

- Es ist eine seltsame Neben-Erscheinung meines Verlustes, dass ich spüre, wie ich jedem, der mir begegnet, eine Verlegenheit bedeute.
- Bei der Arbeit, im Klub, auf der Straße sehe ich, wie es sich Leute, die auf mich zukommen, überlegen, ob sie «es» erwähnen sollen oder nicht. Tun sie es, ist es mir zuwider, tun sie es nicht, auch. Manche drücken sich ganz und gar. R. meidet mich schon seit einer Woche.
- Am liebsten sind mir die wohlerzogenen jungen Männer, fast noch Jünglinge, die an mich herantreten, als sei ich Arzt, tief erröten, die Sache hinter sich bringen und sich so rasch, wie der Anstand erlaubt, wieder entfernen.
- C.S.Lewis - über die Trauer (29f)

# Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,  
die mir jetzt nicht ausweichen.  
Dankbar bin ich für jeden,  
der mir einmal zulächelt  
und mir seine Hand reicht,  
wenn ich mich verlassen fühle.

# Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,  
die mich immer noch besuchen,  
obwohl sie Angst haben,  
etwas Falsches zu sagen.

# Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,  
die mir erlauben,  
von dem Verstorbenen zu sprechen.

Ich möchte meine Erinnerungen  
nicht totschrveigen.  
Ich suche Menschen,  
denen ich mitteilen kann,  
was mich bewegt.

# Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,  
die mir zuhören,  
auch wenn das,  
was ich zu sagen habe,  
sehr schwer zu ertragen ist.

# Segen der Trauernden

Gesegnet seien alle,  
die mich nicht ändern wollen,  
sondern geduldig so annehmen,  
wie ich jetzt bin.

Gesegnet seien alle, die mich trösten  
und mir zusichern,  
dass Gott mich nicht  
verlassen hat.

*Marie Luise Wölfing*  
Kleve im Dezember 1986

# Sterbephasen

nach Elisabeth Kübler-Ross

1. Nichtwahrhabenwollen und Isolierung
2. Zorn
3. Verhandeln
4. Depression
5. Zustimmung

# Trauerphasen

nach Verena Kast

1. Nicht-wahrhabenwollen
2. aufbrechende Emotionen
3. Suchen und Sich-Trennen
4. neuer Selbst- und Weltbezug