

Segen im Angesicht des Todes

N.N., dein Leben ist einmalig und kostbar.
Es sei gesegnet im Angesicht Gottes.

Alles, was dir in den Sinn gekommen ist,
Alles, was du gedacht und eronnen hast,
geglaubt und erhofft,
alle Liebe, die du verschenkt hast,
sei gesegnet durch den dreieinigen Gott.

Alles, was du in die Hand genommen,
angepackt und geschaffen hast,
ob geglückt oder misslungen,
alle Schuld, die du auf dich geladen hast,
sei angenommen vom barmherzigen Gott.

Alles, was dir gegeben wurde, das Leichte und das Schwere,
Freud und Leid,
alles, was zu Ende geht und auch das,
was dein Leben überdauern wird und bleibt,
sei getragen vom lebendigen Gott.

Gott sende dir seinen Engel entgegen.
Er nehme dich bei der Hand
und führe dich durch Dunkelheit und Nacht ins Licht.
Im Namen des Vaters und des Sohnes
und des Heiligen Geistes. Amen.

*Sie können über dem Verstorbenen /der Verstorbenen ein Kreuzzeichen machen
oder sich vor ihm/vor ihr verneigen.*

(Der Sterbeseegen, hrsg. v. Diözese Rottenburg-Stuttgart, Schwabenverlag Ostfildern²2019)

Vorschläge aus dem Gotteslob

Gebete im Angesicht des Todes GL 18; 608,1.2

Rosenkranz GL 4,6-7

Lieder aus dem Abschnitt „Tod und Vollendung“ GL 500-518 | 900-910

Gebet unmittelbar nach dem Verscheiden GL 608,4

Die kirchliche Begräbnisfeier GL 609

Abschied, Tod und Trauer - Anregungen für das häusliche Umfeld

Zurzeit sind viele Handlungsmöglichkeiten rund um Abschied, Tod und Trauer eingeschränkt.

Im Folgenden möchten wir Ihnen Anregungen mitgeben, mit dieser gerade jetzt besonders herausfordernden Situation umzugehen.



Hrsg. vom Bischöflichen Ordinariat Mainz, Dez. Seelsorge,
Dezernent Hans Jürgen Dörr, Bildnachweis: ©Pixabay
Redaktion: Kerstin Aufenanger, Barbara Wolf, Mainz im April 2020

Abschied nehmen

Im Kontakt mit Ihrem/Ihrer Angehörigen:

- ♦ Seien Sie sensibel für Ihre eigene Situation. Fragen Sie einander (wenn möglich), wer was braucht, und finden Sie in dieser Situation das Passende für sich.
- ♦ Sie können Ihre Angehörige/Ihren Angehörigen segnen und mit oder für sie/ihn beten. *Vorschläge für Gebete finden Sie in Teil 2 dieses Heftes ab Seite 11.*

Wenn Besuche im Krankenhaus/Heim nicht mehr möglich sind:

- ♦ Einen Gegenstand, der zum Angehörigen gehört und seine Verbundenheit ausdrückt, mit einem Segenswunsch an den schwerkranken, sterbenden Menschen weitergeben.
- ♦ Eine Segenskarte mit einem persönlichen Gruß überbringen/vorlesen (lassen), z.B. durch das Personal der Einrichtung
- ♦ Sich in Gedanken nahe sein. Eine Weile in Gedanken mit der geliebten Person verbringen, evtl. zu einem wiederkehrenden festen Zeitpunkt am Tag. Dies kann auch verbunden mit anderen Menschen zeitgleich an unterschiedlichen Orten geschehen.
- ♦ Am Abend ein (Segens-)gebet für den/die Versterbende/n sprechen.
- ♦ Was ich dir noch sagen könnte, was ich dir noch mitgeben wollte: Einen Brief schreiben, ein Bild malen, eine Zeit des Erinnerns an gemeinsam Erlebtes, z.B. mit Fotos. Daraus kann etwas entstehen, was im Krankenhaus/Heim evtl. übergeben werden kann
- ♦ Gedenkplatz in der Wohnung einrichten, den fehlenden Menschen präsent machen. Eine Kerze dazustellen.
- ♦ Ein Gebet sprechen. *Vorschläge für Gebete finden Sie in Teil 2 dieses Heftes ab Seite 11.*
- ♦ Mit Kindern über Tod und Sterben sprechen. Hinweise für ein angstfreies Gespräch finden Sie in Teil 2 dieses Heftes auf Seite 6-7.

