



CARIBOU AZORES

Erfahrungsbericht Marita, Anita und Anna

Auf unserem Weg durch die Trauer haben wir eines Tages eine sehr einfühlsam geschriebene Karte von Caribou Azores erhalten. Unsere Gedanken dazu waren:

- „Endlich darf ich mich mit Menschen in der gleichen Situation treffen.“
- „Die Einladung sprach mich an, ich überlegte nicht lange und meldete mich sofort an.“
- „Das kraftvolle Bild zusammen mit dem Text liessen mich nicht mehr los, weshalb ich mich ein paar Wochen später einfach anmelden musste.“

Im wunderschönen und energievollen Convento de São Francisco wurden wir herzlich von Regula und Urban empfangen. In den liebevoll eingerichteten Räumen mit dicken Mauern und Bögen aus Lavastein fühlten wir uns schnell sehr wohl. Die Ruhe und das einfach „sein dürfen“ war überall in den Räumen zu spüren – wirklich wie geschaffen für unsere Trauerwoche. Wir fühlten uns hier total gut aufgehoben, weil es ein respektvolles, emphatisches Miteinander und Füreinander war.

Es folgten Tage mit morgentlicher Meditation im Klosterhof, gemeinsamem Morgenessen und dem anschliessenden Austausch über unseren Trauerweg; wo wir stehen mit den verschiedenen Trauerphasen, wie wir uns fühlen und wie wir unser neues Leben, ohne den geliebten Partner/Partnerin, gestalten könnten. Sie brachten uns einen Weg näher, um besser auf uns zu achten, den Gefühlen Berechtigung, Platz und Zeit zu geben.

Ein besonders berührender Moment war die Klangheilung am Sonntagnachmittag im stillen Kreuzgang – eine tiefe Erfahrung, die unsere Gruppe so bewegte, dass wir um eine Zweite baten, die dann gegen Ende der Woche erneut stattfand.

Nachmittags erkundeten wir gemeinsam die ganze Insel und durften die schöne kraftvolle Natur erleben. Sie gaben uns immer wieder Gelegenheit diese einmalige Natur auf uns wirken zu lassen und abends auch das feine Essen mit seinen Spezialitäten zu geniessen. Der stetig bereichernde Austausch untereinander über Gedanken, Ideen, Erfahrungen, Träume, Zweifel, Trauer und Tränen – sowie der mittragende Humor – gab und gibt uns Kraft für unseren weiteren Weg.

Mit grosser Dankbarkeit an die beiden Geschwister für diese wertvolle, eindrückliche und bereichernde Woche kehrten wir gestärkt nach Hause zurück.

Wir sind uns aber bewusst, dass unsere verschiedenen Gefühle weiterhin kommen und gehen, wie Ebbe und Flut auf den Azoren.

Marita, Anita und Anna



August 2025