

Vertrauen einüben

sorglos
da sein
still da sein
weit da sein

getrost
entstehen lassen
Zeit lassen
Zeit geben

eine kleine
grosse Ewigkeit
im Vertrauen
dass neues Leben kommt

zur rechten Zeit

wenn die Stürme
überstanden sind
das Ringen der Gegensätze

getrost
in den Stürmen stehen
ohne Angst
dass das Wunder
nicht kommen könnte
zu seiner Zeit

getrost
der Zeit
und den Gezeiten
vertrauen

Barbara Lehner



Lebensgrund - Newsletter 65 / Juni 2025

Das Leben würdigen und Vertrauen einüben

Was gibt Dir selbst Halt und Trost und Nahrung – im Leben, in der Trauer und im Begleiten anderer? Das war eine Frage, die mir, die uns gestellt wird. Im beiliegende Podcast und immer wieder im Alltag.

Elena Ibello vom «Letzten Stündchen» hat mich am 4. April interviewt zu Lebensgrund, unserer Arbeit und zu den eigenen Erfahrungen mit Tod, Trauer und Trost.

Damals war Blatten und das Lötschental noch nicht bedroht und der Bergsturz noch kein Thema. Aber mein Schreiben war Thema. Und vor einigen Monaten entstand das obenstehende Gedicht, welches sich an Rilkes Rat an einen jungen Dichter anlehnt.

Sorglos, still und weit sind unsere Gedanken nicht in diesen Tagen. Besonders, wenn wir an Orte wie Blatten im Lötschental denken und weitere Orte, wo Menschen durch Unglück, Schicksal aber auch durch Natur- oder Menschengewalt alles verlieren, was ihnen lieb und wichtig ist.

Und doch gilt hier wie dort: Die Gemeinschaft und das Vertrauen, dass das Leben irgendwie zurückkehrt und das Wunder des Neubeginns geschehen kann, gibt Kraft.

Kraft zum Hinstehen, Durchstehen und Weitergehen.

Und das wünschen wir der ganzen Talschaft Löttschen, meiner alten Heimat,
allen Menschen in Krisenzeiten
und uns allen in diesen Zeiten.

Gute Inspiration beim Hören des Podcasts

und herzliche Pfingstgrüsse
mit Vertrauen in die schöpferische Geistkraft,
die stetig wirkt und Neues erschafft
in uns und in der Welt,

Barbara Lehner und Antoinette Brem

Link Podcast: <https://www.dasletztestuendchen.ch/podcast/episode/296e2783/lebensgrund-46-mit-barbara-lehner>

Ausblick auf einige Kurse und Veranstaltungen: (das ausführliche Jahresprogramm 2025 finden Sie auf www.lebensgrund.ch/aktuell, Infos bei welcome@lebensgrund.ch)

05.- 07.06.25 Mit dem Verlust leben lernen. Trauerseminar, Im Trauern Trost und neuen Lebensmut finden, Flüeli-Ranft OW

19.- 21.06.25 Beginn Diplomlehrgang Familientrauerbegleitung, mit A. König

03.- 16.07.25 Wo ich sein darf, wer ich bin. Frauen*-Visionssuche, in den Schweizer Bergen

11. – 13.07.25 Shibashi Qi Gong – Einführungs- und Vertiefungskurs, Kloster Kappel, Kappel a. Albis

21./22.08.25 Follow up Methodenvertiefung Trauerrituale: «Das Balance-Modell für Trauerreden», mit Birgit Aurelia Janetzky

11. – 13.09.25 Beginn Diplomlehrgang Abschiedsrituale und Trauerfeiern, Flüeli-Ranft

02.- 04.10.25 Mit dem Verlust leben lernen. Trauerseminar, Im Trauern Trost und neuen Lebensmut finden, Flüeli-Ranft OW

07. – 10.10.25 Shibashi Qi Gong Retreat Erholung in der Tiefe meines Seins, Kientalerhof, Kiental BE

24.10.25 In der Klarheit liegt Kraft. **Systemische SELBST-Integration,** in Luzern

06.11.25 Kaleidoskop der Trauer – ein Liederabend mit Chris Paul, D

07.11.25 Follow up Trauerbegleitung Themen- & Methodenvertiefung, Umgang mit Schuld und Schuldkonstrukten, mit Chris Paul, D.

05. – 07.12.25 bewegt Stille werden - Shibashi Qi Gong Einführungs- und Vertiefungskurs, Kloster Kappel, Kappel a. Albis

16.12.25 erdverbunden himmelwärts: ein Tag mit Harmonizing Heaven and Earth Qi Gong, Luzern