

## Fasten - Impuls „Halt amol“ Jeweils mitten unter der Woche von Aschermittwoch bis Ostern



Katholische  
Jugend  
und Jungschar

Unterer Kirchweg 2 | 6850 Dornbirn  
brigitte.dorner@kath-kirche-vorarlberg.at  
www.kathfish.at

### Über das Maß aller Dinge

ausgehen oder in-sich-gehen  
hetzen oder entspannen  
rechts oder links  
alles oder nichts  
schwarz oder weiß  
leer oder voll  
Genuss oder Sucht  
konservativ oder progressiv  
über die Stränge schlagen oder verzichten  
schweigen oder reden  
laut oder leise  
gewinnen oder verlieren  
tot oder lebendig  
himmelhochjauchzend oder zu Tode betrübt  
lachen oder weinen  
hell oder dunkel  
Himmel oder Hölle  
nah oder fern  
hier oder dort  
gut oder böse  
Lust oder Frust  
Stillstand oder Veränderung  
mit Maß oder in Massen  
arbeiten oder leben  
Sinn oder Unsinn

Ist das Maß voll oder ist es maßvoll?

**Impulse:** zum Nachdenken....

\*“Work-Life-Balance“: Steht mein Privatleben (Freunde, Familie, Hobbys, etc.) im (richtigen) Verhältnis zu meinem Arbeitsleben?

\*Arbeite ich um zu leben oder lebe ich um zu arbeiten?

\*Kann ich bewusst – mit Maß – genießen? Wer nicht genießt, wird ungenießbar!

\*Halte ich auch die Stille aus oder muss mein Leben laut sein?

**Tipp:** Höre auf deine innere Stimme und deinen Körper und finde dein eigenes „Maß der Dinge“!



Katholische Kirche Vorarlberg – www.haltamol.at

© Halt amol / Urs Mader

*“Just because you feel good doesn’t make you right” (Hedonism, Skunk Anansie)*

*“Nicht das Vielwissen sättigt die Seele, sondern das Verspüren und Verkosten der Dinge von innen her.” (Ignatius von Loyola)*