



TYROLIA

www.tyrolia-verlag.at

Lebensorientierung

„Sein gehaltvolles Alterswerk ...
ist wie eine Essenz seines Lebens ...“
Publik Forum



4. Auflage



Alexander Batthyány / Elisabeth Lukas
Die Welt ist nicht heil, aber heilbar
Schwierige Lebensphasen meistern
Wie kann man in schwierigen Lebensphasen seelisch gesund bleiben? Wie können wir jungen Menschen helfen, mit neuen Medien und künstlicher Intelligenz angemessen umzugehen? Wie kann man eine heilsame Gemeinschaft aufbauen? Impulse zur Krisenbewältigung inspiriert von der Logotherapie Viktor Frankls.

gebunden
ISBN 978-3-7022-4135-3
192 Seiten, € 22.–



„Ermutigung zur Hinnahme und Zuversicht, dass
trotz aller Widrigkeiten daraus etwas wird. Wenige Bischöfe
beherrschen das in solcher Klarheit.“
Sonntag, Schweizer Wochenzeitschrift



2. Auflage

Benno Elbs
Werft eure Zuversicht nicht weg
Angst macht sich breit angesichts der vielen Krisen unserer Zeit, jede Krise eröffnet aber auch neue Chancen. Achtsamkeit und Solidarität können Raum gewinnen, Vertrauen und Zuversicht lassen neue Schritte wagen. Dazu lädt Bischof Benno Elbs in diesem Buch ein. Nur wer anderen Menschen Vertrauen schenken kann, kann ein glückliches Leben führen, nur wer Herausforderungen mit Zuversicht in Angriff nimmt, kommt zum Ziel.

geb. mit Lesebändchen
ISBN 978-3-7022-3887-2
192 Seiten, € 19.95



2. Auflage

„Sehr kluges und mutmachendes Buch“
Gerhard Zach, Herder Wien

Clemens Sedmak
hoffentlich.
Gespräche in der Krise
In diesem Buch führt der Autor fiktive Gespräche: mit einem Journalisten, mit einer Therapeutin, mit einer Theologin, mit einem Historiker, mit einem Dichter, mit einer Mystikerin, mit einem Geschichtenerzähler, mit einer Philosophin ... Die Texte machen deutlich, dass die vom Corona-Virus ausgelöste weltweite Krise eine Zeit kreativer Neuaufbrüche sein kann.

geb. mit Titelprägung
ISBN 978-3-7022-3885-8
160 Seiten, € 14.95



zweifarbige, geb. mit Lesebändchen
ISBN 978-3-7022-3992-3
168 Seiten, € 22.–



„Statt oberflächlicher Leichtigkeit ermutigt der Philosoph zu wahrer Lebensfreude und zur Freundschaft mit sich selbst.“

ORF Ö1



5. Auflage

Clemens Sedmak
Das Gute leben
Von der Freundschaft mit sich selbst

Was sind unverzichtbare Bausteine für ein gutes Leben? Dieses Buch zeigt Wege auf für die Entwicklung von menschlicher Reife und für persönliches Wachstum. Es geht der Frage nach: Wie kann ich gut mit mir selbst auskommen? und zeichnet Konturen der Freundschaft mit sich selbst.

geb.
ISBN 978-3-7022-3468-3
128 Seiten, € 14,95



Clemens Sedmak
Ans Herz gelegt
Die vielen Sprachen der Liebe

In Form von persönlich adressierten Briefen geht Clemens Sedmak der Liebe nach. Jeder Brief hat seine eigene Botschaft und seine eigene Geschichte. Das Persönliche ist mit Einsichten über die Liebe verbunden, zeigt Konturen gelebter Liebe auf.

geb.
ISBN 978-3-7022-3550-5
176 Seiten, € 14,95



5. Auflage

Elmar Simma
Dem Leben zulächeln
Von der Kunst, den Tag zu loben

Der beliebte Seelsorger und Autor aus Vorarlberg macht bewusst, wie viele erfreuliche, schöne und ermutigende Dinge es im Alltag gibt. Mit konkreten Impulsen, um das Leben mit Freude, einer positiven Lebenseinstellung und Zuversicht zu bereichern.

zweifärbig, geb.
ISBN 978-3-7022-3587-1
152 Seiten, € 14,95



2. Auflage

Brigitte Gogl / Marianne Hengl
Stehaufmensen
Geschichten, die Mut machen

Niemand hat sein Leben in der Hand. Ein Unfall, Krankheit, Probleme am Arbeitsplatz oder Schicksalsschläge in der Familie können es von einem Moment auf den anderen auf den Kopf stellen. Was tun? Dieses Buch erzählt von 17 Menschen, die nicht aufgeben haben.

