



Impulse fürs Leben – Vortragsschwerpunkte 2026



Vortrag „Mein Tod, meine Entscheidung?“, Tagungshaus Regina Pacis, Leutkirch (November 2024)

1. Christliche Lebenskunst

Die Heilkraft der Dankbarkeit

Dankbarkeit verändert das Leben. Sie schärft den Blick für die Werte unseres Lebens, erleichtert gute Entscheidungen, stärkt in Krisen, senkt Stress, verbessert den Schlaf und steigert das allgemeine Wohlbefinden. Die Bibel ruft rund dreihundertmal zur Dankbarkeit auf – und aktuelle Forschungen bestätigen ihre lebensverändernde Kraft. Dankbarkeit erschließt neue Lebensqualität. Sie ist ein Tor zur Freude. Als Tugend will sie jedoch eingeübt und gepflegt werden, damit sie im Alltag wirksam wird.

Michael Ragg beleuchtet humorvoll bekannte und überraschende Gründe zur Dankbarkeit. Er zeigt alltagstaugliche Schritte auf, mit denen sich neue Ressourcen an Gesundheit, innerer Stärke und Lebensfreude erschließen lassen.

Der Vortrag eignet sich als **Ganzjahres-Thema** und lässt sich besonders gut an folgende Termine anbinden:

- **Erntedankfest, 4. Oktober 2026**
- **Welttag der Dankbarkeit, 21. September 2026**
- Dankbarkeit verbindet christliche Offenbarung mit hoher Alltagsrelevanz und spricht Menschen aller Altersgruppen an. Der Vortrag ist flexibel einsetzbar – als Impulsabend, Studientag oder Auftakt einer thematischen Reihe.



Sonnenaufgang an der Ostsee – Wer hofft erwartet Gutes vom neuen Tag (Foto ©: Michael Ragg)

Freut Euch in der Hoffnung! (Röm 12,12)

Hoffnung ist mehr als naiver Optimismus – sie ist eine sprudelnde seelische Kraftquelle. Der Vortrag zeigt, wie Hoffnung den Alltag trägt, in Krisen stärkt und neue Lebensfreude erschließt. Er verbindet die biblische Sicht der Hoffnung als göttliche Tugend mit aktuellen Erkenntnissen zu ihrer heilsamen Wirkung auf Seele und Körper, etwa im Umgang mit Krankheit und Stress.

Anschaulich zeigt der Referent den Unterschied zwischen natürlicher und christlicher Hoffnung. Konkrete Impulse helfen, die eigene Hoffnung zu nähren, Hoffnungszeichen im Alltag bewusster wahrzunehmen und selbst zum Hoffnungsträger zu werden. Der Vortrag ermutigt, als „Pilger der Hoffnung“ zu leben und anderen Rechenschaft zu geben von der Hoffnung, die uns erfüllt (vgl. 1 Petr 3,15).

- Das Heilige Jahr, das die katholische Kirche ausgerufen hat, steht unter dem Leitwort „**Pilger der Hoffnung**“. Es dauert noch bis zum **6. Januar 2026**.
 - Thema Hoffnung im Kirchenjahr z.B.
 - Advent: Mitten im Winter ist Weihnachten
 - Fastenzeit: Neubeginn trotz Versagen und Neubeginn
 - Pfingstzeit: Hoffnung als Gabe des Heiligen Geistes
-

Worauf wir hoffen dürfen – Gute Nachrichten, die man selten liest

Negative Schlagzeilen prägen das Lebensgefühl vieler Menschen. Umfragen zeigen wachsende Verunsicherung und Zukunftsangst. Dieser Vortrag setzt einen Gegenakzent: Er macht gut belegte Hoffnungszeichen sichtbar, die im medialen Alltag kaum vorkommen.

Der Referent zeigt, warum die Welt in vieler Hinsicht besser ist als ihr Ruf – von sozialen und medizinischen Fortschritten bis zu überraschenden geistlichen Aufbrüchen unter jungen Menschen in westlichen Ländern.

Er greift den Appell von Papst Franziskus zum Heiligen Jahr auf: „Wer hofft, erwartet nicht nur Gutes, er achtet auch auf erste Anzeichen positiver Entwicklungen und lässt sich jetzt schon von dieser Erwartung bestimmen.“

Der Vortrag weitet den Blick und ermutigt dazu, dass Christen als „kreative Minderheit“ ihrem Auftrag nachkommen, in unsicherer Zeit verlässliche Orientierung aus dem Glauben zu geben.

