



# OFFENSIVE

SONNTAGSBLATT  
FÜR STEIERMARK

Katholische Aktion  
Steiermark



Foto: Sonntagsblatt/Neuhof

Oft reicht ein neuer Blickwinkel oder eine färbige Beleuchtung, um Gewohntes anders wahrzunehmen, wie hier – und in der Blattmitte – die Grazer Stadtpfarrkirche. Neu hinschauen, innehalten, Kraft tanken für Veränderungen: Die Katholische Aktion liefert dazu sommerliche Impulse. Seiten 4/5



Gesellschafts  
politischer  
DIALOG 

 Umfassender  
Schutz des Lebens  
aktion leben



FORUM  
GLAUBE  
WISSENSCHAFT  
KUNST  
Katholische Aktion Steiermark

 FAMILIENREFERAT  
KATHOLISCHE KIRCHE STEIERMARK



**DSG**  
WWW.DSG.AT

**PROJEKT**  
Alleinerziehende



 Institut für Familienberatung  
und Psychotherapie

KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK



**KAB**  
Katholische Arbeitnehmerinnen  
Bewegung Steiermark

 KATHOLISCHE LEHRER/INNEN- u.  
ERZIEHER/INNEN GEMEINSCHAFT

# Ein Bekenntnis zum Leben

## 50 Jahre im Dienst für Jung und Alt

Der Arbeitskreis Umfassender Schutz des Lebens – aktion leben steiermark (AK USL) feiert heuer sein 50-jähriges Bestehen. Er wurde im November 1974 auf Initiative von Bischof Weber vom Diözesanrat der Diözese Graz-Seckau mitten in der Fristenlösungsdebatte gegründet. Seither widmet sich der Arbeitskreis, dem Ehrenamtliche und Fachleute aus verschiedenen Einrichtungen angehören, dem Schutz und der Förderung des Lebens von seinem Beginn bis zum natürlichen Tod. Die jährlichen Schwerpunkte sind im Frühjahr der Tag des Lebens mit Initiativen rund um den Beginn des Lebens und im Herbst die Tagungsreihe „Hochaltrigsein als Herausforderung“, bei der Aspekte dieser Lebensphase von Fachleuten und Betroffenen diskutiert werden.

Nicht nur in der Steiermark hat der Lebensschutz eine lange Tradition; die aktion leben österreich (alö) feiert heuer ihr bereits 70-jähriges Jubiläum – sie ist aus der 1954 gegründeten Aktion „Rettet das Leben“ hervorgegangen. Der AK USL kooperiert in gesellschaftspolitischen (Bildungs-)Fragen mit der alö, wie er auch eng mit dem Beratungszentrum für Schwangere der steirischen Caritas zusammenarbeitet. Er bietet Stillberatung an und mithilfe vieler Spenden auch Unterstützung aus dem Paten-

schaftsfonds für Frauen und Familien in Not. Neben Beratung und Vermittlung von Hilfen rücken durch neue technische Möglichkeiten bioethische Themen wie Reproduktionsmedizin, Social Egg Freezing, gendiagnostische Verfahren und Sterbehilfe in den Vordergrund. Der Wandel in den Einstellungen zu diesen gesellschaftspolitisch relevanten Themen spiegelt sich in tiefgreifenden Veränderungen in rechtlichen und sozialen Normen wider. Die gegenwärtige Gesellschaft ist durch ein wachsendes Bewusstsein für individuelle Rechte und Bedürfnisse geprägt. Diese Entwicklungen erfordern einen steten Dialog und das Ausbalancieren von moralischen Überzeugungen, rechtlichen Rahmenbedingungen und sozialen Realitäten. Manche Fragen haben sich in den letzten 50 Jahren durch medizinischen Fortschritt und gesellschaftlichen Wandel verändert, aber die Grundfrage nach dem Wert und der Würde jedes einzelnen Lebens ist dieselbe geblieben: Der Einsatz für den Lebensschutz ist heute so wichtig und notwendig wie damals.

