

# Abschied

Der Tod gehört zum Leben wie die Geburt.  
Wo Leben ist, kann es das Nichts nicht geben.

**Diakonie** 

Eine Hilfe zum  
Umgang mit  
Sterben, Tod,  
Trauer

| diakoniestiftung  
weimar bad lobenstein  
gemeinnützige gmbh

[www.diakonie-wl.de](http://www.diakonie-wl.de)



*So individuell jeder einzelne Mensch ist,  
so individuell ist auch jedes einzelne Sterben.*





# Inhalt

- 4 Vorwort
- 5 Die Menschenrechte Sterbender

## **Gemeinsam leben bis zuletzt**

- 6 1. Leben ist ein Geschenk
- 7 2. Umgang mit Sterbenden
- 8 3. Anzeichen des nahenden Todes
- 10 4. Pflegetipps
- 12 5. Der Tod ist eingetreten
- 14 6. Versorgung des Verstorbenen
- 16 7. Abschied nehmen/ Aussegnung
- 18 8. Rituale, Traditionen, Symbolische Handlungen
- 20 9. Nachlass
- 22 10. Trauer und Trauerarbeit
- 24 11. Rechtliche Informationen

## **25 Texte zum Nachdenken und Vorlesen**

## **33 Biblische Texte und Gebete**

## **38 Hinweise/Literaturnachweis**

## Vorwort



Abschied – so ist diese Handreichung überschrieben und ist doch nicht zuletzt ein Büchlein, das in Text und Bildern vom Leben erzählt. Einem Leben, das von Geburt bis zum Tode gestaltet und in seiner Kostbarkeit geachtet werden will.

Geburt – Leben – Sterben und Tod sind die Themen unserer Arbeit in der Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein. Wir unterstützen die werdenden Eltern, begleiten die Kinder durch Kindergarten und Schule, beraten und helfen in Konfliktsituationen, suchen gemeinsam den Platz im Leben und unterstützen im Alter und bei Behinderung. Und wir nehmen Abschied in Würde und Dankbarkeit am Ende eines Lebensweges.

Dieses Leben mit Geburt und Tod ist eine gute Gabe Gottes und so sind wir überzeugt, dass kein Mensch nur für sich selbst leben muss und leben soll und kein Mensch nur für sich selbst und allein sterben muss und sterben soll. In allem, was Leben von Anfang bis Ende ausmacht, sind Menschen untereinander und mit Gott verbunden und geliebt (vgl. Röm 14.7-9).

*Dank an alle, die diese Handreichung erarbeitet und gestaltet haben.*

*herzlichst*

*Pfarrer Axel Kramme  
Rektor der Diakoniestiftung  
Weimar Bad Lobenstein*

## Die Menschenrechte Sterbender

### Die Menschenrechte Sterbender

In Lansing/Michigan (USA) in einem Workshop „Der Todkranke und der Helfer“ formuliert.



Ich habe das Recht, bis zu meinem Tod wie ein lebendiges menschliches Wesen behandelt zu werden.

Ich habe das Recht, stets noch hoffen zu dürfen – worauf immer sich diese Hoffnung auch richten mag.

Ich habe ein Recht darauf, von Menschen umsorgt zu werden, die sich eine hoffnungsvolle Einstellung zu bewahren vermögen – worauf immer sich diese Hoffnung auch richten mag.

Ich habe das Recht, Gefühle und Emotionen angesichts meines nahenden Todes auf die mir eigene Art und Weise ausdrücken zu dürfen.

Ich habe das Recht, kontinuierlich medizinisch und pflegerisch versorgt zu werden, auch, wenn das Ziel „Heilung“ gegen das Ziel „Wohlbefinden“ ausgetauscht werden muss.

Ich habe das Recht, nicht alleine zu sterben.

Ich habe das Recht, schmerzfrei zu sein.

Ich habe das Recht, meine Fragen ehrlich beantwortet zu bekommen.

Ich habe das Recht, nicht getäuscht zu werden.

Ich habe das Recht, von meiner Familie und für meine Familie Hilfen zu bekommen, damit ich meinen Tod annehmen kann.

Ich habe das Recht, in Frieden und Würde zu sterben.

Ich habe das Recht, meine Individualität zu bewahren und meiner Entscheidungen wegen auch dann nicht verurteilt zu werden, wenn diese im Widerspruch zu den Einstellungen anderer stehen.

Ich habe das Recht, offen und ausführlich über meine religiösen und/oder spirituellen Erfahrungen zu sprechen, unabhängig davon, was dies für andere bedeutet.

Ich habe das Recht zu erwarten, dass die Unverletzlichkeit des menschlichen Körpers nach dem Tode respektiert wird.

Ich habe das Recht, von fürsorglichen, empfindsamen und klugen Menschen umsorgt zu werden, die sich bemühen, meine Bedürfnisse zu verstehen und die fähig sind, inneren Frieden daraus zu gewinnen, dass sie mir helfen, meinem Tod entgegenzusehen.

## Gemeinsam leben bis zuletzt

### Leben ist ein Geschenk

1

Greifen und Festhalten kann ich seit der Geburt.

Teilen und Schenken musste ich lernen.

Jetzt übe ich das Lassen.



## Gemeinsam leben bis zuletzt

### Das Leben ist etwas ganz Besonderes.

Es ist ausgestattet mit Würde und Kostbarkeit, ganz gleich, wie wir unser eigenes Leben erleben und zu gestalten vermögen, ganz gleich, was uns geschieht und was wir erleiden.

### Christen sagen:

Das Leben ist ein Geschenk Gottes, einzigartig und unverwechselbar.

Vielleicht ist es deshalb so schwer, sich mit dem Tod, erst recht mit dem eigenen Tod, zu beschäftigen.

Doch dabei ist der Tod das einzig wirklich Feststehende in unserer Zukunft.

Und das einzige, was uns allen gemeinsam ist – auch wenn das Ende des Lebens jedes einzelnen Menschen unterschiedlich ist.

### Fachleute sagen:

Das Leben wird einfacher, wenn wir die Gedanken an Leid und Tod nicht verdrängen. Sie sind Bestandteile und Begrenzungen des Lebens – nicht sein Gegenteil.

Nur wenn wir auch mit den Schwerkranken und Sterbenden darüber reden – wenn sie es wollen – können wir ihre und unsere Ängste abbauen.

Gespräche über den Tod anderer sind immer auch Gespräche über den eigenen Tod.

Wir sollten uns die Frage stellen:

Ab wann stirbt ein Mensch?

Jeden Tag ein bisschen!?

Zu oft werden mit dem Erschrecken über den Tod eines nahestehenden Menschen Versäumnisse bewusst. Manchmal wachsen sie zu Schuldgefühlen.

Wer in dem Bewusstsein lebt, dass jeder Besuch zugleich auch der letzte sein könnte, der schiebt nichts so leicht auf die lange Bank – die dann ganz plötzlich zu Ende ist.

Eine Hilfe im Umgang mit dieser Thematik ist, die eigenen „letzten Dinge“ zu regeln: Testament, Vorsorge-, Betreuungs- und Patientenverfügung, Wünsche zur Bestattung usw. Dazu gibt es vielfältige Hilfen: Diakonie und Caritas, Hospizdienste, soziale Dienste und Ministerien haben dazu Handreichungen erarbeitet.

*Wie ist das eigentlich, wenn man stirbt?  
Merkt man das? Wo geht man hin mit seinem Körper, mit seinem Geist, mit all dem, was einen Menschen ausmacht?  
Gibt es ein Leben nach dem Tod und wo ist man dann?*

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Umgang mit Sterbenden

# 2



*Ein Bewohner liegt im Sterben. Die Ärzte können auch nicht sagen, wie lange er noch leben wird. Ob er weiß, dass es mit ihm zu Ende geht? Was ist jetzt richtig und wichtig? Was können wir tun und wie sollen wir uns verhalten?*

Leben bis zuletzt – dieser Mensch ist krank, aber er lebt bis zu seinem Tode und soll auch so behandelt werden.

Wir wollen ihm mit Ehrfurcht begegnen – auch wenn wir ihn vielleicht nicht mehr verstehen. Im Leben wie im Sterben ist menschliche Zuwendung das, was jeder Mensch braucht – darum sollten wir spürbar da-sein.

### Es gilt zu erspüren, was der sterbende Mensch will und was ihm hilft

- einfach da-sein und schweigen (*Körperkontakt: streicheln, Hand halten*);
- mit ihm reden, auch wenn er scheinbar nicht bei Bewusstsein ist (z. B. *auch erklären, wer wir sind und was wir gerade mit ihm tun*);
- über seine Situation reden – wenn er es wünscht;
- erzählen – wenn er nicht reden kann oder will;
- geliebte Geschichten erzählen oder vorlesen (z.B. *auch aus der Bibel*);
- beten – möglichst bekannte Texte; (*Hinweis: siehe Seite 33 „Biblische Texte und Gebete“*);
- beliebten Gegenstand geben (*Fingerkreuz kann in die Hand gelegt werden*);
- Lieblingsmusik oder ruhige Stücke spielen

### Lassen Sie ihn am Leben teilhaben:

- durch das Mitteilen von dem, was zum Beispiel im Wohnbereich geschieht;
- durch die Erinnerung an Geschehnisse, gemeinsame Erlebnisse;
- durch die geöffnete Tür, die ihn nicht ausgrenzt;

- durch Besuche;
- evtl. durch das kleine Licht in der Nacht, das zur Orientierung hilft ...

Ein bekannter und konstanter Tagesablauf beugt Verwirrung und Orientierungslosigkeit vor.

Der sterbende Mensch hat oft kein Kurzzeitgedächtnis mehr, er lebt in der Vergangenheit. Vielleicht erkennt er Sie nicht mehr. Nehmen Sie das bitte nicht persönlich.

Es kann auch sein, dass er mit Nicht – Anwesenden spricht oder diese sieht – das ist seine Realität, die wir nicht korrigieren müssen. Hören Sie zu und nehmen Sie ihn an.

Schaffen Sie rechtzeitig Möglichkeiten des Abschiednehmens: für Angehörige, Freunde, Mitbewohner und Mitarbeiter.