Aufgeräumt leben – Frühjahrsputz für Leib und Seele

Frühjahrsputz schafft Klarheit – nicht nur im Haus, sondern auch im Leben. Äußeres Aufräumen hilft auch zu mehr innerer Ordnung, unterstützt bei Neuanfänge und Veränderungen. Doch was tun mit dem Papierstapel auf dem Schreibtisch, Erbstücken, Fehlkäufen oder Dingen, die wir "vielleicht noch brauchen"?

Dieser Vortrag zeigt, wie regelmäßiges Aufräumen das ganze Jahr über geistige Freiräume schafft, Kreativität fördert und zu einem leichteren, sinnvolleren Leben führt. Sinnvolle Ordnung als christliche Lebenskunst hilft, klarer zu denken, Lasten loszuwerden, und entspannter zu leben.

- Das Thema Aufräumen spricht sehr viele Menschen an. Es passt besonders in die Fastenzeit vom **18. Februar bis 4. April 2026**, ist aber natürlich **ganzjährig einsetzbar**.
-



Vortrag in der kath. Pfarrei Hl. Dreifaltigkeit in Kolbermoor (Herbst 2025) (Foto: Bärbel Sandner)

Schicksal annehmen, Freiraum entdecken

Unser Leben beginnt unter Voraussetzungen, die wir uns nicht ausgesucht haben: Gene, Herkunft, Familie. Vieles davon ist Schicksal. Mit den Jahren wächst zwar unser Handlungsspielraum, doch auch dann bleiben wir durch Umstände begrenzt, die sich unserem Einfluss entziehen. Hadernd führt nicht weiter. Was bleibt – und was entscheidend ist – ist unsere stets gegebene Freiheit: die Freiheit zu handeln oder unsere innere Haltung zu verändern.

Der Vortrag zeigt, was tatsächlich zu unserem Schicksal gehört und wo unsere Freiheit beginnt. Er ermutigt, verborgene Freiräume wahrzunehmen und das eigene Leben bewusst und verantwortlich zu gestalten. Selbst aus den Steinen, die uns das Leben in den Weg legt, lässt sich – mit der von Viktor Frankl beschriebenen „Trotzmacht des Geistes“ – ein tragfähiges, wohnliches Lebenshaus errichten. Diese innere Stärke ist eine Fähigkeit, die sich im Alltag einüben und vertiefen lässt.



Rosenheimer Stammbeckenmoore – Klarheit, Harmonie und Schönheit erleben wir immer öfter, wenn uns heilsame Gedanken im Alltag begleiten (Foto © Michael Ragg)

Euer Herz sei ohne Angst (Joh 14,1)

In unsicheren Zeiten ist es wichtiger denn je, den Alltag mit der richtigen Haltung zu meistern. Die Heilige Schrift ruft uns immer wieder auf, uns nicht von Angst beherrschen zu lassen. Es ist die häufigste **Aufforderung** in der Bibel überhaupt.

Der Vortrag beleuchtet, wo gesunde Vorsicht endet und lähmende Angst beginnt. Er zeigt, warum Angst den Blick verengt, das Denken erschwert, zu falschen Entscheidungen führt und das Gefürchtete magnetisch anzieht. Er begründet, warum die Angst nicht zum Persönlichkeitskern des Menschen gehört und zeigt ihre geistige Wurzel auf. Der Referent legt dar, wie wir uns mit der „Trotzmacht des Geistes“ von unseren Ängsten distanzieren und unser natürliches Vertrauen in das Leben wiedergewinnen können. Statt Angst sollte Liebe unser Leben bestimmen, denn „Furcht gibt es in der Liebe nicht, sondern die vollkommene Liebe vertreibt die Furcht.“ (1 Joh 4,18)

Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! (Phil 4,4) – Die Tugend der Freude entdecken

Freude ist mehr als ein flüchtiges Gefühl oder eine Frage günstiger Umstände. Der Apostel Paulus ruft zur Freude gerade mitten im Alltag und auch in bedrängten Situationen auf. Im christlichen Verständnis ist Freude eine Tugend und eine Frucht des Heiligen Geistes – eine innere Haltung, die aus der Beziehung zu Gott wächst und die – wie jede Tugend – der Übung und Pflege bedarf.