*Manuela Ascher,  
Referentin des Arbeitskreises Umfassender  
Schutz des Lebens – aktion leben steiermark*

Foto: Pixabay/Cerid Altmann



## Beratung für alle

Das ist eine große Ehre: Dem Institut für Familienberatung und Psychotherapie in der Diözese Graz-Seckau wurde von der Regenbogenpastoral Österreich das Prädikat „akzeptierend und offen“ verliehen – mit der Begründung, dass das IFP ganz bewusst auch queeren Personen signalisiert, dass sie mit ihren familiären und partnerschaftlichen Themen selbstverständlich willkommen sind. Das Thema Regenbogenfamilien muss sensibel und kompetent in einer Familienberatungsstelle Platz finden, denn Trennungen und Partnerschaftskonflikte sind für queere Personen nicht anders oder weniger belastend – und auch dafür braucht es Unterstützung.

Ganz im Sinne des diözesanen Zukunftsbildes „Wir gehen vom Leben der Menschen aus“ hat sich das IFP an jedem seiner neun Standorte mit dieser gesellschaftlichen Herausforderung und Verantwortung beschäftigt. Basis für akzeptierende und offene Beratung und Begleitung ist die Überzeugung, dass alle Menschen in ihrer Einzigartigkeit Abbild Gottes sind. Davon ausgehend leitet das IFP für seine Arbeit eine Selbstverpflichtung ab, die die Akzeptanz der Verschiedenheit von Lebens- und Liebensformen widerspiegelt und zeigt, dass alle Hilfesuchenden, egal welcher sexueller Orientierung und Geschlechtsidentität, sowie ihre Familien selbstverständlich einen Platz in den Familienberatungsstellen haben.



Foto: Pixabay/Glady

# Transformation

## Überlegungen über Können und Wollen

Unter einer Transformation wird ein grundlegender Wandel verstanden. In gesellschaftlicher Perspektive werden mit dem Begriff sprunghafte Veränderungen in der politischen, wirtschaftlichen oder technologischen Entwicklung beschrieben. Auslöser einer Transformation können neue technisch-wirtschaftliche Möglichkeiten als auch deutlich veränderte gesellschaftliche Bedürfnisse sein.“ So erklärt das Deutsche Institut für Urbanistik den Begriff „Transformation“. Solch sprunghafte Veränderungen erfahren wir in unserem Leben des Öfteren. Der Schuleintritt, das Erwachsenwerden, der Beginn des Berufslebens, aber auch schmerzhafteste Prozesse wie Arbeitslosigkeit, Tod eines lieben Menschen oder auch – die Pension.

Letztere steht vor meiner Tür, keine drei Monate mehr, dann bin ich Pensionist. Die Transformation, also die sprunghafte Veränderung, bleibt mir hoffentlich erspart. Denn die Altersteilzeit ließ mich schon auf das Rentnerdasein vorbereiten. So habe ich bereits seit mehreren Jahren meine sportlichen Aktivitäten ausgeweitet (für den Körper), habe begonnen, Italienisch

zu lernen (für den Geist) – und habe mit dem berühmt-berüchtigten „freiwilligen Zwang“ auch meine ehrenamtlichen Tätigkeiten ausgeweitet (für die Gesellschaft), nach dem Motto, das ich einst für ein glückliches Altern gelesen habe: die 3 L – Laufen, Lernen, Lieben.

Doch seit ruchbar geworden ist, dass ich bald in Pension gehe, sind auch die Anfragen nach weiteren ehrenamtlichen Tätigkeiten sprunghaft angestiegen. Nicht nur, aber vor allem – wen wundert's? – aus Pfarre und Kirche.

„Dann kannst du ja ...“, begann so mancher Satz. Allzu gerne würde ich antworten mit „Ich kann zwar, aber du kannst mich mal ...“, und, o Wunder!, tatsächlich habe ich auch schon das eine oder andere Mal nein gesagt. Aber wer wie ich seit mehr als 50 Jahren ungezählte Ehrenämter und Aufgaben in Pfarre und Kirche übernommen hat, kommt davon nicht so einfach los (da müsste die Enttäuschung schon sehr groß und sehr tiefgehend sein). Und gerade als kritischer und manchmal auch zorniger Katholik fühle ich mich verpflichtet, in dieser Kirche weiter mitzuarbeiten, als jemand, dem

diese Kirche nicht egal ist und der möchte, dass ebendiese Kirche einen wesentlichen Baustein des gesellschaftlichen Lebens darstellt.

