



„Ich glaube an bzw. dass der Herr
uns auch weiterhin begleiten
möge oder wird!“

Johannes Aringoli, Hauptausschuss
Südtirols Katholische Jugend

TERMINE

> Nachgedacht auf Rai Südtirol

Am 2. und 9. April 22 wird Jakob Declara, Theologiestudent und Mitglied des Hauptausschusses von SKJ einen kurzen Impuls rund um die Themen **Glauben und Leben** geben.

Um 20.20 Uhr **Nachgedacht** auf Rai Südtirol direkt nach der Tagesschau.

> Säben erleben

Taizé ist eine Gemeinschaft in Frankreich, die weltweit für ihre Art des Lebens & Feierns bekannt ist. **Seid dabei**, wenn wir ein Stück davon nach **Säben** holen! Am **27.03.2022** um **17.00 Uhr** Heiligkreuzkirche Säben.

JUGEND IN ACTION

„Say it loud!“ bietet jungen Menschen eine Plattform sich kreativ zu äußern

Frieden, Umweltschutz, Beteiligung, Freundschaft, Medien – diese & viele weitere Themen beschäftigen junge Menschen.

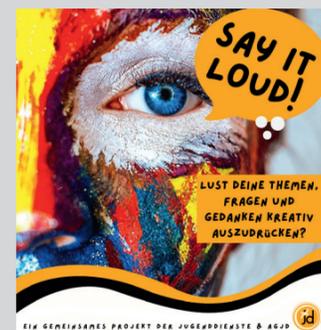
Das Projekt „Say it loud!“ stellt **junge Menschen** und ihre Themen in den **Mittelpunkt** und bietet eine Plattform sich kreativ zu äußern.

In **Kreativ-Workshops** mit Künstler:innen aus den Bereichen Schauspiel, Musik, Kunst & Tanz erarbeiten die Teilnehmenden **vom 10. bis 12. Juni 2022** im **Jugendhaus Kassianeum** eine gemeinsame Performance. Junge Menschen haben etwas zu sagen und sollen auch gehört und ernst genommen werden! Sie sind Teil der Gesellschaft und als dieser möchten sie sich einbringen und mitgestalten. Es ist wichtig, junge Menschen dabei zu unterstützen und ihnen für Themen und Anliegen eine Plattform zu bieten.

Beim Projekt „Say it loud!“ setzen sich **junge Menschen** gemeinsam **kreativ** mit ihren Ideen, Ansichten, Meinungen und Gedanken über politische, soziale & persönliche Gegebenheiten auseinander.

Organisiert wird dieses Projekt von den Jugenddiensten Lana-Tisens, Bozen-Land, Wipptal, Unterland und Unteres Eisacktal, koordiniert von der AGJD und unterstützt von Regisseur und Schauspieler Christian Mair.

Anmelden können sich alle Interessierten von **15 bis 25 Jahren** bis zum **1. April 2022** über die Webseite **www.jugenddienst.it**.



Allein sein und einsam sein ist nicht dasselbe! Zeit mit sich alleine zu verbringen tut gut.

ALLEIN MIT SICH SELBST

Menschen sind soziale Wesen. Das heißt, sie brauchen die Beziehung zu anderen Menschen, um sich wohlfühlen, glücklich zu sein, ja, um überleben zu können. Trotzdem ist es wichtig, immer wieder Zeit allein zu verbringen.

Zugegeben: Es ist etwas gewagt, genau jetzt darüber zu schreiben, wie wichtig das Alleinsein ist. Jetzt, nachdem wir zwei Jahre lang gezwungen waren, immer wieder Zeit allein und in Isolation zu verbringen. Viele haben sich dabei einsam gefühlt und haben stark darunter gelitten. Wie also kommt jemand dazu, zu sagen, dass das Alleinsein wichtig sei? Was bitte soll daran Gutes sein? Zunächst gilt es, zwischen „allein sein“ und „einsam sein“ zu unterscheiden, denn das ist nicht dasselbe. Alleine ist ein Mensch, wenn kein anderer um ihn herum ist. Einsam ist ein Mensch, wenn er andere Menschen um sich herum vermisst, wenn er fehlende soziale Kontakte als Mangel erlebt. Die Tatsache, dass Menschen unter Einsamkeit leiden, zeigt, dass wir für unser Wohlergehen Kontakte und Bindungen zu anderen brauchen. Sie zeigt aber auch, inwieweit Menschen fähig sind, Zeit allein mit sich selbst zu verbringen. Wer nur schwer oder auch gar nicht allein sein kann, fühlt sich schneller und öfter einsam. Allein sein können ist also eine Fähigkeit. Eine Fähigkeit, die man lernen muss – oder lernen sollte.

Weshalb ist es so wichtig, Zeit allein zu verbringen?

