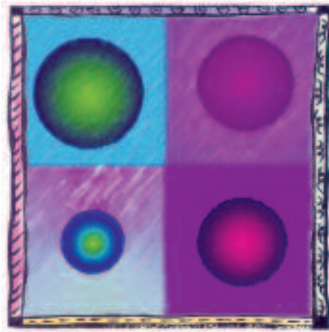


# Gut Abschied nehmen



**Symbole, Rituale und Bräuche  
für die Zeit dazwischen**

---

## Zeit zum Abschied nehmen

Viele Menschen fühlen sich beim Eintreten eines Sterbefalls zutiefst verunsichert. Was soll und muss ich jetzt tun? Was darf ich tun? Was hilft mir weiter? Was würde ich später bedauern?

Dies ist **Ihre** Zeit, Abschied zu nehmen und Sie können diese Zeit frei nach Ihren Wünschen gestalten.

Lesen Sie dieses kleine Heft in aller Ruhe und überlegen Sie ganz für sich, wie Sie diese Tage zwischen Tod und Bestattung gestalten möchten.

Nehmen Sie sich Zeit. Zeit um nachzudenken und bewusste, weise Entscheidungen zu treffen. Entscheidungen, die Ihnen helfen zu trauern und gut Abschied zu nehmen.

Dieses Heft erklärt Ihnen kurz die wesentlichen Abläufe und stellt Ihnen einige Rituale und Möglichkeiten vor. Sie sind vollkommen frei, das zu tun, womit Sie sich am wohlsten fühlen.

Wir hoffen, dieses Heft hilft Ihnen ein wenig, diese wichtigen, schmerzhaften Stunden nicht nur einfach zu überleben, sondern sie bewusst zu gestalten.



*Für Fragen stehen wir Ihnen natürlich unter 0711 · 72 20 95 0 zur Verfügung.*



## **Was geschieht jetzt?**

Wir holen den Verstorbenen ab und bringen ihn, ganz nach Ihrem Wunsch, in unser Stammhaus in der Oberen Weinsteige 23, in unser Abschiedshaus in der Türlestraße 36 oder, wenn Sie es wünschen und es möglich ist, auf den Friedhof. Dort bleibt der Verstorbene bis Sie mit unseren Mitarbeitern besprochen haben, wo und wie er bestattet werden soll, in welchem Sarg und in welcher Kleidung und wie sie den Abschied gestalten wollen.

Wenn wir den Verstorbenen abholen, müssen wir die Todesbescheinigung mitnehmen, da diese immer beim Verstorbenen bleiben muss und wir sie benötigen, um den Sterbefall beim jeweiligen Standesamt zu melden und die Bestattung zu organisieren.

In der Besprechung mit unserem Mitarbeiter entscheiden Sie, wie Sie die Bestattung gestalten möchten, legen einen Termin für die Trauerfeier fest, wählen Blumenschmuck aus und gestalten mit unserem Mitarbeiter Traueranzeigen und Trauerdrucke.

Unser Mitarbeiter erledigt die Formalitäten und organisiert die Bestattung für Sie, damit Sie frei sind, um Abschied zu nehmen.

Lassen Sie sich ruhig einen Tag Zeit, bevor Sie die Dinge mit uns besprechen und Entscheidungen treffen.

---

## **Vor der Trauerfeier können Sie...**

*...zur Besprechung für die Trauerrede  
Freunde und andere Verwandte mit einladen.*

Freunde haben manchmal einen ganz anderen Blick auf den Verstorbenen. Das kann oft sehr hilfreich sein. Denn jeder hat seine eigene Beziehung mit ihm und das gemeinsame Gespräch kann manchmal sogar Familien zusammen bringen und Wunden heilen.

*...den Verstorbenen offen aufbahren lassen.*

Offene Aufbahrungen haben oft einen beruhigenden Charakter. Es kann hilfreich sein, dem Verstorbenen ins Gesicht zu blicken, ihn zu berühren, mit ihm zu reden, seinen Frieden zu spüren. Es macht den Tod *be*-greifbar und kann helfen ihn anzunehmen.

*...der Verstorbenen Ehering und Ohrringe selbst abnehmen  
und den Sarg selbst schließen.\**

Es kann eine liebevolle letzte Geste sein, die den Tod auch noch ein Stück mehr bewusst macht.

