

Trauer

Einen geliebten Menschen verlieren und damit Heimat und Geborgenheit

Zur Heimat gehören Menschen, die man liebt und die einen lieben. Verliert man einen Menschen, so stirbt ein Stück innere Heimat, man fühlt sich plötzlich heimatlos. Der Schmerz um den Verlust eines geliebten Menschen und die damit verbundenen Gefühle insbesondere die Einsamkeit sind dann unsagbar groß. Sie werfen die Hinterbliebenen auf sich zurück. Der Mensch ist aufgefordert sich seinen Gefühlen zu stellen. Es gilt Schmerz und Einsamkeit anzunehmen und immer wieder auszuhalten. Jeder lebt seine ihm eigene Trauer. Die Seele der Betroffenen will sich den Raum und die Zeit nehmen, die sie braucht, um heilen zu können. Der Weg durch die Trauer ist mühsam und verlangt den Betroffenen viel Geduld mit sich und auch den Menschen in seinem näheren Umfeld ab. Hilflosigkeit und Unsicherheit erschweren den Umgang miteinander. Lassen die Betroffenen oft sprachlos werden. Der Rückzug auf sich selbst ist dann die scheinbare Rettung. Hilfreich ist, sich den Kummer von der Seele reden zu können.

Bei der Suche nach geeigneten Möglichkeiten erfuhr ich von der „Trauerseelsorge“ in Weitertadt/Braunshardt. Dieser geschützte Ort

ermöglichte es mir, meiner Trauer Raum zu geben. Hier wurde mein Kummer gehört, mein Klagen durfte sein. Ich fand Trost und Ermutigung, erfuhr Wärme und Geborgenheit. So wurde es mir möglich, mein Leid anzuschauen. Schmerz, Wut, Verzweiflung und Tränen anzunehmen. In der Gruppe konnten wir uns wahrnehmen und einander zuhören, erfahrenes Leid teilen. Ich wusste mich angenommen mit meinem Kummer und Schmerz und all dies ließ mich die verloren geglaubte Zugehörigkeit wieder finden. Die angebotenen Gespräche und Rituale ermöglichten es mir, meiner Trauer in meinem Leben Platz und Raum zu geben. Der Weg durch die Trauer ließ mich trotz allem Schmerz das Leben, mich und eine innere Heimat wieder neu entdecken. Es ist wieder schön, aber anders.

Michaela Schreier

Trauerseelsorge des Ev. Dekanates Darmstadt-Land:

Begleitung für

- Trauernde
- trauernde Jugendliche
- trauernde Eltern
- Trauer nach Suizid
- und ...

in Einzelgesprächen und Gruppen

- Sonntagstreff für Trauernde
- Gedenkgottesdienste
- Trauerliteratur
- Fachberatung Trauer

Herrngartenweg 5
64331 Weiterstadt
Tel. 06150/15182

Trauerseelsorge

Gespräch und Begleitung



Wissen, wohin mit dem Schmerz

Telefon 06150-15182
www.trauerseelsorge.de

