

## Farben der Trauer

Meine Trauer ist rot  
für die Unruhe in mir.

Meine Trauer ist blau  
für die Einsamkeit, die Leere  
und alle ungestillten Sehnsüchte.

Meine Trauer ist schwarz  
für die Verzweiflung und den Abgrund in meiner Seele.

Meine Trauer ist braun  
für das Ringen um Boden unter meinen Füßen.

Meine Trauer ist gelb  
für alle Schätze, die mir dennoch zuteil werden,  
für das Licht, das immer wieder für mich scheint  
und für die Menschen, die die Sonne zu mir bringen.

Meine Trauer ist grün  
für die Hoffnung, die Zuversicht  
und das Wissen darum, dass es immer weiter geht.

Meine Trauer ist weiß  
für alle Schutzengel, die mich an der Hand halten,  
mich trösten und Balsam meiner Seele sind  
und für die Kraft,  
die mich durch diese Zeit trägt,  
ohne dass ich ihren Ursprung kenne.

Meine Trauer ist bunt wie ein Kaleidoskop  
für alle Gefühle in mir,  
die sein wollen und sein dürfen.  
Ich lasse sie zu und halte sie aus,  
gebe ihnen Raum zum Leben und zur Verwandlung.

...