85 farb. u. 4 sw. Abb., geb.
ISBN 978-3-7022-3865-0
144 Seiten, € 19,95



Birgit Kubik
In seinem Element
Der ganz normal-verrückte Alltag mit unserem autistischen Sohn

Authentische Erfahrungen aus dem Leben mit einem behinderten Kind. Für Birgit Kubik und ihren Mann kommt nach der Geburt ihres Sohnes alles anders als gedacht ...

17 farb. Abb., Klappenbroschur
ISBN 978-3-7022-4136-0
192 Seiten, € 18.–



Markus Fellingner
Hilfreich helfen
Soziales Engagement verantwortungsvoll gestalten

Markus Fellingner fragt nach den Bedingungen für „hilfreiches Helfen“ und lädt Menschen in sozialen Berufen und im Ehrenamt dazu ein, sich unbewusste Mechanismen des Helfens bewusst zu machen sowie eigene Haltungen und Voraussetzungen wahrzunehmen.

Broschur
ISBN 978-3-7022-4101-8
144 Seiten, € 18.–

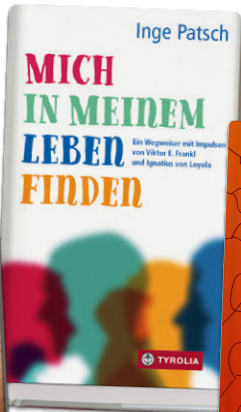




2. Auflage

Bernhard A. Eckerstorfer
Kleine Schule des Loslassens
 Mit den Weisheiten der Wüstenväter durch den Tag
 Die überlieferten Weisheiten der Wüstenmönche faszinieren bis heute. Der Auszug in die Wüste entsprach ihrer Sehnsucht, Materielles loszulassen. Dieses Verlangen nach dem Wesentlichen teilen sie mit den Menschen der heutigen Zeit.

zweifärbig, geb.
 ISBN 978-3-7022-3737-0
136 Seiten, € 14,95



„Balsam und Trost, praxisnah.“
 Sonntagsblatt

Inge Patsch
Mich in meinem Leben finden

Ein Wegweiser mit Impulsen von Viktor E. Frankl und Ignatius von Loyola
 Die Sinnlehre von Viktor E. Frankl und die Spiritualität von Ignatius bieten eine verlässliche Möglichkeit, das Leben zu bereichern. Ein Wegweiser zu sich selbst, der Begeisterung und Freundschaft für das Leben weckt.

3 sw. Abb., zweifärbig, geb. m. SU
 ISBN 978-3-7022-3747-9
144 Seiten, € 17,95



2. Auflage

Elmar Simma
Was das Herz erwärmt

Kleine Schätze für den Alltag
 Dieses Buch ist wie ein Schatzkästchen, gefüllt mit stärkenden Impulsen und Anregungen, in das man hineinlangt und immer einen Text findet, der Antworten auf den jeweiligen Tag gibt.

zweifärbig ill., geb.
 ISBN 978-3-7022-4064-6
ca. 112 Seiten, ca. € 17,-



5. Auflage

David Steindl-Rast
Ein guter Tag für dich
 Mit Bildern von Peter Umfahrer

Dieses stimmungsvolle Geschenkbuch mit Texten von David Steindl-Rast und mit suggestiven Aufnahmen von Peter Umfahrer aus Asien und Europa, Afrika und Amerika spricht das Herz an und öffnet die Augen für die Schönheit der Natur ebenso wie für den Reichtum von Begegnungen.

