

von man zu Mann

MÄNNERBÜRO

Katholische Kirche Vorarlberg

Oktober 2013
4/13 17. Jahrgang
www.maennerbuero.info

Nicht zuletzt war auch Papst Franziskus ein Grund für den Tyrolia-Verlag, das Buch „Franz für Männer“ von Markus Hofer leicht überarbeitet in der Topos-Reihe neu aufzulegen. Diesmal unter dem Titel: „Franziskus für Männer“ Michael Willam hat das Buch vorab gelesen:

Franziskus für Männer

Warum sollte ein Mann des 21. Jahrhunderts auf die Idee kommen, bei einem Heiligen des tiefen Mittelalters nachzulesen, wenn er sich in einer schwierigen Phase seines Lebens befindet? Auch wenn der neue Papst sich diesen Namen in programmatischer Weise gegeben hat: Warum sollte gerade Franz von Assisi für Männer interessant sein?

Franz von Assisi ist zweifellos einer der größten Heiligen in

der Katholischen Kirche und für die meisten von uns ein Begriff aufgrund seiner innigen Beziehung zur Natur und zur Schöpfung. Viele haben wohl beim Namen ‚Franz von Assisi‘ jene Szenen vor Augen, in denen er mit Tieren spricht, sich mit verklärtem Blick an der Schönheit der Lilien auf dem Felde erfreut, Sonne, Mond und Sterne zur Ehre Gottes besingt und als armer charismatischer Bettler durch die Lande Mittelitaliens zieht.

Was hat dieser singende und tanzende Naturfreund Männern zu bieten? Was kann dieser vermeintliche Softie den gestandenen Mannsbildern der heutigen Zeit mit auf den Weg geben, ohne dass diese angesichts der geballten Ladung an Einfühlsamkeit Reißaus nehmen?

Vom Blick in den Spiegel

Markus Hofer versteht es zunächst Franziskus von allen verkitschten und sozialromantischen Klischees zu befreien. Da kommen ihm die wohlthuend einfache Sprache und ein umfassendes Wissen über das Leben des Heiligen zugute. Er zeichnet das faszinierende Bild einer vielschichtigen Persönlichkeit, deren Fragen und Ringen über wichtige Richtungsentscheidungen und den eigenen Lebensentwurf viel mit

den zentralen Fragen heutiger Männer zu tun haben.

Das mag man angesichts der Radikalität dieses Menschen zunächst kaum glauben. Wer kann es sich in der heutigen Zeit schon vorstellen, komplett aus dem Hamsterrad auszu-steigen? Wer hätte schon den Mut eines Franziskus, das eigene Leben derart kompromisslos auf den Kopf zu stellen und ganz von vorne zu beginnen? Ist dieser Bettelmönch und ‚religiöse Supersportler‘ nicht meilenweit von der Realität heutiger Männer entfernt?

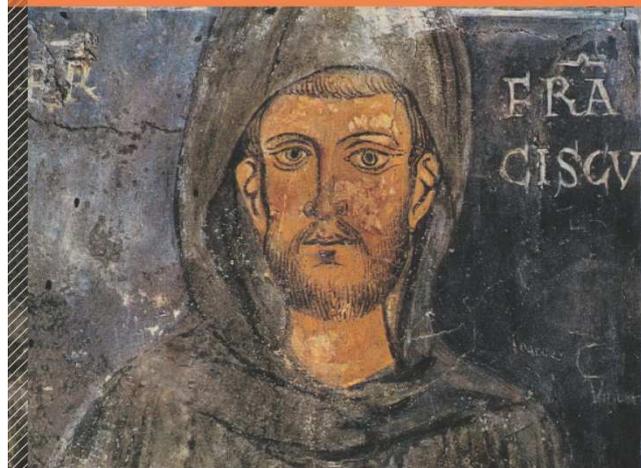
Dazu ist zu sagen, dass die radikale Kehrtwende vom reichen Kaufmannssohn und Lebemann zum Bettelmönch alles andere als eine glatte Sache war. Franziskus suchte verbissen seinen Auftrag. Er flehte um Klarheit, was Gott eigentlich von ihm wollte. Er stand ihm da als künftigem Heiligen

MARKUS HOFER Franziskus für Männer

*Was uns der Mann aus Assisi
zu sagen hat*

Mit einem Geleitwort von Richard Rohr

topos taschenbücher



keine Abkürzung offen. Er hatte keinen schnelleren und besseren Draht zu Gott, der ihm auf Knopfdruck seine Mission übermitteln hätte: Nein, er begann im Grunde ganz unheilig zu zögern und zu zweifeln, was denn für ihn der richtige Weg sei. Und Franz blieb dran an diesem Thema, versteckte sich nicht vor sich selbst.