Wenn es erwünscht oder akzeptiert ist, laden Sie einen Pfarrer und/oder den Hospizdienst zum Besuch ein.

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Anzeichen des nahenden Todes

# 3



*Ob es mit diesem Menschen jetzt zu Ende geht? Ein paar Mal habe ich schon gedacht, dass es jetzt soweit ist. Wenn ich doch jetzt jemanden hier hätte, der das schon einmal erlebt hat und ... mir beisteht*

### Es gibt Zeichen des nahenden Todes

Sie können unterschiedlich sein und sagen nichts über die Spanne des verbleibenden Lebens aus, zum Beispiel:

- fehlende Orientierung, „Wo bin ich?“, das Zeitgefühl geht verloren;
- viel Schlaf, Bewusstseinsbeeinträchtigung, zunehmende Bewusstlosigkeit;
- Personen werden u. U. nicht mehr erkannt (*kein Zeichen von Ablehnung*);
- Fragen nach Verwandten – auch bereits Verstorbenen;
- Leben in einer anderen Realität, der Realitätsbezug geht verloren;
- aber auch die Möglichkeit des nochmaligen Aufblühens vor dem Tod;
- motorische Unruhe: ziellose Arm- und Beinbewegungen („Flusen suchen“), Fingerschütteln, aufstehen wollen;
- körperliche Veränderungen: Auftreten von Schmerzen, auch bei Berührungen; plötzliche Schmerzfreiheit;
- Mundtrockenheit; (*Hinweis: siehe Seite 10 „Pflegetipps“*);
- unregelmäßiger Atem (*erhöhte Frequenz, Pausen*), Atemgeräusche (*Rasseln, Gurgeln – wird von Angehörigen belastender empfunden als vom Sterbenden selbst*),
- schneller, schwacher Puls;
- Atemnot, Schnappatmung – meist kurz vor dem Tode – die letzten Intervalle können sehr lang sein;
- veränderte Wärmeregulation, wie Mangeldurchblutung, Schwitzen, erhöhte Temperatur, kalter

Schweiß, kalte Extremitäten, schlechte Durchblutung der peripheren Gefäße, weiße, spitze Nase, blasse oder bläuliche Haut;

- Gerüche (*Tumorzerfall, Leberkoma, Urämie*);
- Koma: Denken Sie daran, der Hörsinn schwindet als letzter Sinn

*Sterbende Menschen nehmen Worte und Geräusche bis zuletzt wahr.*

### In aller Hilflosigkeit,

die in solchen Situationen herrscht, können Sie doch noch etwas tun:

- Berühren Sie den Sterbenden, damit er spürt, dass er nicht allein ist. Reden Sie mit ihm und achten Sie dabei auf seine Reaktion – es kann auch sein, dass er Berührung als unangenehm empfindet;
  - Hautpflege gegen das Austrocknen, sanftes Einmassieren von Pflegemitteln (*ebenfalls auf Reaktionen achten!*);
  - Schmerztherapie (*ärztliche Hilfe*);
  - Erleichtern Sie die Atmung durch Zufuhr von frischer Luft, durch bequeme Lagerung (*Sitzhaltung*), eventuell Sauerstoffgaben (*ärztliche Hilfe*), Mundpflege, den Schleimabfluss ermöglichen;
  - Schaffen Sie eine ruhige Atmosphäre und denken Sie daran: Überaktivität verändert nicht die Situation.
- Sprechen Sie mit Angehörigen, Bewohnern und Mitarbeitern über die Situation. Bitten Sie um Rücksicht (*Lautstärken Radio/TV*) und unter Umständen ermuntern Sie zu Besuchen, kleine Geschenke, Blumen, Bilder ...



Wenn der Mensch geboren wird,  
hat er die Hände zusammengeballt,  
als wollte er sagen: „Ich erobere die Welt.“  
Wenn er stirbt, sind seine Hände ausgestreckt,  
als wollte er sagen: „Ich habe nichts zurückbehalten,  
alles gehört dir, o Gott.“

*Midrasch*



Lass mich nicht fallen...

Herr,  
wenn mich die große Müdigkeit überfällt,  
wenn ich am liebsten davonlaufen  
und mich verstecken möchte  
vor allen Sorgen und Problemen:  
Dann sei du bei mir,  
dann halte mich fest.  
Lass mich nicht fallen,  
wenn ich mir selbst zu schwer werde.  
Lass mich das Ende  
als einen neuen Anfang erleben.  
Lass mich dein Gast sein –  
hier und jetzt  
und in Zeit und Ewigkeit.



## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Pflegetipps

# 4



*Sie können die Situation des sterbenden Menschen erleichtern, indem Sie auf seine Wünsche, Signale und Bedürfnisse achten. Drängen Sie ihm nichts auf. Sagen Sie immer einmal wieder, wer Sie sind und was Sie tun.*

### Atemnot

Etwa 80% der sterbenden Menschen haben in den letzten 24 Stunden ihres Lebens Atemnot. Es können Atempausen von 10 bis 30 Sekunden auftreten; Die Atemgeräusche können sich verstärken – bis zum „Todesrasseln“.

Lindernde Maßnahmen können sein

- Sitzhaltung;
- viel frische (zugfreie) Luft;
- Duftöle zur Erfrischung der Luft (Zitrone, Menthol oder übliche Inhalationsöle im Luftbefeuchter) – nicht als Dauermaßnahme

### Mundpflege

Ziel: Der sterbende Mensch soll ein möglichst angenehmes Mundgefühl haben. Der Mund ist ein zentrales Sinnesorgan, eine Intimzone des Menschen (Vorlieben beachten!):

- Durch vermehrte Mundatmung entsteht Mundtrockenheit, darum den Mund befeuchten mit: Tee (Kamille, Früchte, Pfefferminz ...), Wasser, Eis (Eiswürfel aus Lieblingsgetränken), Mundspüllösung (am besten halbstündlich) z. B. mit Sprühflasche vom Hospizdienst.
- Anregung des Speichelflusses durch: saure Tees, Wassereis, saure Drops (nur wenn Schluckreflex noch funktionieren – Gefahr des Verschluckens);
- Wenn keine eigenen Reaktionen der Mithilfe erfolgen, verwenden Sie Mundstäbchen, die Sie mit Flüssigkeit tränken. Damit können Sie Schleim

und Ablagerungen aus dem Mundraum und von den Zähnen entfernen.

- Bei starker Verschleimung lagern Sie den Bewohner auf der Seite und ermöglichen so den Abfluss der Sekrete (Zellstoff unterlegen).
- Sorgen Sie für eine hohe Luftfeuchtigkeit durch Luftbefeuchter (feuchte Tücher auf der Heizung oder am Bett tun es auch).
- Um ein Austrocknen und Aufspringen der Lippen zu vermeiden: Fettstift, gute Creme, Butter, Butter-Honig-Gemisch (auch bei belegter Zunge).
- Achtung: glycerinhaltige Substanzen trocknen die Schleimhaut aus!

### Hautpflege

- Die trockene Haut schonend reinigen (rückfettende, ph-neutrale Syndets); die Hautfalten sind besonders empfindlich und müssen besonders gepflegt werden.
- Das sanfte Eincremen der oftmals trockenen Haut – ist zugleich Körperkontakt, die Vermittlung von „Du bist nicht allein“, Streicheleinheiten.
- Das Aufliegen (Dekubitus) durch einen häufigen (2-stdl.) Lagerungswechsel verhindern (siehe Anti-Dekubitus-Prophylaxe).
- Dauerhafte Feuchtigkeit vermeiden. Bei starkem Schwitzen: Frotteetuch über das Kissen, saugende Unterlagen verwenden – häufig wechseln, evtl. Nachthemd hinten aufschneiden
- Wundverbände, Drainagen, Anus praeter auf ihre Dichtigkeit überprüfen.



Vor meinem eigenen Tod ist mir nicht bang.  
Nur vor dem Tode derer, die mir nah sind.  
Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?

Allein im Nebel tast ich todentlang  
und lass mich willig in das Dunkel treiben.  
Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.

Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr;  
und die es trugen, mögen mir vergeben.  
Bedenkt: den eigenen Tod, den stirbt man nur,  
doch mit dem Tod der andern muss man leben.

*Mascha Kalénko*

**Und wenn sich mein Leben  
am Ende dann misst  
in Monaten, in Wochen,  
in Tagen, in Stunden,  
so möchte ich frei sein  
von allem Schmerz,  
frei von Entwürdigung und  
frei sein von Einsamkeit.  
Reiche mir deine Hand,  
lass mich dein Verständnis spüren,  
gib mir deine Liebe.  
Dann lass mich in Frieden  
gehen  
und hilf meiner Familie  
zu verstehen.**

*Text aus einem Kinderhospiz in Minsk*

**Gemeinsam leben  
bis zuletzt**

**Der Tod ist  
eingetreten**

5



*Ein letzter Atemzug.  
Es ist still, unglaublich  
still geworden. Jetzt  
ist dieser Mensch tot.  
Die Pupillen sind starr,  
sein Blick erreicht  
mich nicht mehr.  
Was ist zu tun?*

#### **Anzeichen des Todes sind**

- fehlender Puls und Atmung (*bitte kontrollieren*);
- sinkende Körpertemperatur;
- Blässe; die Pupillen reagieren nicht mehr auf Licht und trüben sich;
- später bilden sich graublaue Flecken, zuerst an Druckstellen.

Es hilft Ihnen und auch dem Verstorbenen, wenn Sie jetzt weiterhin mit ihm reden und alle Tätigkeiten kommentieren.

Da der Hirntod erst ca. 3 Minuten nach dem Herztod eintritt, ist das (*und das gesprochene Gebet*) ein letzter Liebesdienst.

Informieren Sie den Hausarzt wegen der offiziellen Feststellung des Todes und der Ausfertigung des Totenscheines.

Notieren Sie bitte den Zeitpunkt des Todes.

Alle nötigen Telefonnummern und Personen, die jetzt zu benachrichtigen sind, finden Sie in der Akte des Bewohners.

Die Haus- bzw. Fachbereichsleitung ist zu informieren.