„Jede Transformation ist ein längerfristiger Lern- und Suchprozess, der mit vielen Unsicherheiten verbunden ist. Er kommt erst dann zum Abschluss, wenn sich neue Systemstrukturen dauerhaft etabliert und stabilisiert haben“, heißt es weiter in der Begriffserklärung des Deutschen Instituts für Urbanistik.

Genau das ist auch die Aufgabe der Katholischen Aktion (KA). Mit ihren Teilorganisationen und deren Tätigkeiten erreicht sie nicht nur Zigtausende Menschen, sie will auch Mahnerin und Mitgestalterin des öffentlichen Lebens sein. Als ehrenamtlich Tätige in der KA können wir an einer Transformation in Kirche und Staat mitarbeiten – auch wenn die Veränderungen zum Wohl der Gesellschaft nicht sprunghaft kommen.

*Ulf Tomaschek,  
Vizepräsident der Katholischen Aktion Steiermark*



Foto: Pixabay/Kathleen Bergmann

## Die Welt besser gestalten

Die Inszenierung apokalyptischer Geschichten zieht Menschen seit jeher in ihren Bann: Der Weltuntergang steht bevor, Rettung naht in letzter Sekunde. Ende gut.

Biblische Apokalypsen sind jedoch im Ursprung keine Weltuntergangsbewörungen. Sie beinhalten vielmehr die Idee, dass die bestehende Weltordnung zusammenbrechen wird, um Raum für eine neue, gerechtere und harmonischere Welt zu schaffen. In diesem Sinne stellt die Apokalypse eine Form der Transformation und eine Wende dar. Die Menschen stehen zwar vor großen Herausforderungen, bekommen aber die Möglichkeit, Neues zu entwickeln und eine bessere Welt mitzugestalten.

Vieles ist gut in unserer Welt, multiple Krisen schreien jedoch nach Veränderung. Eine bloße Optimierung vorhandener Konzepte würde jedenfalls zu kurz greifen. Ehrliche Neugestaltung braucht Offenheit, Mut, Durchhaltevermögen und Vertrauen. Die ökosoziale Transformation umfasst einen nachhaltigen Wandel, der sowohl ökologische als auch soziale Aspekte berücksichtigt, der das Wohlergehen aller Menschen und der gesamten Schöpfung im Fokus hat. Im Zusammenspiel aller Akteure, von Individuen über Gemeinschaften und politisch Verantwortlichen bis zu Unternehmen, hat eine ökosoziale Wirtschafts- und Handlungsweise das Potential, Gegenwart und Zukunft gut zu gestalten.

*Eva Heidlmair, Leiterin des Arbeitskreises Nachhaltigkeit*



# Orientierung für die

## Wie kann sich die Gesellschaft zum Besseren verändern?

In den heißen Junitagen des Jahres 2024 schien es fast – wieder einmal – die österreichische Bundesregierung zu sprengen. Ausgangspunkt war das EU-Renaturierungsgesetz und das Abstimmungsverhalten der Umweltministerin. Keine Sorge: Ich bin der Meinung, dass es für so heikle rechtliche Fragen ausreichend Fachleute und auch unabhängige Gerichte gibt, die beurteilen können, was auch in diesem Fall Recht und Unrecht ist, also werde ich dazu nicht Stellung nehmen, sondern diese Klärung abwarten. Weil aber zeitgleich im Juni 2024 vom Arbeitskreis Nachhaltigkeit der Katholischen Aktion Steiermark die „Umweltpreise“ unserer Diözese verliehen wurden, springt mich eine Formulierung geradezu an: Nicht der politische Streit ist unsere Sache, sondern das aktive Tun, das Handeln! Wie schön, dass wir Katholische „Aktion“ heißen!