*...Totenwache halten.*

Ein Ritual, das sich seit Jahrtausenden bewährt hat: den Verstorbenen abends und nachts besuchen, gemeinsam bei ihm sein, sich abwechseln, sich treffen, den Verstorbenen mit einbeziehen, mit ihm und über ihn reden, vor allem wenn die Nächte schlaflos sind. \*

*...Bilder machen und Totenmasken anfertigen (lassen).*

Viele Angehörige berichten, dass sie die Photographien und Totenmasken des Verstorbenen als sehr tröstlich empfinden.

---

*...eine Messe lesen lassen.*

*...den Sarg bemalen oder verzieren.*

Besonders bei jungen oder sehr kreativen Menschen ist dies eine, der Person entsprechende Möglichkeit, die auch für die Hinterbliebenen sehr tröstend sein kann.\*

### **Während der Trauerfeier können Sie...**

*...verschiedene Rituale in die Trauerfeier mit einbauen, wie...*

- ... ein Kondolenzbuch auslegen, in das die Trauergäste ihre Namen oder persönliche Gedanken schreiben können.
  - ... ein Bild des Verstorbenen oder eine Kollage mit Bildern in der Feierhalle oder am Eingang aufstellen.
  - ... die Trauerrede selbst halten oder von verschiedenen Freunden und Verwandten halten lassen. (Sie sollten allerdings immer einen Leiter haben, der nicht emotional betroffen ist und der durch die Trauerfeier führen kann.)
  - ... Musik auswählen, die dem Verstorbenen entspricht. Sie sind nicht an die traditionellen Orgelstücke gebunden. Auf allen Friedhöfen können CD-Spieler bedient werden. Sehr schön sind auch Trompete, Flöte oder Gitarre.
  - ... verschiedene Gebete oder Elemente der Stille in die Trauerfeier mit einbauen: Stilles Gebet, Gedenkminute, Vater Unser gemeinsam oder nur von einer Person beten lassen. Vorgelesene Gebete, Kindergebete oder Gute-Nacht-Gebete können oft sehr bewegend sein.
-

- ... Blütenblätter aus einer Blume reißen und in einer Wasserschale schwimmen lassen, als Zeichen von „aus dem Leben gerissen und trotzdem getragen sein“.
- ... Weihrauch, Wacholder, Salbei, Mastix, Zeder, Myrre und Rose in einer Räuchermischung während der Trauerfeier verbrennen.\*
- ... Gemeinsam Abendmahl halten.
- ... Bilder, Briefe, sonstige wichtige Gegenstände mit in den Sarg legen oder legen lassen.
- ... jedem Trauergast eine Kerze geben, der sie anzündet und vor den Sarg stellt.\*
- ... jeden Trauergast eine Rose vor den Sarg legen lassen.
- ... jedem Gast einen Sonnenblumensamen mitgeben, als Zeichen der Hoffnung.
- ... jedem Trauergast eine Rose mitgeben, als Symbol für Liebe, Schönheit, Schmerz und Vergänglichkeit.
- ... Während der Musik oder als Abschied einander an den Händen fassen (auch geeignet anstelle von Beileidsbekundungen).
- ... ein Musikstück auf Trompete am Grab und beim Versenken des Sarges spielen lassen.
- ... Erde, Blumen, Briefe, Fotos nach dem Versenken des Sarges zum Abschied ins Grab werfen.
- ... Sie können auch die Trauerfeier auf Video aufnehmen oder die Rede auf CD oder Kasette aufnehmen lassen.



\* *(Bitte beachten Sie, dass einige Rituale nur in unseren Räumen im Stammhaus in der Oberen Weinsteige 23, Degerloch und im Abschiedshaus, Türlestraße 36, Stuttgart-Mitte, möglich sind.)*

---

## Nach der Trauerfeier können Sie...

...gemeinsam Essen oder Kaffeetrinken gehen, Geschichten aus dem Leben des Verstorbenen erzählen und Photoalben ansehen.

...gemeinsam spazieren gehen.

...ein Gemälde von dem Verstorbenen anfertigen lassen.

...am Jahrestag eine kleine Gedenkfeier halten.

...immer wieder bewusst Trauermomente in den Alltag einbauen;  
gemeinsam Kerzen anzünden, Gedichte lesen, Bilder ansehen.