D Segen und Gebete

Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich
und die Kraft und die Herrlichkeit
in Ewigkeit. Amen.

Valetsegen aus dem 8. Jahrhundert überliefert

Es segne dich Gott, der Vater, der dich nach seinem Bild geschaffen hat.
Es segne dich Gott, der Sohn, der dich durch sein Leiden und Sterben erlöst hat.
Es segne dich Gott, der heilige Geist, der dich zum Leben gerufen und geheiligt hat.
Gott, der Vater und der Sohn und der heilige Geist, geleite dich durch das Dunkel des Todes.
Er sei dir gnädig und gebe dir Frieden und ewiges Leben. Amen.

Aaronitischer Segen

Der Herr segne dich und behüte dich;
der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig;
der Herr hebe sein Angesicht über dich und gebe dir Frieden.

Gebet unmittelbar vor dem Verscheiden GL 608,3

Mache dich auf den Weg, Bruder (Schwester) in Christus, im Namen Gottes, des allmächtigen Vaters, der dich erschaffen hat; im Namen Jesu Christi, des Sohnes des lebendigen Gottes, der für dich gelitten hat; im Namen des Heiligen Geistes, der über dich ausgegossen worden ist. Heute noch sei dir im Frieden deine Stätte bereitet, deine Wohnung bei Gott im heiligen Zion, mit der seligen Jungfrau und Gottesmutter Maria, mit dem heiligen Josef, mit ... [Namensparton] und mit allen Engeln und Heiligen Gottes.

Sie können um Gottes Segen für den verstorbenen Menschen bitten

Gott, N.N. ist gestorben.

Sein/Ihr Leben war einmalig und kostbar.

Seine/Ihre Schönheit und Würde bleiben unverletzlich.

Alles, was ihm/ihr wichtig war,

all seine/ihre Gedanken, Worte und Werke,

alle Liebe, die er/sie empfangen und die er/sie verschenkt hat,

seien durch dich gesegnet.

Alles Leichte und das Schwere, Freud und Leid,

alle Schuld, die er/sie auf sich geladen hat,

alles, was zu Ende geht, und auch das,

was sein/ihr Leben überdauern wird und bleibt,

seien durch dich gesegnet.

Gott, sende N.N. einen Engel entgegen.

Er nehme ihn/sie bei seiner Hand

und führe ihn/sie durch Dunkelheit und Nacht in dein Licht.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

(Nach: Der Sterbesegen, hrsg. v. Diözese Rottenburg-Stuttgart, Schwabenverlag Ostfildern²2019, 20.)

Halten Sie eine kurze Stille um Ihrem Verstorbenen im Gedenken nahe zu sein.

Und Sie können auch sich und alle Trauernden unter den Segen Gottes stellen

Gott segne alle,

die sich mit N.N. verbunden fühlen.

Gott segne unsere Liebe füreinander

und begleite alle auf ihrem Weg zu trauern.

Gott stärke uns

und schenke uns allen Trost und Frieden.

Es segne uns der dreieinige Gott,

der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

Amen.

(Nach: Der Sterbesegen, hrsg. v. Diözese Rottenburg-Stuttgart, Schwabenverlag Ostfildern²2019, 20.)

Ablauf entworfen von Kolleginnen und Kollegen aus dem Dekanat Darmstadt.

Beerdigung

Die Regularien für die Durchführung von Beerdigungen sind von Ort zu Ort verschieden, jedoch zurzeit sehr eingeschränkt. Es darf nur eine kleine Anzahl von Personen teilnehmen, Feiern in der Trauerhalle sind nicht möglich, und auch am Grab sind Riten nicht durch die Trauergemeinde durchführbar. Es fehlt auch die körperliche Zuwendung durch Gesten (Hände schütteln, in den Arm nehmen, sich nahe sein...). Hier können alternative Formen des Ausdrucks von Verbundenheit hilfreich sein. Zeitgleich bzw. zeitnah zum Begräbnis kann ein Gebet zu Hause stattfinden. Zwei Vorschläge, wie eine solches Gebet aussehen könnte, und Textvorschläge für Gebete finden Sie im 2. Teil dieses Heftes ab Seite 8.

