

von man zu Mann

MÄNNERBÜRO

Katholische Kirche Vorarlberg

Juli 2004
3/04 8. Jahrgang

www.maennerbuero.info

Eine Verführung zur Unvollkommenheit soll dieser Beitrag sein, eine Verlockung zu sich selber, ein Impuls für die Urlaubszeit.

Pack die Badehose ein...

Einmal einfach nicht funktionieren, einfach nicht funktionieren und dafür sich selber spüren...

Die Pflicht auf den Hut stecken und den Chef einen guten Mensch sein lassen. Ob die Firma mich schon vermisst?

Einmal einfach nicht verfügbar sein, einfach nicht verfügbar und dafür sich selber treu...

Geht doch mit kaputten Mitarbeitern auch die Wirtschaft kaputt. Oder schreien sie schon wieder nach mir?

Einfach einmal entbehrlich sein, einfach entbehrlich und

dafür die Zeit verschwenden und nur nichts leisten...

Die Tochter wollte doch schon lange einmal mit mir allein auf den Fußballplatz, mein Sohn hat mich auch noch nie an einen Marterpfahl gebunden und mit meiner Frau habe ich auch schon lange nicht mehr... nicht nur das...

Mit einer Angel an einem Teich zu sitzen und sei es nur, um den Wurm zu baden, Hauptsache, es muss nichts dabei heraus kommen: Allein sein, um ungestört stumpfsinnig sein zu können.

Einmal einen Tag nur für sich allein nehmen, sich nur mit sich selbst beschäftigen, geheimnisvolle Orte aufsuchen, in die Tiefe gehen, sich auf die Erde legen...

Einmal einfach nicht funktionieren, einfach nicht funktionieren und dafür sich selber spüren...

Die Seele baumeln lassen - hoffentlich finde ich sie noch.

Früher, ja früher, da habe ich..., da haben wir... Warum nicht wieder einmal wie früher?

Wovon ich schon lange träume... Was ich schon lange

einmal gerne getan hätte... Vielleicht wär' jetzt Zeit dafür?!

Einmal einfach nicht verfügbar sein, einfach nicht verfügbar und dafür sich selber treu...

Das Handy im hintersten Bücherregal verstecken, auf den Laptop einen Blumenstrauß stellen, die Urlaubsadresse nicht verraten und den Terminkalender im Büro vergessen: Sich ernst aber nicht wichtig nehmen.

Einmal das tun, was ich eigentlich immer schon gern tun würde, aber wehe, der Chef (die Frau, die Nachbarn, die Angestellten, wer auch immer) würde mich dabei sehen: Wir müssen auch das Kind in uns pflegen, sonst werden wir zu schnell alt.

Und von all dem nur Weniges tun: Der schönste Urlaub geht flöten, wenn man sich zu viel vornimmt.

Einfach einmal entbehrlich sein, einfach entbehrlich und dafür die Zeit verschwenden: Es geht um meine eigene, unwiederbringbare Zeit, um Zeit für mein eigenes, unwiederholbares Leben.

Markus Hofer



Aus der „Nacht des Feuers“, die Felix Rohner schon viele Jahre mit dem Männerbüro und St. Arbogast anbietet, ist nun sogar ein neues Firm-Buch entstanden. Rohner begreift Firmung wird als Initiation, als Feier des Wendepunktes vom Kind zum Erwachsenen, vom Mädchen zur Frau und vom Jungen zum Mann. Die Rituale dieser Feier sollen Jugendliche darin bestärken, den Wandel ihrer Persönlichkeit aus dem Glauben heraus zu bejahen. Firmung stärkt sie in der Zeit der Pubertät.

Das Buch ist eine sehr praktische Handreichung für die Verantwortlichen in den Gemeinden.



Zusätzlich gibt es ein ansprechend gestaltetes Tagebuch für die Firmlinge selbst.

