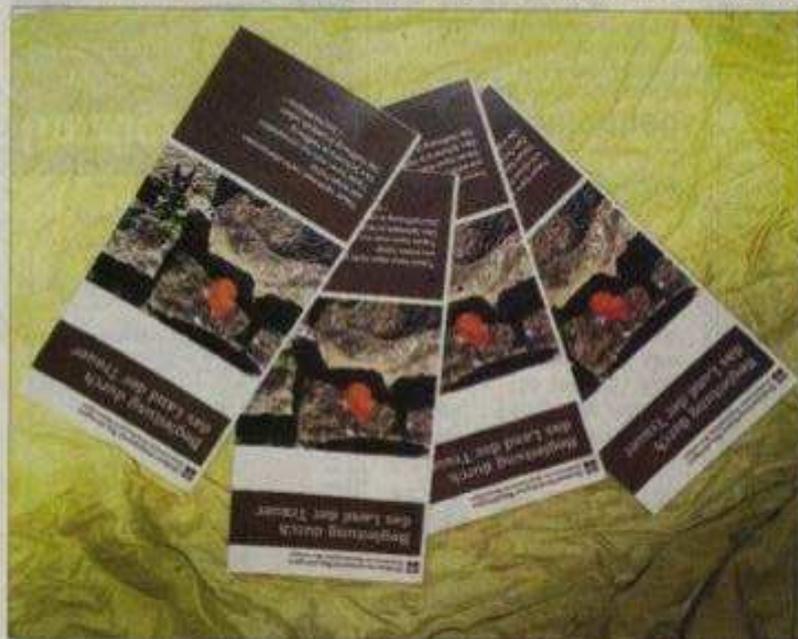




Intensiver Austausch

Serie zur Begegnungsstätte Germania: Monatliches Trauercafé



Das Trauercafé in der Münzinger Begegnungsstätte Germania findet jeweils am letzten Freitag im Monat statt. Foto: Privat

Das Trauercafé in der Germania will der Trauer einen Raum eröffnen. Mit Gleichgesinnten das Chaos der Gefühle teilen, sich austauschen, Trost und Hilfe suchen, um wieder Kraft zu finden für das eigene Leben.

Managen. Das Trauercafé in der Begegnungsstätte Germania ist ein offenes, überkonjunktionales Angebot. Immer jeden letzten Freitag im Monat trifft sich die Gruppe der Trauernden ab 17 Uhr für eineinhalb Stunden, um über das Unbegreifliche zu reden und gemeinsam die Trauer zu erleben.

Im Kinkelin, Leiterin der Diakonischen Bezirksstelle, teilt die Vorstellung mit den anderen Initiatoren, dass das Trauercafé als Anlaufstelle für Menschen gedacht ist, die den Kontakt zu anderen Betroffenen suchen, um zu reden, Anteil zu nehmen, Trost zu spenden, um das allgegenwärtige Thema des Todes besser zu verkraften.

Ehrenamtlich begleitet wird das Trauercafé unter anderem von Caroline Leopold und Pfarrerin Marlies Häsel aus Büttenhausen. Die Seelensorgen kennt den Schmerz, dem Trauernde ausgeliefert sind und die Reaktionen des Umfeldes. Nach dem Verlust ihre Brüder verarbeiten musste, entschied sie sich für eine Fortbildung als Trauerbegleiterin. Mit viel Geduld für die Bedürfnisse der Trauergruppe begleiten sie jedes Jahr.

In der Gruppe ist ein intensiver Austausch gewünscht. Momentan sind es überwiegend Frauen im Alter von 33 bis 80 Jahren, die sich immer am letzten Freitag des Monats in der Germania zusammenfinden. Hier wird das Unfassbare in Worte gefasst, hier ist ein Raum, den Gefühle freien Lauf zu lassen, Mitanfühlen freien Lauf zu lassen, was vielen Ausgestandene nicht nachvollziehen können. Mitfühlen kann eben nur der, der selbst den Weg

durch die Trauer geht. Hierbei entsteht das Gefühl, dass der Betroffene verstanden wird. Hier verspricht niemand die Tragik des Todes, die für die Hinterbliebenen tagtäglich zum Überlebenskampf wird. Während für alle anderen der Lebenskreislauf weiter geht, steht für den Trauernden die Erde still. Für die Ausgestandenen ist der Tod nicht allgegenwärtig, vielmehr wird dieses Thema ausgegrenzt, verdrängt. So treffen die Trauernden Hinterbliebenen häufig auf Unverständnis, wenn sich nach einiger Zeit nicht wieder der routiniertere Alltag einstellt hat.

Doch ist eben nichts mehr, wie es war. Die Gefühle von Verlassenheit und Einsamkeit können überwältigend, ja sogar lähmend sein. Mit der Trauer nicht allein zu sein, hilft, spendet Trost und gibt Halt. Ein wenig Hochnung keimt dann in der Gemenschheit wieder auf. Hier finden die Teilnehmer allmählich Mut und Kraft, den eigenen Weg weiter zu gehen. In diesem geschützten Raum der Begegnungsstätte ist Zeit und

Raum für diese Trauer. Wer kommt, muss gar nichts, nur eben da sein, schweigend oder auch redend, ganz, wie es die jeweilige Person gerade wünscht. Manches Mal tut es gut, sich alles von der Seele zu reden, dann wieder ist nur der Halt der Gemeinschaft gefragt, der in diesem Moment hilft. Es herrscht ein vertrauensvolles Miteinander, man kennt sich.

Der geschützte Rahmen gewährt, dass kein Wort nach außen dringt, die geteilte Trauer bleibt ausschließlich in der Gruppe. Diese trägt das schmerzvolle Leid, ohne zu werten oder zu verurteilen, mit viel Verständnis. Das gemeinsame Ritual am Ende des Trauercafés bildet den Abschluss, um jeden Einzelnen für den ganz persönlichen Weg zu stärken.

Info Das Trauercafé findet jeweils am letzten Freitag im Monat von 17 bis 18.30 Uhr in der Begegnungsstätte Germania statt. Nähere Informationen bei der Diakonischen Bezirksstelle, ☎ 0 73 81/48 27.