

## Loslassen, nach vorne schauen, wieder lachen lernen: Reisen für Trauernde

VON SYBILLE BOOLAKEE

**München.** Trauern und verreisen? Das passt für viele überhaupt nicht zusammen. Aber auch wert den Verlust eines geliebten Menschen erlebt hat, der sehnt sich nach Neuorientierung und Erholung. Oft sind dann selbst die nächsten Angehörigen keine Hilfe. Eine Reise in einer Gruppe gleichfalls Betroffener kann Trauernden eine sinnvolle Möglichkeit bieten, wieder frischen Lebensmut zu fassen und neue Hoffnung zu schöpfen.

Als Irma Heyne-Beuse vor sechs Jahren den Tod ihres Mannes zu verkraften hatte, stürzte sie in ein tiefes Loch. In Gesprächskreisen einer Hospizinitiative fand die Touristikerin, die 30 Jahre lang ein Reisebüro geleitet hat, viel Unterstützung und Verständnis. Schließlich wurde dort gefragt, ob sie nicht mal eine Reise für Trauernde organisieren wolle. Das Echo war positiv, und so gründete sie 2007 den Spezialveranstalter Regen-Bogen-Reisen. Auf jeder Tour ist eine ausgebildete Trauerbegleiterin dabei, die Tag und Nacht für die bis zu 20 Trauernden ansprechbar ist und tröstende Worte findet. Auch Frau Heyne-Beuse oder ihre Schwester begleiten jede Reise. Vor allem Frauen jeden Alters nehmen an den einwöchigen Reisen teil, bei denen viel geweint, aber auch viel gelacht wird. „Die Gemeinschaft stärkt und wirkt lange nach“, sagt Irma Heyne-Beuse. Ziele sind unter anderem Mallorca, die Toskana und der Vierwaldstätter See. Über Weihnacht und Silvester – besonders kritische Tage für Alleinstehende – steht eine Festtagsreise im Programm.

Martina Taruffis bietet „Menschen in Verlustsituationen“ Reisen nach Wangerooze, ins Kloster Thüne im Emsland, nach Südschweden und auf die Halbinsel Sinai an. Ihren Veranstalter Trau-Dich-Reisen gibt es bereits seit 1996. Die Soziologin hatte einst ein ambulantes Hospiz in Düsseldorf mit aufgebaut, bevor es sie in den Norden Deutschlands verschlug. Dort entwickelte sie ein Konzept, Trauernden und Menschen nach schwierigen Trennungen

oder mit seelischen Belastungen naturverbundene Reisen zu ermöglichen. Taruffis steht den Trauernden dabei rund um die Uhr zur Seite und ermutigt die maximal sechs Teilnehmer mit intensiven Gesprächen und vielfältigen Ritualen, einen Neuanfang zu wagen.

„Wir machen die Leinen los und blicken zurück aufs Land. Doch irgendwann dreht man sich um und sieht nach vorne.“ So beschreibt Piet Morgenbrodt die Idee seiner einwöchigen Segelreisen für Trauernde. Der Künstler und erfahrene Skipper lernte nach dem Tod seines Sohnes vieles über Trauerarbeit in Selbsthilfegruppen. Ermutigt durch die intensiven Begegnungen charterte er 2006 erstmals ein Segelboot für Trauernde.

Jeder Reise von „Care and Sail“ geht ein Treffen der maximal acht Mitreisenden voraus. „Zusammen ist man weniger allein.“, beschreibt eine Teilnehmerin die Erfahrung, auch ohne große Worte verstanden zu werden. Piet Morgenbrodt ist auf diesen Touren Kapitän und Trauerbegleiter in einer Person. An Bord finden die Trauernden, die ihren Partner oder andere Angehörige verloren haben, Ruhe und Zeit für sich und ihre Trauer, aber es geht auch hier sehr fröhlich zu – der Blick nach vorn eint die Crew. Angeboten werden 2012 eine Flusskreuzfahrt in Südfrankreich, eine Hausbootreise in der Lagune von Venedig und ein Segelort an der lykischen Küste im Süden der Türkei.

Segelreisen für Trauernde offeriert auch Barbel Sievers-Schaarschmidt. „Der Tod eines nahen Menschen stellt oftmals einen Wendepunkt dar. Neue Horizonte tauchen auf und ein Ankerplatz für die Trauer muss gesucht werden.“ Sievers-Schaarschmidt ist langjährige Trauerbegleiterin und hilft den Teilnehmern, mit ihrer Trauer zu leben. Belastendes im wahrsten Sinn des Wortes über Bord zu werfen, aber auch, sich den Wind um die Nase wehen zu lassen. Auf der Kairo, einem Passagiersegel-schiff mit Kapitän und fester Mannschaft, segeln maximal zwölf Reisende vor Griechenland, Sizilien und in der Karibik.

Seit dem vergangenen Jahr bietet auch TUI Gruppenreisen für Trauernde zusammen mit der Privaten Trauer Akademie von Fritz Roth in Bergisch-Gladbach an. Die maximal 14 Teilnehmer, die nach Vorgesprächen sorgsam zusammengestellt werden, werden von zwei Trauerbegleitern betreut. Die täglich angebotenen Gesprächsrunden und Rituale zur Trauerverarbeitung während der Reise sind dabei freiwillig.

Besonderen Wert legen die Veranstalter auf den Dreiklang aus der Trauerbewältigung, auf gemeinsame Erlebnisse in der Natur und auf die Geselligkeit beispielsweise beim gemeinsamen Abendessen in großer Runde. Die Teilnehmer lernen dabei wieder, positive Gefühle zuzulassen, sich auch wieder etwas zu gönnen und neue Kraft zu tanken. Die „Reisen ins Leben“, die in diesem Jahr den Innovationspreis der Reisebüros Deutschlands und die Goldene Palme 2011 für besondere Pauschalreisen erhalten haben, führen 2012 nach Madeira, Mallorca, Teneriffa, Kreta und an die Algarve.