

**„Halt dich fest  
an einem Zipfel der Erde  
Sie spielt mit dir  
Aufgang  
Untergang  
Sie spielt mit dir  
dein Stückchen Leben“**

(Rose Ausländer: Die Musik ist zerbrochen.  
Frankfurt 1993, S. 167)



© Bernd Kasper/pixelio.de

Halt in meinem Leben gibt mir meine Familie: auf ihre Liebe, ihre Empfindlichkeiten, ihre mal gereizten - mal lustigen Reaktionen ist Verlass! Meine Freundinnen und Freunde sind meine inneren Verbündeten: voll Mitgefühl, solidarisch, ehrlich, humorvoll, herzlich.

Festhalten kann ich mich an den Zusagen Gottes. Ich nehme sie persönlich und manchmal auch wörtlich!

Halt und Standfestigkeit geben mir meine Erfahrungen mit Krisen. Ich erlebe darin besondere Momente der Wahrnehmung: wo Menschen sich umeinander kümmern, wo tiefe Gespräche möglich sind, wo neue Chancen entdeckt werden und es nur noch um das geht, was den Menschen wirklich wichtig ist.

Brigitte Lob