Bei der persönlichen Benachrichtigung von Angehörigen kann unter Umständen der Ortspfarrer oder bei größerer Entfernung Polizei und Notfallseelsorger (*Amtshilfe*) um die Übermittlung der Nachricht gebeten werden, (*wenn möglich, keine telefonische Benachrichtigung! Hinweis: siehe Seite 36 „Hinweise“*).

Wenn kein spezieller Wunsch des Verstorbenen oder seiner Angehörigen vorliegt, sollte der Verstorbene für die Aufbahrung vorbereitet werden.

Den Kontakt zum Bestattungsinstitut nehmen grundsätzlich nur die Angehörigen auf.

Es sollte darauf geachtet werden, dass der Zeitpunkt der Überführung so gewählt wird, dass es ausreichend Zeit zum Abschiednehmen und zur Aussegnung gibt. Bis zu 24 Stunden darf ein Toter in seiner Wohnstätte verbleiben, im ambulanten Bereich bis zu 36 Stunden (*Hinweis: siehe „Thüringer Bestattungsgesetz“*).

#### **Verhalten bei plötzlichem Eintritt des Todes**

- Überprüfung der Vitalfunktionen;
- Verständigung des Notarztes (*immer!*).



*Gott, zu dir rufe ich, hilf mir beten  
und meine Gedanken sammeln;  
Ich kann es nicht allein.*

*In mir ist es finster, aber bei dir ist das Licht.  
Ich bin einsam, aber du verlässt mich nicht.*

*Gott, zu dir rufe ich, hilf mir beten  
und meine Gedanken sammeln;  
Ich kann es nicht allein.*

*Ich bin unruhig, aber bei dir ist die Geduld.  
Ich verstehe deine Wege nicht,  
aber du weißt den Weg für mich.*

*Gott, zu dir rufe ich, hilf mir beten  
und meine Gedanken sammeln;  
Ich kann es nicht allein.*

*Dietrich Bonhoeffer*



Lehr' mich die Kunst  
der kleinen Schritte.

Schenke mir das  
Fingerspitzengefühl  
um herauszufinden,  
was erstrangig und  
was zweitrangig ist.  
Bewahre mich  
vor dem Glauben,  
es müsse alles glatt gehen  
im Leben.

Erinnere mich daran,  
dass das Herz oft gegen  
den Verstand streikt.  
Schick' mir im rechten  
Augenblick jemand,  
der den Mut hat,  
mir die Wahrheit  
in Liebe zu sagen.  
Gib mir das tägliche Brot  
für Leib und Seele,  
eine Geste deiner Liebe,  
ein freundliches Echo,  
und wenigstens hin  
und wieder das Erlebnis,  
dass ich gebraucht werde.  
Mach aus mir einen Menschen,  
der einem Schiff  
im Tiefgang gleicht,  
um auch die zu erreichen,  
die unten sind. *Antoine de Saint - Exupéry*

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Versorgung des Verstorbenen

# 6



*Arzt, Geschäftsbe-  
reichsleitung und  
Angehörige sind  
informiert. Doch in  
der nächsten Stunde  
kommt keiner. Es ist  
gut gesagt: „Richten  
Sie alles so her,  
dass wir Abschied  
nehmen können.“ –  
Ich war noch nie mit  
einem Verstorbenen  
allein.  
Ich habe einfach  
Angst, den Leichnam  
anzufassen.*

Ein Mensch ist gestorben. Werden Sie nicht gleich aktiv. Lassen Sie die Stille und Besonderheit dieses Augenblicks auf sich wirken. Bieten Sie Raum und Zeit zum Abschied nehmen.

- Schließen Sie seine Augenlider und legen Sie bei Bedarf kurzzeitig nasse Tupfer oder Zellstoffläppchen darauf – damit die Lider geschlossen bleiben (ohne diese Hilfe öffnen sich die Augen evtl. wieder).

- Setzen Sie die vorher evtl. entfernte Zahnprothese wieder ein.

- Den Unterkiefer schließen und durch entsprechende Lagerung geschlossen halten (Handtuchrolle ...).

- Der Verstorbene kann gewaschen werden (Bett-einlage verwenden!).

- Wechseln Sie möglichst die Wäsche. Beachten Sie bei der Einkleidung die Wünsche des Verstorbenen, falls er diese geäußert bzw. hinterlegt hat. Achtung: beim Anheben des Körpers kann Luft geräuschvoll entweichen und/oder Flüssigkeit austreten – nicht erschrecken!

- Den Körper gerade und flach betten, Hände zusammenlegen, eventuell Oberarme mit Kissen o.ä. unterlegen, damit sie nicht vom Körper rutschen; Schmuck - Protokoll oder Vermerk darüber anlegen, welcher Schmuck am Körper geblieben ist.

- Überzählige Decken, Kopfkissen und Hilfsmittel entfernen, Bettlaken belassen, Moltex o. ä. Unterlagen unterlegen.

- Das Zimmer aufräumen und lüften, Heizung ausstellen.

- Blumen und ein Kreuz aufstellen, eine Kerze anzünden.

- Sprechen Sie selbst ein persönliches Abschiedswort, ein Gebet oder einen Sterbesegen.

- Abschiedsrituale können ein letzter Liebesdienst für die Verstorbenen und bereits Trauerarbeit für die Nahestehenden sein.

Wenn Sie Schwierigkeiten haben, den Verstorbenen anzufassen und zu versorgen oder die laufenden „Alltagsgeschäfte“ in Ihrem Umfeld zu besorgen, dann teilen Sie das bitte der Leitung oder dem Hospizdienst mit und bitten um Unterstützung.



Es wird dir Schmerzen bereiten;  
es wird aussehen, als wäre ich tot,  
und das wird nicht wahr sein.  
Du verstehst. Es ist zu weit.  
Ich kann diesen Leib nicht mitnehmen.  
Er ist zu schwer.  
Aber er wird daliegen wie eine  
alte verlassene Hülle.  
Man soll nicht traurig sein um  
solche alten Hüllen.

*Aus: Antoine de Saint Exupéry : Der kleine Prinz*

**Gemeinsam leben  
bis zuletzt**

**Abschied  
nehmen/  
Aussegnung**

7



Der Tod ist etwas Natürliches – und auch die Art und Weise des Umgangs damit. Die Formen der Trauer und Abschiednahme können sehr individuell sein. Zeigen Sie Ihre eigenen Gefühle. Unterdrücken Sie nicht Ihre Tränen. Sie müssen sich nicht verbiegen.

Sagen Sie, dass dieser Mensch gestorben ist. Er ist nicht „eingeschlafen“, denn das könnte Assoziationen auf ein wieder Aufwachen der Person auslösen.

Der Tod ist für uns zuerst einmal endgültig. Was danach kommt, das steht auf einem anderen Blatt.

Wundern Sie sich nicht über scheinbar unpassende Reaktionen, sondern versuchen Sie diese zu akzeptieren. Es kann zu Gleichgültigkeit, Neugierde, Erleichterung bis Freude über den Tod des Verstorbenen sowie Fragen nach Gegenständen, die man möglicherweise haben möchte, kommen.

Teilen Sie Ihre eigene Trauer oder Gefühle mit. Bieten Sie anderen Betroffenen Nähe und Gespräche an. Lassen Sie Gefühle zu.

Ermöglichen Sie das Abschiednehmen nur für die, die es möchten. Begleiten Sie Einzelne, die es wünschen, zum Verstorbenen.

Jeder Mitarbeiter, der sich dazu in der Lage fühlt, kann die Verabschiedung vornehmen. Sie können auch die Leitung oder einen namentlich genannten Pfarrer um die Aussegnung bitten.

Ist der Tod außerhalb der Einrichtung eingetreten, teilen Sie Mitarbeitern und Bewohnern den Tod mit. Nutzen Sie dabei einen gegebenen Anlass, z. B. Andacht o. ä.

Helfen Sie mit, dass Bewohner und Mitarbeiter die Situation und ihre Trauer über den Verstorbenen bearbeiten können:

- durch Gespräche über gemeinsame Erlebnisse mit dem Verstorbenen;
- durch gemeinsames Betrachten von Fotos;
- reden Sie über seine Besonderheiten und Vorlieben;
- hören Sie einfach zu ...

Schaffen Sie einen sichtbaren Ort der Erinnerung – u. U. befristet bis zur Beisetzung.

Achten Sie bitte auf evtl. auftretende Schuldgefühle und ermöglichen Sie den Betroffenen, sich zu „entschuldigen“, z. B. durch konkretes Ansprechen am Totenbett oder später in einer „liturgischen Form“, z. B. durch ein Gebet.

Lass deiner Trauer Zeit ...  
dann wandelt sich  
dieses Festhaltenwollen  
in Loslassenkönnen,  
das vergangene Schöne  
in glücklichen Erinnerungen,  
der Abschiedsschmerz  
in Wiedersehenshoffnung,  
und aus allem Leid des Herzens  
wird eine tiefe Dankbarkeit.

*Irmgard Erath*



*Quelle: aus dem Lied „Ausgang und Eingang“  
Text und Kanon für vier Stimmen: Jochen Schwarz, 1962*

## Andacht zur Aussegnung

### Vorbereitung

Angehörige, Bewohner und Mitarbeiter versammeln sich am Bett des Verstorbenen. Es wird eine Kerze angezündet. Wenn es gewünscht wird, steht auch ein Tischkreuz am Bett.

Der Friede des Herrn sei mit uns allen. Amen.

Wir nehmen Abschied von ...

Wir denken an das, was uns mit ihm/ihr verbindet:  
die gemeinsame Zeit, gemeinsame Erlebnisse;  
Gespräche; ...

Jetzt kann ein Psalm gelesen werden (*Hinweis: siehe Seite 33 „Biblische Texte und Gebete“*).

### Wir beten

Gott, wir danken dir für die gemeinsame Zeit mit ...

Wir bitten dich: nimm du ... an.

Wir sind traurig, aber für uns geht das Leben weiter.

Gott, sei du mit uns auf unserem Lebensweg.

Wir brauchen deine Nähe und deinen Trost, damit wir dem Leben trauen können.

Das Leben von ... geben wir in deine Hände.

