Inhaltsverzeichnis

**Trauer und Beerdigung.
Eine Hilfe für Angehörige** 7

Das Erleben von Tod 10

Fragen bleiben 12
In Ruhe Abschied nehmen, den Tod begreifen 16

Wenn der Tod eintritt 19

Menschen, die Ihnen zur Seite stehen 21

Freunde und Verwandte 21
Die Seelsorger 22
Der Bestatter 23
Die eigenen Bedürfnisse 23
Der Schmerz 25
Die Wahl des Bestattungsunternehmens 26

Stationen des Abschieds 29

Sterbebegleitung 29
Aussegnung 36
Trauergespräch 38
Der Trauerbrief / Die Traueranzeige 39
Eine Auswahl an Bibelworten und Zitaten 40
Die Trauerfeier 44
Termin und Ort der Trauerfeier 44
Ablauf der Trauerfeier 46
Abschied am Grab 47
Auswahl der Musik bei der Trauerfeier 49
Einige beliebte Lieder und Musikstücke für kirchliche Trauerfeiern 51
Blumen- und Kerzenschmuck 53
Gedenken im Familien- und Freundeskreis 54

Würdige Trauerkleidung 55
Kondolieren 56
Fürbitten im Gemeindegottesdienst 58
Trauerbesuch 59

Die Zeit der Trauer 60

Einige Anregungen zur Trauerbewältigung 63
Was helfen kann 68
Auch Kinder trauern 69
Kinder bei der Trauerfeier 75

Ein Grab – sich erinnern, verweilen, Kraft schöpfen für Neues 76

Formen der Bestattung 81
Die Erdbestattung 82
Die Feuerbestattung / Urnenbestattung 83
Grabarten 85
Seebestattung 87
Ablauf einer Seebestattung 88
Naturbestattungen – Baumbestattungen bzw. sog. Friedwälder 89
Andere Bestattungs- und Erinnerungsformen 90

Praktisches 92

Was eine Bestattung kostet 92
Tod im Ausland 94

Erinnerungen und Jahrestage 96

Totengedenken am Ewigkeitssonntag (Totensonntag) 97
Stilles Gedenken 100
Trauerportale im Internet 100
Checkliste 105
Notizen 109
Verzeichnis der abgedruckten Texte 110

Trauer und Beerdigung. Eine Hilfe für Angehörige

Der Tod ist und bleibt immer ein ganz eigener, ein besonderer Moment. Der Tod verändert vieles. Die Trennung von einem Menschen kann das eigene Leben ins Wanken bringen. Selbst wenn sich der Tod lange vorher angekündigt hat, zum Beispiel durch eine schwere Krankheit, wird er doch häufig als plötzlich eintretendes Ereignis erlebt. Manche Menschen fühlen im ersten Moment mehr Wut und Zorn als Trauer. Anderen scheint es, als ob sie gar nichts fühlen würden und sind erschrocken über ihre Distanziertheit. Nach langem Leiden kann der Tod auch als Erlösung erlebt werden und Erleichterung spürbar werden lassen. Vielen fällt es schwer, ihre Gedanken zu sortieren und Entscheidungen zu treffen

Auch der Umgang mit dem Tod wird in ganz unterschiedlicher und ganz eigener Weise erlebt. Die einen sind froh, von vielen Aufgaben, die eine Beerdigung erfordert, entlastet zu werden. Für andere ist es hilfreich und wichtig, bei möglichst vielen Aufgaben beteiligt zu werden und eine persönlich gestaltete Beerdigungzu erleben, – gerade auch als Gegengewicht zu der Hilflosigkeit angesichts des Todes.

Die Beerdigung kann als gemeinsames Abschied nehmen, als eine letzte öffentliche Begegnung, auf ganz eigene Weise dazu beitragen, loszulassen. Die kirchliche Beerdigung bietet Raum und Zeit, Bilder und Sprache für diesen Abschied. Im gottesdienstlichen Rahmen finden sich Worte für das Schwere und vielfach schwer Fassbare: für den Tod, für den Schmerz, für den Wunsch, dass die Toten bei Gott geborgen sind und für neue Hoffnung auf ein Leben, das mächtiger ist als der Tod.

Dieses Buch möchte zweierlei: Zum einen wurden Hinweise und Informationen gesammelt: was bei einem Sterbefall zu bedenken ist, was vor der Beisetzung zu entscheiden ist, der Ablauf einer kirchlichen Trauerfeier, Bestattungsformen, so manches, was zu bedenken ist und gerade in solchen Momenten des Abschieds so schwer im Kopf bleibt. Und auch nach der Beisetzung ist Verschiedenes zu regeln. Diese Informationen „rund um die Beerdigung“ wollen und sollen keine Trauerarbeit ersetzen. Sie sollen die Hinterbliebenen unterstützen: durch Sachinformationen Klärung bringen, die Scheu nehmen und ermöglichen, die Beerdigung in aller Ruhe, persönlich und passend zum Verstorbenen gestalten zu können.

Zum anderen wurden kurze Texte, Gebete, Bibel- und Liedtexte zusammengestellt, die eingestreut an verschiedenen Abschnitten im Buch zu finden sind. Dabei handelt es sich um Annäherungen an das Thema Tod, Sterben, Abschied nehmen.

Dieses Buch lehnt sich bewusst an unsere abendländisch-christlichen Traditionen an und verweist auf die Unterstützung christlicher Traditionen gerade in derartigen krisenhaften Zeiten. Die Erinnerung daran, welche christlichen Abschiedsrituale uns zur Verfügung stehen, sollen hier gebündelt vorgestellt werden. Maßgeblich wurde dieses Buch durch die vielen Beerdigungen geprägt, die ich als evangelische

Pastorin begleitete und bei denen ich erlebte, mit welchen Themen, Schwierigkeiten und Fragen die Hinterbliebenen umzugehen hatten. Dabei steht die evangelische Tradition im Mittelpunkt– andere Konfessionen, Religionen oder andere Rituale sollen damit nicht abgewertet werden, können aber nur knappe Betrachtung finden. Traditionen, Regelungen auf dem jeweiligen Friedhof und Abläufe sind immer regional unterschiedlich und durch die Persönlichkeiten geprägt, die an der Gestaltung mitwirken. Insofern kann das Vorgestellte nur eine grobe Orientierung bieten. Jeder Abschied gestaltet sich naturgemäß immer etwas anders.