Verbundenheit spüren

- ♦ Einen Gegenstand mit ins Grab oder den Sarg legen (lassen). Kinder können z.B. ein Bild malen, das der/dem Verstorbenen mit ins Grab gegeben werden kann.
- ♦ Nicht anwesende Teilnehmer/innen mit Feingefühl in die Feier integrieren z.B. per Smartphone kann etwas gesprochen oder übertragen werden.
- ♦ Bilder von der Beisetzung machen und weiterleiten. Bitte seien Sie sensibel für die Situation und achten Sie darauf, dass alle mit den Fotos einverstanden sind.
- ♦ Ein Lied auf der Beerdigung hören und den Link, wo es z.B. auf Youtube zu finden ist, an Freunde und Verwandte schicken. Zu einer vereinbarten Zeit können alle, an unterschiedlichen Orten das Musikstück hören.
- ♦ Zur Zeit der Beerdigung eine Kerze vor einem Bild des/der Verstorbenen entzünden.
- ♦ Eine virtuelle Kondolenzliste erstellen lassen. Im Internet gibt es dazu verschiedene Portale. Die Liste kann später ausgedruckt werden.

- ♦ Eine Karte z.B. mit dem Bild des Verstorbenen („Sterbebildchen“) oder einem Text, der ihm/ihr im Leben wichtig war, an die Menschen schicken, die nicht mit zur Beisetzung konnten.
- ♦ Eine Erinnerungsseite erstellen. Im Internet gibt es hierzu vielfältige Möglichkeiten, z.B. trauerraum.bistum-essen.de.
- ♦ Texte und Bilder der Trauerfeier den Angehörigen und Freunden zugänglich machen.
- ♦ Wenn die Kirche geöffnet ist, dort gedenken, erinnern, beten, eine Kerze anzünden... (den nötigen Abstand wahren).

Überlegen Sie, welche gemeinschaftlichen Formen von Gottesdienst, Gedenken am Grab oder darüber hinaus für Sie zu einem späteren Zeitpunkt passend wären und sprechen Sie darüber mit den Seelsorgerinnen und Seelsorgern.

Zeit der Trauer

Für Trauernde

Suchen sie sich einen Ort in der Wohnung, an dem sie sich sicher und geborgen fühlen. Vielleicht stellen Sie ein Bild ihres geliebten Menschen auf und/oder zünden eine Kerze an. Sie können sich Zeit nehmen für die Erinnerung. Vielleicht wollen Sie ihrem geliebten Menschen etwas sagen. Nehmen Sie ihre Gefühle wahr und drücken Sie sie aus, wie immer es für Sie passend ist.

- ♦ Halten Sie eine Tagesstruktur ein: Aufstehen, Mahlzeiten, zu Bett gehen... Gehen Sie, soweit Sie können, regelmäßig an die frische Luft und bewegen Sie sich.
- ♦ Bleiben Sie weiter in Kontakt zu Ihrer Familie und Ihren Freunden, insbesondere zu denjenigen, die Ihnen guttun. Wenn es passt, vereinbaren Sie feste Zeiten für ein Gespräch, dann können Sie sich gegenseitig mit dem Anrufen abwechseln.

C Abschiedsfeier zuhause, wenn eine Teilnahme an der Beerdigung nicht möglich ist

Im Folgenden finden Sie die Anregung zu einem christlich geprägten Seignsritual, welches Sie alleine oder miteinander begehen können.

Sie können folgenden Text (gemeinsam) sprechen oder sprechen lassen

Du bist gestorben, und ich kann es nicht fassen.

Ich konnte nicht bei dir sein.

Ich konnte deine Hand nicht halten.

Vieles blieb ungesagt.

Aber du hast sicher gespürt, dass ich in Gedanken bei dir war.