25 farb. Abb., geb.
 ISBN 978-3-7022-3549-9
40 Seiten, € 12,-



David Steindl-Rast
Und ich mag mich nicht bewahren
 Vom Älterwerden und Reifen.
 Mit Gedichten von Rainer Maria Rilke und Josef von Eichendorff

Der große spirituelle Meister unserer Zeit stellt die vier „bewegend“en Fragen: Wonach sehnen wir uns? Wie können wir das überstehen? Woran reifen wir? Was tröstet uns? Und ermutigt zu Vertrauen, Dankbarkeit und zum Leben im Jetzt.

geb., Leinen mit Banderole
 ISBN 978-3-7022-3184-2
48 Seiten, € 14,95



2. Auflage

4. Auflage

P. Robert Gamper
Ein gutes Wort
Gedanken für den Lebensabend

Als langjähriger Seelsorger und Prediger der bekannten Stifts-pfarre Gries in Bozen hat P. Robert Gamper den Gläubigen Mut zugesprochen und sie vor allem in schwierigen Situa-tionen begleitet. Seine Texte und Gebete finden großen Anklang und finden sich nun in diesem Buch.

zweifärbig, geb. mit Lesebändchen
ISBN 978-3-7022-3928-2
112 Seiten, € 14,95

Monika Nemetschek
Schattenseiten – und wo bleibt Gott?
In Krankheit und Leid nicht allein

Vielen Christen drängt sich die Frage auf: Wie lassen sich Leid und Krankheit akzeptieren, ohne an Gott irre zu werden? Die Autorin nimmt die Leser mit hinein in ihre tiefste Kraftquelle ...

Broschur
ISBN 978-3-7022-2707-4
160 Seiten, € 14,95

Monika Nemetschek
Selig die Trauernden, denn sie sollen getröstet werden
Trost und Ermutigung in der Zeit des Abschieds

Broschur
ISBN 978-3-7022-2056-3
152 Seiten, € 14,90

„Ein wertvoller Wegbegleiter“
Münchner Merkur



Elmar Simma
In den Nebel hinein
Worte der Hoffnung für trübe Tage

Zu unserem Leben gehören die sonnigen Zeiten, aber auch die nebelverhangenen Tage, die traurigen Abschnitte oder dunk-len Erlebnisse. Ermutigende Gedanken des bekannten Seelsorgers aus Vorarlberg, damit sich der Durchblick wieder einstellt.

zweifärbig, geb.
ISBN 978-3-7022-3718-9
176 Seiten, € 14,95



Andreas R. Batlogg
Durchkreuzt
Mein Leben mit der Diagnose Krebs

Der Jesuit und Publizist Andreas R. Batlogg muss mit der Diagnose Darmkrebs leben. Er beschreibt, wie sein Leben ins Wanken geriet, was ihm Trost schenkte, welche Gebete hilfreich waren und wie Freunde zu einer Stütze wurden.

2 sw. u. 2 farb. Abb., geb. m. SU u. Lesebändchen
ISBN 978-3-7022-3745-5
192 Seiten, € 19,95



2. Auflage

Meinhard Feichter
Ulrich Schaffer
Gezählte Tage sind kostbare Tage
Vom Umgang mit einer lebensbedrohenden Krankheit

Meinhard Feichter und Ulrich Schaffer zeigen einfühlsam, dass sich auch nach großen Schicksalsschlägen Wege finden lassen, um dem Leben seinen Sinn abzuringen.

23 sw. Abb., Flexcover
ISBN 978-3-7022-3682-3
160 Seiten, € 14,90





Petra Hillebrand
Hinter dem Horizont
 Kurzgeschichten und
 Impulstexte für Abschied,
 Tod und Trauer
 Die Geschichten, Gedichte und
 Zeichnungen dieses liebevoll
 gestalteten Buches atmen
 die Erfahrung der Autorin im
 Umgang mit Sterbenden und
 Trauernden.

24 farb. Illustrationen
 geb. mit Lesebändchen
 ISBN 978-3-7022-3832-2
104 Seiten, € 14,95



Petra Hillebrand
**Flieg, kleiner
 Schmetterling**
 Gedanken zur
 Trauer um ein Kind
 Mit diesen Trauergedichten
 findet die Autorin den richtigen
 Ton, um Eltern dabei zu helfen,
 ihrer Trauer über den Verlust
 eines Kindes Ausdruck zu
 verleihen ...

