

Fragen für den Austausch in Kleingruppen

- **Welche anerzogenen und selbstauferlegten Überzeugungen, Haltungen und Gebote liegen wie eine schwere Last auf mir?**
- **Welche habe ich bereits abgelegt?**
- **Wer und was hat mir dabei geholfen?**
- **Habe ich Erfahrung mit den Worten Jesu «Meine Last ist leicht»?**

Claudia Mennen