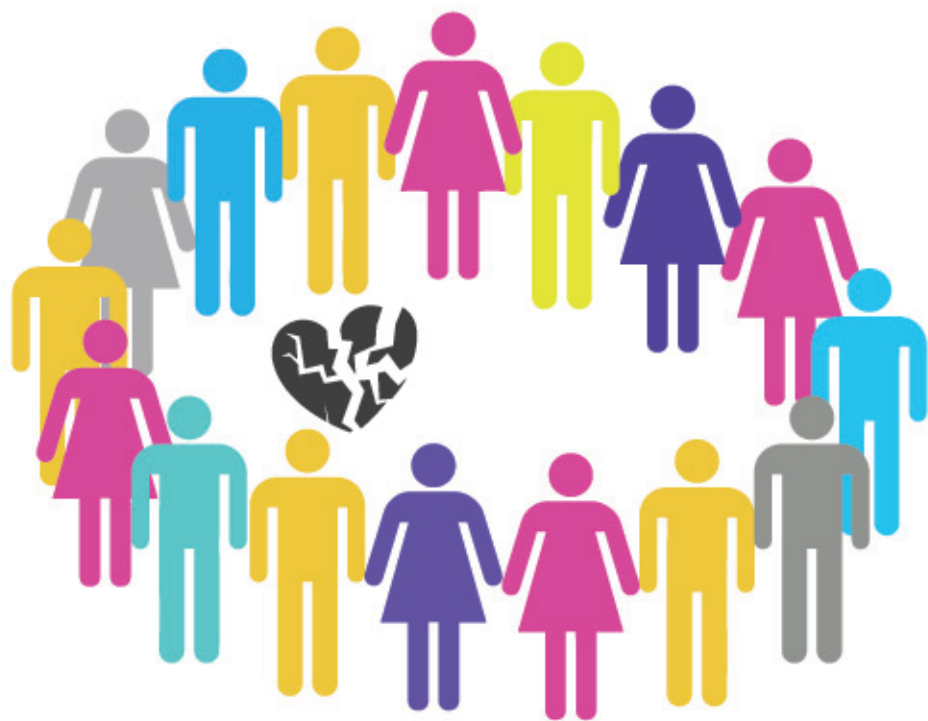


Ulrike Reimann

Trauern in Gemeinschaft



Sicher den Boden verlieren

Synergia 

Trauern in Gemeinschaft

Ulrike Reimann

Trauern in Gemeinschaft

Sicher den Boden verlieren

Synergia 

1. Auflage, 2015

Erschienen im Synergia Verlag, Basel, Zürich, Roßdorf

eine Marke der Sentovision GmbH

www.synergia-verlag.ch

Alle Rechte vorbehalten

Copyright 2014 by Synergia Verlag, Roßdorf

Umschlaggestaltung, Gestaltung und Satz: FontFront.com, Roßdorf

Cover-Foto: »Grabstein in Bosnien« von Ulrike Reimann

Printed in EU

ISBN-13: 978-3-944615-36-3

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie;

detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	13
Hintergrund: Die Trauer der vielen	13
Meine Geschichte	14
Der Trauerforscher Jorgos Canacakis	16
Krieg	17
Widerstand	17
Studien	17
Trauerseminar – fühlen statt zu überzeugen	18
Vision	19
Trauer, die begeistert	19
Die Trauer braucht alle und gehört allen	19
Gemeinsam sich aufrichten statt alleine zusammensinken	20
Lesehinweise	20
Dank	21
Tod und Sterben:	
Faszination, Angst und freudige Erwartung	23
Gefühle am Ende des Lebens	23
Tod verbindet Menschen und Zeiten	23
Der Tod als Gegenspieler	24
Trauer als Antwort auf Veränderungen	24
Tod als Anlass	25
Trauer als Prozess des Bewusstwerdens	25
Erschütterung des sozialen Beziehungsnetzwerks	27
Entwicklung oder Steckenbleiben	29
Trauer üben	30
Trauerrituale – Halt im Chaos	30
Abschied, Gemeinschaft und Ausdruck	30

