

schmaler grat  
auf beiden seiten  
vom sturz in die tiefe  
bedroht  
balanceakt  
der seele  
sich in der mitte  
halten  
oder  
gehalten werden.

Tieftraurig – Fassungslos- Ziellos- Hoffnungslos –  
Verzweifelt – Entsetzt - Hilflos

DAS WAREN WIR !

Dietmar und Melanie 2004 nach dem Tod unserer Tochter  
Annika sechs Tage nach ihrer Geburt.

Wie sollte es wieder aufwärts gehen? Wo war jede  
Lebensfreude hin?

Genau hier fing uns unsere Trauergruppe auf

Wir fühlten uns geborgen, verstanden, angenommen, endlich nicht mehr alleine. Endlich konnten wir reden und weinen, wir mussten uns nicht rechtfertigen für unsere Trauer. Wir konnten die Gedanken und Gefühle der anderen Betroffenen nachvollziehen, die für Außenstehende teilweise unverständlich waren. Genauso verstanden sie uns. Wir durften uns wiederholen oder auch schweigen, wir konnten aber auch gemeinsam lachen.

Die beiden Gruppenleiterinnen verstanden es, das Gespräch zu lenken ohne einzugreifen, es zu führen ohne zu unterbinden. Auf verschiedene Art und Weise arbeiteten wir an unserer Trauer. Auch wenn der Hauptpart unserer Trauerarbeit sicher auf dem gesprochenen Wort lag, tat uns persönlich die künstlerische Auseinandersetzung beim Tonwerken, Kerzengestalten oder auch Entwerfen von Sternen sehr gut. Schon die unglaublich vielseitige und liebevolle Gestaltung des Raumes alle zwei Wochen aufs Neue zeigte uns sehr intensiv, dass man sich mit uns sorgte, um uns kümmerte, mit uns fühlte.

So wandelte sich mit der Zeit unsere Trauer, neue Gefühle wurden gespürt, gute Tage wurden zugelassen, beim einen früher, beim anderen später, jeder für sich auf seine individuelle Weise.

Das regelmäßige Treffen wurde zur festen Institution, die nicht versäumt werden wollte.

Besonders im Rückblick auf die erste, so wichtige Zeit unserer Trauerarbeit stellte „unsere“ Trauergruppe für uns ein sicherer Fels in der Brandung dar und wir sind dankbar, dass wir diese gute Betreuung erfahren durften.

Melanie und Dietmar Rausch,

mit unseren drei Mädels Mona und Finja und Schutzengelchen Annika