Wir brauchen die Zeiten, in denen wir uns zurückziehen, in uns gehen und über uns nachdenken oder in denen wir etwas allein unternehmen, damit wir seelisch und geistig wachsen und eine stabile Persönlichkeit werden können. Es ist wichtig, im Alltag immer wieder die Erfahrung zu machen, dass wir etwas allein geschafft haben. Zwar fühlt es sich anfangs oft nicht so angenehm an, wenn wir Dinge allein unternehmen, denn wir verlassen dabei unsere so genannte Komfortzone, in der wir uns geschützt und sicher fühlen. Doch das anschließende Gefühl, Ängste hinter sich gelassen zu haben, mutig gewesen zu sein und dadurch etwas erreicht zu haben, stärkt uns. Es gibt uns zudem die Gewissheit, uns auch in Zukunft auf die eigenen Fähigkeiten verlassen zu können. Zeit allein zu verbringen, bedeutet auch die Freiheit zu haben, wirklich das tun zu können, worauf wir Lust haben und es genau so zu tun, wie wir es möchten und wann wir es möchten. Auf diese Weise lernen wir unsere Bedürfnisse und Wünsche wahrzunehmen, auf unsere innere Stimme zu achten und ihr zu vertrauen.

Kurz gesagt: Wenn wir lernen und es schätzen, Zeit mit uns allein zu verbringen, dann lernen wir uns besser kennen, dann finden wir heraus, wie wir unser Leben leben wollen und wissen auch, wie wir uns bei Problemen helfen können. Dies verleiht uns innere Stärke und Selbstsicherheit, was uns zufriedener und glücklicher macht.

Wir haben es verlernt, allein zu sein

Dies so hinzukriegen, ist aber gar nicht so einfach. Zum einen lässt uns gerade das Bedürfnis bzw. Streben nach Gemeinschaft oft vergessen, dass wir auch Zeit für uns allein brauchen. Zum anderen leben wir inzwischen in einer Welt mit unbegrenzten Kontaktmöglichkeiten. Über Handy und Internet sind wir durchgehend verbunden und vernetzt. Laufend erreichen uns Nachrichten, Fotos und Videos, die unsere Aufmerksamkeit auf sich ziehen und uns von uns selbst ablenken. Dann gibt es da noch die Wünsche und die Erwartungen der Mitmenschen sowie Verpflichtungen und Anforderungen, denen wir gerecht werden sollen – ob in der Schule, im Job, in der Familie. Dadurch bleibt keine Zeit mehr, uns mit uns selbst, unseren Gedanken und Gefühlen zu beschäftigen. So lernen viele von uns gar nicht mehr, allein sein zu können oder haben es schon wieder „verlernt“. Man erkennt das u.a. an der großen Nervosität und manchmal Hilflosigkeit, die uns überkommt, wenn es doch einmal einen Leerlauf in unserem Alltag gibt. Plötzlich auf sich selbst zurückgeworfen zu sein – damit können viele nicht (mehr) umgehen.

Sich selbst (wieder) finden

Gerade jetzt, nach zwei Jahren Coronapandemie, ist die Sehnsucht nach Kontakt und Gemeinschaft besonders groß. Vor allem Jugendliche haben vieles nachzuholen. Vielleicht denken wir aber trotzdem daran, uns immer wieder „bewusste Auszeiten“ zu nehmen. Zum Beispiel, indem wir unser Smartphone oder den Computer mal für einige Zeit ausschalten, indem wir unseren Tagträumen nachgehen, Tagebuch schreiben, Spaziergänge allein machen oder auch mal eine Reise allein wagen. Dass uns diese Erfahrungen stärken und uns guttun, werden wir spätestens dann merken, wenn wir wieder einmal unerwartet auf uns selbst zurückgeworfen werden – und wir dabei gelassen bleiben.

Jugendberatung Young+Direct

INFO

Zukunft Kirche – Dem Untergang geweiht?

Unter diesem Titel steht die dritte Woche der Aktion „Hosch a Meinung?“ von Südtirols Katholischer Jugend und der Katholischen Jungschar Südtirols. Mit provokativen Plakaten zu kirchenpolitischen Themen soll Südtirols Bevölkerung in der Fastenzeit zum Nachdenken angeregt werden. Die Plakate sind online, auf Bushaltestellen und auf der Webseite www.hoschameinung.it zu sehen.

Auf der Webseite www.hoschameinung.it bekommen Interessierte Infos zu den verschiedenen Themen. Sie können zu Fragen abstimmen und sie haben die Möglichkeit ihre Meinung abzugeben. Zusätzlich gab bzw. gibt es an fünf Freitagen, jeweils um 19.00 Uhr, **Online-Diskussionsabende**.

Diesen Freitag, 25.03.2022 diskutieren wir über das Thema „Zukunft Kirche – dem Untergang geweiht?“. Paul Renner, Professor für Fundamentaltheologie wird einen Input in das Thema geben und im Anschluss wird in kleinen Gruppen über dieses Thema gesprochen. Zum Abschluss werden die verschiedenen Meinungen in der großen Gruppe gesammelt. Unter anderen wird über das Thema **Zölibat** gesprochen.

Wie ist deine Meinung dazu? Sollten Priester heiraten dürfen und eine eigene Familie haben?

Diskutiere mit auf www.hoschameinung.it und am Freitag, 25.03.2022 um 19.00 Uhr beim Diskussionsabend. Mit dieser Aktion möchten Südtirols Katholische Jugend und die Katholische Jungschar Südtirols an einer zukunftsfähigen Kirche mit bauen, in der Platz für Diskussion und gemeinsames Weiterdenken sind.



IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen
Tel. 0471 970 890 · redaktion@skj.bz.it
www.facebook.com/SKJnews
Redaktion: Heidi Gamper
Gestaltung der Seite: Jana Köbe

www.skj.bz.it