Totenrituale – erste Kulturhandlungen	31
Rituale als Anker in Zeiten des Wandels	31
Unterstützung beim Übergang	31
Handlungsrichtlinien	32
Klarer Ablauf und Orientierung	32
Sicherheit	33
Gefühle durchleben	33
Trauerzeiten und Verbote	34
Schützender Rahmen für die Trauer	34
Sinn und Symbole	35
Zwischenräume als Lernorte der Trauer	35
Den Alltag unterbrechen	35
Den Schmerz darstellen	36
Neu werden	37

Klagefrauen – Hebammen der Trauer 39

Frauen – zuständig für die Übergänge	39
Trauerklage in Südosteuropa	40
The Wake in Irland: eine Party zum Abschied	41
Toten- und Klagefrauen in Deutschland	44
Klagefrauen – verehrt und gefürchtet	46

Besuche bei den letzten Klagefrauen 49

Hintergründe	49
Unterstützung und Stationen	50
Der Anfang	51
Die Suche: Wo sind eure Klagefrauen?	53
Spiegelbild Europas	55
Zweifel	55
Verstehen	57

Widersacher und Hoffungsgeber	58
Begegnungen	59
Serbien: Anfänge einer Suche	59
Eine Alte fängt zu klagen an	60
Südserbien	65
Der Besuch bei Ljubica	66
Kann man den Schmerz durch die Klage überwinden?	68
Gemeinsam klagen	68
Wie wichtig ist es, dass die Klage gehört wird?	68
Klagen oder sprechen?	68
Trauerklage für den kleinen Nebojša	69
So viele Tote hat es früher nicht gegeben	72
Montenegro	73
Ein Besuch bei Professor Branko Banjević	73
Sprache, Verse, Werte	74
Worte und Urteil – Inszenierung	74
Wie die Klagefrauen verstummten und die Dörfer leer wurden	75
Ohne Leben keine Trauer	75
Das Verbotene und der Wandel der Trauerfeiern	76
Trauer, Bestandteil einer gesunden Gesellschaft	76
Regentinnen des Schmerzes	77
Die Klagefrau trifft den Nerv aller	78
Die Angst vor der Klage, die Angst vor dem Schmerz	79
Werte und Welt	79
Milica – eine der letzten Klagefrauen Montenegros	80
Was zahlt ihr?	82
Besuche	82
Milica erzählt ihr Leben	84
Wie die Klage in Milica geweckt wurde	86
Und die Klage verstummt	88

... und der Krieg?	89
Wem hilft die Klagefrau?	90
Kann man den Schmerz überwinden?	90
Wie lernt man das Klagen?	91
Hat sich diese Tradition in den letzten Jahren verändert?	91
... und wenn niemand die Toten beklagt?	92
Nachgedanken	93
Das Unbehagen der anderen	94
Kroatien: „Sollen wir in Schwarz ...?“ Oder: Bevor es echt wird	94
Ružica reimt:	96
Einst – die Klagefrauen	98
... und der Krieg?	99
Die Frauen in Schwarz	101
Die Frauen in Schwarz: Stumme laute Klage	101
Neu-alte Klage:	
Kontinuität der Klagefrauen bei den neuen Aktivistinnen?	102

Kraft und Gefahr der Trauerklage 103

Die Trauerklage	103
Den Trauerschmerz wandeln	103

Ablauf der Klage	105
Die Inszenierung der Trauer	105
Das Trauerchaos ordnen	105
Der Raum entsteht	106
Die Gastgeberinnen der Trauer: die Klagefrauen	106
Die Gäste	107
Die Zaungäste	108
Der Prolog	108
Der Dialog	109
Trance, Entgrenzung und Neuwerdung	110

Der Epilog	111
Struktur unterstützt oder behindert	111
Wut und Protest	112
Erinnerung	112
Verkörperte Wahrheit	113
Erlaubnis zum Außer-sich-Sein	114
Verrücktsein als Schutz	115
Schmerz, Macht und Wahrheit	116
Das letzte Wort	117
Trauerverbote	119
Griechenland: Beerdigungsredner statt klagender Frauen	119
Trauer und Kirche	120
Bestatter statt Totenfrauen	121
Erbe der Klagefrauen	123
Trauer üben	123
Verletzlichkeit in der Öffentlichkeit	124
Gemeinschaft/Zeugenschaft	124
Zwischenwelt	125
Altes verstehen – Neues schaffen	125
Klagefrauen – ein Abschied	126
Trauern heute: Alleine trauern	129
Du sollst nicht trauern!	129
Worüber soll getrauert werden?	131
Sich nur lose binden – die Trauer umgehen	132
Fachkräfte statt unsicherer Laien	133
Hilflosigkeit – Vertrauenssache	135
Schweigen statt schreien	137

