



Trauer kann man nicht be-wält-igen

Im voll besetzten Hebelsaal in Lörrach referierte am 1. Juli die Trauerbegleiterin, Dozentin und Referentin aus Bonn, Monika Müller, zum Thema Trauer. Im Wort *bewältigen* steckt etymologisch das Wort Gewalt, und das hat mit Trauer nichts zu tun. Eingebettet in einige Vortragfolien, die Theorien zum Verlauf der Trauer erläuterten, war das Märchen der Königin Kunigunde. Kein Ratschlag, kein Trostpflaster halfen ihr über den Verlust ihres Sohnes hinweg. Isoliert von den Mitmenschen fühlte sie sich eingeschlossen in einen Turm, in Dunkelheit und Enge. Erst als eine Fee sich ihr liebevoll zuwandte, sie umarmte, mit ihr sprach und sie wahrnahm, konnten ihre Tränen fließen, ihr Schmerz sich Ausdruck verschaffen und sie sich langsam wieder nach oben zu den Menschen hinaufarbeiten-die Kristalle ihrer Tränen wurden hierbei zu Stufen. Nur Kunigunde alleine konnte diesen, ihren eigenen Weg, finden und gehen. Oben in der Welt empfing sie ihr Mann: „Lasst uns feiern, denn nun wird alles wieder sein wie immer“. Doch Kunigunde hatte sich verändert. Sie bewahrte die Erinnerung an den Sohn wie einen kostbaren Schatz, den sie hütete und immer wieder betrachtete. Im Dialog mit einer Maske, die Kunigunde darstellte, wurde das Märchen ergreifend und spürbar.

Dieses Märchen hatte eine Dame aus einer Trauergruppe bei Monika Müller selbst geschrieben. In dem eigenen und langen Trauerweg ist es wichtig, Elemente zu entdecken, um dem Schmerz Ausdruck zu verleihen, um die Trauer in Bewegung zu bringen. Nur dann kann die Integration des Verlustes in ein verändertes Leben gelingen. Lang anhaltender Applaus dankte der Referentin für den ergreifenden Vortrag. Und die drei Hospizmitarbeiterinnen, die bei ihr die Ausbildung zur Trauerbegleitung gemacht hatten, überreichten ihr ein kleines Präsent. Beim anschließenden Aperó ergaben sich noch intensive Gespräche und persönliche Begegnungen.

Christa Häfner