Halte ihn/sie und uns fest in deiner Hand, so kann uns der Tod nicht schaden.

Es segne uns der allmächtige und barmherzige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.  
Amen.

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Rituale, Traditionen, Symbolische Handlungen



*Rituale, Traditionen,  
symbolische Hand-  
lungen können helfen  
Trauer und Abschied  
zu erleichtern.*

### Das Symbol des Lichtes

- Im Zimmer des sterbenden Menschen bedeutet es Orientierung, „Heimleuchten“ auf dem letzten Weg ...
- Die Kerze am Totenbett ist Symbol für das ewige Licht/Leben.
- Licht erinnert auch an Jesus Christus, der von sich gesagt hat: „Ich bin das Licht der Welt“.

### Das Kerzenritual *(nach Paul Alexander)*

Wenn wir Dir zu Ehren vier Kerzen anzünden, dann zünden wir eine für unsere Trauer an, eine für unseren Mut, eine für unsere Erinnerung und eine für unsere Liebe.

### Zünde die erste Kerze an.

Sie repräsentiert unsere Trauer. Der Schmerz, dich verloren zu haben, ist stark. Er erinnert uns an die Größe unserer Liebe für dich.

### Zünde die zweite Kerze an.

Sie repräsentiert unseren Mut – unserem Kummer zu begegnen – einander zu trösten – unser Leben zu ändern.

### Zünde die dritte Kerze an.

Sie brennt für die Erinnerung an dich – die Zeiten, als wir lachten, die Zeiten, als wir weinten – die Zeiten, als wir aufeinander wütend waren – die Dummheiten, die du begingst – die Liebe und Freude, die du uns gabst.

### Zünde die vierte Kerze an.

Dieses Licht ist die Liebe. Tag für Tag werden wir den besonderen Platz in unserem Herzen pflegen, der immer für dich bestimmt ist. Wir danken dir für die Gabe, die dein Leben für jeden von uns war. Wir lieben dich.





### Gemeinsam singen oder Musik hören

*Manchmal ist es möglich, dass Menschen, die Abschied nehmen müssen, am Totenbett gemeinsam ein Lied singen.*

*Singen hat befreiende, lösende Wirkung. Bekannte Melodien und Texte, zum Beispiel Lieder aus einem Gesangbuch, können beruhigend und ordnend wirken. Sie tun uns gut und können uns trösten.*

*Eine angemessene, getragene, ruhige Musik verhilft zur Stille und Besonnenheit.*

*Vielleicht kann die Lieblingsmusik des Verstorbenen gehört werden. Dann können wir ihm besonders nah sein.*

### Das Symbol des Kreuzes

Das Kreuz verweist auf Jesus, der wie wir gelitten hat. Es ist ein Zeichen des Todes.

Das Kreuz sagt uns aber auch, dass Jesus dieses Leiden überwunden hat.

Es ist somit auch das Zeichen der Auferstehung, an welche die Christen glauben.

Das Kreuz ist ein Zeichen des Heils und des Sieges über den Tod.

### Das Ritual der gefalteten Hände des Verstorbenen

■ Der Mensch ist in sich „geschlossen“, „bei sich ...“.

■ Es ist eine Gebetsgeste: Im Gebet in die Ewigkeit gehen und „sehen, was du geglaubt (erbeten) hast“.

■ Die Hände können auch einfach ineinander gelegt werden, dem Willen des Verstorbenen entsprechend.

### Abschied, Entschuldigung, Dank

Bei der Aussegnung ist es möglich, dass man dem Verstorbenen etwas ganz Persönliches sagen kann und will, z. B.:

■ „Es tut mir leid, dass ... entschuldige.“

■ „Ich habe dich gern, jetzt wirst du mir fehlen“ ...

### Am Sterbetag

eines Bewohners sollte der leere Platz geschmückt sein; vielleicht mit einer Kerze oder mit Blumen.

Auf diese Weise können die Mitbewohner an den Verstorbenen denken, von ihm erzählen oder auch schweigen.

Bedenken Sie, jede dieser „natürlichen Thematisierungen“ von Sterben und Tod erleichtert es allen Beteiligten, sich mit den eigenen Gedanken und Ängsten auseinander zu setzen. Es zeigt wie auch mit ihnen im Sterben und nach dem Tod umgegangen wird. Es kann Anlass sein, sich bewusst damit zu beschäftigen (*Beerdigungswünsche: wo, wie, welche Lieder ... , wer soll einmal was bekommen?*). Schreiben Sie solche Wünsche oder Äußerungen auf.

### Alles hat seine Zeit

Ein jegliches hat seine Zeit,  
und alles Vorhaben unter dem Himmel hat seine Stunde:  
Geboren werden hat seine Zeit, sterben hat seine Zeit;  
pflanzen, ausreißen, was gepflanzt ist; töten hat seine Zeit,  
heilen hat seine Zeit; abbrechen, bauen, weinen hat seine Zeit,  
lachen hat seine Zeit, klagen hat seine Zeit, tanzen hat seine Zeit;  
Steine wegwerfen, Steine sammeln;  
herzen hat seine Zeit, aufhören zu herzen hat seine Zeit;  
suchen hat seine Zeit, verlieren hat seine Zeit;  
behalten hat seine Zeit, wegwerfen hat seine Zeit;  
zerreißen hat seine Zeit, zunähen hat seine Zeit;  
schweigen hat seine Zeit, reden hat seine Zeit;  
lieben hat seine Zeit, hassen hat seine Zeit;  
Streit hat seine Zeit, und der Friede hat seine Zeit.

*Ich merke, dass alles, was Gott tut, das besteht ewig;*

*Man kann nichts dazutun noch wegtun.*

*Was geschieht, ist schon längst gewesen,*

*und was sein wird, ist auch schon längst gewesen.*

*Gott holt wieder hervor, was vergangen ist.*

*Prediger Salomo 3, 1-8. 14a. 15*

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Nachlass

9



*Was wird aus den  
persönlichen Sachen  
des Verstorbenen?  
Was tue ich, wenn  
jemand ein Andenken  
möchte, der nicht zu  
den unmittelbaren  
Angehörigen gehört?*

*Ich lebe,  
wenn ich gehe  
von einem Tag  
zum anderen,  
von Augenblick  
zu Augenblick -  
bis ich vergangen bin.*

*Tot bin ich nur,  
wenn ich  
auf der Stelle trete  
und  
nicht einen Schritt  
nach vorne wage.*

*Ich muss gehen –  
ver - gänglich sein,  
damit ich  
unvergänglich werde.*

Bevor Sie einzelne Angehörige oder Bewohner in das Zimmer des Verstorbenen lassen, verwahren Sie bitte alle persönlichen Gegenstände in verschließbaren Schränken oder im Dienstzimmer.

Wertgegenstände (*Schmuck, Geld, Kassetten, Sparbücher, Bankkarten ...*) auf jeden Fall im Dienstzimmer sichern.

Fertigen Sie, sobald als möglich, ein Nachlass-Protokoll an. Das Protokoll muss von zwei Mitarbeitern unterschrieben werden.

Das Original und andere relevante Dokumente werden der Leitung übergeben. Möglicherweise finden sich in den Unterlagen und im Heimvertrag Regelungen für den Todesfall.

Bis die Fragen zum Nachlass mit den Hinterbliebenen nicht geklärt sind, dürfen keine Sachen oder Gegenstände an Dritte weitergegeben werden.

Der Verzicht auf bestimmte Teile (*Kleidung, Geräte etc.*) wird auf dem Nachlass-Protokoll vermerkt und von den Hinterbliebenen gegengezeichnet.

### Zur Bearbeitung des Sterbefalls durch das Bestattungsinstitut sind folgende Unterlagen erforderlich

- Totenschein (*vom Arzt ausgestellt*)
- Personalausweis/Reisepass
- Rentenausweis oder letzter Rentenbescheid
- Schwerbehindertenausweis
- Versicherungskarte (*Chipkarte*) der Krankenkasse
- Geburtsurkunde (*sofern vorhanden*)

### und sofern vorhanden

- Heiratsurkunde
- Sterbeurkunde des Ehepartners (*Stammbuch*)
- Scheidungsurteil



## Von guten Mächten

Text: Dietrich Bonnhöfer (1944)  
Melodie: Siegfried Fietz

1. Von gu - ten Mäch - ten treu und still um - ge - ben,  
2. Noch will das Al - te un - sre Her - zen quä - len,  
3. Und reichst Du uns den schwe - ren Kelch, den bit - tern,  
4. Doch willst Du uns noch ein - mal Freu - de schen - ken,  
5. Laß warm und hell die Ker - zen heu - te flam - men,  
6. Wenn sich die Stil - le nun tief um uns brei - tet,

be - hü - tet und ge - trös - tet wun - der - bar,  
noch drückt uns bö - ser Ta - ge schwe - re Last,  
des Leids, ge - füllt bis an den höchs - ten Rand,  
an die - ser Welt und ih - rer Son - ne Glanz,  
die Du in un - sre Dun - kel - heit ge - bracht,  
so lass uns hör - en je - nen vol - len Klang

so will ich die - se Ta - ge mit euch le - ben,  
Ach Herr, gib uns - ern auf - ge - schreck - ten See - len  
so neh - men wir ihn dank - bar oh - ne Zit - tern  
dann woll'n wir des Ver - gan - ge - nen ge - den - ken,  
führ, wenn es sein kann, wie - der uns zu - sam - men!  
der Welt, die un - sicht - bar sich um uns wei - tet,

und mit euch ge - hen in ein neu - es Jahr;  
das Heil, für das Du uns be - rei - tet hast.  
aus Dei - ner gu - ten und ge - lieb - ten Hand.  
und dann ge - hört Dir un - ser Le - ben ganz.  
Wir wis - sen es, Dein Licht scheint in der Nacht.  
all Dei - ner Kin - der ho - hen Lob - ge - sang.

Von gu - ten Mäch - ten wun - der - bar ge - bor - gen,  
er - war - ten wir ge - trost, was kom - men mag.

Gott ist mit uns am A - bend und am Mor - gen,  
und ganz ge - wiss an je - dem neu - en Tag.