Schneller als Schmerz und Tod	138
Immer alles neu	139
Leib und Berührung	140
Stärke wider Verletzlichkeit – niemand will dich, wenn du verlierst	141
Das will doch niemand hören – ohne Antwort	143
Bitte nicht herausfallen	144

Und nun? Neues zum Abschied 147

Herausforderungen	147
Kultur statt Individuum	147
Ohne Marktwert	148
Abschiede erkennen	149
Ohne Glauben, ohne Ort	150
Die Klage verstehen	151
Keine Online-Lösung	152
Vision: Trauer neu denken und aktiv erleben	153
Wandel- und leidensfähig sein	153
Sichtbar bleiben	154
Gemeinschaft	154
Ermutigung und Beteiligung	155
Lachen und Spielen	156
Zwischenraum und Zwischenmenschen	156
Konkret – eine Lösungssuche	157
Zweifeln: Trauer zurückbringen	157
Ergründen: Social Impact Lab – Unternehmerin für die Trauer	158
Ausprobieren: Das Café Mortel	160
Übersetzen: Bedürfnisse der Trauernden	161
Widersprüchliche Bedürfnisse	162
Erkenntnisse	163
Rückbesinnung: Gastgeber der Trauer sein	163

Entwickeln: Trauer-Erfahrungsorte	164
Die Frage	164
Das Ziel	164
Der Weg dorthin	165
Eine Antwort: Der mobile Trauerraum	166
Für die, die Trauern lernen wollen	166
Jederzeit	167
Wie Trauerorte entstehen können	167
Impulsgeber	167
Aufbau der Trauergemeinschaft	168
Schutzregeln	169
Ein klarer Zeitrahmen	169
Ausdruck	169
Anders-Sein	170
Vielfalt und Augenhöhe	170
Selbstverantwortung	170
Rituale und Ausdruck	170
Abrundung: Das Essen und der Abbau des Raumes	172
Symbolkraft	172
(Nach-)Wirkungen	173
Ausklang: Gemeinsam wagen	174
Das Ende finden	175
Weiterführende Literatur	177
 Ulrike Reimann	 180

Einleitung

Hintergrund: Die Trauer der vielen

Die Trauer über einen Tod, über einen Verlust ist meist auch ein Ruf nach Gemeinschaft und nach den Mitmenschen.

Solange Trauer als ein individuelles Problem verstanden wird, das behandelt, bewältigt oder bearbeitet werden muss, wird sie als beschwerlich und unangenehm erlebt. Viele von uns lässt der Tod erstarren, macht er sprachlos, während unsere Vorfahren geschrien, geklagt, getanzt und gelacht haben.

In allen Kulturen und spirituellen Traditionen haben Menschen Formen entwickelt, um ihre Trauer, ihre Wut und Verzweiflung, ihre Liebe oder Hoffnungen in Zeiten des Abschieds auszudrücken. Und anders, als wir es inzwischen gewohnt sind, haben sie dazu meist gemeinsam den Abschiedsschmerz zelebriert. Sie haben Trauer als Anlass für ein Fest genommen, bei dem nicht nur die engsten Angehörigen erwünscht waren, sondern das ganze Dorf.

Es gab auch Expertinnen und Experten für die Zeit des Übergangs, Ritualmeister oder Klagefrauen, die als aktive „Gastgeberinnen und Gastgeber“ durch den emotionalen und zugleich heilsamen Prozess der Trauer leiteten. Dieses Wissen unserer Vorfahren ist verschüttet. Trauer-Unterstützende, wie die mit Gesten und Worten mitfühlenden Klagefrauen, haben aufgehört, für die Gemeinschaft tätig zu sein. Entsprechend ist es immer weniger verbreitet, den Schmerz mit anderen zu teilen. Die Folgen sind vielfältig, manche erschreckend: Depression als Volkskrankheit Nr. 1, immer mehr Menschen, die in der Trauer alleine sind, und andere, die bisher kaum Berührungen mit Tod oder Trauer hatten. Wir auf der einen und die Trauer auf der anderen Seite haben uns aus den Augen verloren.