20 farb. Abb., geb.
 ISBN 978-3-7022-2992-4
44 Seiten, € 12,-

**Gabriele Danler
 Christian Sint**
**In der Liebe bleiben
 wir verbunden**
 Gedanken für
 den Weg der Trauer
 Wenn ein uns nahestehender
 Mensch stirbt, geraten wir ins
 Wanken. Dieses Geschenkbuch
 möchte mit einfühlsamen
 Texten und behutsamen
 Naturbildern der Trauer Raum
 geben.

durchgeh.farb. illustr., geb.
 ISBN 978-3-7022-3680-9
44 Seiten, € 12,-

„Die authentischen Erfahrungen
 der Autorin können allen
 Pflegenden helfen ...“
 Neue Caritas



Erscheint im November 2023

Brigitte Krautgartner
Hinter den Wolken ist es hell
 Von Krankheit und Abschied
 und dem Glück des Neubeginns
 Die Diagnose einer unheilbaren Krankheit des
 Partners, das schrittweise Abschiednehmen, den
 Tod und das Weitermachen: all das schildert die
 Autorin aus der Perspektive der Partnerin, der es
 wichtig war, von Anfang an gut für sich zu sorgen,
 um nicht in ein Burn-out zu geraten.

geb. mit Schutzumschlag
 ISBN 978-3-7022-3967-1
166 Seiten, € 19,95



Erich Lehner
Ohne dich
 Wenn Männer trauern
 Der Autor nimmt die männliche Lebenswelt in den
 Blick, um die Prozesse der männlichen Trauer zu
 sehen und ein vertieftes Verständnis für deren
 Vollzüge zu erlangen. Mit vielen Beispielen von
 Verlust Erfahrungen – z. B. Trauer um ein Kind,
 oder wie Trauern im Kontext der Arbeit stattfinden
 kann.

Broschur
 ISBN 978-3-7022-3965-7
ca. 160 Seiten, ca. € 18,-



„Ein renommiertes Fachbuch, ein Muss für alle Logotherapeuten und ebenso für all jene, die sich der Logotherapie verbunden fühlen.“

Bücherplaza.de



**Alexander Batthyány
Elisabeth Lukas
Logotherapie und
Existenzanalyse heute
Eine Standortbestimmung**

Die Autoren bringen die Logotherapie in einen offen Dialog und halten sie – ganz im Sinn ihres Gründers Viktor Frankl – lebendig und zukunftsfähig.

Broschur
ISBN 978-3-7022-3893-3
288 Seiten, € 24.95



**Magdalena M. Holztrattner
Einfach gut führen
Ein kompakter Leitfaden**

Die Autorin coacht seit vielen Jahren Führungskräfte und gibt in diesem Buch konkrete Anleitungen, um vor allem Frauen zu ermutigen, Führungspositionen zu bekleiden. Sie richtet sich dabei an die untere und mittlere Führungsebene, an Personen, die z. B. eine Pflegestation oder eine Supermarktfiliale leiten bzw. leiten wollen.

Klappenbroschur
ISBN 978-3-7022-4017-2
192 Seiten, € 19.95



„Ein feines Buch, das den richtigen Ton trifft und die Kunst der Freundschaft achtsam erläutert.“

Apropos, Salzburger Straßenzeitung

**Angelika Walser
In deiner Nähe geht es mir gut
Warum Freundschaften
lebensnotwendig sind**

Schon die antike Moralphilosophie wusste: Freundschaft ist einer der wichtigsten Glücksfaktoren im Leben. Doch was macht eine echte Freundschaft aus? Was unterscheidet sie von anderen Beziehungen? Ein Plädoyer für die Lebensnotwendigkeit von Freundschaft.

geb. mit Schutzumschlag
ISBN 978-3-7022-3585-7
128 Seiten, € 17.95



„Eine differenzierte und dennoch gut lesbare Tierethik, die vor allem auch im christlichen Kontext mehr nachgefragt und handlungsorientierend sein müsste.“

Stimmen der Zeit

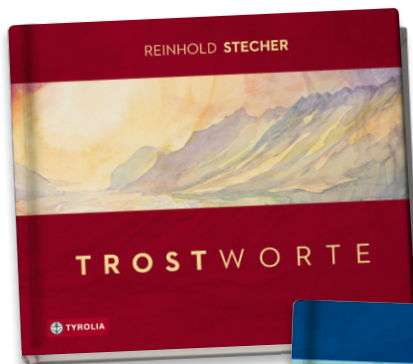


**Martin M. Lintner
Der Mensch und das liebe Vieh
Ethische Fragen im Umgang mit Tieren**

Der Umgang mit Tieren ist zutiefst ambivalent. Manche werden gehätschelt, andere unter tierquälerischen Bedingungen gehalten. Dieser Band zeigt auf, wie ein ethisch vertretbarer Lebens- und Konsumstil gestaltet werden kann.

