

# von man zu Mann

## MÄNNERBÜRO

Katholische Kirche Vorarlberg

April  
2/03

2003  
7. Jahrgang

Männer zwischen 30 und 40 haben die stärkste Zunahme an Arbeitslosigkeit – eine Zielgruppe, die bisher kaum damit zu rechnen hatte. Es trifft sie nicht nur materiell, sondern auch in ihrer Männerseele. Peter berichtet, wie es ihm derzeit ergeht.

## Arbeit (s) los

„Und was schaffasch Du?“ – „I bin arbeitslos.“ – „Ah, so ...?!?“ . Vor eineinhalb Jahren hätte ich mir diese Art von Gespräch für mich nicht vorstellen können. Aber dann ist es sehr schnell gegangen. Die Buchhandlung, in der ich elf Jahre gearbeitet hatte, wurde geschlossen und ich stand „auf der Straße“, wie man so schön sagt.

Den ersten Monat in der Arbeitslosigkeit, habe ich noch recht gut hinter mich gebracht: lang liegende Arbeiten konnte ich angehen, endlich einmal den Griff der Kommode anleimen, der bei jedem Öffnen

der Schublade abgegangen ist... Beim AMS habe ich mich natürlich auch gemeldet. Auf Suche nach einer neuen Arbeitsstelle war ich schon vorher gegangen, ohne Erfolg.

Dann kam das Angebot, wieder in einer Buchhandlung zu arbeiten, aber die schlechte Wirtschaftslage und die Kleinheit der Buchhandlung ließen nach zwei Monaten eine Weiterbeschäftigung nicht zu. Also bin ich seit 1.1.2003 wieder arbeitslos. Und bin es immer noch.

### Von Schluchten und Gipfeln

Die vergangenen Monate waren hart, ein Gang durch Schluchten und Gipfel der Gefühle, der Gesundheit, der Beziehung. Im Januar konnte ich mich nicht mehr so leicht ablenken von der Situation, zumal ich dann auch noch krank wurde. Meine Frau meinte, sie wisse schon, warum ich krank sei. Das habe wohl mit dem Schock zu tun, dass ich die Arbeit verloren habe. Wenn ich darüber nachdachte, so musste ich ihr recht geben. Und so ist es auch geblieben. Denn immer noch bin ich anfällig - sitze auch heute wieder mit einer Ver-

kühlung vor dem PC und schreibe diese Zeilen.

Die Absagen zu den Bewerbungen, die ich schon versendet oder übergeben habe, nehmen mich stark mit, lassen mich immer wieder an mir selbst zweifeln, untergraben mein Selbstwertgefühl. Tiefe Schluchten der Verzweiflung und des Selbstmitleids tun sich auf. Hin und wieder gelingt es mir, wieder einen Berg zu erklimmen, besonders wenn ich mich wieder voller Hoffnung und Überzeugung an Bewerbungen und Gespräche mache. Vom AMS kommt so gut wie keine Hilfe. Ich muss mich selbst auf die Füße stellen und das gelingt einmal besser, einmal schlechter.

In der Beziehung geht es auch drunter und drüber. Meine Frau, von Beruf Hebamme, hat das gleiche vor etwa zwei Jahren mitgemacht, als sie gekündigt wurde. Sie hat sich inzwischen mit zwei Kolleginnen an die Gründung einer Hebammenpraxis gemacht. Sie hat viele Zweifel, ob das mit der Praxis alles gut geht und dabei natürlich auch meine Situation im Hinterkopf. Ich unterstütze sie in dieser Phase fest, aber das braucht sehr viel Energie. Wir selbst als Paar bleiben auf der Strecke.



## Seminare für Männer

### Erst müssen Teller fliegen

Der Kampf um die Arbeit ist eine ständige Art von Ablenkung, denn wir reden selten über uns, wie es uns geht, was uns beschäftigt. Das geht so weit, dass die Teller fliegen müssen, bis wir wieder miteinander reden können, ich meine Tränen laufen lassen kann ob meiner Situation, ob der Trauer über die verlorene Arbeit, und wir uns wieder umarmen können. So sehr hatte ich mich danach gesehen, einfach wieder einmal in den Arm genommen zu werden.

