



Komm, wir gehen ins Café zum Trauern

Manchmal kommen drei, manchmal zehn. Manchmal kommen auch ein oder mehrere Männer, aber seltener. Manche kommen nur einmal, manche lassen keinen Termin aus. Sie alle sind mutig, obwohl sie sich selbst gar nicht so fühlen– vor allem nicht beim ersten Mal. Die meisten kommen alleine. Das hat so seinen Grund.

Sie trauen sich zu Trauern und kommen am ersten Freitag im Monat ins Zuger TrauerCafé. Sie wagen es, sich gegenüber Fremden verletzlich zu zeigen, vielleicht sogar die schlimmste Verletzung, die sie in ihrem Leben kennen: den Tod eines geliebten Menschen.

Diesem Mut zur Verletzlichkeit versuchen wir einen Raum zu geben, dem Vertrauen gerecht zu werden, dass es einen Ort gibt, wo sie über die eigene Trauer reden dürfen.

Wir, das ist eine Gruppe von fünf überkonfessionelle VertreterInnen aus verschiedenen Organisationen, von denen je zwei das Zuger TrauerCafé leiten. Jede von uns hat Erfahrung in der Begleitung von Sterbenden und ihren Angehörigen. Die Trauernden lehren uns, was danach kommt, und dass sie Teil der Palliative Care und unserer Gesellschaft sind. Ja, wir sind wirklich jene, die lernen. Die Spezialistinnen mit der Trauer umzugehen, sind jene, die sich nach einem informellem Anfang (mit Kaffee ☺) im Kreis austauschen, um von Herzen zu reden, von Herzen zuzuhören und Vertraulichkeit über die Gespräche zu wahren. Wir LeiterInnen gestalten das Zentrum des Kreises und geben einen Input, achten darauf, dass alle zu Wort kommen und niemand predigt. Aber darüber hinaus hören wir einfach zu, fragen selten mal nach, tragen die Trauer mit ihnen im Wissen von: ‚Geteiltes Leid ist halbes Leid, geteilte Freude ist doppelte Freude.‘

Denn auch die Freude hat Platz im Kreis: Freude, dass andere verstehen, wie es einem geht; Freude über Einsichten, die plötzlich aus der Weisheit des Kollektivs erscheinen; Freude am Trost einer Mittrauernden, wenn die Tränen fließen.

Es ist eine andere Art von Café. Serviert wird ein Kaffee der Menschlichkeit und des Mitgefühls. Ein süßes Getränk in unserer Zeit.

Evi Ketterer,

Vertreterin der Spitex im TrauerCafé