Der Vortrag verbindet biblische und spirituelle Impulse mit psychologischen Erkenntnissen und lebenspraktischen Erfahrungen. Er zeigt, wie christliche Freude eingeübt werden kann, welche Rolle Liturgie und Kirchenjahr dabei spielen und wie eine tragfähige Freude hilft, Herausforderungen gelassener zu begegnen. Als Teil der „seelischen Hausapotheke“ lädt dieser Vortrag ein, die Tugend der Freude neu zu entdecken und als Kraftquelle für den Alltag fruchtbar zu machen.

Lebenskunst im Alter

Das Alter wird oft als Abstieg betrachtet – ignoriert, verleugnet, mit großem Aufwand bekämpft und schließlich mit Resignation ertragen. Doch wer so denkt, verpasst die Chancen dieser Lebensphase.

Dieser Vortrag ermutigt, das Alter dankbar anzunehmen, seinen besonderen Sinn zu erkennen und die Aufgaben wahrzunehmen, die es jedem von uns stellt. Eine versöhnliche Lebensrückschau und Freude an der "Lebensernte" stehen im Mittelpunkt. Der Referent zeigt, wie das Alter nicht als Ende, sondern als erfüllte Lebensphase willkommen geheißen werden kann.

- **Welttag der Großeltern und älteren Menschen** (von Papst Franziskus eingeführt) am 26.7.2026

2. Grenzfragen des Lebens



Im Herbst, der spannendsten Jahreszeit, stellen wir gerne die Weichen fürs Leben und Sterben.

Organspende – ein letzter Liebesdienst?

Die Frage der Organspende stellt viele Christen vor eine persönliche und ethisch anspruchsvolle Entscheidung. Gesetzliche Regelungen, medizinische Abläufe und gesellschaftlicher Druck verunsichern zusätzlich – besonders dann, wenn im Ernstfall für einen Angehörigen entschieden werden muss.

Der Vortrag bietet Orientierung aus christlicher Sicht. Er beleuchtet die medizinischen, ethischen und theologischen Grundlagen der Organspende nach festgestelltem Hirntod und hilft, die eigene

Haltung verantwortet zu klären. Dabei geht es nicht um vorgegebene Antworten, sondern um eine Gewissensbildung, die die Würde des Menschen achtet und Freiheit ernst nimmt.

Der Vortrag richtet sich an alle, die eine informierte und reflektierte Entscheidung treffen möchten – für sich selbst oder im Blick auf Angehörige.

➤ Besonders geeignet im Umfeld des **Tags der Organspende (6. Juni 2026)**



Fluss in der Uckermark: Der letzte Weg – früher Schicksal, jetzt für manche Gegenstand der Selbstbestimmung
(Foto © Michael Ragg)

Mein Tod, meine Entscheidung? – Die Kunst, in Würde zu sterben

Wie gelingt Sterben in Würde? Vielen Menschen erscheint ein selbst geplantes Lebensende, möglichst mit ärztlicher Hilfe, als Ausweg aus Leid, Abhängigkeit und Angst. Das Bundesverfassungsgericht hat im Jahr 2020 jedem Menschen ein „Recht auf selbstbestimmtes Sterben“ zugesprochen und dieses maßgeblich aus der Garantie der Menschenwürde im Grundgesetz hergeleitet. Doch was bedeutet „Sterben in Würde“ tatsächlich? Der gemeinsame Suizid von Alice und Ellen Kessler hat diese Frage wieder stark in das Blickfeld der Öffentlichkeit gerückt.

Der Vortrag fragt nach den gesellschaftlichen und menschlichen Folgen, wenn der ärztlich assistierte Suizid zu einem normalen und akzeptierten Weg der Lebensbeendigung wird, und zeigt, wie sich dadurch unser Verständnis von Krankheit, Pflege, Solidarität und Verantwortung verändert. Zugleich eröffnet er neue Perspektiven auf die letzte Lebensphase. Er macht sichtbar, welche Sinnmöglichkeiten auch im Sterben liegen können, und stellt die christliche Sterbekunst vor, die das Sterben nicht als Versagen, sondern als wesentlichen Teil des Lebens versteht und ihm Würde verleiht.

➤ **Welt-Suizid-Präventionstag** immer am **10. September** (WHO)



Wo vor wenigen Jahren auf dem Friedhof in Stuttgart-Botnang die Gräber noch in Reihe standen, gibt es jetzt um das Familiengrab herum immer mehr Platz (Foto ©: Michael Ragg)

Popsongs im Friedwald? – Tote begraben als Pilger der Hoffnung (Bildvortrag)

Bei Bestattungen ist heute fast alles möglich – von der Art des Begräbnisses, der Grabgestaltung bis hin zur Trauerfeier. Neue Gesetze einiger Bundesländer weiten die Möglichkeiten immer mehr aus. Doch was sagt es über unsere Bedürfnisse im Trauerfall aus, wenn Menschen nach dem Tod Prominenter, wie bei Königin Elisabeth II., spontan zu öffentlichen Trauerorten strömen und Blumen oder Kerzen niederlegen?

