

Inhalt

Vorwort	9
---------------	---

I Trösten und sich trösten lassen

1 Mein Trostengel	12
2 Trösten und sich trösten lassen	13
3 Lena	18
4 Kreuztanz Leben.....	19
5 Meine 14 Engel	21
6 Mein Glaube ist ein Ruderboot	24
7 Zeitreise – zu Kohelet 3	25
8 Durchaus möglich – Mt 5,3–12 weitergedacht	26
9 Die Trotzdembäume	27
10 Die Kunst zu trösten	29
11 Das eine Talent – zu Mt 25,14–30.....	31
12 Aus welcher Kraft lebte Jesus?	32
13 Mamas Trostpflaster	35
14 Das alte Haus	36
15 Trost an ihrem Grab	38
16 Und ich erzähle dir von ihm	39
17 Gesetzt den Fall – Amos 5,23 f. weitergedacht	40
18 Doch, du kannst fliegen	42
19 Wär' nur noch dieser Tag zu leben	43
20 Wohin geht deine Reise? – Trosttexte zum Abschiednehmen	44

II Heilen und sich heilen lassen

21	Von Anfang an	54
22	Lieben und leuchten	55
23	Salutogenese – Wege zum ganzheitlichen Heilsein	57
24	Muschel vom Meeresstrand	61
25	Brief an die Schwiegermutter des Simon – zu Mk 1,29–34	62
26	Vor deiner Haustüre, Jesus – zu Mk 1,29–34	66
27	Meine Dämonen und ich – zu Mk 1,35–39	67
28	Mach dein Kreuz für das Leben	69
29	Heil werden ist mehr als gesund sein – zu Lk 17,11–19	70
30	Eins zu neun – zu Lk 17,11–19	74
31	Manchmal find ich einen Lebensquell	75
32	Halbleer oder halbvoll?	76
33	Geist(liches) ist regenerativ	78
34	Freu dich, sei voll Zuversicht – Seligpreisungen für heute	81
35	Gottes Wunden – zu Röm 8,18–22 und Joh 20,24–28	82
36	Die Auferstehung der Maria von Magdala – zu Joh 20,11–19	85
37	Heilende Berührung – zu Mk 7,31–37	89
38	Wunder, Wunder jeden Tag	93

III Segnen und sich segnen lassen

39	Wunschdose oder Segensnetz	96
40	Weißt du, dass du gesegnet bist?	97

41	Gott, reiße deinen Himmel auf	98
42	Wie den Regen lass ihn strömen	99
43	EngelSegen I	101
44	EngelSegen II	102
45	EngelSegen III	103
46	AtemSegen	104
47	PaarSegen I	106
48	PaarSegen II	108
49	MutSegen	109
50	NeujahrsSegen	110
51	FastenzeitSegen	112
52	OsterSegen	113
53	PfingstSegen	114
54	WeihnachtsSegen	115
55	SilvesterSegen	116
56	Segen der Jahreszeiten	117
57	SterbeSegen	120
58	Einander segnen	124
59	Malefiz und Benefiz	125

IV Rituale, Übungen, liturgische Elemente

60	Achtgeben	128
61	Sternanis – Duftstern	129
62	Brot anschneiden	132
63	Gebet der fünf Finger	134
64	Sammle meine Tränen in deinem Krug	136
65	Sonnengesang-Weg	138
66	Sonntagsleuchter	145
67	Spiegel der Liebe	147

68	Wasser und Weihrauch	150
69	Wort, Licht und Brot	152
70	Wortscherben	160
71	Tröster feiern	163
72	Fürbittgebet – (nicht nur) am Karfreitag	164
73	Pfingstgebet	167
74	Samenkorn-Credo	168
75	Credo mit Fragen	170
76	Aus Steinen werden ... – Gottesdienstelement zu Mt 3,1–11	172
77	»Das Recht ströme wie Wasser« – Gottesdienstelement zu Amos 5,24	175
78	Drei Tische – ein Dreifaltigkeitsbild	181
79	Was kommt nach dem »und«? – Geistliche Übung zu Lk 10,25–37	182
80	Lebensquellen – Geistliche Übung zur Frage nach dem Sinn	187
	Stichwortregister	190