Felix Rohner-Dobler: Feuer in mir. Firmung als Initiation. Handreichung für die Gemeindegemeinschaft, München 2004, Kösel Verlag
Hildegard und Felix Rohner-Dobler: Feuer in mir. Mein Firmtagebuch, München 2004, Kösel Verlag

Richard Rohr In Österreich

Unter dem Titel „Vom Wilden Mann zum Weisen Mann“ gibt es im Herbst wieder einmal ein Männerseminar mit Richard Rohr in Österreich. Es findet vor Schulbeginn von Freitag, 10., bis Sonntag, 12. September auf der Burg Plankenstein, Bezirk Melk, NÖ, statt. Vor zehn Jahren hinterließ Richard Rohrs Buch „Der Wilde Man“ einen tiefen Eindruck im deutschsprachigen Raum. Jetzt will er über diese anfänglichen Einsichten hinaus gehend, zu einer tieferen Reise hinein in männliche Weisheit und männliche Reife geleiten. Dieses Seminar ist einerseits als vertiefendes Fortsetzungstreffen für Männer gedacht, die schon an Richard-Rohr-Veranstaltungen teilgenommen haben, richtet sich andererseits aber auch an alle Männer, die sich grundsätzlich mehr mit männlicher Spiritualität auseinandersetzen wollen. Nähere Info und Anmeldung: www.feuersalamander.at Prospekte sind auch im Männerbüro erhältlich.

Männer gestalten Zukunft

„Dieser Kurs war eine echte Investition in mein Mannsein“, meinte einer der Teilnehmer. Nicht zuletzt solche Erfahrungen waren es, die uns vor und hinter dem Arlberg bewogen haben, den vierteiligen Kurs „Männer gestalten Zukunft“ kommenden Herbst wieder anzubieten. Die vier Workshops, zwei in Vorarlberg und zwei in

Innsbruck, umkreisen verschiedene Kernthemen des Mannseins.

Bei Reinhard Hertel, in Vorarlberg kein Unbekannter mehr, geht es um den Weg des Helden und die Frage an den einzelnen ist: Welchen Weg will ich gehen? Mit Konrad Junker geht es um die eigene Spiritualität: „Ein Baum ohne Wurzeln verdorrt, also müssen wir nach den Säften und Kräften suchen, die unserem Männerleben Halt und Bestand geben“. Markus Hofer möchte das Mannsein mit seinen Risiken und Nebenwirkungen aufzeigen. Männer seien Seiltänzer zwischen Beruf, Familie, Verein und Freizeit, meint Hofer, und wenn man(n) nicht wisse, was man(n) will, könne es gefährlich werden. Der letzte Block beschäftigt sich mit Körper, Kraft und Sexualität. „Für viele Männer hat Sexualität mehr mit Leistung zu tun als mit lustvollem Genießen“, ist Seminarleiter Anton J. Schuirer überzeugt.

Der Kurs möchte persönliche Zugänge zum eigenen Mannsein eröffnen und die Freude daran stärken. Dazu gehört auch die offene Begegnung von Mann zu Mann in der Gruppe, das Gespräch untereinander über Themen, die am Stammtisch normalerweise nicht zur Sprache kommen.

Darüber hinaus ist der Kurs getragen von der Überzeugung, dass Männerarbeit auch positive gesellschaftspolitische Veränderungen von und für Männer zur Folge haben muss – sozusagen Hand und Fuß und Folgen.

Nähere Informationen zu diesem Kurs finden Sie im letzten „Von man zu Mann“, auf der Homepage unter www.maennerbuero.info, oder fordern Sie im Männerbüro den Falter an.