Klage, Trauer, eine zeitgemäße Trauerkultur in unserer modernen Gesellschaft, in unseren Straßen, in unseren Netzwerken – wie sähe sie aus? Dieser Frage folge ich und begeben mich dazu auf die Spuren der alten, einst

weit verbreiteten und für Individuum und Gesellschaft bedeutungsvollen Tradition: der gemeinschaftlichen Trauerklage.

Der Weg führt zu den letzten Klagefrauen in Serbien, Kroatien und Montenegro. Die Gespräche mit ihnen zeigen Trauer in einem anderen Licht: als verbindende menschliche Erfahrung, die sogar jene stärkt, die scheinbar davon nicht betroffen sind. Auch wenn es Geschichten sind, die sich scheinbar in relativer kultureller Ferne ereignen, berühren sie auch unsere Fragen, die im Angesicht des Fremden, des Ungewohnten erst greifbar werden: Wohin mit dem Schmerz? Welchen Sinn hat die Trauer? Warum schmerzt das Schweigen mehr als die Tränen?

Das Buch beschreibt den Weg vom Ich zum Wir, von meiner zu unserer Trauer.

Warum braucht die Trauer Raum mitten in der Gesellschaft? Und wie könnte dies konkret aussehen?

Meine Geschichte

Trauern in Gemeinschaft“ erzählt auch meine Geschichte und mein Suchen. Unterschiedliche Ereignisse und Begegnungen führten mich zu den Klagefrauen und der öffentlichen Trauer. Heute fällt es mir schwer, die unterschiedlichen Beweggründe meiner Suche auseinanderzuhalten. Werde ich gefragt, warum ich mich so intensiv mit der Trauer beschäftige, so ziehe ich – je nach Lust, Laune und Gegenüber – eine persönliche, eine politische, eine feministische, eine pazifistische, eine rationale, eine abenteuerliche oder die Geschichte einer frühen „Berufung“ als Erklärung hervor. Hier nun lege ich, mehr oder weniger geordnet und manchmal überlappend, die Puzzleteile auf den Tisch. Es scheint mir, als hätten die Trauer, die Frage nach dem Tod und unser Umgang mit ihm schon an meinem Kinderbett gestanden. Ich wusste, dass das nicht die Fragen von Kindern sein sollten. Ich stieß immer wieder auf Zurückweisung; für mich sei es noch nicht an der Zeit, traurig zu sein oder nach dem Tod zu fragen oder gar vor dieser Angst zu haben. „Es sterben nur die Alten, geh ruhig schlafen“, höre ich noch meine Mutter sagen. Ich wusste, dass das nicht stimmte, und ich war verzweifelt über das Totschweigen um mich herum.

Ich wuchs in einer Hausgemeinschaft auf, zu der neben meiner Familie einige alte Damen gehörten. Der Krebs nahm die eine, dann die andere. Ich lauschte und fürchtete das Telefon, das so unheilvolle Nachricht aus dem Krankenhaus brachte. Dann starb bei einem Verkehrsunfall mein Schulfreund Jan. Das neue Mountainbike hatte der damals Achtjährige noch nicht beherrscht und so wurde er von einem LKW erfasst und überfahren. Ich habe ihn noch vor Augen, wie er im Klassenzimmer rumposaunte, Gott gebe es nicht.

Dass Jan nun tot war, beschäftigte mich. Was geschieht nur mit ihm, wie waren seine letzten Minuten, was ist jetzt mit seiner Familie, seinem Bruder, und wie kann man nach alledem je wieder glücklich sein? Eingerollt in meine Decke schaute ich, damals ebenfalls acht Jahre alt, geängstigt und erstarrt aus meinem Fenster über die abendliche Stadt. Ich war alleine mit meinen Fragen und Gefühlen und begriff in den nächsten Jahren, dass das normal sein sollte. Der Trauer näher kam ich, als ich sie in den Augen anderer sehen durfte. Viel Schmerz, aber auch den Hunger nach Leben erlebte ich während meiner Arbeits- und später Forschungsaufenthalte in den Nachfolgestaaten Jugoslawiens. Die Menschen, die ich dort kennenlernte, hatten nur wenige Jahre zuvor den Krieg oder die Belagerung ihrer Stadt überstanden. Ich sah ihre physischen und psychischen Wunden und war oft Zeugin ihrer Trauer und Klagen.