Zur aktuellen Lage der Gesellschaft in Europa erschien in einem Printmedium vor Kurzem

eine Artikelserie des Grazer Soziologen Manfred Prisching. Ich fand seine Bilder, die wie ein Rundgang durch eine Galerie gestaltet waren, ganz ausgezeichnet. Doch weil mir zwei Bilder bei seiner Beschreibung zwischen dem „schönen“ und dem „vereinigten“ Europa schmerzlich fehlten, möchte ich diese hier ergänzen.

### Bilder Europas

Erstens: das „christliche“ Europa! Schon der Versuch, unser Land ohne Kirchen und Klöster darstellen zu wollen, ist zum Scheitern verurteilt. Von der Wirkung des Christentums im kulturellen und geistigen Leben dieses Kontinents ganz zu schweigen. Und wie sollte man Bach, aber auch Händel, Haydn, Mozart, Schubert ... und ihre Musik ohne ihre großen geistlichen Werke erklären? Und dabei habe ich die Bedeutung des Christentums für Schulen und Krankenhäuser, also Bildung und Pflege, noch gar nicht angesprochen. Europa ist ganz eindeutig christlich geprägt.

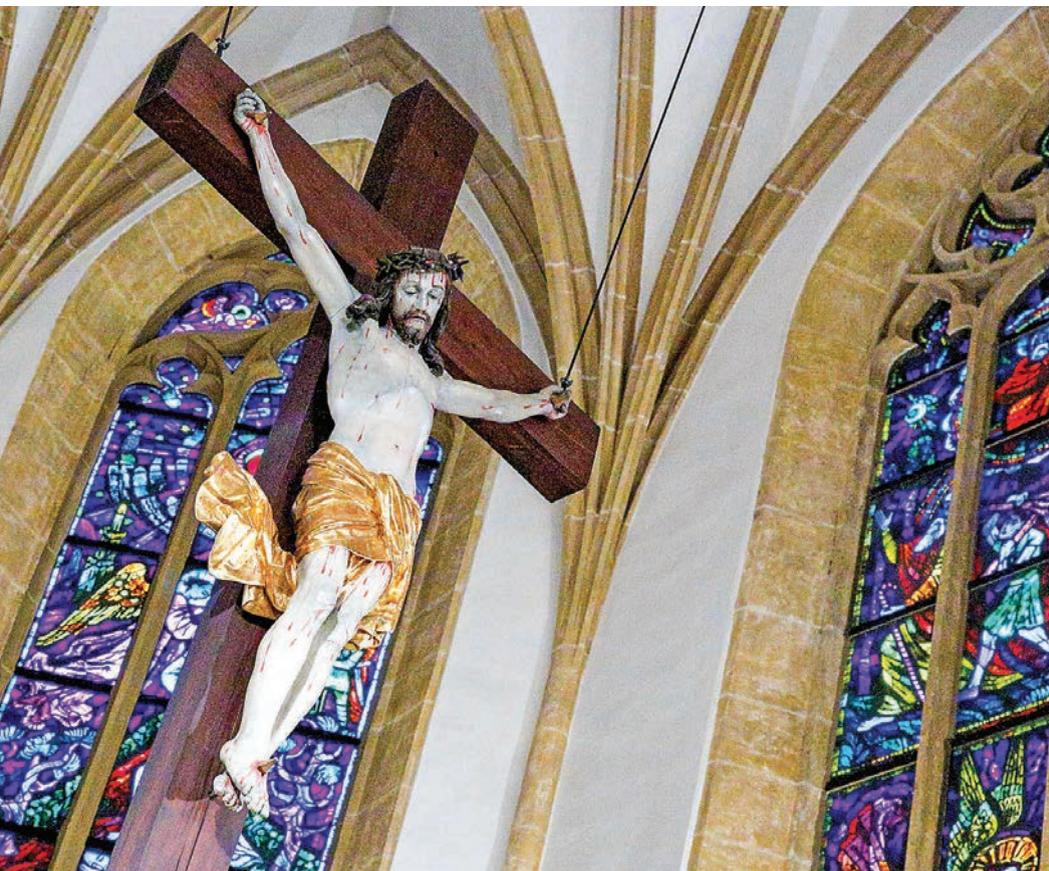


Foto: Sonntagsblatt/Gerd Neuhold

Sujet Folder KAÖ



## In der Spur Jesu

Zum 75. Geburtstag im Mai 2024 machte sich die Katholische Aktion Österreich (KAÖ) selbst ein besonderes Geschenk: ein Zukunftsmanifest mit dem Titel „... in der Spur Jesu“. „Seit 75 Jahren leben in der Katholischen Aktion Kinder, Jugendliche, Frauen und Männer ihre christliche Berufung“, heißt es dort; mit dieser reichen Erfahrung bricht die KA in die Zukunft auf und lädt dazu ein, „ein Beziehungs- und Gemeinschaftsgefüge im Geist des Evangeliums auf- und weiterzubauen und die Idee des guten Lebens für alle in Gesellschaft, Politik und Kirche wachzuhalten“.

Die von multiplen Krisen geprägte Gegenwart berge für Kirche und Gesellschaft neue Herausforderungen, so die KAÖ, die konkret die steigende Frauen- und Kinderarmut, strukturelle Benachteiligung von Frauen und Missbrauch in unterschiedlichen Formen benennt. Hier brauche es dringend ein Umdenken und konkrete Maßnahmen.

Die Katholische Aktion werde weiterhin mit Menschen Gemeinschaften bilden, ihre Stimme erheben und kirchliche Präsenz in der Gesellschaft zeigen. Als Teil einer Kirche, die in aller Vielfalt eine prägende und hilfreiche Erfahrung für die Menschen ist, macht sich die KAÖ „auf den Erneuerungsweg“ – in der Spur Jesu.

