



Erinnerungen, Gedanken, Situationen –
von welchen kannst du dich innerlich
nur schwer befreien?

Woran genau hältst du dabei fest?

Was ermöglichst du dir durch dieses Festhalten?

Was verunmöglichst du dir dadurch?





*... auf der Hüfte werdet ihr getragen,
auf den Knien geschaukelt.*

Jes 66, 12b





Was gibt dir Sicherheit und Halt?



*Wie einen Mann, den seine Mutter tröstet,
so tröste ich euch.*

Jes 66,13





Welche Trostmenschen hast du in deinem Leben?

*Auf wen kannst du immer wieder zurückkommen,
selbst wenn du dich löst?*





In Jerusalem findet ihr Trost.

Jes 66,13b





Welche Trostorte kennst du für dich?

*Hast du Rituale, die dir helfen,
wenn du sicheres Terrain verlässt?*





... eure Knochen werden sprossen wie frisches Grün.

Jes 66,14c





*Was in dir kann zum Leben erwachen,
wenn du Hemmendes gehen lässt?*





... euer Herz wird jubeln.

Jes 66, 14b





Mit welchen Sinnen spürst du einen Neuanfang?

Was brauchst du, damit dein Herz übersprudeln kann?



Abschluss

So übervoll, deine Arme

Voll Trost, erwacht

Freiheit in der Nase

Leben im Ohr

Neuanfang auf der Haut

So übervoll

Ich lasse los

Kleines Liebeslied (feat. Felix Meyer)