Was es heißt, wenn die Welt aus den Fugen gerät, erfuhr ich selbst kurz nach meinem ersten Aufenthalt in Sarajevo 1998. Bei einem Verkehrsunfall im Jahr 2000 kamen mein ältester Bruder und seine Freundin, noch nicht einmal Mitte zwanzig, ums Leben. Die Todesnachricht – ein Anruf, den ich schon Jahre gefürchtet hatte. Ich fragte nie warum, aber irgendwie hatte ich immer gewusst, dass genau das in meinem Leben passieren könnte. Ich suchte meinen Weg damit zu gehen, dass mir der enge Vertraute und Freund, dass mir mein Bruder fortan fehlen würde und fehlte. Was würde aus den Versprechen, die wir uns gaben für die Zeit, wenn wir einmal erwachsen wären und selbst Familie hätten? Was würde daraus?

Ich erinnere mich noch gut an diesen Ausnahmezustand. An die Tränen, die nicht aufzuhalten waren, auch an mein Tapfersein – und wie in dieser Zeit meine innere Zinnsoldatin die Lebensbühne betrat. Weitere Bilder, die ich aus dieser Zeit erinnere, sind die der Freundinnen, die ich zusätzlich verloren habe, weil ihnen das alles, wie sie sagten, „zu heftig“ war. Ich sehe noch vor mir, wie ich als Letzte auf dem Friedhof kauerte, auf dem wir meinen Bruder nun zurückließen, und wie es aus mir heraus weinte und weinte. Hätten die anderen nicht auf mich gewartet, ich hätte dieses Erschüttertersein gerne noch tiefer gespürt.

Doch ich ging mein Leben im Schnellschritt weiter, nichts sollte mich mehr aufhalten noch aus der Bahn werfen. Außerdem, wen interessierte es schon ... nein, wer bliebe da, wenn ich wirklich sagen würde, wie es um mich stand? Wie sollte ich an dem Ort, an dem ich wenige Wochen zuvor mein Studium begonnen hatte, neue Menschen kennenlernen, wenn auf die Frage „wie geht's dir?“ gleich die endlos scheinende Trauer um meinen toten Bruder mischen würde?

In der Bibliothek fand ich mich immer wieder bei den Regalen, in denen Bücher über die Trauer standen. Ich trug sie alle nach Hause, las unzählige Erklärungen und Überlegungen, wie es denn mit der Trauer und dem Tod sei. Statt ruhiger wurde ich immer irritierter. Keiner dieser Erklärungsversuche und Tröstungsansätze erreichte mich wirklich, konnte mich ruhig stimmen. Die haben doch alle keine Ahnung, dachte ich. Auch der Pfarrer nicht, den ich in meiner Verzweiflung anrief, und der das Gespräch für mich viel zu schnell beendete.

Doch dann gab mir eine Freundin ein Buch von Jorgos Canacakis. Ich erinnere noch heute an den Moment als ich darin ein Bild entdeckte, dessen Anblick mich schüttelte. Ich sah griechischen Klagefrauen schreien, klagen – gemeinsam. Was war das? Ich war es doch gewohnt, hatte es als selbstverständlich akzeptiert, mit meiner tiefen Verzweiflung und in meinem Schmerz alleine zu sein. In mir ist wohl zu diesem Moment eine Sehnsucht oder ein altes Wissen geweckt worden.

