

Die Trauer ist wie ein Kind, das gesehen, geachtet und in all seinen Gefühlen wahr genommen werden will, damit sich seine Lebenskraft und -freude entwickeln kann.



Trauerbegleitung

Agnes Bossert-Iseli
Birkenweg 7
6262 Langnau

Mein Weg zur Trauerbegleiterin

Bis zu meinem 12. Altersjahr wuchs ich glücklich in einer Grossfamilie auf. Da verunglückte meine ältere Schwester im Strassenverkehr tödlich. Das war für die ganze Familie ein grosser Schock. Für uns brach eine Welt zusammen. Nichts war mehr so wie vorher. Chaos, Tränen, Schreie, Schmerz und Ohnmacht.

Bis zur Beerdigung fanden wir Unterstützung durch meine lieben Verwandten und Nachbarn. Nachher ging alles wieder zur gewohnten Tagesordnung über. Über den Todesfall wurde mit uns Kindern nicht gesprochen. Mein Vater arbeitete sehr viel im Geschäft und kam abends meistens spät nach Hause. Meine Mutter war Hausfrau und sorgte für uns Kinder.

10 Jahre später verstarb mein Vater durch Suizid. Für mich brach nochmals eine Welt zusammen. Ich war zu dieser Zeit seit einem Jahr verheiratet. Knapp ein Jahr nach diesem Todesfall gebar ich Zwillingmädchen. Eines davon starb während der Geburt. Mein Mann und ich haben es nie gesehen. Durch den Trost und die Freude an unserem lebenden Mädchen ging die Trauer über das verstorbene unter. In den folgenden Jahren durfte ich noch drei weiteren Töchtern das Leben schenken.

Angst und Schüchternheit waren viele Jahre meine Wegbegleiter und blockierten mich in vielen Lebensbereichen. Zum Beispiel fuhr ich mehrere Jahre nicht Auto, weil ich Angst hatte, jemanden zu überfahren. Das Alleinsein, die Dunkelheit - und vor allem der Gedanke an den Tod - machten mir grosse Angst.

1998 erhielt meine Mutter die Diagnose Krebs. Das war für mich wiederum ein harter Schlag. Dank unserer grossen Familie, konnten wir Angehörigen abwechslungsweise unsere Mutter während ihrer Krankheit in ihrer vertrauten Umgebung zu Hause bis zu ihrem Tod begleiten. Durch sie durfte ich diesmal einen anderen Weg des Sterbens erfahren. In diesem Prozess lernte ich, mit ihr über den Tod zu reden, mit ihr zu beten, sie zu pflegen, auf ihre Gedanken und Ängste einzugehen. Ich sah wie ihr Körper im Laufe der Zeit schwächer und schwächer wurde und wie sie dann friedlich einschlief. Durch diese Erfahrung verlor ich die Angst vor dem Tod.

Sie war für mich Türöffnerin zu meiner heutigen Berufung und Lebensaufgabe. Gleichzeitig war sie auch ein grosses Vorbild für meine Spiritualität. Immer wieder hörte ich sie sagen: „Durch all das Schwere hindurch hat mir mein Glaube geholfen, auszuhalten und immer wieder Kraft und Vertrauen zu schöpfen, um Weiterzugehen.“

Seit dieser Zeit vertiefte ich mich vermehrt in die Thematik der Spiritualität, durch Lesen von entsprechenden Büchern und den Besuch diverser Kurse. So fand ich immer mehr den Zugang zu dieser grossen Kraft und Lichtquelle für mich selber, aber auch für meinen Liebesdienst am Nächsten. Gleichzeitig fing ich an, mich mit Sterben und Tod vermehrt auseinanderzusetzen. Ich las Bücher darüber und bald begann ich eine Ausbildung bei der Caritas in Luzern für Sterbebegleitung. Anschliessend bekam ich die Möglichkeit, Menschen im Alters- und Pflegezentrum Feldheim in Reiden, sowie bei der Spitex Wiggertal Reiden auf ihrem Weg ins Sterben zu begleiten. Das Sterben oder „Heimgehen“ erlebe ich jedes Mal als einen heiligen, lichtvollen Moment.

Im Laufe der Zeit wurde mir bewusst, dass die Sterbenden liebevoll begleitet werden, aber trauernde Angehörige vielfach allein gelassen sind, wie ich es selbst erlebt hatte in jungen Jahren. Aus diesem Grund absolvierte ich während 1½ Jahren eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin. Ein 3-tägiges persönliches Trauerseminar war Voraussetzung für diese Ausbildung. In diesen Tagen schaute ich nochmals auf meinen Lebensweg zurück und durchlebte Trauer in verschiedenen Gefühlsebenen. Durch kreatives Malen, Niederschreiben, Natur- und Körpererfahrungen unter der behutsamen Führung von zwei freischaffenden Theologinnen konnte ich alte Trauer verarbeiten, Ängste überwinden und zu neuer Kraft und Lebensfreude finden. Aus diesem Prozess heraus lernte ich mein Leben nun selbstbestimmt und verantwortungsvoll in die Hand zu nehmen.

Mein Leben war und ist mein bester Lehrmeister. Dafür bin ich heute sehr dankbar.

Mein Angebot als Trauerbegleiterin

Ich freue mich in meiner neuen Lebensaufgabe für jene Menschen da zu sein,

- die um einen lieben Menschen trauern,
- die ihre Trauer nicht verarbeiten können,
- die sich allein gelassen fühlen,
- die sich mit niemandem aussprechen können.

Als eine liebevolle und einfühlsame Trauerbegleiterin unterstütze ich Sie gerne individuell durch diesen heilsamen Prozess.

- Im Trauer-Café der SPITEX Wiggertal in Reiden:
Diese regelmässig stattfindenden Gruppengespräche sind kostenlos und können ohne Anmeldung besucht werden.
Die Daten finden Sie auf der Website der SPITEX (www.spitex-wiggertal.ch).
- In Einzelgesprächen in ihrer vertrauten Umgebung zu Hause:
Für Auskünfte und Anmeldung nehmen Sie bitte mit der SPITEX-Leitung (Telefon 062 758 30 20) oder direkt mit mir Kontakt auf.
- In meinem Besprechungszimmer in Langnau:
Kosten gemäss meiner persönlichen Preisliste
Auskünfte und Anmeldung bei Agnes Bossert-Iseli (siehe unten)

Kontakt Daten

Telefon: 062 758 11 51 / 079 731 57 50

E-Mail: agnes.bossert@raonet.ch