[www.kaoe.at/75jahre](http://www.kaoe.at/75jahre)

# Zukunft

Zweitens: das „soziale“ Europa! Vor der letzten EU-Wahl wurden drei Zahlen als Einordnungshilfe genannt, die mit leichten Verschiebungen wohl noch immer gelten: Weniger als 7% der Weltbevölkerung leben in Europa, aber es wird hier fast 25% des weltweiten BIP erwirtschaftet und 50% der Sozialleistungen ausbezahlt. Mit diesen Zahlen wird verständlich, dass die soziale Marktwirtschaft, die wir als KA Steiermark gerne unserem Pionier Josef Riegler folgend zur „Ökosozialen Marktwirtschaft“ ausbauen wollen, ein Markenzeichen unseres Kontinents ist.

### Zupacken, nicht nur reden

Vor diesem Hintergrund kann man auch den Solidarność-Gewerkschafter verstehen, der nach dem EU-Beitritt Polens im Jahr 2004 meinte, sie hätten den „Kolumbus-Fehler“ gemacht. Meine Rückfrage, was damit gemeint sei, beantwortete er so: „Kolumbus wollte den Seeweg nach Indien finden und ist in Amerika gelandet. Wir wollten nach Europa und sind auch in Amerika gelandet.“

Damit unsere Gesellschaft nicht völlig orientierungslos dahintaumelt, wie dies Paul Michael Zulehner nennt, können wir anpacken. Wer jemals auf einer Baustelle Zement, Sand und Wasser gemischt hat, wird nachvollziehen können, was es heißt, am Abend rechtschaffen müde zu sein. So geht es uns als Katholischer Aktion auch bei manchen Projekten und Aktionen. Aber genau dann, wenn wir zupacken – und nicht nur über das Zupacken reden –, gewinnen wir an Glaubwürdigkeit und können unsere Gesellschaft ein Stück besser machen. Und weil Arbeit auch Erholung braucht, schließe ich mit dem Wunsch für einen erholsamen Sommer!

*Andreas Gjecaj,  
Präsident der Katholischen Aktion Steiermark*



Foto: Johannes Hollwöger

## Transformation von Körper und Geist

Gerade in einer so hektischen Welt, wie wir sie heutzutage erleben, ist die Sehnsucht nach Einklang zwischen Körper und Geist groß. Zwischen Smartphone, Tablet und Computer erlebt unser Gehirn eine ständige Reizüberflutung, deren viele Eindrücke es kaum aufnehmen und verarbeiten kann. Gleichzeitig wird der Körper jedoch kaum ausgelastet und gefordert.

