

Im Land der Trauer

Im Land der Trauer
will die Nacht
nicht mehr aufwachen.
Mond und Sterne haben
längst ihr Leuchten
eingestellt.
Selbst die Schatten
gingen in der Finsternis
verloren.
Schwarze Gräser
säumen unsern Weg,
den wir nicht
sehen.

Doch jede Hand,
die man uns
entgegenstreckt,
verwandelt sich
in Licht.

Renate Salzbrenner

So können Sie uns erreichen

Bitte rufen Sie uns an, wenn Sie jemand
Nahestehenden durch Suizid verloren haben und
sich in Not fühlen!

Die Gruppentreffen finden jeden ersten Freitag im
Monat um 19:30 Uhr statt im Gemeindehaus der
Erlöserkirche statt.

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Erlöserkirche
Landshut

Konrad-Adenauer-Straße 14

84028 Landshut

www.agus-selbsthilfe.de

Ansprechpartner AGUS Landshut

Ludmilla Zacherle und Gerhard Sommer

Telefon: 0871 422 93

E-Mail: landshut@agus-selbsthilfe.de

www.landshut.agus-selbsthilfe.de

Bundesgeschäftsstelle AGUS e.V.

Telefon: 0921 150 03 80

E-Mail: kontakt@agus-selbsthilfe.de

**Suizid, keine Trauer
wie jede andere.**

Selbsthilfegruppe

in Landshut





Liebe Angehörige,

wenn sich ein nahestehender Mensch
das Leben genommen hat,
ist nichts mehr, wie es einmal war.

Ein Chaos der Gedanken und Gefühle bricht
herein. Die Trauer ist häufig begleitet von
Hilflosigkeit, Scham, Verunsicherung, Wut,
Schuldgefühlen, Angst und Leere.

Quälende Fragen nach dem „warum“ und „wie
soll alles weitergehen“ stellen sich ein.

In der Gruppe können wir nichts ungeschehen
machen, aber wir wollen uns gegenseitig stützen
und begleiten, ein Stück unseres Weges
gemeinsam gehen, zuhören, achtsam sein, uns
Zeit lassen, über unser Erleben sprechen, und
Gefühle zulassen.

Sie sind herzlich willkommen

Teilnehmen kann jeder, der einen nahe stehenden
Menschen durch Suizid verloren hat. Es ist dabei
unerheblich, wie viel Zeit seit dem Suizid
vergangen ist.

Sie können kommen, solange sie wünschen oder
die Gruppe als hilfreich erleben.

Die Gruppentreffen ermöglichen Gespräche mit
ähnlich Betroffenen in einem geschützten
Rahmen. Diskretion in der Gesprächsgruppe ist
selbstverständlich.

Sie sind überkonfessionell.

Die Teilnahme ist kostenlos und eine
Mitgliedschaft bei AGUS e.V. ist nicht erforderlich.

Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die
gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände
in Bayern.

Klage der Hinterbliebenen nach Suizid

Wir haben gesehen
und doch nicht verstanden,
und seit wir verstehen, ist es zu spät.

Wir waren sicher, tragend zu lieben,
wir schenkten Vertrauen
und boten den Rückhalt,
das Sterben verhindern
konnten wir nicht.

Der uns nächste Mensch
ging allein in den Tod,
er hat sein Leben von unserem gelöst
und uns eine Last übergeben.

Wir tragen die bitterste Folge
der Verwurzelung in einem Menschen.

Wir müssen so schmerzlich erfahren:
Des Lebens Rätsel lösen wir nicht,
wir wissen nur, dass wir lernen.



Erika Bodner