

Sie haben Ihren Partner/Ihre Partnerin, ein Kind, andere liebe Angehörige oder auch Freunde durch den Tod **verloren**.

Ihre Ehe oder sonst eine wichtige Beziehung in Ihrem Leben ist **zerbrochen**. Sie sind **verlassen** worden oder haben sich **getrennt**. Vielleicht trauern Sie über etwas, was Sie sich immer **gewünscht**, aber **nie** bekommen haben.

In unserer Gesellschaft haben viele Menschen verlernt, mit Tod, Abschied und dem damit verbundenen Schmerz lebensbejahend umzugehen. So wird verständlich, daß Sie häufig in Ihrer Umgebung auf Verständnislosigkeit, Hilflosigkeit und Ablehnung stoßen, wenn Sie Ihre Trauer mit anderen Menschen teilen wollen. Oftmals bleibt nur der Rückzug ins "stille Kämmerlein", was das Gefühl der Einsamkeit noch mehr verstärkt.

Trauer braucht ein Gegenüber, ein "**Du**".

Trauer ist eine gesunde menschliche Reaktion, die durch Verlusterlebnisse ausgelöst wird.

Leben ist ein fließender Prozess, in den wir als ganzheitliche Wesen teilhabend und teilgebend eingebunden sind. Wandlungs- und Übergangsphasen mit den dazugehörigen Gefühlen der Trauer gehören genauso zur Erfahrung menschlichen Lebens wie Freude und Glück.

In einer Gesellschaft, die auf "Keep on smiling" dedrillt ist und in der das Sterben, der Tod und die Trauer tabuisiert sind, fühlen sich von Trauer betroffene Menschen oftmals verunsichert und alleingelassen.

Trauerseminare:

Die Trauerseminare sind darauf ausgerichtet, einen besseren Umgang mit der oftmals nicht in Worte zu fassenden Trauer zu finden und neue Möglichkeiten der Trauerverarbeitung zu entdecken. Unterstützend hierbei wirkt eine Gemeinschaft von Menschen, die selber von Abschiedserlebnissen betroffen sind und von daher aus eigener Erfahrung wissen, wie sich die Trauer anfühlt.

Abschiedsrituale und Übungen helfen, die Trauer verstehen zu lernen und einen neuen Zugang zu sich selbst und einen besseren Umgang mit seinen Gefühlen zu finden.

Der Abstand von dem gewohnten Zuhause, das gemeinsame Essen und die Übernachtung in einer neuen Umgebung sind als Unterstützung zu sehen, um neue Umgangsformen der Trauerverarbeitung zu entdecken. Das Wochenendseminar bietet die Möglichkeit, Abschied zu nehmen von dem, was das Leben mit Schmerz erfüllt und was nicht mehr der Realität entspricht.

Der Verlust von dem, was zum Leben als dazugehörig empfunden wird und die Einsicht, es wird nie mehr so sein wie es einmal war oder wie man es sich so sehr wünscht, tut oft sehr weh und braucht Kraft.

Das Trauerseminar ist auch darauf ausgerichtet Kraft zu schöpfen und sich mit den Quellen des Lebens zu verbinden.

Ganz herzlich eingeladen sind all diejenigen, die es leid sind mit ihrer Trauer unverstanden allein zu bleiben und in sich das Bedürfnis verspüren, neue Wege der Trauerverarbeitung zu entdecken.

Zwischen der Teilnahme an einem Trauerseminar und der Verlusterfahrung sollten mindestens 6 Monate vergangen sein.

Begleitung: Dirk Matzik und Assistenz

Dirk Matzik, Jahrg. 1955, Dipl.-Sozialpädagoge, psychotherapeutischer Heilpraktiker, ausgebildet in Klientenzentrierter und Systemischer Gesprächsführung, Psychodrama, professioneller Trauerarbeit und als Sozial- u. Suchtkrankentherapeut.

Langjährige Erfahrung in der Leitung von Trauer-, Ausdruckstanz- und Meditationsseminaren.

Leiter von **T.A.B.U.**, Zentrum für Trauerleitung, Therapie und Weiterbildung.

Ort: Wasserburg-Rindern, Kleve
www.wasserburg-rindern.de

Zeiten: Beginn: Fr. 18.00 Uhr
Ende: So. 16.00 Uhr

Kosten: 275,- Euro incl. Unterbringung im Einzelzimmer mit Verpflegung

Anmeldung: schriftlich mit dem Anmeldeabschnitt bei der Trauer- und Lebensberatungsstelle T.A.B.U. in Essen. Per Post, FAX oder Mail.

Anschrift: T.A.B.U., Goethestr. 1
45128 Essen

Telefon: 0201/ 32 87 77

Fax: 0201/8 32 53 68

Mail: tabu-team@online.de

Anmeldung:

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Trauer-

seminar vom: **20. bis 22.04.2012**

23. bis 25.11.2012 an.

Bitte das Ankreuzen nicht vergessen!

Nach meiner Anmeldung bekomme ich eine Anmeldebestätigung mit weiteren Informationen zum Seminar zugesandt. Nach Erhalt der Bestätigung überweise ich die Kursgebühr auf das angegebene Konto. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von **35,- €** einbehalten, bei späterem Rücktritt ist die gesamte Seminargebühr zu bezahlen.

Für Schäden an Eigentum und Gesundheit wird nicht gehaftet. Jede/r Teilnehmer/in entscheidet, inwieweit er/sie sich auf die angebotenen Prozesse einläßt und ist für sich selbst verantwortlich. Sollten Sie in psychiatrischer Behandlung sein, reichen Sie bitte mit Ihrer Anmeldung eine Unbedenklichkeitsbescheinigung von ihrem Arzt/Therapeuten ein. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an.

Vorname: _____

Name: _____

Postl./Ort: _____

Str.: _____

Tel.: _____ **Alter:** _____

E-Mail: _____

Datum: _____

Verlust von ?: _____

Unterschrift: _____

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.*

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

*Gesegnet seien alle,
die mir erlauben,
von dem Verstorbenen zu sprechen.
Ich möchte meine Erinnerungen
nicht totschweigen.
Ich suche Menschen,
denen ich mitteilen kann,
was mich bewegt.*

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

Trauer · Abschied · Begleitung · Unterstützung
TABU

- **Trauer**
- **Abschied**
- **Begleitung**
- **Unterstützung**

TRAUERSEMINARE

Frühjahr / Herbst 2012