Der Vortrag beleuchtet aktuelle Entwicklungen der Trauer- und Bestattungskultur und stellt ihnen die über Jahrhunderte gewachsene christliche Praxis gegenüber. Ausgehend von biblischen Grundlagen und konkreten Beispielen zeigt der Referent, warum Trauer einen Ort braucht, welche Art der Bestattung im Trauerprozess hilfreich ist, und welche neuen Aufgaben auf Gemeinden zukommen, damit in heilsamer Weise bestattet und getrauert werden kann.

Der Referent ermutigt dazu, den Tod nicht zu verdrängen, sondern ihn bewusst „in den Raum der Hoffnung zurückzuholen“ – für die Verstorbenen, für die Trauernden und für eine menschliche Kultur des Erinnerns. Er gibt Impulse, die helfen können, nicht zu „trauern wie die anderen, die keine Hoffnung haben (1 Thess 4,13).

- **20./21. September 2026 „Tag des Friedhofs“** mit vielen Aktionen
 - **01./02. November Allerheiligen und Allerseelen**
-

3. Advent und Weihnachten



„Mitten im Winter ist Weihnachten / Zauberhaft, voller Kraft“ (Liedzeile Isabel Varell) (Foto ©: Michael Ragg)

Nikolaus oder Weihnachtsmann – Vorfahrt für den Echten!

Nikolaus von Myra zählt seit über tausend Jahren zu den beliebtesten Heiligen der Christenheit. Er verkörpert den Typus des „weisen Alten“ – eine Gestalt, die Menschen bis heute Orientierung gibt und die gerade junge Menschen auch in Figuren wie Gandalf aus Der Herr der Ringe oder Albus Dumbledore aus Harry Potter wiedererkennen und schätzen.

Zugleich wird der heilige Nikolaus im öffentlichen Bewusstsein zunehmend von Kunstfiguren wie dem „Weihnachtsmann“ verdrängt, deren Ursprung und Botschaft kaum noch mit dem christlichen Glauben verbunden sind.

Der Vortrag macht den Unterschied zwischen Nikolaus und Weihnachtsmann anschaulich deutlich und zeigt, welches geistliche und pädagogische Potenzial im Nikolaus-Brauchtum liegt. Er ermutigt dazu, diese Tradition bewusst zu pflegen und als lebendige Möglichkeit zu nutzen, christliche Werte und Glaubensinhalte generationenübergreifend weiterzugeben.

➤ Fest des Hl. Nikolaus am 6. Dezember

Advent – Zeit der Sehnsucht

Trotz wachsender Entfremdung vom Christentum ist die Anziehungskraft der Advents- und Weihnachtszeit auch für kirchenferne Menschen ungebrochen. Eine INSA-Umfrage zum Advent 2024 zeigt, dass in Deutschland gerade jüngere Menschen deutlich häufiger einen adventlichen Kirchenbesuch planen als ältere. Offenkundig berührt diese Zeit eine tiefe Sehnsucht nach Sinn, Hoffnung und Geborgenheit.

Der Vortrag geht dem besonderen Zauber des Advents nach und setzt sich kritisch mit Deutungen auseinander, die die Weihnachtsgeschichte als frommes Märchen relativieren oder Advent und Weihnachten von ihren christlichen Wurzeln lösen wollen. Zugleich gibt er konkrete Impulse, wie Christen dem Advent wieder ein klares geistliches Profil verleihen und die Freude, die Gott uns in dieser Zeit schenkt, bewusst leben und glaubwürdig weitergeben können.

➤ Thema interessiert besonders in der **Zeit zwischen Mitte November und der ersten Adventswoche.**

4. Glaube und Welt



Vor der Nantang-Kathedrale in Peking – Gläubige nach Ende einer Heiligen Messe (Foto: Claudio Schmid)

Von Mao zu Jesus? - Weltmacht China am Scheideweg (Bildvortrag)

Seit Maos Tod ist das Christentum in China stark gewachsen, sieht sich jedoch seit einigen Jahren zunehmenden Repressionen ausgesetzt. Der Bildvortrag zeigt die Ursachen dieses Wachstums und analysiert die seit 2018 verschärfte Religionspolitik der Staatsführung.