Du hast gewusst, wie wichtig du für mich bist und ich für dich bin.

Wir wissen beide, diese Verbundenheit bleibt bestehen, über den Tod hinaus.

Danke für die Zeit mit dir.

Sie können ein Gebet sprechen

Gott,

N.N. ist tot.

Ich muss es ganz begreifen, was das bedeutet:

Sein/ihr Blick wird mich nie mehr treffen;

seine/ihre Hand wird meine Hand nie mehr halten,

er/sie ist tot, er/sie ist nicht mehr hier.

Du bist die Auferstehung und das Leben.

Wer an dich glaubt, wird leben, auch wenn er gestorben ist.

Lass ihn/sie aufwachen bei dir, Gott,

gib ihm/ihr das nie verrinnende Leben,

nach dem wir uns sehnen, Gott.

Kann unsere Sehnsucht uns täuschen?

Gott, du hast es versprochen.

Für ihn/sie, der/die tot ist, erinnere ich dich an dein Wort:

„Wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er stirbt.“ (Joh 11,25)

Amen.

(Nach: Gotteslob Nr. 18.3)

Sie können alleine/gemeinsam das „Vaterunser“ beten



B Abschiedsfeier mit (kleinen) Kindern, wenn eine Teilnahme an der Beerdigung nicht möglich ist

Vorbereiten: eine Kerze, evtl. ein Kreuz, Teelichter, kleine Steine, ein Lied herausuchen (z.B. aus dem Gotteslob Nr. 450 oder ein Lied, das die/der Verstorbene gerne gehört oder gesungen hat)

Kerze entzünden (Familienkerze, Osterkerze, Grablicht)

Kreuzzeichen

Heute ist die Beerdigung von N.N. Leider können wir nicht mit dabei sein und uns verabschieden. Deshalb sind wir jetzt hier zusammen, um an N.N. zu denken und für sie/ihn zu beten.

Gebet

Tröstender Gott,

N.N. ist gestorben.

Wir vermissen sie / ihn sehr!

Wir denken an die schöne Zeit, die wir miteinander verbringen konnten.

Wir sind traurig.

Gott, Du lässt uns auch in dieser schweren Zeit nicht allein.

Du hältst uns und auch N.N. in Deinen Händen.

Dafür danken wir dir. Amen.

Gespräch

Das Bild vom Verstorbenen wird gemeinsam angeschaut. Jede/Jeder, die/der möchte, darf von schönen Erinnerungen mit N.N. erzählen. Für jede Erinnerung wird ein Teelicht angezündet und zum Bild gestellt. Für die große Trauer wird ein Stein zum Bild gelegt.

Lied

Es kann ein Lied gesungen oder angehört werden.

Vaterunser

Segensbitte

Gott,

wir haben an N.N. gedacht. Wir können heute nicht bei ihrer / seiner Beerdigung dabei sein, aber im Gebet sind wir mit N.N. und mit allen, die um sie / ihn trauern, verbunden.

Und so bitten wir dich um deinen Segen für N.N., für uns und für alle, die im Moment traurig sind.

Im Namen des Vaters und des Sohnes, und des Heiligen Geistes. Amen.

♦ Rufen Sie mindestens einmal am Tag eine vertraute Person an, besonders, wenn sie alleine daheim sind.

♦ Nutzen Sie auch die sozialen Medien. Ein regelmäßiger Austausch über diese Kanäle hilft dabei, sich nicht abgeschnitten zu fühlen.

♦ Vergessen Sie nicht, es gibt noch andere Menschen, die auch einen Verlust erlitten haben und trauern. Vielleicht finden Sie einander und können sich austauschen.

♦ Nutzen Sie Trauerliteratur und Arbeitshilfen. Z.B. „Du fehlst mir so“ Wenn ein geliebter Mensch stirbt. Anregungen, wie Familien die Erinnerung an ihre Verstorbenen lebendig halten kann, Arbeitsgemeinschaft für kath. Familienbildung e.V. Bonn, 2,50 Euro.