...mit anderen Trauernden, bei unserem monatlichen Treffen, reden,  
Erfahrungen austauschen, vielleicht ein wenig weinen und lachen:



*Jeden 3. Montag im Monat um 15.00 Uhr,  
laden wir in die Vinothek im Café am Schlossgarten ein:  
zu Kaffee und Kuchen, Viertel und Brezel  
und vor allem: zu Gesprächen.*



## **Kinder und Jugendliche beim Abschiednehmen begleiten**

Wie wir mit dem Tod eines geliebten Menschen umgehen, wie wir mit unseren Kindern und Enkelkindern, Nichten und Neffen sprechen, welche Zuwendung Kinder und Jugendliche während dieser Zeit erfahren, ist ausschlaggebend für die weitere Entwicklung unserer Kinder, deren Trauerverarbeitung und spätere Lebensqualität.

Oft werden Kinder während dieser Zeit isoliert, weil man sie beschützen möchte. Der Verlust eines nahe stehenden Menschen, der Mangel an Erklärungen und die Isolation kann Kinder sehr tief verunsichern.

*Wir möchten Ihnen hier einige Orientierungshilfen geben.*

- ... Wichtig ist: Seien Sie ehrlich mit dem Kind. Lügen Sie das Kind nicht an. Vermeiden Sie Sätze wie: Papa ist verest. Oma ist eingeschlafen. Lassen Sie vor allem Jugendliche selbst entscheiden wie viel sie wissen möchten und was sie verkraften können.
  - ... Geben Sie dem Kind, wenn es das möchte und wenn es möglich ist, Zugang zu dem Verstorbenen. Oft ist das, was Kinder sich vorstellen schlimmer als die Wirklichkeit.
  - ... Für Jugendliche kann es viel Bedeutung haben, wenn sie an der Gestaltung der Trauerfeier involviert werden. Vielleicht können sie bei der Auswahl eines Gedichtes oder Rituals helfen, Kerzen anzünden oder eine Kollage mit Bildern des Verstorbenen zusammenstellen. Oft haben sie auch ihre eigenen Vorstellungen, die man kreativ mit einbauen kann. Nehmen Sie sie ruhig zu Besprechungen mit Pfarrer oder Trauerredner mit. Kinder können Sie gut zur Grabauswahl mitnehmen.
-

- ... Bereiten Sie das Kind auf das vor, was während der Trauerfeier geschieht. (Menschen in schwarz; Menschen, die weinen; ein Sarg, der vielleicht am Ende in die Erde gelassen wird)
  - ... Fragen Sie Jugendliche, ob sie einen Freund oder Freundin zur Trauerfeier mitbringen möchten.
  - ... Bei jüngeren Kindern ist es am besten, wenn sie während der Trauerfeier von einem nahestehenden, aber nicht zu stark betroffenen Erwachsenen, begleitet werden, der sich um das Kind kümmern kann.
  - ... Denken Sie darüber nach vielleicht eine kleine, intime Trauerfeier nur mit und für die Kinder zu veranstalten. In unseren Räumen im Stammhaus in der Weinsteige oder im Abschiedshaus in der Türlenstraße könnte dies zum Beispiel kurz vor der eigentlichen Trauerfeier stattfinden. In einem kleineren Rahmen können Kinder ihr Gefühle besser zum Ausdruck bringen und auch an der Feier gestalterisch teilnehmen.
  - ... Kinder haben oft weniger Berührungängste als Erwachsene. Sie können auch zu offenen Aufbahrungen kommen, sollten allerdings darauf vorbereitet werden. (z. B. Oma wird ganz still in einem Sarg liegen. Sie wird sich nicht bewegen und wird sich ganz kalt anfühlen)
  - ... Jüngere Kinder fühlen sich oft für den Tod eines nahen Verwandten verantwortlich. Versichern Sie dem Kind, dass es nicht am Tod schuld ist.
  - ... Sagen Sie nicht: Du musst jetzt stark sein für deine Geschwister, Mutter etc., Du bist jetzt der Mann im Haus, Wir dürfen nicht weinen, Du solltest...
-

- ... Geben Sie dem Kind oder Jugendlichen Gelegenheit zum Reden, aber zwingen Sie sich nicht auf. Ein außenstehender Erwachsener kann da manchmal mehr erreichen. Wenn Sie zu tief betroffen sind, um ihrem Kind die notwendige Aufmerksamkeit zu geben, sehen Sie sich in Ihrem Bekanntenkreis um. Vielleicht gibt es jemanden, der den richtigen Draht aufbauen kann.
  