Im Blick stehen zudem Präsident Xi Jinpings Ziel, China bis 2049 zur führenden Weltmacht zu machen, der dramatische Bevölkerungsrückgang, die wachsende Spannung um Taiwan sowie die überraschende Offenheit vieler Chinesen gegenüber christlichen Werten. Der Referent sieht darin eine reale Chance für China, sich vom Weg in einen totalen Überwachungsstaat abzuwenden. Den jährlichen Weltgebetstag für die Kirche in China, von Papst Benedikt XVI. eingeführt, deutet er als geistlich angemessene Antwort der Kirche auf die große Bedeutung Chinas für die Zukunft von Kirche und Welt.

Michael Ragg war langjähriger Pressesprecher der Päpstlichen Stiftung Kirche in Not, organisierte Recherche-reisen nach Festland-China und Taiwan und leitete Studienreisen ins „Reich der Mitte“. 2021 wurde er in die Ökumenische Gesellschaft Schweiz–China berufen und hielt 2025 den Hauptvortrag beim China-Tag der Gesellschaft in Zürich.

➤ **24. Mai** **Jährlicher Weltgebetstag für die Kirche in China (kath.)**



Europatag im kath. St.-Theresien-Gymnasiums Ruppichterath-Schönenberg (2024)

Europa – woher und wohin?

Seit der erneuten Wahl Trumps zum US-Präsidenten beschwören unsere Politiker und Journalisten wieder die „europäischen Werte“. Doch was verbindet die Europäer wirklich? Woher stammen zentrale Errungenschaften wie Glaubens- und Gewissensfreiheit, Rechtsstaat und Demokratie?

Der Vortrag beleuchtet den tiefen Zusammenhang zwischen christlichem Glauben und europäischer Kultur. Er zeigt, wie die christliche Offenbarung das Denken und Leben in Europa geprägt hat, und hinterfragt, ob der „Untergang des Abendlands“ unausweichlich ist oder ob Europa die Kraft zur Erneuerung aus seinen Wurzeln schöpfen kann.

➤ **9. Mai** Jährlicher **Europatag der Europäischen Union**

Verfolgte Christen – Ihr Leid und unsere Hilfe (Bildvortrag)

In mehr als 60 Staaten weltweit werden Christen wegen ihres Glaubens diskriminiert, bedrängt oder verfolgt. Viele Betroffene erleben schmerzlich, dass ihr Schicksal in Ländern mit Religionsfreiheit nur wenig Aufmerksamkeit findet. Während Medien über Unterdrückung ethnischer oder religiöser Minderheiten häufig berichten, bleibt die Verfolgung von Christen vielfach unterbelichtet. Nach dem aktuellen Bericht der Päpstlichen Stiftung Kirche in Not stellen Christen weltweit rund 80 Prozent der Menschen, die um ihres Glaubens willen verfolgt werden.

Der Bildvortrag gibt einen fundierten Überblick über die aktuelle Situation verfolgter Christen, benennt Ursachen und Formen der Verfolgung und zeigt konkrete Möglichkeiten der Unterstützung auf. Grundlage ist vor allem der Bericht „Religionsfreiheit weltweit“, den Michael Ragg im Herbst 2025 in Zürich offiziell für die Schweiz vorgestellt hat.

Michael Ragg war langjähriger Pressesprecher der Päpstlichen Stiftung Kirche in Not in Deutschland. Aus eigener Anschauung berichtet er von Recherche- und Begegnungsreisen in zahlreiche Länder. Er

hält Vorträge und organisiert internationale Begegnungstage der Stiftung in Österreich, der Schweiz und Liechtenstein und ist regelmäßig Referent im Rahmen der Red Week im November in der Schweiz und in Österreich.

➤ **Red Week, 15.-22. November 2026:** „Kirche in Not“ (KIN) macht in vielen Ländern durch rot angestrahlte Kirchen auf die Lage bedrängter und verfolgter Christen aufmerksam. In der Schweiz und Österreich kann man während und im Umfeld der Red Week Pfarreien Vorträge oder Zeugnisse im Gottesdienst mit Michael Ragg kostenfrei anfordern. KIN stellt ggf. auch Werbematerial zur Verfügung.