Der Trauerforscher Jorgos Canacakis

Eines Tages rief ich ihn an, den Trauerforscher Jorgos Canacakis. Ich würde bei ihm gern ein Praktikum machen. Nein, beim Zuschauen lernt man das Trauern nicht, sagte er mir. „Wenn du leben und mit Menschen arbeiten können willst, dann musst du selbst deine Trauerfähigkeit entwickeln.“

In vier intensiven Lernjahren mäßigte sich meine Angst vor dem Fühlen, der Trauer und dem Wütendsein. Ich war immer wieder fasziniert, den Wandel der Trauer durch Bewegung, Farben, Töne und Stimme und nicht zuletzt durch die Anteilnahme der anderen zu erleben. 2008, also acht Jahre nachdem ihr Bild mich in den Bann gezogen hatte, nahm ich an einer Exkursion nach Griechenland zu den Orten alter Trauerkultur teil und erlebte die Klagefrauen endlich hautnah. Sie ermutigten uns, unsere Trauer in Verse und Töne zu wandeln. So habe auch ich vor vielen anderen geklagt, meine Trauer

und meinen Schmerz in Versen verdichtet. Das, was ich damals in Griechenland besungen habe, hat nie wieder so großen Schmerz in mir ausgelöst – es war und ist gewandelt.

Krieg

Ein weiterer Pfad, der mich zur Trauer und zu den Klagefrauen führte, ist der über „Sprachlosigkeit und Krieg“. Ich bin im „Bürgerkrieg“ aufgewachsen ... im privaten Bürgerkrieg meiner Familie. Streit, Wut, Verrat, Trennung und Tränen zwischen den Menschen, die sich doch eigentlich lieben sollten. Dazwischen ich, hilflos, helfen wollend und irgendwann erstarrt. Fortan zogen mich der Krieg und die Kriegsregionen an, und ich fand mich wiederholt auf dem Balkan wieder. Ich arbeitete mit Menschen, die den Krieg gerade hinter sich hatten. Ich fühlte mich ihnen sehr nahe. Sie lehrten mich zu fühlen; oder anders gesagt: indem ich mit ihrem Leid mitfühlte, kam ich meiner eigenen verschütteten Trauer näher.

Widerstand

Anfang der 2000er Jahre begannen mich besonders jene Menschen zu interessieren, die nicht in ihrem Leid erstarrten, sondern Formen des Widerstandes wählten, um sich den Kriegstreibern entgegenzustellen. Sie faszinierten mich, gaben mir Hoffnung, die Widerständlerinnen, die Frauen und Männer, die sich als „Frauen in Schwarz“ auf der Straße versammelten und ihren Gedanken und Gefühlen Ausdruck gaben.

Es waren weniger ihre politischen Manifeste, die mich anzogen, als vielmehr der Mut und die Authentizität, die ich bei jenen sah, die von ihrer eigenen Verletzlichkeit erzählten.

Studien

Ich studierte Interkulturelle Pädagogik. Mein besonderes Interesse galt der Friedenserziehung und Erinnerungsarbeit. Die Stimmen der Verlorenen,

Vergessenen und Gebrochenen beschäftigten mich. Zugleich wollte ich sie nicht als hilflose Opfer sehen. Schnell hatte ich auch verstanden, dass die Menschen, mit denen ich arbeitete, keine intellektuellen, abstrakten Theorien über Krieg und Frieden brauchten – ihr Hass, ihr Unmut und ihre Resignation waren unmittelbar. Wie sollten sie auch mit ihrem Verstand heilen, was sie als Wunden an ihrem Körper und ihrer Seele und als Zerstörung ihres Lebensumfelds erlebten?

Trauerseminar – fühlen statt zu überzeugen

Als ich mein erstes Seminar bei dem Trauerforscher Dr. Jorgos Canacakis besuchte, sagte eine Teilnehmerin zu ihm: „Das, was du machst, ist Friedensarbeit.“ Ohne genauer zu wissen, was mit mir und den anderen in diesen Tagen passiert war, wusste ich: Das wollte ich lernen. Ich wollte mehr über diesen innerlichen Frieden lernen, der einkehrt, wenn die Trauer Platz bekommt. Ebenso unvergesslich waren die Momente, als mir eingangs fremde und manchmal eher unsympathische Menschen lieb wurden und ich immer wieder erleben durfte, dass unsere Tränen unsere Menschlichkeit erwecken. Und ich probierte es aus. Ich entwickelte es weiter. Ich begann, Trauerworkshops in Deutschland und auch in Serbien und Montenegro durchzuführen. Gemeinsam erforschten wir die Trauer am eigenen Leib. Ich glaubte, die Workshops jeweils sorgfältig den Lebensumständen der Teilnehmenden anpassen zu müssen. Doch die Ähnlichkeit der Traueranlässe und der Bedürfnisse der Trauernden überraschten mich. Was ich erlebte, beeindruckte und bewegte mich aufgrund der Einfachheit: Egal wo und mit wem, in welcher Sprache und in welchem Lebensalter wir den „Trauerraum“ schufen, am Ende blieb meist nur der Wunsch nach Trauer und dem Gesehenwerden darin, nach Wandel und dem Begleitetwerden dabei.