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Trauer und Trauerarbeit

# 10



*Ein Mensch, den ich gut gekannt habe und den ich mochte, ist nicht mehr da. Ich habe nicht geahnt, dass er mir plötzlich fehlt. Wie gehe ich mit diesem Verlust um? Ich bin traurig und ich merke, dass ich Zeit brauche...*

**Trauer beginnt mit dem Bewusstsein Abschied nehmen zu müssen. Trauer kann schon vor dem Tod beginnen. Die Formen der Trauer sind sehr individuell, greifen ineinander über und dauern unterschiedlich lang.**

Auch in der Trauerbewältigung werden unterschiedliche Phasen beschrieben. Die Intensität der Trauer wird durch unterschiedliche Aspekte beeinflusst. Aspekte sind Todesalter, Todesumstände, Trauererfahrung, Beziehung zum Verstorbenen usw. .

Um Trauernde und Hinterbliebene besser verstehen zu können, sollen hier folgende Reaktionsweisen beschrieben werden:

■ Schock und Verleugnung, Emotionale Erstarrung, Empfindungslosigkeit, Verdrängung des Todes  
*Hinweis:* keine Vorwürfe machen, Gefühle und Reaktionsweisen zulassen und gewähren;

■ Emotionen brechen auf, Verzweiflung, Angst, Hilflosigkeit, Wut, Schuld, Ruhelosigkeit, Schock, Schmerz u.a. Körperliche Symptome können ebenso zu beobachten sein, z. B. Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit, Durchfälle u. a.

*Hinweis:* ernst nehmen, Hilfe anbieten, da sein

■ Das zurückgekehrte Leben: Die Anspannung klingt ab, Stille kommt auf, begreifen, Interessenlosigkeit an Äußerlichkeiten, Verlust der Alltagsroutine, sich anders als andere fühlen ...

... oder auch Kraft und Zeit für sich selbst haben, Erinnerungen und Gefühle sind bei dem Verstorbenen. Sehnsucht nach Zuwendung: Menschen, die zuhören, die aushalten, die aussprechen lassen.

■ **Den neuen Anfang finden:** Nach einer gewissen Zeit erfolgt die Wiederkehr des Interesses, Zuwendung zum Leben, Wiederfinden in der Gegenwart, Dankbarkeit für Vergangenes ...

Schaffen Sie Oasen der Ruhe und Besinnung. Geben Sie Zeit zum Loslassen, hören Sie zu und zeigen Sie Verständnis. Betroffene sollen wissen, sie können Tränen und Schmerzen zeigen und erfahren Tröstung und Heilung.

*„Nicht am Leid vorbei, sondern durch das Leid hindurch.“*

Der Verstorbenen wird in den Bereichen der Diakoniestiftung zum Ewigkeitssonntag in individueller Weise gedacht.



Die biblischen Erzählfiguren werden vom Hospizdienst eingesetzt, wenn keine Worte möglich sind.

Es gibt nichts, was uns die Abwesenheit eines lieben Menschen ersetzen kann, und man soll es auch gar nicht versuchen, man muss es einfach aushalten und durchhalten, das klingt zunächst sehr hart, aber es ist doch zugleich ein großer Trost, denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt, bleibt man durch sie miteinander verbunden. Es ist verkehrt, wenn man sagt, Gott füllt die Lücke aus; er füllt sie gar nicht aus, sondern er hält sie gerade unausgefüllt und hilft uns dadurch, unsere echte Gemeinschaft miteinander – wenn auch unter Schmerzen,

zu bewahren. Ferner: Je schöner und voller die Erinnerung, desto schwerer die Trennung.

Aber die Dankbarkeit wandelt die Qual der Erinnerung in eine stille Freude. Man trägt das vergangene Schöne nicht wie einen Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich. Wie einen verborgenen Schatz, dessen man gewiss ist, dann geht eine dauernde Freude und Kraft von dem Vergangenen aus.

*Dietrich Bonhoeffer*

## Gemeinsam leben bis zuletzt

## Rechtliche Informationen

# 11

Sie sind kein Rechtsexperte, und doch werden Sie wahrscheinlich mit juristischen Fragen konfrontiert. Die Leitung wird sie hier unterstützen.

**Betreuer:** Das normale Betreuungsverhältnis endet mit dem Tod des zu Betreuenden (*Ausnahme: „Betreuung ... über den Tod hinaus“*). Die zuständige Leitung teilt dem Betreuer den Tod des zu Betreuenden mit.

**Angehörige:** Sie werden von der zuständigen Leitung informiert. Wenn diese nicht reagieren, wendet sich das zuständige Ordnungs- bzw. Sozialamt an sie.

**Wille des/der Verstorbenen:** Es besteht die Möglichkeit, dass der Verstorbene eine Person des Vertrauens benannt hat, die seinen Nachlass erhalten soll. Unter Umständen ist auch ein Testament vorhanden. Alle diese Unterlagen werden an das Nachlassgericht weitergereicht.

**Beerdigung:** Gibt es keine Angehörigen, ist das Ordnungsamt bzw. das Sozialamt für eine „Sozialbestattung“ zuständig. Die Bestattungsinstitute übernehmen diese Verhandlungen. Ggf. gibt es finanzielle Mittel (z. B. *Fond*) um eine würdige Bestattung des Verstorbenen zu ermöglichen.

**Eigentum** des Verstorbenen ist als Nachlass sicherzustellen und im Nachlass-Protokoll ggf. für das Gericht festzuhalten. Ohne die Vorlage des Erbscheines ist kein Mitarbeiter berechtigt, Eigentum des Verstorbenen an Dritte auszuhändigen.





## Sterben

*Die ganze Welt ist voller Hinweise auf die Auferstehung. Aus einem Baume und hartem Holze wächst eine schöne Blume, es wachsen Blätter, Zweige und schöne, liebliche Früchte heraus ... Alle Kreaturen sind eine Figur und ein Bild der künftigen Auferstehung; denn um die Sommerzeit werden sie aus dem Tode wieder lebendig, wachsen und grünen, welches im Winter niemand glauben würde, dass es geschehen könnte, wenn er es zuvor nicht erfahren und gesehen hätte. Martin Luther*

## Zuhören

Wenn ich dich bitte, mir zuzuhören, und du beginnst, mir Ratschläge zu geben, dann hast du nicht getan, worum ich dich gebeten habe.

Wenn ich dich bitte, mir zuzuhören, und du fängst an, mir zu sagen, dass ich nicht so und so fühlen sollte, dann trampelst du auf meinen Gefühlen herum.

Wenn ich dich bitte, mir zuzuhören, und du glaubst, du müsstest nun etwas unternehmen, um mein Problem zu lösen, dann machst du mich klein und schwach, so seltsam das auch klingt.

Hör mir zu!

Alles, worum ich dich bitte, ist, dass du mir zuhörst! Nichts sagst oder tust, nur zuhörst!

Guter Rat ist billig.

Für nur eine Mark Porto kann man ihn von jedem Briefkasten-Onkel aus den Zeitschriften beziehen.

Ich kann alles für mich selber tun. Ich bin nicht hilflos oder unfähig, bloß weil ich krank bin oder Angst habe.

Vielleicht mutlos oder zaudernd, aber nicht hilflos.

Wenn du etwas tust, was ich selber kann, oder selber für mich tun müsste, dann trägst du zu meiner Unzulänglichkeit bei und vergrößerst meine Furcht.

Aber wenn du als simple Tatsache akzeptierst, dass ich fühle, was ich fühle, egal wie vernunftwidrig das auch sein mag, dann kann ich aufhören, dich von der Richtigkeit meiner Gefühle überzeugen zu wollen, und kann statt dessen versuchen, herauszufinden, was sich hinter meinen Gefühlen verbirgt.

Und wenn das klar ist, sind meine Antworten auf meine Fragen offensichtlich und deutlich.

Dann braucht es keinen Rat!

Bitte, höre mich und hör mir zu!

Und wenn du dann erzählen willst, warte eine Minute.

Dann bist du an der Reihe und ich werde dir zuhören.

### An meine Traurigkeit

Ich bin in meinem Leben oft traurig gewesen, aber noch nie habe ich eine so schmerzhaftes Trauer erleiden müssen wie nach dem Tode meines Mannes. Du meine Traurigkeit erfüllst meinen ganzen Körper mit Schmerz.

Oft ist meine Trauer so groß, dass ich mir wünsche, es möge aufhören, einfach zu Ende sein.

Manchmal wünsche ich, dass du Trauer nicht mehr da bist. Ich möchte glücklich, fröhlich und lustig sein wie früher. Du lähmst mich, klebst an mir, wie zentnerschwere Last.

### Späte Einsicht

*Wie sehr ich den Regen brauche, habe ich erst gemerkt, seit es nicht mehr regnet.*