Derzeit befinde ich mich auf einer Ebene und laufe dahin, halte Ausschau nach den Gipfeln, die ich im Traum gesehen habe, von denen ich weiß, dass es sie gibt. Ich versuche den Schluchten fern zu bleiben oder sie nach Möglichkeit zu überspringen. Hin und wieder werde ich an deren Rändern stehen, werde ich auch hineinfallen, aber ich habe den festen Willen, wieder herauszuklettern, um mich wieder auf die Suche nach den Gipfeln zu machen.

Peter Ladstätter

### Männergruppen

„Manchmal täte es sehr gut, einfach alles einmal abladen zu können. Freitag nach dem Männertreffen und am nächsten Tag bei einem Mitglied meiner Männergruppe konnte ich das zum Glück tun“, mailte mir Peter im Zusammenhang mit seiner Arbeitslosigkeit. Männergruppen sind nicht nur ‚Problemklubs‘, aber es tut gut, auch in solchen Situationen brüderliche Männer um sich zu haben. Über 70% der Männer sagen von sich, dass sie keinen Freund hätten!

Und übrigens: Wenn Mann und Frau zusammenkommen ist es spannend, aber es können sich die Batterien entladen, die Frauen nur unter Frauen und Männer nur unter Männern wieder aufladen können. In Griechenland (siehe Bild unten) scheint man das noch zu wissen: Unter einem schattigen Baum sitzen die Männer des Dorfes beieinander.

In diesem Sinn möchte ich auf die Veranstaltung „Männer unter sich“ und die „Waldnacht“ im Frühjahr hinweisen.

Markus Hofer

---

Samstag, 3. Mai, 9.30 bis 17.00 Uhr

### Zurück ins Leben finden

Ein Tag für Männer, die um einen nahen Menschen trauern mit Albert Rau und Siegfried Welz-Hildebrand

Der Tod eines nahestehenden Menschen macht Männer oft stumm und leblos, sie fühlen sich von ihren Gefühlen abgeschnitten oder haben Angst, von Schmerz und Trauer überwältigt zu werden. Die äußeren Umstände zwingen oft dazu einfach weiter zu funktionieren. Der Tag möchte Impulse geben, sich selbst in seinem Verlust zu spüren, wahrzunehmen, was ist; er möchte Mut machen, durch die Trauer hindurch Schritte ins Leben zurück zu finden. Gestaltungselemente sind Gespräch, kreatives Tun und einfache Körperwahrnehmungsübungen.

Leutkirch (D), Haus Regina Pacis  
15,- für Verpfl., 18,- für Kursgebühr  
Anmeldung: Katholisches Bildungswerk Ravensburg, 0049/751/36161-33,  
E-Mail: [info@bildungswerk-rv.de](mailto:info@bildungswerk-rv.de)

---

Freitag, 9. Mai 2003, 19.00 Uhr –  
Samstag, 10. Mai 2003, 17.00 Uhr

### Der Mann zwischen Himmel und Erde

Männerseminar mit Dipl. Psych. Reinhard Hertel, Ravensburg

Der Macher steht mit beiden Beinen am Boden und werkelt vor sich hin – aber er kann nicht fliegen. Der Träumer fliegt durch die Lüfte und phantasiert vor sich hin – aber er hat keine Wurzeln. Bäume können gegen den Himmel wachsen, wenn sie gut in der Erde verwurzelt sind; ansonsten fallen sie um. Der Baum bezieht aus der Erde die Kraft und vom Himmel das Licht. An den Himmel reichen können

wir nur, wenn die Füße am Boden und wir gut geerdet sind. Der Macher steht in der Gefahr, sich im Materiellen zu verlieren und keinen Bezug zum Spirituellen zu finden. Der Träumer steht in der Gefahr abzuheben und den Boden zu verlieren. In diesem Sinn stehen wir Männer zwischen Himmel und Erde und um ganz zu sein, müssen wir diesen Spagat wagen. Das Seminar möchte auf erlebnisaktivierende Weise zu einer persönlichen Standortbestimmung verhelfen: Wie verbinde ich Himmel und Erde? Wo in diesem Balanceakt stehe ich gerade? Was sind die nächsten Schritte?