Selbsthilfegruppe Prostatakrebs

Unlängst hat sich eine Selbsthilfegruppe Prostatakrebs im Bildungshaus St. Arbogast vorgestellt. Es sollte ein „Fest des Lebens“ sein, bei dem renommierte Ärzte ebenso anwesend waren wie der Schriftsteller Michael Köhlmeier, der vor vier Jahren mit der Diagnose Prostatakrebs konfrontiert war. Alle waren sich einig, dass es wichtig ist, dieses Thema aus dem Tabu zu holen. „Wir möchten, dass Männer endlich Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen“, meint Hans Tschernig, der Obmann der neuen Selbsthilfegruppe: „Wir selber sind die besten Beispiele für die Wirkung der Früherkennung.“ Wie schon das Männerbüro wird sich auch der neue Verein dafür einsetzen, dass der PSA-Test kostenlos bei der Gesundheitsuntersuchung dabei ist. Vor allem aber soll betroffenen Männern das Gespräch von Mann zu Mann mit geschultem Personal angeboten werden. „Es ist gerade am Anfang ungeheuer wichtig, mit jemandem reden zu können, der das alles selbst mitgemacht hat“, war die Erfahrung eines Neubetroffenen. Auch Michael Köhlmeier schilderte, wie wichtig es für ihn war, mit jemand anderem stundenlang über die Krankheit reden zu können.

Infos bei Hans Tschernig, Tel. 0664/121 49 65, Mail: hh.tschernig@klimaplan.at oder im Internet unter www.prostatakrebs.at Gesprächsangebote für Neubetroffene: Harald Minatti, 05523/54848, Mail: hamidiko@aon.at

Seminare für Männer

Freitag, 29. August, 16.00 Uhr –
Sonntag, 29. August, 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.

Propstei St. Gerold
Kursgeld: Fr. 350.-
Vollpension: EZ € 64.- / DZ 58,50
Bei finanziellen Schwierigkeiten gewähren wir gerne eine Ermäßigung.
Anmeldung: Propstei St. Gerold
Tel. 05550/2121, e-mail: propstei@propstei-stgerold.at



Freitag, 24. September, 19.30 Uhr -
Sonntag, 26. September, 13.00 Uhr

Macht und Klarheit

Männerseminar mit Hubertus Hartmann

Heilende Macht ... aus meiner Mitte handeln ... Orientierung in mir finden ... klare Worte ... Verstrickungen lösen ... für mein Leben einstehen ... Verantwortung übernehmen ... Klarheit aufsuchen ... eine Entscheidung fällen ... mit meinem Herzen im Hier und Jetzt verweilen ...
Welch ein Gewinn, mit klarem Herzen durchs Leben zu gehen! Welch ein Gewinn, mir meiner Macht bewusst zu sein! Vertrauter sind unserer Seele häufig, die Mühen und Lasten oder Ängste und Verstrickungen des Alltags zu erleben. An diesem Wochenende wollen wir das Bewusstsein für die eigene Macht schärfen, um offener und befreiter den Lebensweg zu meistern. Mittels Ritualen, Gesprächen am Feuer und in der Natur wollen wir gemeinsam durch dieses Wochenende gehen. Herzlich willkommen!

Hubertus Hartmann, Feldkirch, ist integrativer Paartherapeut, Schwerpunkt Männerarbeit.

Bildungshaus St. Arbogast
Kursbeitrag € 95,- (mind. € 65,-, voll € 140,-), Vollpension € 53,10
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28

Freitag, 15. Oktober, 18.15 Uhr bis
Samstag, 15. Oktober, 17.00 Uhr

Aggression - Quell und Qual

Männerseminar mit Jimmy Gut und Ludwig Bühel

Aggression ist wie Feuer. Sie wärmt, durchblutet, verletzt, zerstört und ist lebensnotwendig. Feuer bringt Wärme und Licht ins Leben, zieht Menschen an und fasziniert durch seine Gefährlichkeit.

Der Zugänge zu den inneren Kräften der Aggression sind oft verschüttet. Sie wurden oftmals unterdrückt, für nicht notwendig erachtet oder es fehlte ihnen die Erlaubnis sich zeigen zu dürfen. Wir wollen einen Weg finden, sie aufzuspüren.
Die vitale Kraft der Aggression wirkt

verändernd und reinigend, während die zerstörerische Kraft wie das Feuer kultiviert werden muss. Aggression wird erst durch den Gebrauch, durch das Maß und das Ziel destruktiv oder konstruktiv.

