



Trauerreisen

Für wen machen sie Sinn?

Meine Klienten erzählen mir oft von ihren ersten Versuchen, ohne ihren Partner und allein zu verreisen. Bisher kenne ich keine Geschichte, die irgendwie positiv klingt. Aber dafür gab es oft die zu erwartenden Szenarien, wie alleine am Tisch zwischen glücklichen Familien und Pärchen zu sitzen, die einen mit merkwürdigen Blicken mustern, statt in das Geschehen einzubeziehen, oder einsame Bummel über Bazare und halbherzige Besuche von Sehenswürdigkeiten, die man nun ohne den Partner bewundern soll.

Sind Trauerreisen da die Alternative? Ich denke eindeutig ja. Klar weiß man nie auf wen man trifft. Auf jeden Fall auf Menschen, die ebenfalls trauern. Man hält sich selbst in dieser Zeit für eine Zumutung und so kommt es, dass man zunächst auch den Kontakt mit anderen Trauernden meidet. Doch spätestens nach dem ersten gescheiterten Versuch so eine Reise alleine anzugehen, kommt doch der Gedanke auf, einen neuen und gänzlich unbekanntem Weg einzuschlagen.

Sicherlich differieren die Angebote, rell halte ich diese Möglichkeit an nicht nur für interessant sondern Trauerbegleiter, die so eine unter den Trauernden eine schaffen. So werden immer gen und Tränen gut aufren Trauernden braucht verstecken, im Gegenteil, ohne viel erklären zu müsEin Teil des Programms ist arbeit. Weit weg von zu schützten Umfeld ist es oft stellen, zumal im Anschluss ge und Mahlzeiten winken. Wer kann auch dieses tun, ohne viel Glück finden sich so neue Freund-sogar fürs Leben.



wie überall, in der Qualität. Aber geneiner Trauerreise teilzunehmen, auch für hilfreich. Gut geschulte Reise anleiten, schaffen es positive Atmosphäre zu wiederkehrende Erinnerung-gefangen. Vor den anderman sich damit nicht zu hier kann man sie teilen sen oder sich zu schämen. auch angeleitete Trauer-Hause und in einem ge-leichter sich der Trauer zu schöne gemeinsame Ausflü-sich zurück ziehen möchte, erklären zu müssen. Mit etwas schaffen für die schwere Zeit oder

Ein Trauerreiseangebot das ich kenne und daher auch wärmstens empfehlen möchte, ist das von Christa Samluck-Köpsel. Wir haben uns während unserer Ausbildung als Trauerbegleiterinnen kennen gelernt. Noch heute sind wir füreinander einfühlsame Wegbegleiterinnen. Christa bietet immer wieder neue Reiseziele zu liebevoll ausgesuchten Orten an. Die Unterkünfte sind allesamt sehr sorgsam gewählt und das Programm der Situation angepasst. Über die Jahre hat Christa sehr viel an Erfahrung mit ihren Trauerreisen gesammelt. Jetzt bietet sie eine ganz besondere Trauerreise in ein Kloster an. Die Tage im Kloster Drübeck im Harz stehen unter dem Thema der Achtsamkeit mit sich und anderen. Bei Gesprächen, Bewegung, Meditationen und Ritualen kann man sich unter der sanften und vorsichtigen Führung von Christa ausprobieren, andere Menschen und den Umgang mit ihnen neu kennenlernen. Ihr Motto gefällt mir besonders gut:

„Du kannst Dein Leben weder verlängern noch verbreitern, nur vertiefen.“

Ich denke, gerade mit Christa sollte das an diesem besonderen Kraftort möglich sein. Die Reise ist für den Einstieg sehr geeignet, denn sie ist kurz – vom 8. bis zum 11. September, außerhalb der Ferienreisezeit und mitten in Deutschland – also nicht weit weg von zu Hause. Mehr darüber unter: **Zeit.T.Raum Praxis für Trauerbegleitung & mehr Hirschberger Str. 12b, 24558 Henstedt-Ulzburg www.zeit-trauer-raum.de 0 41 93 - 75 24 546**