Bildungshaus St. Arbogast  
Kursbeitrag: 57.-, Verpfl.: 29,60.-  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-0

---

Dienstag, 13. Mai 2003, 20.00 Uhr

## Männer unter sich

Informationsabend für Männer, die an einer Männergruppe interessiert sind mit Andreas Kräutler

An vielen Männerstammtischen haben tiefere Gespräche zwischen Männern keinen Platz. Immer mehr Männern fällt aber auf, dass ihnen etwas fehlt: eine offenere Begegnung zu Männern, die Erfahrung, dass Männer auch über persönliche Themen sprechen können, ohne dass etwas passiert, ohne dass sie sich ständig kontrollieren müssen. Es tut Männern gut, auch einmal unter sich zu sein, zu erleben, dass man(n) auch als Mann nicht allein ist. „Männergruppe“, ist Andreas Kräutler aus Erfahrung überzeugt, „heißt: sich selber etwas Gutes tun!“ Dazu braucht es nicht viel und dann kann's losgehen.

Bregenz, Hotel Mercure, Clubraum  
Keine Kosten!

---

Samstag, 31. Mai 2003, 14.00 Uhr bis  
Sonntag, 1. Juni 2003, Mittagessen

## Die Nacht des Feuers

Ein Impuls zur Initiation für 12–14-jährige Jungen und einen erwachsenen männlichen

## Begleiter mit Felix Rohner und Daniel Mikula

Wenn ein Junge vom Kind zum Jugendlichen heranreift, ist dies ein Grund zum Feiern, diesen Wandel mit männlichem Segen und kraftvollen Ritualen zu bestärken. Das Märchen „Eisenhans“ enthält wichtige Stationen eines Jungen auf seinem Weg zum Mann. Die jungen Burschen und ihre erwachsenen Begleiter erhalten daraus Impulse miteinander ins Gespräch zu kommen, sich als junger und älterer Mann zu begegnen und das nicht um die Asche zu hüten, sondern das Feuer weiter zu geben. Gute männliche Kraft, das zeigt der Eisenhans, vereint in sich Stärke und Demut, Tapferkeit und Mitgefühl, Logik und Spiritualität. Die „Nacht des Feuers“ ist ein Kreis von Ritualen (Loslösung, Kraftübertragung, Mutprobe, Heilung und Segnung) und dazu verbringen wir das ganze Wochenende im Wald oder am Feuer im großen Indianerzelt, wo wir auch übernachten. Die „Nacht des Feuers“ ist auch ein ideales Geschenk von Firmpaten für ihren Firmling, denn *firmare* heißt: *stärken* für den Lebensweg. Mitzubringen: Schlafsack, Isomatte, Kleidung zum Wechseln

Großes Zelt, BH St. Arbogast  
Kosten pro Paar: 90.- Seminar und Verpflegung, 5.- Material  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-0  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

---

Donnerstag, 29. Mai, 16.00 Uhr –  
Sonntag, 1. Juni 2003, Mittagessen

## Men's Spirit Sinnenhafte Spiritualität für Männer

Männerseminar mit Christoph Walser und Peter Wild (CH)