Hofer findet einen Weg, diesen schmerzhaften Prozess des Franziskus mit der heutigen Lebensrealität von Männern zu verbinden, indem er Franz direkt zu den Lesern sprechen lässt. *„Dieser Prozess hat wenig Heldenhaftes, sondern bereitet eher Schmerzen. Du musst dich zurückziehen – wie ich in der Höhle – und Dich stellen, deinen Zielen und Visionen, deinen Fehlern und deiner Schuld, deiner Unzulänglichkeit und deinen Grenzen. Das kann, je nach Lebenssituation, eine schmerzhaft Phase sein und es kann auch seine Zeit dauern“*, liefert Hofer eine Art Bedienungsanleitung für Situationen der Sinnsuche. Die Brücke zwischen dem frühen 13. und dem 21. Jhd. schlägt Hofer literarisch mit einer zusätzlich eingestreuten Erzählebene, in welcher sich Franz immer wieder direkt an uns Leser wendet. In einer Art fiktivem Tagebuch nimmt der historische Franz Kontakt auf mit dem modernen Mann. Hofer verknüpft die Gedanken und Erfahrungen des Heiligen mit den Ängsten, Hoffnungen und Freuden heutiger Männer, was die Lektüre des Büchleins mehr und mehr zu einer Art Selbsterfahrungsstrip werden lässt.

Auf diese Art schafft er eine wohltuende Nähe zum Protagonisten, die jedoch damals wie heute nicht ungefährlich ist: Wer sich gänzlich auf diesen im besten Sinne ‚verrück-

ten Heiligen‘ einlässt, für den wirkt die Radikalität seiner Lebensentscheidung wie ein Spiegel auf das eigene Leben. – und der Blick in diesen Spiegel ist vielleicht die größte Herausforderung, der man(n) sich stellen kann.

Dr. Michael Willam

KRAFT-RÄUME Spirituelle Verwurzelungen für Männer



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

Freitag, 27. Dezember, 19 Uhr
Pfarrkirche Bildstein

Die Tage zwischen Weihnachten und Neujahr galten früher als ‚Zeit zwischen den Jahren‘, zwischen altem und neuem Jahr - eine gute Zeit, um einmal innezuhalten. Jeder von uns hat Geröll in seinem Rucksack, das er nicht ins neue Jahr mit zu nehmen braucht: Dinge, die eben daneben gingen, einige Verletzungen oder Schrammen vielleicht und auch ein paar Dinge, die wir lieber nicht getan hätten, Dinge, die wir gemeinsam dem Feuer übergeben werden. Danach, mit versöhntem Blick in die Zukunft, werden wir uns einem alten kirchlichen Brauch widmen: dem Trinken des gesegneten Johannisweins. Der Legende nach bedeutete das Trinken des Johannisweins: „Das Gift des Bösen soll uns nicht schaden“. Wir segnen und trinken den Johanniswein, früher nannte man es „Liebetrinken“, damit der Segen Gottes und die Freude des Lebens im nächsten Jahr mit uns ist.

Bitte zwei Flaschen Wein mitbringen!
(eine auch zum nachhause Mitnehmen für die Angehörigen)

Peter Flatz und Pfr. Paul Burtscher
Info: peter.flatz@hotmail.com

Jahreszeiten des Mannseins Männergottesdienst

Sonntag, 27. Oktober, 20.00 Uhr

Diakon Dieter Walser feiert in Eriskirch am Bodensee schon länger Gottesdienste speziell für Männer, bei denen es im Anschluss ein gemütliches Beisammensein gibt. Die Gottesdienste werden von einer Gruppe von Männern vorbereitet. Roland Sommerauer (KMB) möchte mit ein paar Männern den nächsten Gottesdienst besuchen. Interessenten mögen sich bei ihm wegen Fahrgemeinschaften melden: roland.sommerauer@kath-kirche-vorarlberg.at, 0664/88647560

Seminare für Männer

Samstag, 12. Oktober, 9.15-17 Uhr

Humor als Lebenselexier

Männerseminar
mit Sepp Gröfler

Nur noch Warteliste. Wiederholung im Frühjahr am 17. Mai 2014

Freitag, 18. Oktober, 18.30 Uhr –
Sonntag, 20. Oktober, ca. 15.00h

Initiation in der Männergruppe

Seminarserie mit Klaus Mair,
Günter Katzian und Klaus Boye

Die Suche nach dem heiligen Gral oder wie finde ich Zugang zu meiner inneren Welt? Immer besser, immer schneller, immer stärker, immer höher! Um uns nach außen zu repräsentieren sind wir gut, doch wie sieht es tief drinnen in unseren Männerherzen aus. Vor der Reise in die Höhle des eigenen Herzens, die Begegnung mit sich selbst, haben die meisten Männer Angst. Doch wer sich der Angst

stellt, gilt zu Recht als Held. Unsere Kinder brauchen neue Vorbilder, Männer die die Reise ins eigene Herz unternehmen.