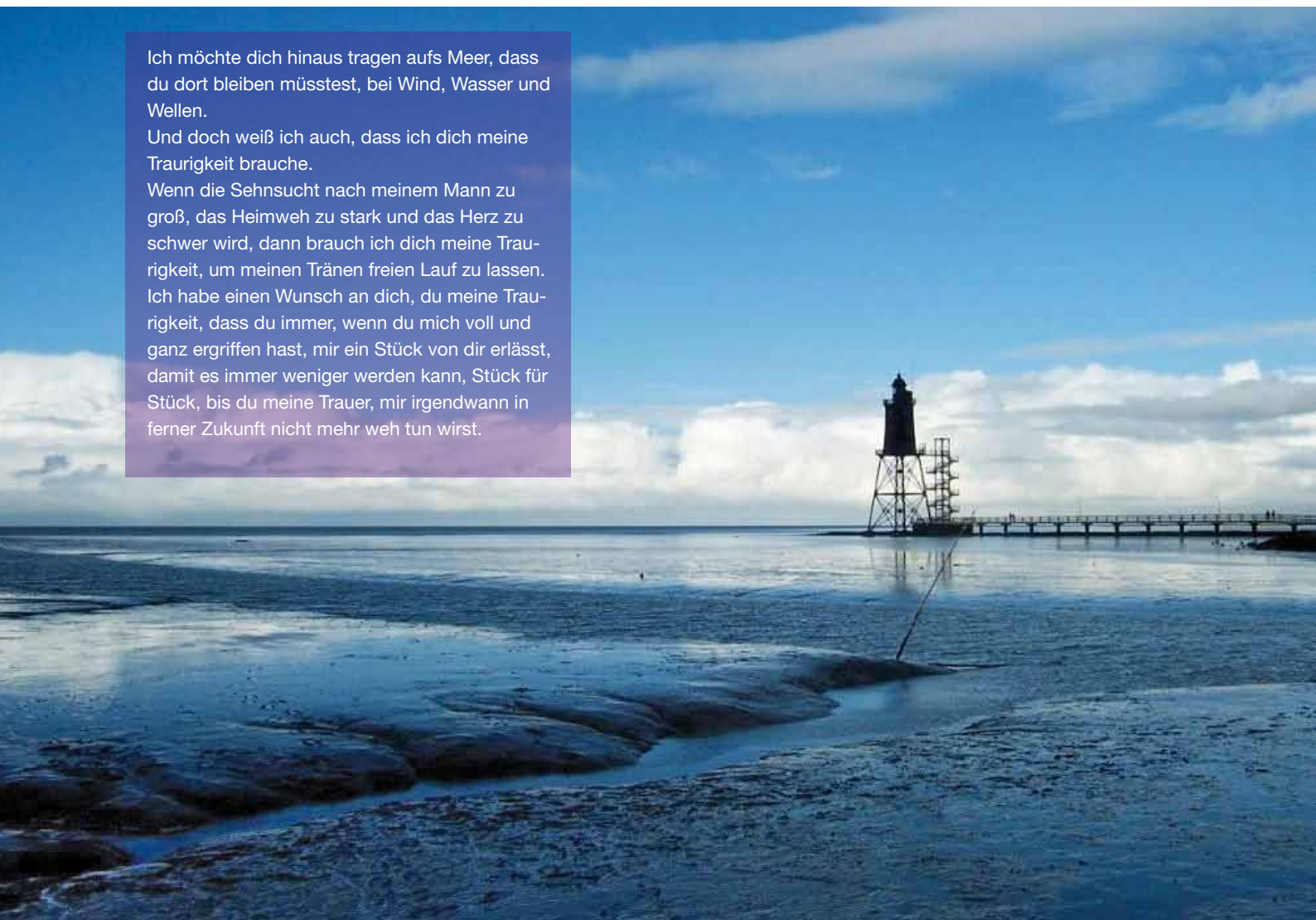
*Wie sehr ich einen Menschen liebe, habe ich erst gemerkt, seit er gegangen ist.*



Ich möchte dich hinaus tragen aufs Meer, dass du dort bleiben müsstest, bei Wind, Wasser und Wellen.

Und doch weiß ich auch, dass ich dich meine Traurigkeit brauche.

Wenn die Sehnsucht nach meinem Mann zu groß, das Heimweh zu stark und das Herz zu schwer wird, dann brauch ich dich meine Traurigkeit, um meinen Tränen freien Lauf zu lassen. Ich habe einen Wunsch an dich, du meine Traurigkeit, dass du immer, wenn du mich voll und ganz ergriffen hast, mir ein Stück von dir erlässt, damit es immer weniger werden kann, Stück für Stück, bis du meine Trauer, mir irgendwann in ferner Zukunft nicht mehr weh tun wirst.



## Eine Fabel für Erwachsene



Der Dachs war zuverlässig und immer hilfsbereit. Er war schon sehr alt, und er wusste fast alles. Der Dachs war so alt, dass er wusste, dass er bald sterben würde. Der Dachs fürchtete sich nicht vor dem Tod, sterben bedeutete nur, dass er seinen Körper zurückließ. Und da sein Körper nicht mehr so wollte, wie in den früheren Tagen, machte es dem Dachs nicht allzu viel aus, ihn zurückzulassen. Seine Sorge war, wie seine Freunde seinen Tod aufnehmen würden. Er hatte sie schon vorbereitet und ihnen gesagt: „Irgendwann werde ich durch einen langen Tunnel gehen“. Er hoffte, sie würden nicht zu traurig sein, wenn seine Zeit gekommen war ... Und dann hatte er einen seltsamen, doch wunderbaren Traum, wie er ihn nie zuvor geträumt hatte: Dachs lief! Zu seiner höchsten Überraschung lief er nur munter dahin. Vor ihm öffnete sich ein langer Tunnel. Seine Beine trugen ihn kräftig und sicher dem Tunnel entgegen. Er brauchte keinen Spazierstock mehr, also ließ er ihn liegen. Dachs lief leicht und behände, schneller und immer schneller durch den langen Gang, bis seine Pfoten den Boden gar nicht mehr berührten. Er fühlte, wie er stürzte, wie er hinfiel und sich überschlug, aber er tat sich überhaupt nicht weh. Er fühlte sich frei. Es war, als sei er aus seinem Körper herausgefallen. Am folgenden Tage versammelten sich seine Freunde vor dem Eingang zum Dachsbau. Sie machten sich Sorgen, weil Dachs nicht wie sonst herausgekommen war, um ihnen einen guten Morgen zu wünschen. Der Fuchs eröffnete ihnen eine traurige Nachricht. Er sagte, dass der Dachs tot sei ... Alle Tiere hatten den Dachs lieb gehabt, und alle waren nun sehr betrübt ... Bald deckte eine dicke Schneeschicht die Behausung der Tiere zu, es war Winter geworden. Der Schnee begrub das Land unter sich, aber er konnte die Traurigkeit nicht begraben, die die Freunde des Dachs erfüllte. Der Dachs war immer zur Stelle gewesen, wenn ihn einer brauchte. Die Tiere wussten nicht, wie sie jetzt ohne ihn zurecht kommen sollten. Dachs hatte ihnen gesagt, sie sollten nicht traurig sein. Aber das war schwer ...

Der Maulwurf konnte besonders geschickt mit der Schere umgehen. Und nun erzählte er, wie Dachs ihn gelehrt hatte, aus einem zusammengefalteten Bogen Papier eine Maulwurfskette auszuschneiden ... Der Frosch war ein glänzender Schlittschuhläufer. Er erinnerte sich, wie Dachs ihm geholfen hatte, den ersten unsicheren Schritt auf dem Eis zu tun ... Der Fuchs dachte an die Zeit, als er ein junges Füchlein war. Und wie es ihm nicht und nicht gelingen wollte, einen ordentlichen Krawattenknoten zu binden. Schließlich hatte ihm der Dachs gezeigt, wie man das macht ... Der Dachs hatte Frau Kaninchen ein Spezialrezept für Lebkuchen gegeben und ihr gezeigt, wie man Lebkuchenkaninchen backte ... Die Tiere bewahrten eine besondere Erinnerung an den Dachs – irgendetwas, was er sie gelehrt hatte und was sie jetzt besonders gut konnten. Dachs hatte jedem von ihnen ein Abschiedsgeschenk hinterlassen, das sie wie einen Schatz hüteten. Mit ihren verschiedenen Gaben konnten sie auch gut einander helfen. Mit dem letzten Schnee schmolz auch die Traurigkeit der Tiere dahin. Sooft der Name Dachs fiel, kam einem von ihnen eine Schmunzelgeschichte in den Sinn. Eines warmen Frühlingstages wanderte der Maulwurf über den Hügel, wo er den Dachs zum letzten Mal gesehen hatte. Hier wollte er Dachs für sein Abschiedsgeschenk danken. „Danke, danke“, sagte er leise. Er war überzeugt, dass ihn Dachs hörte. Und – sicherlich war es auch so.

*nach Susan Varlev: „Leb wohl, lieber Dachs“,*

*Wien-München, 1984*

## Einübung ins Sterben – Einübung ins Leben



Wer das Leben ohne den Tod ansieht oder den Tod ohne Leben, kennt weder das eine noch das andere. Einübung ins Sterben bringt am meisten Klarheit über das Leben. Einübung ins Leben ist die beste Vorbereitung auf den Tod. Denn man kann sich zwar den Tod vor Augen halten, aber man kann ihn nicht üben. Jeder geht als Anfänger in seinen Tod.

**Aber das Leben kann man so gestalten, dass auch sein letzter Schritt ohne Panik geschehen kann. Man findet dabei vielleicht die eine oder die andere Regel:**

- mit der Zeit umgehen lernen, Tage, Stunden und Augenblicke ausschöpfen und sich so mit den Grenzen der Zeit befreunden;
- jedem Tag sein eigenes Recht geben; dem Spiel, dem Gespräch, den Plänen, dem Werk, der Fröhlichkeit, dem Nachdenken und dem Schlaf seine eigene Schönheit und Schwere lassen und so auch den letzten Tag mit Vertrauen durchleben;
- allabendlich jeden Streit beenden, ehe die Sonne untergeht, und nichts Ungeordnetes durch die Tage und Wochen schleppen; man holt, was man in Jahren versäumt hat, nicht in Stunden auf;
- anderen ihre Schuld vergeben und Vergebung für die eigene Schuld erbitten und dies so, dass es nichts Ungewöhnliches, sondern etwas Tägliches ist; darauf vertrauen, dass man Vergebung empfangen hat, von Gott und den Menschen, und dafür danken;

■ nach Möglichkeit nichts tun, dass sich nicht wiederholen soll

■ jede besonders hohe Meinung über das eigene Leben, das eigene Wesen, das eigene Werk abbauen, Stück um Stück; so lange abbauen, bis man auf keinen Menschen mehr herabsehen kann; wenig von aller Leistung halten und lächeln über den Stolz, der nicht loslassen will;

■ alles Vergleichen mit anderen aufgeben; Vergleiche sind weder den Eifer noch die Angst wert; dass man nicht schlechter sei als die andern, ist die Rede nicht wert;

■ Dinge, Geld und Einfluss immer gelassener weggeben; am Ende wird an ihnen nur dies noch wichtig sein, ob wir sie weggeben konnten;

