unsicher sind, wie sie mit den Suizidgedanken der nahestehenden Person umgehen sollen.

KURZ & GUT

FRIEDE UND VERSÖHNUNG

„Wir treten für eine Männlichkeit ein, die für Sensibilität, Mitgefühl und Geschlechtergerechtigkeit steht“, betonte Obmann **Bernhard Steiner** beim Diözesantrag der KMB Oberösterreich. Die Veranstaltung war Auftakt für das Jahresthema „Friede und Versöhnung“ der KMBÖ. **Christine Haiden**, ehem. Chefredakteurin der „Welt der Frauen“, zeigte in ihrem Festvortrag in einem Ritt durch die Geschichte unter anderem auch auf, wie weibliche Emanzipation verzerrt wird: „Wer Hildegard von Bingen als Kräuterweiblein abklassifiziert, versucht, die mächtigste Frau, die die katholische Kirche je hervorgebracht hat, unschädlich zu machen.“



Christine Haiden. Ehem. Chefredakteurin der "Welt der Frauen".



GEMEINSAM ZUKUNFT GESTALTEN KMBÖ-HERBST- KONFERENZ 2025

Im Johannes Schössl der Pallottiner in Salzburg tagte am 10. und 11. Oktober die Katholische Männerbewegung Österreichs (KMBÖ). Unter Leitung von **Karl Toifl** (links aussen) und **Michael Juppe** (rechts aussen) berieten Vertreter aus allen Diözesen über aktuelle Themen und Projekte. **Rainer Konderla** (letzte Reihe 3. von links) präsentierte die Männerberatung Salzburg als Beispiel engagierter Männerarbeit.

AUSZEICHNUNG FÜR HERBERT NUSSBAUER

40 Jahre lang war **Herbert Nussbauer** im Vorstand der KMBÖ und der KMB Vorarlberg tätig, davon 30 Jahre als Obmann im Ländle. Er setzte sich vor allem für eine nachhaltige Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen ein. Mit der Verleihung des Goldenen Ehrenzeichens der Diözese Feldkirch würdigte **Bischof Benno Elbs** das große Lebenswerk eines Mannes, der über Jahrzehnte hinweg Glauben, Verantwortung und Gemeinschaft vorbildlich gelebt hat.



V.l.n.r.: **Christian Wachter** (KMB), **Bischof Benno Elbs**, **Herbert Nussbauer**, **Andreas Weber** (Diözese Feldkirch).

KURZ & GUT

TERMINE

WIE ERHALTE ICH DIE LEBENSFREUDE IM ALTER? SUIZIDPRÄVENTION BEI ÄLTEREN MÄNNERN

Freitag, 28. November 2025

19:00 bis 21:00 Uhr

Bildungshaus Schloss Puchberg

Referentin: Sandra Kalista, BA,

Trainerin für Suizidprävention

WEIHNACHTEN FÜR EINSAME MÄNNER UND VÄTER IN TRENNUNG

Mittwoch, 24. Dezember 2025

14:00 Uhr, Feldkirch, Kloster Fidelis

14:00 Uhr, Innsbruck, Kapuzinerkirche

TV-TIPP

Die ORF-Reihe Kreuz & Quer brachte unter dem Titel
„Glaube im Untergrund – Geheime Kirche
im Kommunismus“

eine 40-minütige Sendung, an der auch Gabriel Kozuch,
geistlicher Assistent der KMB Eisenstadt, mitgewirkt hat.

**Die Sendung ist auf ORF ON
bis 21. März 2026 online verfügbar.**

Link: <https://on.orf.at/video/14292514/kreuz-und-quer-glauben-im-untergrund>

LUIS ZAMBRANO IST DER ROMERO- PREISTRÄGER 2025

Der 1946 in Peru geborene Priester und Menschenrechtsaktivist setzte sich ein Leben lang für Gerechtigkeit und die Freiheit der Ärmsten in Peru ein. Er gründete die Organisation FEDERH („Glaube und Menschenrechte“) und eine Obdachlosen- und Armenherberge in Puno. Unterstützt wird er in seinem Wirken durch die entwicklungspolitische Organisation Sei So Frei Österreich und die KMB. Mehr über Luis Zambrano erfahren Sie in der nächsten Ausgabe von Ypsilon. Der ORF bringt am 21. Dezember 2025 in „kreuz und quer“ einen Beitrag über den Romero-Preisträger.