Klappenbroschur
ISBN 978-3-7022-3634-2
296 Seiten, € 21.95





„Herzerwärmendes in knappen und doch eindringlich-bildhaften Worten“

www.glaubeaktuell.net

**Reinhold Stecher
Trostworte
Bilder und Gedanken
für die Zeit der Trauer**

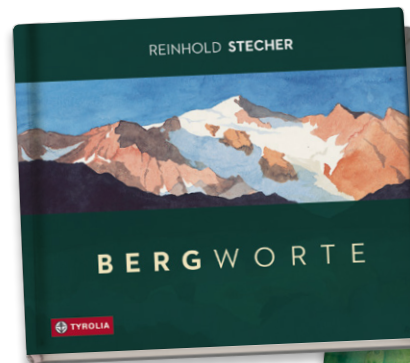
Das Spiel von Licht und Schatten in der Natur ist für Bischof Reinhold Stecher ein Bild der Hoffnung und der Zuversicht. Ein liebevolles Geschenkbuch, das Trost spendet und Mut macht.

14 farb. Abb., geb.
ISBN 978-3-7022-3830-8
44 Seiten, € 12.–

**Reinhold Stecher
Herzworte
Gedanken und Bilder**

Dieses Geschenkbuch lädt dazu ein, der Stimme des Herzens mehr Raum zu geben und beherzt zu handeln, wo Menschen in Not sind.

12 farb. Abb., geb.
ISBN 978-3-7022-3629-8
44 Seiten, € 12.–



**Reinhold Stecher
Bergworte
Bilder und Gedanken**

Dieses Geschenkbuch möchte den inneren Reichtum der Berge erschließen. Das Konzert der Gletscherbäche, die majestätischen Feldwende, der erste Morgenschimmer über einem Gletscherfeld, aber auch die Kameradschaft in einer Seilschaft sind Bilder und Symbole, die über das Bergerlebnis hinausweisen.

19 farb. Abb., geb.
ISBN 978-3-7022-3948-0
44 Seiten, € 12.–

**Reinhold Stecher
Kraftworte
Stärkende Bilder und Gedanken**

Der neue Band der Stecher-Worte will Kraft und Zuversicht schenken, aufrichten und den Blick „in den aufsteigenden Feuerball“ lenken, auf die „Sonne der Barmherzigkeit, der Güte, der Liebe, der Freude und der Geborgenheit in Gott“.

20 farb. Abb., gebunden
ISBN 978-3-7022-4066-0
44 Seiten, € 12.–

Alle Bücher und Glückwunschkarten von Reinhold Stecher finden Sie in einem eigenen Katalog.



Helmut Wittmann (Hg.)
Das große österreichische Sagenbuch

Für den Abschluss der beliebten Sagenreihe hat Fachmann Helmut Wittmann die faszinierendsten und spannendsten Sagen Österreichs in einem prachtvollen Band gesammelt – liebevoll nacherzählt von den jeweils besten Sagenkennern der Region.

67 farb. Illustrationen, geb.
 ISBN 978-3-7022-4082-0
328 Seiten, € 29.–

Helmut Wittmann / Anna Vidyaykina
Von Drachefrau und Zauberbaum

Das große Buch der österreichischen Märchen
 Der international erfolgreiche Märchen-erzähler Helmut Wittmann hat für diesen Band die schönsten Märchen aus dem Raum des historischen Österreich zusammengetragen. Über 50 liebevoll und spannend erzählte Überlieferungen aus allen Bundesländern sind darin zu finden.

91 farb. Abb., geb. mit Lesebändchen
 ISBN 978-3-7022-3868-1
344 Seiten, € 29.95

„Helmut Wittmann verwöhnt sein Publikum mit einer gelungenen Sammlung, die dank der Illustratorin Anna Vidyaykina optimal gebildet ist.“
 Kinderbuch-Couch



Helmut, Ursula und Heidemarie Wittmann / Agnes Ofner
Das Geschenk der zwölf Monate
 Märchen, Bräuche und Rezepte im Jahreskreis

Altes Wissen, kreative Ideen, köstliche Rezepte und stimmungsvolle Märchen verbindet dieses Hausbuch für die ganze Familie in sich auf moderne, ansprechende Weise.