♦ Wenn Sie Begleitung wollen, rufen Sie an: das Seelsorgeteam der Gemeinde und / oder eine Hospizinitiative, diese bietet auch Trauerbegleitung an oder die Telefonseelsorge 0800 1110111. Weitere Informationen finden Sie auch unter bistummainz.de/trauer

Für Angehörige und Freunde

♦ Besuchen Sie das Grab der/des Verstorbenen. Bringen Sie Blumen oder eine Kerze. Sie können mit den Verstorbenen im inneren Zwiegespräch sein.

♦ Beten Sie für die Verstorbenen. Freundschaft und Verbindung gehen über den Tod hinaus.

Teil 2 Bausteine

A Gesprächsleitfaden für ein Gespräch mit Kindern über Tod und Trauer

Verständnis für die Kinder haben

Kinder zeigen unterschiedliche Reaktionen

- ♦ Fragen: Was hilft Dir im Moment? Was möchtest Du tun? Worüber möchtest Du sprechen?
- ♦ Kinder können ihre Gefühle oft noch nicht ins Wort bringen. Sie zeigen Gefühle eher indirekt (im Spiel, beim Malen, durch das Verhalten: verdrängend, nervös, aggressiv, sie ziehen sich zurück, ...).
- ♦ Die Kinder unterstützen: Worte / Gefühle anbieten
„Kann es sein, dass Du ganz schön traurig bist?“, „Kann es sein, dass Du Angst hast, dass noch jemand stirbst?“, „Kann es sein, dass Du Opa ganz stark vermisst?“, „Kann es sein, dass Du wütend bist, weil Oma Dir eigentlich noch zeigen wollte, wie man näht?“
- ♦ Keinen Druck erzeugen und es aushalten, wenn die Kinder nicht darüber sprechen wollen.
- ♦ Alternative Ausdrucksformen anbieten: malen, schreiben, Musik hören/machen.
- ♦ Kinder können vor diesen starken Gefühlen nicht geschützt oder gar davon bewahrt werden, sie brauchen aber die Unterstützung und Begleitung.

Kurz und knapp: Wie Kinder den Tod begreifen

Bis etwa zum 5. Lebensjahr: Kinder können sich den Tod noch nicht endgültig vorstellen.

5. – 10. Lebensjahr: Kinder erkennen den Tod als etwas Endgültiges. Dieses Begreifen kann Verlustängste auslösen. Kinder wollen die (natur-) wissenschaftlichen Zusammenhänge zu dem Thema begreifen.

Ab dem 10. Lebensjahr: Auch die eigene Sterblichkeit kommt ins Bewusstsein. Die Frage nach dem ‚Sinn‘, nach dem ‚Danach‘ tritt auf.

Was Kindern hilft

- ♦ Klare Informationen und Hilfe beim Verstehen
- ♦ Keine Beschönigungen verwenden, wie z.B.
„Er/sie ist friedlich eingeschlafen.“
„Er/sie ist von uns gegangen.“
- ♦ Vertrauen und Sicherheit schaffen
„Wir verlassen Dich nicht!“
„Wir sind für Dich da!“
- ♦ Offen und ehrlich antworten, nicht perfekt
„Das weiß ich auch nicht!“
„Ich bin auch traurig!“
- ♦ Den Kindern in begrenztem Maß zeigen, dass man selbst auch trauert, aber das Kind damit nicht belasten. Falls die eigene Trauer zu stark ist, sich jemanden als Unterstützung suchen, der nicht so stark betroffen ist, ggf. professionelle Hilfe suchen.
- ♦ Den Kindern eine Perspektive aufzeigen
„Mit der Zeit wird es leichter“
„Irgendwann kannst Du auch wieder fröhlich sein“
- ♦ Glaubensdimension einbringen
„Ich glaube fest daran, dass Opa jetzt bei Gott im Himmel ist!“
„Mir hilft es, wenn ich ein Gebet spreche.“

Kinder dürfen ...

... traurig sein

... weinen

... lieber alleine sein wollen

... Angst haben

... wütend sein

... mit dem Verstorbenen reden, an ihn denken, ihn weiter liebhaben, ihm schreiben, ein Bild malen

... immer zu einem Erwachsenen gehen und alles fragen

... auch (wieder) lachen und sich über etwas freuen