ERRATUM – Y4-2025

**Dr.in phil. Verena Lorber ist wissenschaftliche
Mitarbeiterin am „Franz und Franziska Jägerstätter
Institut“ der Katholischen Privatuniversität Linz und
nicht der Johannes Kepler Universität Linz.**

BUCHTIPPS

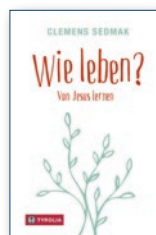


Friesl, Meinhard, Polak

Wie wir leben wollen

Die Welt steckt in der Krise, da kann man schon mal den Mut verlieren. Aber was braucht es, damit unsere Welt in fünf bis zehn Jahren eine gute ist. Der Werteforscher Christian Friesl, die Journalistin Edith Meinhard und die Religionswissenschaftlerin Regina Polak haben gemeinsam mit namhaften Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft, Umweltschutz, Gesundheit, Integration und Religion Visionen und konkrete Lösungen für eine bessere Welt entworfen.

304 Seiten; Edition a; ISBN: 978-3-99001-849-1



Clemens Sedmak

Wie leben?

Von Jesus lernen

40 Bibelstellen hat der renommierte Philosoph und Theologe Clemens Sedmak ausgewählt, um jeweils eine wichtige Facette aus der Lebensführung Jesu zu beleuchten. Wie hält es Jesus etwa mit besonderen Beziehungen, wo sucht er sich Rückzugsorte, wie haushaltet er mit seiner Zeit? Und wie sieht Jesus die Welt, welche Fragen stellt er, wozu fordert er auf? Sedmak sucht darauf Antworten und ermutigt dazu, an diesen das eigene Leben neu auszurichten.

200 Seiten; Tyrolia-Verlag; ISBN 978-3-7022-4297-8



Manfred Dosch

Raus aus der Alkoholfalle

Das Buch zeigt, wie sich Süchtige aus der Alkoholsucht befreien können. Es informiert auch Angehörige und Freunde über die ersten Anzeichen einer beginnenden Sucht und wie dem Betroffenen geholfen werden kann. Der Autor, der selbst betroffen war, erklärt das Denken und das Verhaltensmuster von Süchtigen. Er gibt Hinweise, wie Betroffenen mit einer Therapie geholfen werden kann und wie sie ein freudvolles Leben ohne Alkohol genießen können.

90 Seiten; Reichel Verlag; ISBN 978-3-9104-0209-6

30 JAHRE KIRCHENVOLKSBEGEHREN

EINE SCHOCKWELLE GING DURCH DIE KATHOLISCHE KIRCHE, ALS ENDE MÄRZ 1995 MISSBRAUCHSVORWÜRFE GEGEN DEN WIENER ERZBISCHOF KARDINAL HANS HERMANN GROßER PUBLIK WURDEN. SCHON WENIGE WOCHEN SPÄTER, AM KARFREITAG, ERHOB EINE GRUPPE ENGAGIERTER LAIEN FORDERUNGEN ZUR ERNEUERUNG DER RÖMISCH-KATHOLISCHEN KIRCHE, DIE IN DAS KIRCHENVOLKSBEGEHREN MÜNDETEN. **CHRISTIAN BRANDSTÄTTER**

„Wir haben damals zu dritt in Innsbruck begonnen“, erzählt Martha Heizer, die an der Universität für Religionspädagogik arbeitete. Mit dabei: Der Religionslehrer Thomas Plankensteiner und die Religionslehrerin Bernadette Wagnleithner. Nach Erzählungen von Thomas Plankensteiner sei seine Frau Isabella die eigentliche Initiatorin gewesen. „Sie hat zu mir gesagt, man soll nicht nur jammern, sondern an die Öffentlichkeit gehen. Denn auch wir müssen uns von der nachfolgenden Generation fragen lassen, was wir gegen die Missstände unternommen haben.“ Gemeinsam mit seinen Schülerinnen und Schülern erstellte Plankensteiner den ersten Forderungskatalog. „Das war die Geburtsstunde des Kirchenvolksbegehren.“



V.l.n.r.: Martha Heizer, Thomas Plankensteiner, Bernadette Wagnleithner.