90 farb. Illustrationen, 77 farb. Fotografien
 geb. mit Lesebändchen
 ISBN 978-3-7022-3618-2
256 Seiten, € 29.95

„Das Buch ist eine wunderbare Möglichkeit, meine persönlichen ‚Geistlichen Übungen‘ als Garten-Exerzitien zu gestalten.“
 Stefan Federbusch, Der Franziskaner



Elisabeth Rathgeb
Kopfsalat mit Herz
 Eine spirituelle Entdeckungsreise durch den Garten

Die begeisterte Hobbygärtnerin und Theologin Elisabeth Rathgeb spürt im Kreislauf der Jahreszeiten den Rhythmus des Lebens: säen, keimen, wachsen, reifen, ernten, sterben, ruhen. Sie zeigt anhand von 22 Pflanzen, dass „Gott in allen Dingen zu finden ist“, wie schon der heilige Ignatius von Loyola überzeugt war.

22 farb. Abb., geb.
 ISBN 978-3-7022-3925-1
112 Seiten, € 18.–



NEU



3. Auflage

Brigitte Pregonzer
Hildegard von Bingen
– das große Kinder-Gesundheitsbuch
Stärkende Lebensregeln – gesunde Ernährung – bewährte Naturheilmittel
Der erste Ratgeber zu Anwendung der Hildegardlehre bei Kindern – verfasst von einer der führenden Hildegard-Expertinnen.

15 farb. Abb., 60 farb. Grafiken
Klappenbroschur
ISBN 978-3-7022-4141-4
256 Seiten, € 25.–

Brigitte Pregonzer
Achte auf die Lebensfreude
Für mehr Leichtigkeit mit Hildegard von Bingen
Mit Zeichnungen von *Sophia Pregonzer*
Dieses Büchlein macht neugierig auf die großen und kleinen Wunder, die das Leben für uns bereithält.

30 farb. Abb., geb.
ISBN 978-3-7022-3628
64 Seiten, € 9.95

Brigitte Pregonzer
Achte auf deine Seele
Im Alltag kurz innehalten mit Hildegard von Bingen
Mit Zeichnungen von *Sophia Pregonzer*
30 Sprüche der großen mittelalterlichen Heiligen, illustriert mit fröhlichen Bildern und kommentiert mit einfühlsamen Fragen, bringen die Botschaft Hildegards ins Heute.

30 farb. Abb., gebunden
ISBN 978-3-7022-3331-0
64 Seiten, € 9.95

Dein Abenteuer beginnt jetzt



EXKLUSIV
GRATIS
LESEPROBE

- kostenloses Probelesen
- keine Portokosten
- Lieferung bequem nach Hause

der pilger

MAGAZIN FÜR DIE REISE DURCHS LEBEN

www.der-pilger.de/leseprobe





Zum 25. Todestag
von Viktor E. Frankl!



Viktor E. Frankl **Kraft aus der Tiefe**

Mit Sinnimpulsen von Inge Patsch

Viktor E. Frankl hinterließ mit seiner Lehre ein großes Erbe, das auf ungebrochenes Interesse stößt. Zum 25. Todestag des großen „Sinnstifters“ hat Inge Patsch Auszüge aus seinen Werken ausgewählt und dazu 25 Sinnimpulse verfasst. Kurze, persönlich gehaltene Texte zeigen, wie alltagstauglich Frankls Sinnlehre besonders in unserer Zeit ist.

zweifärbig, geb.

ISBN 978-3-7022-4062-2

112 Seiten, € 17.-

Viktor E. Frankl **Bergerlebnis und Sinnerfahrung** Mit Bildern von Christian Handl

Viktor E. Frankl beschreibt das Erlebnis des Bergsteigens als eine beglückende Erfahrung von Sinn und Erfüllung. Der unverzichtbare Klassiker der Bergliteratur als erlesener Geschenkband.

24 farb. Abb., geb.

ISBN 978-3-7022-3297-9

40 Seiten, € 14.95

Erhältlich in jeder Buchhandlung oder bei:

1100218, Preisstand 08/2023

TYROLIA VERLAG, Exlgasse 20, A-6020 Innsbruck
Tel. +43 (0)512 / 2233-2231, Fax DW -2119, E-Mail: auslieferung@tyrolia.at
www.tyrolia-verlag.at | [f](https://www.facebook.com/tyrolia)/tyroliaverlagreligion