Spiritualität ist für viele Männer wie ein unbekanntes, noch unerforschtes Land. Es fehlen ihnen von klein auf die "Landkarten": Die Ermutigung zur eigenen Sprache und die einfühlsame Wegbegleitung durch erfahrene Männer. Wie kann ihnen der Zugang zu einer Spiritualität gelingen, die aus einengenden Rollen und Normen befreit und die ermutigt, trotz des täglichen Drucks aus dem Innersten

zu leben?  
Das Buch "Men's Spirit – Spiritualität für Männer" von Christoph Walser und Peter Wild zeigt einen Weg auf, der zunächst aus dem komplexen Alltag hinausführt: In die Aus-Zeit, in den Kreis anderer Männer, zu sich selbst, in den Körper, ins Schweigen, in die Schöpfung, zum Atem, in wilde, unentdeckte Räume, in Freundschaften... und in all dem begegnen Männer auch dem vitalen "Geist des Lebens", der ihre Lebenskraft stärkt und neu ausrichtet. Aus der Verbundenheit mit diesem Geist wird es möglich, im Alltag weder aktivistisch noch erfolgsorientiert, sondern gelassen und beharrlich für das Lebendige einzustehen. Diese Tage der Spiritualität richten sich an alle interessierten Männer jeden Alters. Übungen und einfache Rituale führen zur Besinnung, in Zeiten des Schweigens und in konzentrierte Begegnungen.

Propstei St. Gerold  
Kursgeld: Fr. 350.–  
Vollpension: Einzelzimmer EURO 62.50 / Doppelzimmer 57.–  
Bei finanziellen Schwierigkeiten gewähren wir gerne eine Ermäßigung. Am Tag der Anreise wird ein Abholdienst ab Bahnhof Feldkirch organisiert.  
Anmeldung: Propstei St. Gerold Tel. 05550/2121, e-mail: [propstei@propstei-stgerold.at](mailto:propstei@propstei-stgerold.at)

---

Freitag, 13. Juni 2003, 17.00 Uhr

## Waldnacht. Das Männergruppen- pentreffen

In Vorarlberg gibt es eine ganze Reihe von Männergruppen und die wollen wir einmal zu einem gemeinsamen Treffen einladen, wobei auch andere interessierte Männer willkommen sind. Das Kennenlernen und der Austausch untereinander stehen im ersten Teil im Vordergrund. Anschließend laden wir alle zur Waldnacht ein mit open end: wandern, mit Männern ums Feuer sitzen, Würste braten, essen und trinken, singen, Musik machen, Gespräche führen, den Wald bei Nacht erleben, vielleicht sogar schlafen unterm Sternenzelt? Jeder wie er will und so lange er will! Bitte bringt alles mit, was ihr dafür braucht (Verpflegung, Taschenlampe, Instrument, Matte, ev. Schlafsack usw.).

Das Männergruppentreffen wird vom Männerbüro veranstaltet, die Organisation hat Peter Ladstätter übernommen.

Organisation, Information und Anmeldung: Peter Ladstätter, 05572/36215, [pe-ter.ladstaetter@utanet.at](mailto:pe-ter.ladstaetter@utanet.at)

Bildungshaus St. Arbogast  
Die anschließende Waldnacht entfällt bei Schlechtwetter.

Bildungshaus St. Arbogast  
normaler Kursbeitrag/Paar 80,-  
(mind. 43,60, voll 123,50), Vollpension Vater 30,70, Kind 24,40  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-0  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

## Mann und Frau

Freitag, 20. Juni, 14.00 Uhr –  
Sonntag, 22. Juni, ca. 15.00 Uhr

## Offene Vorträge

### Kriminaltango: die ganz alltägliche Lust auf Femme fatale und Mackie Messer

Tango argentino und Selbsterfahrung mit Claudia Wielander und Michael Diettrich

Mit Tango argentino als Medium setzen wir uns auf lustvolle Weise mit der modernen Sehnsucht nach Klarheit in den Geschlechterbeziehungen auseinander, in denen Männer noch führen und Frauen noch folgen. Dabei wollen wir erproben, wie „real“ das ist, was man vom Tango sagt: „Tango ist die Dominanz des Mannes unter der geheimen Regie der Frau“. Wir experimentieren mit den Polaritäten (Ver-) Führen und (Ver-) Führen lassen, Macht und Hingabe, Nähe und Distanz.