- ... Manchmal stellen Kinder unbeantwortbare Fragen, auf die sie aber insgeheim schon eine Antwort haben. (Sie wollen wissen ob es O.K. ist etwas zu denken oder zu glauben.) Wenn ein Kind fragt „Wo ist Oma jetzt“, fragen sie das Kind ruhig zurück, „Was glaubst du, wo sie ist?“ So werden sie ihr Kind besser kennen lernen und erfahren bestimmt einige kreative Erklärungen.
  
- ... Kinder und Jugendliche haben ihre eigene Art zu trauern. Seien Sie nicht überrascht, wenn ihr Jugendlicher vor Ihnen nicht weinen will, nach der Trauerfeier in die Disco gehen möchte oder ihr Kind hinterher „Beerdigung spielen“ will und Bilder von Särgen malt. Unterbinden Sie diesen Ausdruck nicht, sagen sie nicht: Mal doch lieber was fröhliches. Nutzen Sie im Gegenteil die Gelegenheit, um mit dem Kind über den Verlust zu sprechen.



*Auch Kinder müssen ihre Trauer ausleben  
und lernen mit dem Verlust umzugehen.  
Sie tun das manchmal etwas anders als Erwachsene.*



## Weitere Hilfen

### Gruppen

Gerlinde Mock, Ruf und Rat, (0711-226 2055) gestaltet ein paar Mal im Jahr Tage für Kinder und Jugendliche, die einen nahe stehenden Verwandten verloren haben. Hier erhalten trauernde Kinder die Gelegenheit andere zu treffen, denen es ähnlich geht.

### Bücher:

Für Erwachsene, die Jugendliche und Kinder begleiten:

*Wir nehmen jetzt Abschied / Specht-Tomann und Tropper*

Für Kinder:

*Leb wohl kleiner Dachs / Susan Varley*

*Hat Opa einen Anzug an? / Amelie Fried & Jacky Gleich*

Für Jugendliche:

*Und wenn ich falle? / Marie Therese Schins*

### Internet:

Eine betreute Chatgruppe kann Jugendlichen die Möglichkeit geben, sich mit anderen gleichaltrigen in einem sicheren Rahmen auszutauschen.

([www.allesistanders.de](http://www.allesistanders.de))

Die Webseite [www.kindertrauer-ak.de](http://www.kindertrauer-ak.de) ist eine Seite mit Organisationen und Personen in Stuttgart, die angesprochen werden können, wenn es konkret um Kinder geht.

Die Hefte „Wie Kinder trauern“ (Diakonie) und „Helft Kindern den Tod begreifen“ sind kostenlos über uns erhältlich.

---

### **Stammhaus:**

Obere Weinsteige 23  
70597 Stuttgart · Degerloch

### **Abschiedshaus:**

Türlenstraße 36  
70191 Stuttgart · Mitte

### **Unsere Filialen:**

Hackstraße 33  
70190 Stuttgart · Ost

Planckstraße 1  
70184 Stuttgart · Gablenberg

Hölderlinplatz 8  
70193 Stuttgart · West

Haldenrainstraße 102  
70437 Stuttgart · Rot

Böheimstrasse 62  
70199 Stuttgart · Süd

Kirchheimer Straße 60  
70619 Stuttgart · Sillenbuch

Taubenheimstraße 31  
70372 Bad Cannstatt

Hauptstraße 99  
70771 L-E · Echterdingen



### **Tag- und Nacht- Notruf**

**0711 · 72 20 95 0**



Das Landesgewerbeamt Baden-Württemberg verlieh dem Bestattungshaus Haller als einem von 10 Betrieben in Baden-Württemberg das Prädikat **ausgezeichnet**.

© Andrea Maria Haller, Dipl.-M. (UK), M.A. (USA) · Bestattungshaus Haller, Stuttgart · [www.bestattungshaus-haller.de](http://www.bestattungshaus-haller.de)

Tag- und Nacht-Notruf 0711·72 20 95 0