Das Ziel des Seminars ist, sich mit den eigenen inneren Kräften auseinander zu setzen. Über kraftvolle Spiele und Übungen, respektvolle Kampfrituale, kreativen Ausdruck und Gespräche gehen wir an dieses Thema heran. Wir beginnen das Seminar am Freitag mit einem Abendessen am Lagerfeuer. Bitte warme Kleidung und gutes Schuhwerk mitbringen.

Ludwig Büchel ist NLP Trainer sowie Familien u. Gruppenarbeiter. Jimmy Gut ist Psychotherapeut sowie Sozial- und Gestaltpädagoge.

Bildungshaus St. Arbogast
Kursbeitrag: € 57.-, Verpfl.: € 33,90
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28

Als erwachsene Männer tragen wir viele frühe Bilder in uns, Bilder die wir uns von der Mutter/Frau gemacht haben und Bilder die die Mutter in uns hinterlassen hat. Diesen inneren Bildern und ihrem Einfluss auf unser heutiges Leben können wir uns stellen, sie genauer und aus verschiedenen Perspektiven betrachten.

Walter Hinz, geb. 1956, Elektromechaniker, Sozialpädagoge, langjähriger Mitarbeiter im Münchner Informationszentrum für Männer, Supervisor, Familientherapeut und Erwachsenenbildner.

Bildungshaus St. Arbogast
Kursbeitrag: € 45.-, Verpfl.: € 13,70.-
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28
online: www.arbogast.at

Vorankündigung: Auszeit für Männer



Sonntag, 5. (Anreise) bis Samstag, 11. Dezember 2004 (Rückfahrt)

Auszeit. Ein Rastplatz für die Männerseele

Mit Patrick Afchain (CH)

Wir leben eine ganze Woche anfangs Winter in einem sehr einfach eingerichteten Steinhaus in der Provence und versuchen, die Werte der Einfachheit, der Spiritualität, der Natur und das Zusammenleben neu zu entdecken. Wir möchten unter Männern dieses raue Leben ausprobieren. Neben Zeit, Stille, Natur, dem Miteinander, gemeinsamen Gesprächen, Meditations- und Energieübungen wird auch Einzelcoaching angeboten.

Kurskosten, Unterkunft und Verpflegung € 465.- Die Anreise erfolgt in Fahrgemeinschaften.
Info und Anmeldung: Männerbüro der Kath. Kirche Vorarlberg, 05522/3485/202 vormittags bei Fr. Walter, Mail: maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at

Samstag, 30. Oktober, 9.15 – 17 Uhr

Versöhnt (Ver-Sohnt) mit der Mutter

Männerseminar
mit Walter Hinz (D)

Kaum eine Beziehung bewegt sich in größeren Gefühlsextremen als die zwischen Mutter und Sohn: Die erste Liebe des Sohnes ist auch seine längste – und oft die am wenigsten reflektierte. Söhne fliehen ein Leben lang vor der Mutter, verehren oder verachten sie, hassen oder lieben sie, vergöttern oder verdammen sie. Alles scheint möglich, nur ein souveränes erwachsenes Verhältnis zueinander nicht.

Männer kochen und genießen im Piemont

Albert A. Feldkircher hat noch Plätze frei beim "KOCHEN UND GENIESSEN IM PIEMONTE". Männer erleben das Piemont kulinarisch und aktiv: am Markt einkaufen, gemeinsam kochen (keine Kochkenntnisse erforderlich), die berühmten Weine des Piemont kennen lernen, Weinlese erleben, mit Land und Leuten in Berührung kommen. Und außerdem etwas für das Wohlbefinden und die eigene Fitness tun.

Termin: 5.-11. September 2004
(Sonntag Abreise, Samstag Rückreise, in Fahrgemeinschaften).
Kosten: € 545,- pro Mann, alles inklusive außer alkohol. Getränke
Anmeldung bei: Albert A. Feldkircher,
Tel. 05512/3512, e-mail: albert.feldkircher@MCNon.at

„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
Homepage: www.maennerbuero.info
Online-Beratung: www.maennernet.at
Verantwortlich: Dr. Markus Hofer
Verlagspostamt A-6800 Feldkirch, GZ 02Z030212 M
P.b.b.