Der Weg, den ich gegangen bin – ich hoffe, dass er auch in diesem Buch erkennbar wird. Die Beschäftigung mit den Klagefrauen war für mich oft eine herausfordernde Übersetzungsarbeit von Trauer aus einer anderen Sprache, Zeit, Kultur und einem anderen Kontext. Ich erlebte selbst, wie das Wissen aus dem Kopf in meinen Leib wanderte und zu etwas Neuem wurde. Aus Überzeugenwollen wurde Verstehen, und erst aus dem Loslassen meiner Liebe für die Klagefrauen konnte ein Ankommen in der heutigen Zeit möglich werden. So umfasst dieses Buch auch mein Suchen und Loslassen und schließlich das Neuentstehen der alten Idee von einer Trauergemeinschaft.

Vision

Trauer, die begeistert

Mit den Geschichten über die Begegnungen auf dem nicht so fernen Balkan möchte ich ein Bild davon entstehen lassen, welchen Nutzen es für viele hatte und immer noch haben könnte, die Trauer gemeinsam zu durchleben.

Ich möchte dazu beitragen, etwas zu erschaffen, das mir selber so sehr fehlt – sichtbare Trauer. Dunkelheit, die nicht einsam ist. Doch vor allem möchte ich zeigen, dass es anders geht, als wir es gewohnt sind, und ich möchte sichtbar machen, dass und vor allem wie wir anders trauern könn(t)en. Auf eine Weise, die am Ende wieder Freude gebiert und Gemeinschaft schafft und mehr Facetten hat als standardisierte Phrasen, Kuchen und Leichenschmaus. Vielleicht wird dadurch auch deutlich, dass Trauer gar eine Entscheidung sein könnte, ein Wendepunkt, ob und wie wir ins Leben zurückkehren.

Die Trauer braucht alle und gehört allen

Warum sollten wir nicht mehr in der Lage sein, wozu unsere Vorfahren fähig waren: die Trauer auszudrücken und dadurch gewandelt zu werden?

Lasst die ExpertInnen los, die Besserwisser, die Qualifizierten! Sich selbst in das Unbekannte der Trauer wagen! Sie gemeinsam entdecken und erkennen, wozu sie gut ist! Das genau ist meine Einladung.

Mit der Schilderung von Begegnungen, Geschichten und Gedanken möchte ich anregen, die Trauer neu zu denken, und mehr noch, sie gerne und gemeinsam zu fühlen und zu erleben. Die größte Chance sehe ich in neuen Formen des „Alten Dorfes“, einer durchmischten Gemeinschaft, die auch in den dunklen Momenten des Lebens zusammenkommt. Keine homogene Selbsthilfegruppe, kein abgeschotteter Trauerort, sondern Klagen, Weinen, Lachen und Abschiednehmen – mittendrin. Trauerräume, die im Alltag entstehen, und Trauergemeinschaften, die sich aus unterschiedlich stark bis sogar nicht Betroffenen zusammensetzen.



Buch jetzt bestellen!
Versandkostenfrei!

Interesse geweckt?

Das ungewollte Alleinsein nach dem Verlust eines geliebten Menschen offenbart eines der letzten Tabu-Themen unserer Gesellschaft. Viele trauernde Menschen erfahren die Ohnmacht, Hilflosigkeit und Sprachlosigkeit ihres Umfelds und leiden unter sozialer Isolation.

Ulrike Reimann

Trauern in Gemeinschaft

Sicher den Boden verlieren

Synergia Verlag 2016, 180 Seiten, kartoniert m. Klappen, **15,90 €**
ISBN 978-3-944615-36-3