■ von einem Rückblick zum anderen mit weniger Wehmut, mit mehr Genauigkeit und mehr Dankbarkeit zurücksehen; jeden Tag, jede Woche, jedes Jahr im Rückblick prüfen; man muss geübt sein, das zu tun, wenn man in seiner letzten Stunde gezwungen ist, zurückzusehen und zusammenzuzählen; man kann es nicht von selbst, sowenig wie eine Fremdsprache, die man zum ersten Mal buchstabiert;<sup>1)</sup>

1) Zink, Die Mitte der Nacht ist der Anfang des Tages, Stuttgart 1980, 39 f

## Was heißt es, einen anderen Menschen zu trösten?



Den anderen in den Arm nehmen, ihm die Hand geben, ihn an die Brust ziehen, ihm über das Haar streichen, ihm sanft die Wange berühren, ihn ganz fest umarmen, ihn warm halten,

ihm die Hand auflegen, ihm die Hand aufs Knie legen, den Kopf über ihn beugen, mit dem Gesicht ganz nahe kommen, ihn an der Hand nehmen, ihn geleiten,

das Kind auf den Arm nehmen, ihm die Tränen abtrocknen, Wange an Wange legen, liebevoll die Hand des anderen küssendie Innenfläche beider Hände küssen, den Namen in die Hand schreiben,

mit ihm schweigen, mit ihm Musik hören, mit ihm lesen, mit ihm beten, mit ihm wenig und leise sprechen, mit ihm weinen, ihm zuhören, ihn erzählen lassen, ihn berichten lassen, leise, behutsame Fragen stellen, nach ihm fragen,

glückliche Stunden mit ihm in Erinnerung rufen, mit ihm Bilder und Fotografien anschauen, mit ihm freundlich reden, Kontakt mit ihm halten, ihn der erfahrenen Liebe sicher machen, Gewissheit der Treue und Liebe vermitteln,

ihm Hilfe zusagen, für ihn Hilfe suchen, ihm Beistand versprechen, auf die unausgesprochenen Rufe antworten, auf das Schreien hören, mit ihm das Entsetzen teilen, ihm die Angst, die Wut und den Zorn nicht ausreden

Beieinandersein – in der Familie, in der Gruppe, unter Freunden,

die Zeichen der Not verstehen, die stumme Bitte begreifen, zeigen, dass er sich auf dich verlassen kann, Schutz zusichern,

Zuversicht stärken, versprechen zu helfen, zu schützen, zu vermitteln, Zuversicht teilen, dass eine bessere Zukunft kommen muss, Zuversicht teilen, dass Heilung und Besserung gelingt,

Zusicherung des Geliebtwerdens, ihm das Gesicht zuwenden, ihn anschauen, einfach neben ihm sitzen, da sein

auf ihn zugehen, ihn liebevoll anschauen, auf ihn warten, ihn besuchen, ihm schreiben

für ihn sorgen, für ihn da sein, mit ihm essen, mit ihm trinken, ihm nahe sein

über Nacht bei ihm wachen, bei ihm bleiben, Trost nicht aufdrängen, sein Schweigen respektieren

mit ihm nach dem Sinn fragen, keine fertigen Antworten haben, gute Gedanken in ihm wecken, Gutes über den Toten sagen, Gutes über das Verlorene sagen, den Verlust aussprechen

Hoffnung teilen auf Vergebung, Hoffnung teilen auf Verzeihung, Hoffnung teilen auf Huld und Gnade.

*Marielene Leist*

## Die Hände erzählen lassen



### Unsere Hände erzählen:

wie sie gespielt, gemalt, geschrieben, geschmückt, gepflanzt, geräumt und geputzt haben

wen sie gestreichelt, gehegt, gepflegt, verbunden haben

wem sie sich geöffnet, anvertraut und wen sie liebend umarmt haben

was sie gearbeitet, geschaffen, bewirkt, angepackt, aufgebaut haben

wen sie aufgerichtet, gehalten, gestützt haben

was sie in Besitz genommen und festgehalten haben

wie sie sich zur Faust geballt, andere bedroht und vielleicht geschlagen haben

wie sie die Finger gestreckt haben, andere zu belehren oder zurechtzuweisen

wie sie auf den Tisch geschlagen und auf ihr Recht gepocht haben

was sie ausgehalten, gelitten, ertragen, geopfert haben

wen sie loslassen mussten und so gerne festgehalten hätten

wen sie zur Vergebung und Versöhnung gereicht wurden

wofür sie sich bedankt, was sie erbeten und geschenkt haben

wie sie ohnmächtig und kraftlos herunterhingen

wie sie gebetet und gefleht haben

wie sie vor Freude und Dankbarkeit geklatscht haben



Heinz Hinse

## Kennst Du die Geschichte vom kleinen Seelenvogel?



*Ich wünsche dir als  
Begleiter  
die Sonne, die Wolken,  
den Wind,  
die Hoffnung als  
Wegbereiter,  
den Stern,  
wenn die Nacht beginnt.  
Ein treuer Gefährte, wie  
er auch heißt,  
als dankbar empfunde-  
nes Glück,  
stelle dich neben dir ein!  
Wenn du nur weißt:  
Du brauchst niemals  
alleine zu sein,  
legst du den Lebensweg  
leichter zurück.  
Und will es dir scheinen,  
du habest ja keinen,  
der dein Tun  
und dein Streben  
versteht,  
dann gibt es  
in Wirklichkeit lange  
schon  
einen Schutzengel,  
der dir zur Seite steht.*

*Elli Michler*

Tief, tief in uns wohnt die Seele. Noch niemand hat sie gesehen, aber jeder weiß, dass es sie gibt. Und jeder weiß auch, was in ihr ist. In der Seele, in ihrer Mitte steht ein Vogel auf einem Bein. Der Seelenvogel. Und er fühlt alles, was wir fühlen. Wenn uns jemand verletzt, tobt der Seelenvogel in uns herum, hin und her, nach allen Seiten, und alles tut ihm weh. Wenn uns jemand lieb hat, macht der Seelenvogel fröhliche Sprünge, kleine, lustige, vorwärts und rückwärts, hin und her. Wenn jemand unseren Namen ruft, horcht der Seelenvogel auf die Stimme, weil er wissen will, ob sie lieb oder böse klingt. Wenn jemand böse auf uns ist, macht sich der Seelenvogel ganz klein und ist still und traurig. Und wenn uns jemand in den Arm nimmt, wird der Seelenvogel in uns größer und größer, bis er uns fast ganz ausfüllt. So gut geht es ihm dann. Ganz tief in uns ist die Seele. Noch niemand hat sie gesehen, aber jeder weiß, dass es sie gibt. Und noch nie, kein einziges Mal, wurde ein Mensch ohne Seele geboren und sie verlässt uns nie, keine Sekunde, so lange wir leben. Sicher willst du auch wissen, woraus der Seelenvogel besteht. Das ist ganz einfach. Er besteht aus Schubladen. Diese Schubladen können wir nicht einfach aufmachen, denn jede einzelne ist abgeschlossen und hat ihren eigenen Schlüssel. Und der Seelenvogel ist der einzige, der die Schubladen öffnen kann. Wie? Auch das ist ganz einfach, mit seinem Fuß. Der Seelenvogel steht auf einem Bein. Das zweite hat er, wenn er ruhig ist, an den Bauch gezogen. Mit dem Fuß dreht er den Schlüssel zur Schublade um,

die er öffnen will, zieht am Griff, und alles, was drin ist, kommt zum Vorschein.

Und weil alles, was wir fühlen, eine Schublade hat, gibt es eine für Freude, eine für Trauer, für Eifersucht und Hoffnung, für Enttäuschung und Verzweiflung, eine Schublade für Geduld und Ungeduld, auch für Hass, Wut und Versöhnung, für Faulheit und Leere und eine für geheimste Geheimnisse. Diese Schublade wird fast nie geöffnet. Es gibt auch noch andere Schubladen. Du kannst selbst wählen, was drin sein soll. Manchmal sind wir eifersüchtig, ohne dass wir es wollen. Und manchmal machen wir etwas kaputt, wenn wir helfen wollen. Der Seelenvogel gehorcht uns manchmal nicht und bringt uns dann in Schwierigkeiten ...

Man kann schon verstehen, dass die Menschen verschieden sind, weil sie verschiedene Seelenvögel haben. Manche Leute hören den Seelenvogel oft, manche selten. Und manche hören ihn nur einmal in ihrem Leben. Deshalb ist es gut, wenn wir auf ihn hören.

Vielleicht spät abends, wenn alles still ist...

Michael Snunit und Na'ama Golomb  
aus dem Hebräischen von Mirjam Pressler

## Abschied



Von der großen Eiche am Wiesenrand fiel das Laub. Es fiel von allen Bäumen. Ein Ast der Eiche stand hoch über den anderen Zweigen und langte weit hinaus zur Wiese. An seinem äußeren Ende saßen zwei Blätter zusammen.

„Es ist nicht mehr wie früher“, sagte das eine Blatt. „Nein“, erwiderte das andere. „Heute Nacht sind wieder so viele von uns davon ... . Wir sind beinahe schon die einzigen hier auf unseren Ast.“

„Man weiß nicht, wen es trifft“, sagt das erste. „Als es noch warm war, uns die Sonne noch Hitze gab, kam manchmal ein Sturm oder ein Wolkenbruch, und viele von uns wurden damals schon weggerissen, obgleich sie noch jung waren. Man weiß nicht, wen es trifft.“ „Jetzt scheint die Sonne nur selten“, seufzte das zweite Blatt, „und wenn sie scheint, gibt sie keine Kraft. Man müsste neue Kraft haben.“ „Ob es wahr ist“, meinte das erste, „ob es wahr ist, dass an unsere Stelle andere kommen, wenn wir fort sind, und dann wieder andere, und immer wieder ... .“

„Es ist wahr“, flüsterte das zweite, „man kann es gar nicht ausdenken ... es geht über unsere Begriffe ... .“

„Und man wird auch so traurig davon“, fügte das erste hinzu. Sie schwiegen eine Zeit. Dann sagte das erste still vor sich hin: „Warum wir weg müssen ...?“ Das zweite fragte: „Was geschieht mit uns, wenn wir abfallen ...?“

„Wir sinken hinunter ... .“

Das erste antwortete: „Ich weiß es nicht. Der eine sagt das, der andere sagt dies ... aber niemand weiß es ... .“

Das zweite fragte: „Ob man noch etwas fühlt, ob man noch etwas von sich weiß, wenn man dort unten ist?“

Das erste erwiderte: „Wer kann das sagen? Es ist noch keines von denen, die hinunter sind, jemals zurückgekommen, um davon zu erzählen.“

Wieder schwiegen sie.