Physisch verändert sich durch den Sport neben der Ausdauer auch die Muskelkraft und Dynamik, doch ein Großteil der Transformation spielt sich in der Psyche ab: Der Sport setzt bei uns Menschen Endorphine frei, die stimmungsaufhellend wirken und den Stressabbau unterstützen. Regelmäßiges Training verwandelt Körper und Geist. Ein Resultat ist etwa ein gesteigertes Wohlbefinden, oft auch mehr Selbstbewusstsein, Ausgeglichenheit, Entspannung und Resilienz.

Jedoch erfordert der Sport Disziplin, welche vor allem zu Beginn der eigenen Trainingsreise hart zu erarbeiten ist. Der Schlüssel zur Veränderung des bisherigen Verhaltens liegt in der Balance: eine wohl dosierte Mischung aus verschiedenen Bewegungsarten, ausgewogener Ernährung, aber auch genügend Erholungsphasen. Der Sport wird somit zu einem Werkzeug, das uns Menschen wieder in Einklang mit uns selbst bringen kann.

*Sofie Königshofer,  
Mitarbeiterin im Büro der  
Diözessportgemeinschaft*



Foto: iStock/Oleh\_Slobodeniuk

# Was verändert Arbeit?

Viele Faktoren prägen unseren Alltag

**T**ransformation beschreibt ganz allgemein einen sozioökonomischen, politischen und soziokulturellen Wandel. Wie kann sich dies auf die Arbeitswelt auswirken, wie sollen Arbeit und Erholung gestaltet sein, damit diese Transformation positiv erfahrbar ist und ein gutes Leben für alle ermöglicht?

Arbeiten, sich betätigen, gehört zum Menschsein dazu, soll im Idealfall Sinn stiften und erfüllend sein. Erwerbsarbeit soll so bezahlt werden, dass ein gutes Leben gestaltbar ist, dass neben der Befriedigung der Grundbedürfnisse Teilhabe an Bildung und Kultur möglich ist. Die Lohnschere soll nur so weit auseinandergehen, dass beide Enden nachvollziehbar sind; konkret müsste der Niedriglohnsektor deutlich erhöht werden, denn dort passiert wertvolle und unverzichtbare Arbeit für unsere Gesellschaft. Ein gutes Leben für alle kann auch bedeuten, durch ein bedingungsloses Grundeinkommen jede Art von Arbeit zu würdigen und als gleichwertig zu sehen.

Neben der Erwerbsarbeit wird viel an unbezahlter Arbeit geleistet, sei es im Familienverband oder im Ehrenamt. Wie unverzichtbar das Ehrenamt für unsere Gesellschaft ist, haben erst kürzlich wieder die Aufräumarbeiten nach den letzten Unwettern in der Steiermark gezeigt.

Der Klimawandel wird sich noch vielfach auf Arbeit auswirken. Neben neuen Tätigkeitsfeldern für Klimaschutz und Nachhaltigkeit werden sich Arbeitszeiten ändern – Stichwort längere Mittagspausen in der heißen Jahreszeit.

Untrennbar mit Arbeit verbunden ist Erholung, sich ausrasten und die Seele baumeln lassen. Work-Life-Balance bedeutet, die Bereiche Arbeit und Freizeit zwar zu trennen, aber in einer Waage zu halten. Mit diesem Ziel entwickeln sich innovative Arbeitsmodelle, etwa eine neue Form namens Workation. Hier soll (online) an einem Urlaubsort gearbeitet werden; aufs Meer zu schauen und an einem Projekt zu tüfteln, soll Urlaubsstimmung beim Arbeiten mitliefern. Diese Möglichkeit, ähnlich dem Homeoffice, steht nur einem geringen Teil von Erwerbstätigen offen, ein Großteil der Arbeit wird weiterhin im Krankenhaus, in der Fabrik, in der Schule und der Familie verrichtet, darum gilt es, vermehrtes Augenmerk auf die Gestaltung und Bedingungen dieser Arbeitsorte zu legen.