An diesem Wochenende werden wir uns auf eine Reise begeben, die dann an 7 Wochenenden uns mit verschiedenen Themen der Männlichkeit beschäftigen wird. Nach dem Einführungswochenende entscheidet jeder Mann ob er fix an der Serie teilnimmt.

Krumbach, Bregenzerwald
Kosten: Euro 290.- inkl. Vollpension
Anmeldung und weitere Information:
Verein „nahverwandt vorarlberg“
Fon&Fax: 05576/76052,
office@nahverwandt-vorarlberg.at
www.nahverwandt-vorarlberg.at

Freitag, 15. November, 18 – 21 Uhr

Männerkraft

Workshop mit Markus Schelling und Stefan Schäfer



Ausgehend von der Körperkraft suchen wir bei diesem Workshop nach den Quellen unserer Kraft und deren Grenzen. An diesem Abend kannst du dich und deine Kraft im Kontakt mit anderen Männern erkennen und verstehen, woher deine Lebenskraft kommt und wie du Zugang zu ihr bekommst.

Mit welchen Mustern setze ich meine Kraft um? Woher kommt deine Kraft? Wann und wie beginnt meine Kraft zu zerstören?

Markus Schelling und Stefan Schäfer sind ausgebildet in Kampfsportarten® und Mitglieder des Vereins www.bliebfair.at

Turnhalle Vorarlberger Kinderdorf
Bregenz, Kronhaldenweg 2
Teilnehmerbeitrag € 25,-
Anmeldung: 0664 88546 350 oder
office@bliebfair.net

Samstag, 23. November, 9.15–17 Uhr

Älter werden im Beruf

Männerseminar mit
Dr. Markus Hofer, Männerbüro



„Wie lange musst du noch?“ Wenn Männer über 50 vom Beruf reden, klingt es nicht selten nach Tretmühle. Andererseits schöpfen wir aus der Arbeit sehr viel Lebenssinn, Bestätigung und Anerkennung. Trotzdem spüren wir das Älter werden, vieles ist jetzt einfach anders. Es reicht aber nicht, im Blick auf den Ruhestand verbissen durchzuhalten. Vielmehr müssen wir uns der Frage des altersgerechten Arbeitens stellen.

Ab fünfzig spüren wir zunehmend, wie auch der Körper altert. Die Erfahrung nimmt zu, die körperliche Leistungskraft ab, die Regeneration dauert länger. Der Druck am Arbeitsplatz und das Bedürfnis nach Sicherheit führen zu Stress. Zudem wollen ältere Arbeitnehmer nicht auf dem Abstellgleis mitfahren, sondern verlangen ihre verdiente Anerkennung. Manchmal entsteht nach der Lebensmitte auch eine innere Leere, wenn die großen Ziele erreicht sind, der Kampfgeist weg ist und die Motivation schwindet.

Diesem Thema wollen wir uns gemeinsam stellen, den eigenen Erfahrungen nachgehen, uns mit anderen Männern austauschen und hoffentlich auch gute Lösungen finden. Die Verantwortung liegt nicht nur beim Betrieb. Wir müssen auch schauen, wie wir mit uns selber umgehen und wo eine neue Orientierung möglich ist.

Dr. Markus Hofer ist Leiter des Männerbüros in Vorarlberg, Buchautor und Erwachsenenbildner

Bildungshaus St. Arbogast
Kursbeitrag: € 27.-, Verpfl.: € 13,20
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28
online: www.arbogast.at

Freitag 29. November, 16 Uhr, bis
Samstag 30. November, 16 Uhr

Der Liebhaber im Mann

Männerseminar
mit Albert Feldkircher



Im Archetypus des Mannes „Der Liebhaber“ zeigt sich ein wesentlicher Aspekt der männlichen Sexualität: die Fähigkeit zu genießen und zur Freude am Leben. Inhalte des Seminars werden sein: Spannende Thesen zu Erotik und Sexualität; wie männliche Sexualität wirkt; Nähe und Distanz; die Geschichte meiner Sexualität; Anpassung versus Eigenständigkeit.