➤ **Vorträge zur Lage der Christen in verschiedenen Regionen** der Erde können Pfarreien und Gemeinschaften in der Schweiz und Österreich über Kirche in Not (KIN) **auch ganzjährig kostenfrei** buchen. Die Vorträge sind ggf. kombinierbar mit der Wanderausstellung von Kirche in Not: „Verfolgte Christen weltweit“. Wenden Sie sich gerne an das KIN-Büro in Wien bzw. Luzern.



Kath. Pfarrkirche in Walenstadt/Schweiz, in der RED WEEK rot angestrahlt, um auf das Leid verfolgter Christen in vielen Ländern aufmerksam zu machen (Foto: Andreas Aschwanden, Berschis)

5. Glaube und Gesellschaft



Ehem. Arbeitspavillon von Konrad Adenauer – Beim Interview mit dem gleichnamigen Enkel des ersten Kanzlers

Konrad Adenauer – Staatsmann auf Knien (Bildvortrag)

Zum 150. Geburtstag am 5. Januar 2026

Konrad Adenauer zählt bis heute zu den populärsten und prägendsten Persönlichkeiten der deutschen Geschichte. Selbst politische Gegner würdigen seine außergewöhnlichen Leistungen beim Wiederaufbau der Bundesrepublik nach dem Zweiten Weltkrieg sowie bei der Grundlegung eines vereinten Europas in Frieden und Freiheit. Anlässlich seines 150. Geburtstags am 5. Januar 2026 widmen sich zahlreiche Medien Leben und Wirken des ersten Bundeskanzlers. Die zentrale Rolle seines christlichen Glaubens für seine politischen Entscheidungen und Visionen bleibt dabei jedoch häufig unbeachtet oder wird nur verkürzt dargestellt.

Der Vortrag zeigt, aus welchen geistigen und geistlichen Quellen der überzeugte katholische Staatsmann bis ins hohe Alter die Kraft schöpfte, dem NS-Regime zu widerstehen und Deutschland wieder zu einem geachteten Mitglied der Völkergemeinschaft zu führen. Er macht deutlich, wie eng bei Adenauer persönlicher Glaube, politische Verantwortung und moralische Standfestigkeit miteinander verbunden waren. Zugleich eröffnet der Vortrag Denkanstöße, was eine Politik aus christlicher Verantwortung heute aus seinem Lebenswerk lernen kann.

- Eine von Michael Ragg moderierte **gleichnamige TV-Serie** läuft am 4./5. Januar 2026 im katholischen Fernsehen K-TV, mit Wiederholungen im Jahresverlauf.
 - **Sendung „Standpunkt“ mit Michael Ragg auf Radio Horeb** am 11. Januar 2026
-

Rückkehr der Familienwerte? Ein stiller Wandel im Zeitgeist

Seit den sechziger Jahren galt ein stetiger Trend zu größerer Freizügigkeit und zur Auflösung traditioneller Familienstrukturen als gesellschaftliche Konstante. Weitgehend unbeachtet von Kirche, Politik und Medien vollzieht sich jedoch seit der Jahrtausendwende ein leiser, aber bemerkenswert stabiler Wandel: Jugendliche zeigen ein verändertes Sexualverhalten, Scheidungsraten gehen zurück, Ehen halten länger.

Der Vortrag macht diese überraschenden Entwicklungen sichtbar und ordnet sie ein. Er zeigt, wie jenseits medialer Debatten und ideologischer Zuspitzungen ein neuer Zeitgeist entsteht – mit weitreichenden Folgen für Gesellschaft, Familie und Kirche.

Michael Ragg ist Vorsitzender des Familienbundes der Katholiken im Bistum Augsburg und Diözesanrat im Bistum Augsburg.

6. Spiritualität

Herzens-Zeit mit Gott

Immer mehr Christen – besonders junge – entdecken die Eucharistische Anbetung neu. Immer mehr Pfarreien und Klöster ermöglichen Anbetung wieder rund um die Uhr, und auch die lange als überholt geltende Herz-Jesu-Spiritualität erfährt neuen Zuspruch. Eine vergleichbare geistliche Bewegung ging bereits dem Wiederaufblühen der katholischen Kirche im 19. Jahrhundert voraus.

Michael Ragg ordnet diesen Trend ein und fragt nach seiner geistlichen Bedeutung. Aus persönlichen Erfahrungen heraus zeigt er, wie die „Herzens-Zeit mit Gott“ tiefer gelebt und im Alltag fruchtbar werden kann – als Quelle innerer Erneuerung und geistlicher Kraft.