Im wunderschön gelegenen Schloßchen Raczynski / Seminarhaus Marienberg am Bodensee, Schloßbergstr.11, A-6900 Bregenz  
Kosten: 230.- Seminargebühr, ca. 40.- (DZ) / 45.- (EZ) mit Vollpension/N  
Anmeldung: Claudia Wielander: T.05522-76611, F.05522-60008, Mail: [wielander@wende-punkt.at](mailto:wielander@wende-punkt.at) oder Michael Diettrich (für Deutschland): T.0049-(0)7520-923692

Samstag, 14. Juni, 14.00 Uhr –  
Sonntag, 15. Juni, 13.00 Uhr

### Väter, Söhne und Töchter im großen Zelt

Erlebniswochenende für Väter und Kinder zwischen 12 und 14 Jahren mit Bertram Strolz und Hubertus Hartmann

Zeit für sich und die Kinder nehmen, im Wald untertauchen. Gespräche unter Vätern und Kindern, Rituale und Spiele. Geschichten von gemeinsamen Zeiten erzählen. Sehen, was wir füreinander bedeuten. Grillen und Essen am Feuer und einfach viel Spaß und Freude haben.

Im Leben des Kindes spielen wir Väter eine bedeutende Rolle. An diesem Erlebniswochenende wollen wir das sichtbare und unsichtbare Band zwischen Vater und Kind stärken und pflegen.

Weil es etwas Besonderes ist, wenn ein Kind in diesem Alter seinen Vater einmal ganz für sich alleine hat, ist vorgesehen, dass nur ein Kind mit dem Vater mitkommt.

### Männer glauben anders

Vortrag mit Markus Hofer

„Die Kirche hat sich selbst auf ein Betreuungsinstitut für Jugendliche, Frauen und alte Menschen reduziert. Wir werden da nicht vermisst“, meinte ein kirchenferner Mann. Im Bild des hl. Josef hat die Kirche lange gezeigt, wie sie die Männer gerne hätte: brav und folgsam, viel arbeiten und nicht zuviel Sex. Kann die Kirche mit 'ganzen Männern' überhaupt etwas anfangen? Oder hat Mutter Kirche mit ihnen ein Problem? Andererseits haben Männer oft kein Vertrauen in etwas, das über ihre eigene Kraft hinausgeht. Dabei könnte gerade der Glaube an einen noch Größeren sie vor männlichem Größenwahn bewahren und zu wahrer männlicher Größe führen.

Mittwoch, 23. April 2003  
Langenegg, Pfarrheim, 20.00 Uhr

Donnerstag, 24. April 2003  
Dornbirn Rohrbach, Pfarrheim, 20.00

Samstag, 31. Mai 2003  
Feldkirch Nofels, Haus Nofels, 20 Uhr

„Von man zu Mann“ kann gerne kostenlos abonniert werden (auch für Freunde und Bekannte) und erscheint mit Unterstützung der Vorarlberger Landesregierung.

Das **MÄNNERBÜRO** ist vorwiegend in der ersten Wochenhälfte besetzt (Markus Hofer, Dw. 200), das Bereichssekretariat jeweils vormittags (Hildegund Walter, Dw. 202).

Herausgeber, Redaktion:  
Männerbüro der Katholischen Kirche Vorarlberg  
Bahnhofstr. 13, A-6800 Feldkirch,  
Tel. 05522/3485-200, Sekr. -202, Fax -5  
E-Mail: [maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at)  
[www.maennernet.at/maennerbuero](http://www.maennernet.at/maennerbuero)  
in Kürze: [www.maennerbuero.info](http://www.maennerbuero.info)  
Verantwortlich: Dr. Markus Hofer  
Verlagspostamt A-6800 Feldkirch, GZ 02Z030212 M  
P.b.b.