Albert A. Feldkircher, Egg, ist Dipl. Trainer für prozessorientierte Gruppenarbeit und Buchautor

Hotel*** Büchel, Feldkirch.
Kosten: € 155,- incl. Vollpension mit Sauna- und Hallenbad
Info/Anmeldung: Albert Feldkircher,
Tel. 0650 3693322
albert@feldkircher-trainings.com

Samstag, 7. Dezember, 9.15-17 Uhr

Heilsamer Umgang mit Krisen

Männerseminar
mit Mag. Harald Anderle

Krankheit, Trennung oder Verlust schlagen Wunden in unsere Seele. Sie sind ein Teil des Lebens, und das Leben ist nicht immer gerecht. Die Frage ist, wie wir mit diesen Krisen umgehen. Man kann sie verdrängen, vor ihnen davon rennen, an ihnen ver-

zweifeln – oder sie verwandeln.
Im Märchen „Eisenhans“ taucht der Junge den verletzten, schmerzenden Finger in einen Waldsee – und der Finger wird in Gold verwandelt. Da bricht er auf, um seinen eigenen Weg zu finden und zu innerer Versöhnung zu gelangen.



Wir können heilsam mit uns selber umgehen und schauen, welche Veränderung uns die Krise abverlangt. Wenn wir ihre Botschaft für unser Leben anerkennen, können wir an ihr reifen. Dann zeigt sich, was die Wunde neben all dem Schmerz auch noch ist: ein kostbares Gut, um unsere Verletzlichkeit annehmen zu können und verändert auf unsere Mitmenschen zuzugehen.

Mag. Harald Anderle ist Psychologe und Systemischer Familientherapeut.

Bildungshaus St. Arbogast
Kursbeitrag: € 33.-, Verpfl. € 13,20
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28
Online unter www.arbogast.at

Freitag, 13. Dezember, 19.30 Uhr bis
Sonntag, 15. Dezember, 13.00 Uhr

Das Wagnis der Stille

Meditationstage für Männer
mit durchgehendem Schweigen

Eines Tages kamen Männer zu einem einsamen Mönch. Sie fragten ihn: „Welchen Sinn hat dein Leben in der Stille?“ Der Mönch war eben dabei, Wasser aus einem Brunnen zu schöpfen. Er sagte: „Schaut in den Brunnen! Was seht ihr?“ Sie blickten in den tiefen Brunnen: „Wir sehen nichts.“ Nach einer kurzen Weile forderte der Mönch seine Besucher wieder auf: „Schaut in den Brunnen! Was seht ihr?“ Die Männer blickten wieder hinunter. „Jetzt sehen wir uns selber!“ Der Mönch sprach: „Zuerst war das Wasser unruhig, jetzt ist es ruhig. Das ist die Erfahrung der Stille: Man sieht sich selbst!“



Die Meditationstage sind ein Angebot für Männer, die auf sanfte Weise mehr Kraft, Klarheit und Lebendigkeit erreichen wollen. Das Schweigen schafft Distanz zum Alltag und zu sich selbst, die meditativen Übungen lösen Verspannungen, schaffen Ruhe und setzen Energien frei. Auf mehrfachen Wunsch bieten wir diesmal etwas länger an von Freitagabend bis Sonntagmittag.

Leitung: Patrick R. Afchain, Jg. 1956, ist Zen-Lehrer und Coach und lebt in Werdenberg in der Schweiz.

Bildungshaus St. Arbogast
Kurskosten: € 90.-
Verpflegung: EZ mit VP € 105,30
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28
online: www.arbogast.at

Prostata Vorsorge hilft

Eine Aktion getragen von
der Vorarlberger Selbsthilfe
Prostatakrebs, unterstützt
durch das Land Vorarlberg.

Steh deinen Mann

JETZT

Steh deinen Mann denn Prostatakrebs ist eine der häufigsten Krebsformen bei Männern. Jeder achte Mann ist davon betroffen. Mit einem simplen PSA-Test bei der Vorsorgeuntersuchung können Hinweise auf Prostatakrebs frühzeitig festgestellt werden. Schauen Sie auf Ihre Gesundheit.
www.vsprostatakrebs.at

**FRÜH
ERKENNUNG**
Prostata Vorsorge hilft!

„Von man zu Mann“ kann gerne kostenlos abonniert werden (auch für Freunde und Bekannte). Die Faltzeitung erscheint mit Unterstützung der Vorarlberger Landesregierung und zum großen Teil aus Ihrem Kirchenbeitrag. Wir danken!

Das **MÄNNERBÜRO** ist in der ersten Wochenhälfte besetzt (Markus Hofer, Dw. 200)



Herausgeber, Redaktion:
Männerbüro der Katholischen Kirche Vorarlberg
Bahnhofstraße 13, A-6800 Feldkirch, Österreich
Tel. 05522/3485-200, Fax -5
E-Mail: maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at
Homepage: www.maennerbuero.info
Online-Beratung: www.vordermann.at
Verantwortlich: Dr. Markus Hofer
Verlagspostamt A-6800 Feldkirch, GZ 02Z030212 M
P.b.b.