Die Gruppe ist schnell gewachsen. „Von der offiziellen Kirche haben sich einige aus der Deckung gewagt und hinter die Forderungen gestellt, darunter die KMB. Anderen ist das alles zu schnell gegangen.“ Am Pfingstsonntag begann die dreiwöchige Eintragsfrist. Mehr als 500.000 Menschen haben damals un-

ter anderem für mehr Mitbestimmung der Laien, die Gleichstellung von Frauen, die Abschaffung des Pflichtzölibats unterschrieben.

„Der Widerstand gegen unsere Initiative war wild“, erinnert sich Heizer. „Das ist so weit gegangen, dass wir Morddrohungen erhielten. Jemand hat mir direkt ins Gesicht gesagt, dass es schade sei, dass es keine Scheiterhaufen mehr gibt. Viele Pfarrer haben sich gegen uns gestellt, die meisten Bischöfe haben versucht, alles totzuschweigen. Bischof Laun hat mir gesagt: ‚Treten Sie um Himmelswillen aus der Kirche aus!‘. Man hat die Kritik an der Kirche mit Kritik an Gott gleichgesetzt. Einzig der Grazer Bischof Weber, damals Vorsitzender der Bischofskonferenz, hat uns empfangen.“

Auf der anderen Seite gab es auch enorm viel Zuspruch. Alt-Erzbischof Kardinal Franz König mahnte ein, dass sich die gesamte Kirche mit den Forderungen und den Konsequenzen ernsthaft auseinandersetzen müsse. „Hätte es euch nicht gegeben, gäbe es heute den synodalen Prozess nicht“, sagte mir kürzlich eine Teilnehmerin der Weltsynode“, so Heizer.

Aus dieser Bewegung ist die Plattform „Wir sind Kirche“ entstanden, deren Vorsitzende Martha Heizer heute ist. Ihre Bilanz nach drei Jahrzehnten fällt vorsichtig positiv aus, obwohl die Forderungen nach wie vor unerfüllt im Raum stehen. „Die Kirche ist heute geprägt von der Mitverantwortung und Beteiligung von Laiinnen und Laien. Frauen werden zwar in kirchliche Spitzenpositionen berufen, der Zugang zum Priesteramt wird ihnen immer noch verwehrt. Und auch die freie Wahl zwischen einer zölibatärer oder nicht-zölibatärer Lebensform für Priester ist nicht möglich.“ Für die Zukunft wünscht sich Heizer, dass die Kirche eine leuchtende Gestaltungskraft für die Welt haben kann, dass sie Weltoffenheit und Gottverbundenheit ausstrahlt und Nächstenliebe und Solidarität glaubhaft lebt. **V**

Impressum: Medieninhaber: Förderverein der Katholischen Aktion Österreich, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien. Herausgeber: Katholische Männerbewegung Österreich, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien. Tel.: 01-51611-1611, E-Mail: ypsilon@kmb.or.at. Obmann: Ing. Karl Toifl. Chefredakteur: Michael Juppe. Redaktion: Lebensart Verlags GmbH, E-Mail: ypsilon@lebensart-verlag.at. Gestaltung: LIGA: graphic design. Lektorat: Barbara Weyss. Abos: KMBÖ, Tel.: 01-51611-1611, E-Mail: ypsilon@kmb.or.at. Produktion: Druckerei Berger Ges.m.b.H., Wienerstr. 80, 3580 Horn. Alle Rechte vorbehalten. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers und der Redaktion dar. Bei Einsendungen von Texten und Bildern wird das Einverständnis zur Veröffentlichung vorausgesetzt, diese aber nicht garantiert. Das Männermagazin y erscheint fünf Mal jährlich. Einzelpreis: Euro 3,-; Abo: Euro 15,-/Jahr. Information zur Offenlegung lt. § 25 Mediengesetz auf <https://www.kmb.or.at/pages/kmb/ypsilon>