- **Juni: Herz-Jesu-Monat** (kath.)
 - **Hochfest des Heiligsten Herzens Jesu („Herz-Jesu-Fest“), am 12. Juni 2026** (kath.)
-



Wochenende „Seelische Hausapotheke“ im Kloster Cazis, Graubünden/Schweiz (November 2025)

7. Einkehrwochenenden

Die seelische Hausapotheke – Christliche Lebenskunst für den Alltag

Im Frühjahr 2022 startete unter dem Titel „Die seelische Hausapotheke“ der erste Wochenendkurs zur christlichen Lebenskunst. Der Zuspruch übertraf alle Erwartungen. Seither fanden bereits zehn weitere, durchweg gut besuchte Kurse in vier verschiedenen Häusern statt.

Die seelische Hausapotheke versteht sich als Schatzkammer stärkender, klärender und vorbeugender Gedanken für den Alltag. Ihre Quellen sind vor allem die Heilige Schrift sowie die von Viktor Frankl begründete Logotherapie. Verständlich, humorvoll und lebensnah erschließt Michael Ragg geistige Ressourcen, die innere Freiheit, Persönlichkeit und Lebensfreude nachhaltig fördern.

Der kontinuierlich weiterentwickelte Kurs greift zentrale Bereiche christlicher Lebenskunst auf: von Dankbarkeit und Aufräumen über Wege aus Angst und Resignation, die Ermutigung, die eigene Freiheit bewusst zu nutzen, bis hin zur Tugend der Hoffnung und weiteren lebensnahen Themen.

• **Bereits feststehende Termine 2026:**

- 06.-08.03.2026, Exerzitienzentrum der Göttlichen Barmherzigkeit Sankt Clemens, Berlin
- 20.-22.03.2026, Tagungshaus Regina Pacis, Leutkirch/Oberschwaben
- 08.-10.05.2026, Wallfahrtskloster Waghäusel
- 23.-25.10.2026, Benediktinerabtei Weltenburg, Herbstleuchten für Herz & Geist
- 06.-08.11.2026, Dominikanerinnen-Kloster Cazis, Kanton Graubünden/Schweiz
- 04.-06.12.2026, Kloster Brandenburg/Illertal

Mit ausgesuchten Themen der seelischen Hausapotheke gestalten wir auf Anfrage auch gerne **Tagesseminare** und **Einkehrtage**.

- Michael Ragg, Journalist und Publizist, ist ein gefragter Redner für christliche Lebenskunst. Er leitet „Ragg's Domspatz“, eine Agentur für christliche Lebenskultur. Ragg moderiert Lebenshilfe-Serien im christlichen Fernsehen und ist regelmäßiger Referent in der Reihe

„Lebenshilfe“ auf Radio Horeb. Er wirkt ehrenamtlich u.a. als Vorsitzender des „Familienbundes der Katholiken“ und Diözesanrat im Bistum Augsburg.

Mit der weltweit renommierten Psychologin Professor Elisabeth Lukas drehte Ragg die 13-teilige EWTN-Erfolgsserie „Wie Leben gelingen kann“. Gemeinsam veröffentlichten Elisabeth Lukas und Michael Ragg das Buch „Wie Leben gelingen kann: Sinn und Freude Tag für Tag“. Seit zehn Jahren moderiert Ragg auf EWTN.TV inzwischen mehr als fünfzig Gespräche zum Lebenswerk der christlichen Jugend-Psychotherapeutin Christa Meves (Serien mit Elisabeth Lukas und Christa Meves sind zu sehen auf: www.ewtn.de/mediathek).

Wochenende: Herbstleuchten für Herz & Geist

Der Herbst lädt dazu ein, die wesentlichen Fragen des Lebens neu in den Blick zu nehmen. Reifepacht und Blätterfall, Erntedank und der Gräberbesuch an Allerheiligen lenken den Blick auf Wandel, Abschied und Neubeginn – gerade in der zweiten Lebenshälfte. Wie die Natur dürfen auch wir in dieser stilleren Zeit die Grundlagen für ein erneuertes inneres Aufblühen legen.

Das bewusste Innehalten und Nachdenken über die Werte der zweiten Lebenshälfte – über das Aufräumen in Haus und Leben, über ein Sterben in Würde sowie über Trauer- und Bestattungskultur, aber auch über die Tugenden der Dankbarkeit und der Hoffnung – hilft, neue Klarheit zu gewinnen und tragfähige Quellen von Lebenssinn und Lebensfreude zu erschließen.