*Anneliese Pieber, design. Vorsitzende der  
Katholischen Arbeitnehmer:innenbewegung*

# Bildung muss allen offenstehen

Gespräch mit Martina Platter,  
Geschäftsführerin des  
Katholischen Bildungswerks (KBW)



Foto: Steiermarkhof

**Was ist die „Steirische Erklärung der Erwachsenenbildung“ und welchen konkreten Einfluss wird die Erklärung auf die katholische Erwachsenenbildung haben?**

Die Erklärung ist ein strategischer Meilenstein für die Erwachsenenbildung: Es geht um einen leistbaren, niederschweligen und zeitgemäßen Zugang zu Angeboten für lebensbegleitendes Lernen. Die eingerichtete Projektgruppe garantiert zudem, dass die Forderungen nicht in der Schublade verschwinden, sondern dass konkret an deren Umsetzung gearbeitet wird.

**Wie waren kirchliche Bildungseinrichtungen an der Erstellung der Erklärung beteiligt?**

Das Bildungsnetzwerk Steiermark hat im Auftrag des Bildungslandesrates an dieser Erklärung ein Jahr lang intensiv gearbeitet; als Vorstandsmitglied war ich in alle Prozesse eingebunden. Das KBW und das Bildungsforum Mariatrost haben sich in sämtlichen Punkten inhaltlich eingebracht und an manchen stärker mitgearbeitet. Weitere kirchliche Einrichtungen, wie die Katholische Frauenbewegung, das Familienrefe-

rat und das Haus der Frauen, haben ebenfalls an unterschiedlichen Veranstaltungen teilgenommen und mitdiskutiert.

**Welchen Stellenwert hat das Thema Erwachsenenbildung grundsätzlich in der Steiermark?**

Erwachsenenbildung unterstützt Menschen nach der formalen Schulbildung und bedient damit eine lange Zeitspanne im Bildungswesen. Die aktuell zu bewältigenden Herausforderungen in einer komplexen und sich rasch ändernden Welt sind groß. Umso mehr ist Bildung wichtig für die Menschen, um Orientierung und Informationen zu geben. Allgemeine Erwachsenenbildung steht aber im Bewusstsein vieler hinter der beruflichen Erwachsenenbildung zurück. Hier kann diese Erklärung helfen, die Berücksichtigung in allen Bildungsfragen zu erreichen.

**Was ist das Besondere an der Katholischen Erwachsenenbildung?**

Sie ist ein wesentlicher Auftrag der Kirche und damit eine wichtige Schnittstelle zwischen Kirche und Gesellschaft. Sie umfasst alle

Lebensbereiche, ermöglicht Information, Austausch und Begegnung. Sie eröffnet neue Denk-, Handlungs- und Möglichkeitsräume und hat eine wichtige Brückenfunktion zur Gesellschaft. Menschen werden z. B. ermutigt, an Eltern-Kind-Gruppen teilzunehmen oder sich auf anderem Wege in Pfarre und Gemeinde zu engagieren.

Katholische Erwachsenenbildung bietet ein Fenster zu einer lebenswerten Welt. Sie unterstützt die Menschen dabei, Werte einzuüben und zu vertiefen. Und zugleich stößt sie ein Fenster zur Kirche auf: Sie gibt Einblick in die Tradition der Kirche und ihre aktuelle, bunte kirchliche Arbeit. Sie ermöglicht Glaubenswissen, spirituelle Erfahrungen und lebendigen Austausch.

Julia Rust,  
Fachreferentin im Katholischen Bildungswerk



Foto: Sonntagsblatt/Gerd Neuhold

## Liebe Leserinnen! Liebe Leser!

„Wenn wir wollen, dass alles so bleibt, wie es ist, dann ist es nötig, dass sich alles verändert.“ Diesen Satz legt Guiseppe Tomasi di Lampedusa dem Titelhelden in seinem Buch „Der Leopard“ (1958) in den Mund, der voller Sorge beobachtet, dass sich seine kleine familiäre Welt ebenso wandelt wie die italienische Gesellschaft. Veränderung, damit alles so bleibt: Das ist eine schwierige Übung, für die kreative Ideen ebenso notwendig sind wie umsichtiges Aufgeben manch gewohnter Dinge.

