

Jemand
muss da bleiben,
wenn alle
weggehen.
Liebende sind
Dableibende.

Gabriela Sieber-Trüeb
6.10.1963 – 3.1.2020



Lebensgrund - Newsletter 46 / März 2020

Liebende sind Dableibende

Mitte Februar und Mitte März sind wir mit 24 hochmotivierten Frauen und Männern in die diesjährige Grundausbildung in Trauerbegleitung gestartet. Wie wichtig das Füreinander-Da Sein und die Gemeinschaft gerade in Krisenzeiten sind, haben wir dabei wiederum eindrücklich erfahren dürfen. „Da bleiben, wenn alle weggehen“ – das ist ein Grundanliegen der Trauerbegleitung, wie wir sie verstehen. In diesen Tagen wird dies für uns alle aufgrund der gegenwärtigen Krise noch einmal ganz besonders deutlich. Eben hatte ich mich an den Schreibtisch gesetzt in der Absicht, in einem Newsletter auf die aktuelle Situation einzugehen und was sie aus Sicht der Trauerbegleitung bedeutet. Da erreicht mich ein Brief von Katrin Brunner, Trauerbegleiterin und Grafikerin:

«Es stimmt mich sehr traurig, wenn ich zur Zeit all die Todesanzeigen lese, mit dem Hinweis: Beisetzung im engsten Kreise der Familie. Immerhin, die Familie darf noch dabei sein. Oder der Gedanke an die vielen Menschen, die in einem Spital im Sterben liegen und bei denen keine Besuche mehr erlaubt sind. Ich stelle mir vor, wie viele Menschen es gäbe, die auch gerne Abschied genommen hätten von dieser Person. Die dieser Person vielleicht sogar nähergestanden sind als Familienmitglieder. Als Trauerbegleiterin weiss ich, wie wichtig „Abschiednehmen dürfen“ für den Trauerprozess ist, wie gut es tut, aktiv beim Abschied dabei sein zu können. Dies fällt nun oft weg und man muss aus der „Distanz“ mit seinen Trauergefühlen klarkommen. Natürlich kann man auch in einem halben Jahr noch eine schöne Abschiedsfeier machen. Aber was ist mit all den Trauernden in der Zeit dazwischen?

*Ich möchte mit diesen kurzen Zeilen darauf aufmerksam machen, dass Trauerbegleitung in einer Situation, wie wir sie gerade erleben, auch per Telefon stattfinden kann. Ihr seid nicht alleine mit euren Gefühlen. Es gibt viele Trauerbegleiter*innen, die auch jetzt für Euch da sind.*

Und wie ich die aktuelle Situation erlebe, ist es doch nichts anderes, als ein Trauerprozess, den die ganze Bevölkerung jetzt durchlebt. Zuerst geht's jetzt bei allen ums „Überleben“ nach einer gewissen Zeit werden wir die Situation „begreifen“, verschiedenste „Gefühle durchleben“, wir werden uns „an

*die neue Situation anpassen“ müssen und unseren „neuen Platz in der Gesellschaft“ finden.
Irgendwann vielleicht nach Jahren, können wir dem Geschehenen „Bedeutung und Sinn“ geben.»*

Besser könnten wir es nicht sagen. Danke, Katrin!

Auch wir bieten in diesen Tagen telefonische Beratung und Trauerbegleitung an. Auf <https://www.lebensgrund.ch/lebens-und-trauerbegleitung/> führen wir ab sofort eine Liste mit entsprechenden Kontakten zu menschlich kompetenten, gut ausgebildeten Fachpersonen. Die telefonische Begleitung ist kostenlos mit der Möglichkeit einer Spende an den Verein [familientrauerbegleitung.ch](https://www.familientrauerbegleitung.ch). Bitte weisen Sie auch Menschen in Ihrem Umfeld auf diese Möglichkeit hin und leiten Sie diesen Newsletter in Ihrem Umfeld weiter.

Kleiner Segen I

alles was gut ist
alles, was still ist und stark
alles was wärmt und weitet
was den Leib erfreut
das Herz bezaubert
und die Seele birgt
alles, was die Liebe stärkt
und das Recht stützt
komme über uns
und durch uns
in die Welt.

Jaqueline Keune

Mit diesen Segensworten grüssen wir Sie herzlich. Tragen Sie Sorge zu sich und den Menschen in Ihrem Umfeld, beachten Sie die vom Bundesrat angeordneten Massnahmen und bleiben Sie gesund.

Antoinette Brem und Barbara Lehner

*P.S. Wer mehr über die Trauer und wie sie "abläuft", in kompakter Form, erfahren möchte, dem sei das Büchlein „Der Reiseführer durch ein fremdes Land TRAUER“ wärmstens zu empfehlen. Patmos Verlag, ISBN 978-3-8436-1213-5, Autorinnen: Katrin Brunner & Petra Paul.
Ihre lokale Buchhandlung wird es Ihnen gerne auch via online-Bestellung nach Hause liefern.*

Rückmeldungen auf diesen Newsletter bitte auf: welcome@lebensgrund.ch
I like: Ihr findet uns auch auf **Facebook:** www.facebook.com/lebensgrund.ch

Bis voraussichtlich Mitte Mai sind all unsere Kurse und Veranstaltungen abgesagt. Über aktuelle Entwicklungen im Zusammenhang mit unserer Arbeit informieren wir laufend auf www.lebensgrund.ch, oder bei welcome@lebensgrund.ch oder Tel. 041 310 98 51