Herbstwald im Morgenlicht – „Es knospt unter den Blättern / das nennen sie Herbst (Hilde Domin)
(Foto ©: Michael Ragg)

8. Studientage

Herbstlicher Einkehrtag

Der Herbst lädt uns ein, wesentliche Fragen unseres Lebens in den Blick zu nehmen. Reifepracht und Blätterfall, Erntedank und Gräberbesuch an Allerheiligen regen uns an, Wandel und Neubeginn in der zweiten Lebenshälfte neu zu bedenken. Wie die Natur dürfen auch wir in dieser relativ ruhigen Zeit die Grundlage für ein neues Aufblühen unseres Geistes und unseres Lebens legen. Michael Ragg, ein erfahrener und inspirierender Redner, begleitet die Teilnehmer durch diesen Tag.

Schwerpunkte:

- Das Alter willkommen heißen
 - Leiden – und trotzdem ja zum Leben sagen
 - Mein Tod, meine Entscheidung? – Der Suizid und die Kunst, in Würde zu sterben
 - Film: z.B. „Den Himmel gibt's Echt“ (Verfilmung des Nr.1-Bestsellers der New York Times nach einer wahren Geschichte) oder
 - Oder andere Themen nach Vereinbarung
-

Studientag: Christ und Medien

Zwischen Nachricht und Meinung – Christlich urteilen in der Medienflut

Viele Christen fragen sich, wie sie im Lärm von Nachrichten, Kommentaren und Meinungen Orientierung finden. Wie glaubwürdig sind Nachrichten heute und wie lassen sich Manipulationen erkennen? Und wie können Medien genutzt werden, ohne sich von ihnen treiben zu lassen? Immer wieder fragen gerade auch Christen, was man überhaupt noch lesen oder anschauen kann, wo man gute Sendungen, Filme, Zeitungen oder Bücher findet, die man auch Kindern und Enkeln schenken kann.

Der Studientag „Christ und Medien“ bietet Raum, ein zentrales Thema unserer Zeit ruhig, sachlich und in guter Gemeinschaft zu reflektieren. Er vermittelt Orientierung und konkrete Impulse für einen fruchtbringenden Umgang mit Medien im Alltag.

Michael Ragg analysiert als langjähriger Pressesprecher, Chefredakteur und Journalist die Entwicklung des Journalismus. Er zeigt Kriterien auf, um Nachrichten einzuordnen, Relevanz von Aufgeregtheit zu unterscheiden und Medien aus christlicher Perspektive bewusst und souverän zu nutzen. Der Studientag richtet sich an alle, die im Medienalltag Klarheit suchen und ihren Glauben mit Urteilsfähigkeit und Medienkompetenz verbinden möchten.

Michael Ragg, Journalist, Moderator und Publizist, hat reiche Erfahrungen in vielen Bereichen des Journalismus gesammelt. Lange Jahre arbeitete er als Pressesprecher der Päpstlichen Stiftung „Kirche in Not“ in Deutschland, davor und danach in leitenden Positionen im katholischen Rundfunk und Fernsehen sowie bei Printmedien.

Studientag: Europa – woher und wohin?

Erstmals bot Kloster Waghäusel anlässlich der Europawahlen 2024 einen Europa-Studientag mit Michael Ragg an, der auf große Resonanz stieß. Im Mittelpunkt steht die Frage nach den geistigen

Wurzeln Europas: der Herkunft europäischer Werte aus dem Christentum. Weiteres wichtiges Thema ist die oft übersehene Bedeutung der christlichen Offenbarung für den außergewöhnlichen Vorsprung Europas in Wissenschaft, Technik und Wirtschaft.

Schließlich erinnert der Studientag Europa an den Zusammenschluss europäischer Länder nach dem Zweiten Weltkrieg, getragen von christlich geprägten Staatsmännern. Er fragt danach, was aus ihren Visionen geworden ist und wie die Päpste seither Europas Sendung in Gegenwart und Zukunft beurteilen.



Vortrag in der Missionarischen Woche der Erlöserpfarre Lustenau/Vorarlberg (Foto: Josef Winkler)

Melden Sie sich gerne jederzeit, wenn Sie noch Fragen haben:

Ragg's Domspatz GbR | Agentur für christliche Lebenskultur

Inhaber: Michael und Vivian Ragg
Schloßstraße 2 | 87534 Oberstaufen

Netz: www.raggs-domspatz.de
E-Mail: michael.ragg@gmail.com
Telefon: 0 83 86 / 3 26 08 95 | Mobil: 01 73 / 5 62 16 20 |