Dieses Austarieren ist Teil der alltäglichen Arbeit in der Katholischen Aktion. Um zu guten und tragfähigen Entscheidungen zu kommen, behelfen wir uns – und das ist für kirchliche Einrichtungen in dieser Form immer noch eine Ausnahme – mit Werkzeugen des Qualitätsmanagements. Ohne das persönliche Engagement unserer vielen ehrenamtlich und hauptamtlich Engagierten wäre jedoch jedes noch so gute fachliche Hilfsmittel wirkungslos. Und damit KA-Arbeit für Kirche und Gesellschaft auch im neuen Arbeitsjahr gut und treffsicher geleistet werden kann, braucht es gelegentlich eine Auszeit, wie es unser Geistlicher Assistent auf dieser Seite beschreibt. In diesem Sinne wünschen wir einen schönen und erholsamen Sommer!

Ihre

*Anna Hollwöger*

**Anna Hollwöger, KA-Generalsekretärin**

### Info & Kontakt:

Bischofplatz 4, 8010 Graz, Tel. [0 31 6] 80 41-126

E-Mail: [ka@graz-seckau.at](mailto:ka@graz-seckau.at)

[www.katholische-kirche-steiermark.at/ka](http://www.katholische-kirche-steiermark.at/ka)

**Impressum:** Herausgeberin: Katholische Aktion der Diözese Graz-Seckau, Bischofplatz 4, 8010 Graz.

Redaktion: Susanne Gappmaier,  
Anna Hollwöger.

In Kooperation mit dem Sonntagsblatt für Steiermark.



# Aus-Zeit

## Atemholen und Neubeginn



Foto: Michael Schaller

Gelegentlich braucht es bewusste Veränderung, so sehen in manchen Sportarten die Regeln eine sogenannte Auszeit vor: Wenn ein Trainer entdeckt, dass sich in das Spiel seiner Mannschaft Fehler einschleichen; wenn er sieht, dass seine Spielerinnen und Spieler die Übersicht verlieren und kein überzeugendes Spiel mehr zusammenbringen; wenn er den Eindruck gewinnt, dass die innere Einstellung seines Teams nicht mehr stimmt; wenn er spürt, dass das Spiel kraftlos wird und einzelne Akteure ausgepumpt sind – dann nimmt er für sich und seine Mannschaft die Auszeit. Das Spiel wird unterbrochen, und er hat die Möglichkeit, auf bestimmte Fehler aufmerksam zu machen, die vereinbarte Taktik noch einmal ins Gedächtnis zu rufen, gegebenenfalls den Spielaufbau zu ändern und Aufgaben neu zu verteilen, sein Team wieder zu motivieren.

Auszeit, heilsame Unterbrechung, Chancen zu neuer Konzentration und Motivation – das wollen wir in der Katholischen Aktion immer wieder anbieten und durchführen:

- Zeit zum Atemholen für alle, die leer und ausgebrannt durchs Leben hetzen und wieder auftanken müssen

- Denkpause für alle, die ihre innere Einstellung prüfen wollen, die neu nach ihrer Mitte suchen und auf ihrem Glaubensweg einen Schritt vorwärtskommen möchten
- Einschnitt für alle, die in Alltagstrott, Routine und Verbissenheit geraten sind und deren Lebensfreude auf der Strecke geblieben ist
- Neuanfang für alle, die Fehler und Nachlässigkeiten korrigieren und sich von unnötig mitgeschlepptem Ballast befreien möchten

Ich brauche diese Auszeit, damit es mir nicht geht wie dem erschöpften Holzarbeiter, der Zeit und Kraft verschwendete, weil er mit einer stumpfen Axt auf den Baumstamm einschlug, und der – darauf aufmerksam gemacht – entgegenete, er habe keine Zeit, um die Schneide zu schärfen. Ich brauche diese Auszeit, um meine oft überreizten und deshalb abgestumpften Sinne wieder zu schärfen und zu öffnen für die leisen Töne und die unscheinbaren Dinge, die mich zum Staunen bringen und zu einem wacheren und einfacheren Leben hinführen. Ich brauche diese Auszeit.

*Hans Feischl, Geistlicher Assistent  
der Katholischen Aktion Steiermark*