Dann redete das erste Blatt zärtlich zum andern:

„Gräme dich nicht zu sehr, du zitterst ja.“ „Lass nur“, antwortete das zweite, „ich zittere jetzt so leicht. Man fühlt sich eben nicht mehr so fest an seiner Stelle.“ „Wir wollen nicht mehr von solchen Dingen sprechen“, sagte das erste Blatt.

Nun schwiegen sie beide. Die Stunden vergingen. Ein nasser Wind strich kalt und feindselig durch die Baumwipfel.

„Ach ... jetzt ...“ sagte das zweite Blatt, „... ich ... .“ da brach ihm die Stimme. Es ward sanft von seinem Platz gelöst und schwebte hernieder. Nun war es Winter.

*(Felix Salten, entnommen aus Exodus 4, S. 117)*

## Biblische Texte und Gebete



### Meditation zu Psalm 23

*Gott sorgt für mich,  
niemals bin ich verlassen.  
Gott befreit mich von der  
Lebensangst und erlaubt  
mir ein Dasein ohne Hast,  
stärkt meine Seele und  
zeigt mir den guten Weg.  
Gott will für mich Gott  
sein.*

*Auch in dunklen Zeiten  
habe ich keine Angst vor  
dem Letzten, denn du  
bist bei mir, deine Ge-  
genwart und Geleit ge-  
ben mir einen Schutz.*

*Du lässt mich teilhaben  
an der Fülle des Lebens,  
obwohl es Gründe gibt,  
verzweifelt zu sein.*

*Du empfängst mich zärt-  
lich und nimmst mich  
überschwenglich auf.*

*Ich lebe im Vorschein von  
Güte und Erbarmen  
und wohne im Vertrauen  
zu dir.*

Annette Armbrüster,

Wolfgang Armbrüster

### Psalm 23

Der Herr ist mein Hirte,  
mir wird nichts mangeln.  
Er weidet mich auf einer grünen Aue  
und führt mich zum frischen Wasser.  
Er erquickt meine Seele.  
Er führt mich auf rechter Straße  
um seines Namens willen.  
Und ob ich schon wanderte im finstern Tal,  
fürchte ich kein Unglück;  
denn du bist bei mir,  
dein Stecken und Stab trösten mich.  
Du bereitest vor mir einen Tisch  
im Angesicht meiner Feinde.  
Du salbst mein Haupt mit Öl  
und schenkst mir voll ein.  
Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen  
mein Leben lang,  
und ich werde bleiben im Hause des Herrn  
immerdar.

### Vater unser

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



### **Psalm 85**

HERR, der du bist vormals gnädig gewesen  
deinem Lande

und hast erlöst die Gefangenen Jakobs;  
der du die Missetat vormals vergeben hast  
deinem Volk

und alle seine Sünde bedeckt hast;  
der du vormals hast all deinen Zorn fahren lassen  
und dich abgewandt von der Glut deines Zorns:

hilf uns, Gott, unser Heiland,  
und lass ab von deiner Ungnade über uns!

Willst du denn ewiglich über uns zürnen  
und deinen Zorn walten lassen für und für?

Willst du uns denn nicht wieder erquickern,  
dass dein Volk sich über dich freuen kann?

HERR, erweise uns deine Gnade  
und gib uns dein Heil!

Könnte ich doch hören,  
was Gott der HERR redet,  
dass er Frieden zusagte seinem Volk und  
seinen Heiligen,  
damit sie nicht in Torheit geraten.

Doch ist ja seine Hilfe nahe denen, die ihn fürchten,  
dass in unserm Lande Ehre wohne;  
dass Güte und Treue einander begegnen,  
Gerechtigkeit und Friede sich küssen;  
dass Treue auf der Erde wachse  
und Gerechtigkeit vom Himmel schaue;  
dass uns auch der HERR Gutes tue  
und unser Land seine Frucht gebe;  
dass Gerechtigkeit vor ihm her gehe  
und seinen Schritten folge.

### **Meditation zu Psalm 85**

*Gott, wenn ich meine Erinnerung schweifen lasse  
und an das gemeinsame Leben denke,  
dann weiß ich, dass – trotz mancher Not –  
deine Gnade dennoch über uns war.*

*Du hast uns herausgeführt aus Drangsal und Leid,  
und so oft es uns schien,  
als hättest du dich abgewendet,  
so oft unser Lebensweg einer Strafe glich,  
wir haben immer wieder erlebt:*

*Du lässt uns nicht im Stich.*

*Hilf uns auch jetzt,  
lass Traurigkeit und Schmerz nicht alles sein,  
was uns bleibt.*

*Sei uns gnädig  
und mach uns wieder heil.*

*Ich sehne mich danach,  
wieder Frieden in meiner Seele zu finden.*

*Auf deine Hilfe vertraue ich!*





### Psalm 73

Gott ist dennoch Israels Trost  
für alle, die reinen Herzens sind.  
Ich aber wäre fast gestrauchelt mit meinen Füßen;  
mein Tritt wäre beinahe geglitten.  
Denn ich ereiferte mich über die Ruhmredigen,  
als ich sah, dass es den Gottlosen so gut ging.  
Denn für sie gibt es keine Qualen,  
gesund und feist ist ihr Leib.  
Sie sind nicht in Mühsal wie sonst die Leute  
und werden nicht wie andere Menschen geplagt.  
Darum prangen sie in Hoffart  
und hüllen sich in Frevel.  
Sie brüsten sich wie ein fatter Wanst,  
sie tun, was ihnen einfällt.  
Sie achten alles für nichts und reden böse,  
sie reden und lästern hoch her.  
Was sie reden, das soll vom Himmel herab geredet sein;  
was sie sagen, das soll gelten auf Erden.  
Darum fällt ihnen der Pöbel zu  
und läuft ihnen zu in Haufen wie Wasser.  
Sie sprechen: Wie sollte Gott es wissen?  
Wie sollte der Höchste etwas merken?  
Siehe, das sind die Gottlosen;  
die sind glücklich in der Welt und werden reich.  
Soll es denn umsonst sein, dass ich mein Herz rein hielt  
und meine Hände in Unschuld wasche?  
Ich bin doch täglich geplagt,  
und meine Züchtigung ist alle Morgen da.  
Hätte ich gedacht: Ich will reden wie sie,  
siehe, dann hätte ich das Geschlecht deiner Kinder  
verleugnet.  
So sann ich nach, ob ich's begreifen könnte,  
aber es war mir zu schwer,  
bis ich ging in das Heiligtum Gottes  
und merkte auf ihr Ende.  
Ja, du stellst sie auf schlüpfrigen Grund  
und stürzest sie zu Boden.  
Wie werden sie so plötzlich zunichte!  
Sie gehen unter und nehmen ein Ende mit Schrecken.  
Wie ein Traum verschmähst wird, wenn man erwacht,  
so verschmähst du, Herr, ihr Bild, wenn du dich erhebst.  
Als es mir wehe tat im Herzen

und mich stach in meinen Nieren,  
da war ich ein Narr und wusste nichts,  
ich war wie ein Tier vor dir.  
Dennoch ableibe ich stets an dir;  
denn du hältst mich bei meiner rechten Hand,  
du leitest mich nach deinem Rat  
und nimmst mich am Ende mit Ehren an.  
Wenn ich nur dich habe,  
so frage ich nichts nach Himmel und Erde.  
Wenn mir gleich Leib und Seele verschmachtet,  
so bist du doch, Gott, allezeit meines Herzens  
Trost und mein Teil.  
Denn siehe, die von dir weichen, werden umkom-  
men;  
du bringst um alle, die dir die Treue brechen.  
Aber das ist meine Freude, dass ich mich zu Gott  
halte und meine Zuversicht setze auf Gott, den  
HERRN, dass ich verkündige all dein Tun.

### Meditation zu Psalm 73

*Gott, bei dir suche ich Trost,  
denn meine Füße straukeln,  
und ich falle in die Tiefe,  
mein Tritt geht ins Leere,  
ich suche Grund.*

*Soll denn mein Fragen umsonst sein  
und mein Suchen vergeblich?  
Täglich stehe ich im Angesicht des Leidens,  
und jeder Morgen bringt neuen Schmerz.*

*Ich sinne nach, ob ich's begreifen könnte,  
aber es ist mir zuviel.  
Es kreist und kreist in meinem Kopf,  
aber ich finde nicht heraus.  
Es tut mir weh in meinem Herzen,  
und ich spüre Stiche in meinem Innersten.*

*Dennoch halte ich mich an dich,  
du hältst mich bei meiner Hand  
und leitest mich nach deinem Ratschluss.*

*Darum hoffe ich auf dich,  
meine Zukunft befehle ich in deine Hände.*



## Hinweise Literaturnachweis

### Gemeindepfarrer

Sie können für die Sterbebegleitung hinzugebeten werden. Sie können die seelsorgerische Begleitung der Angehörigen, der Bewohner/innen und Mitarbeiter/innen übernehmen. Die Telefonnummern dafür liegen in den Wohnbereichen aus.

### Notfallseelsorger

Sie können zur Überbringung von Todesnachrichten eingeschaltet werden. Im Notfall werden sie über die Telefonnummern 112 von der Polizei vermittelt.

### Telefonseelsorge

Sie kann als Möglichkeit genutzt werden, um anonym über persönliche Probleme reden zu können und professionell Hilfe zu bekommen. Dabei wird die Telefonnummer des Anrufers nicht angezeigt. Telefonnummern in 24-Stunden-Bereitschaft sind:

Evangelisch: 0800 1110111 oder

0800 1110222 freecall

Katholisch: 0800 1110122 freecall

### Hospiz

Sie können zur Sterbebegleitung, zu Sitzwachen, zur Begleitung von Angehörigen und Personal eingeschaltet werden. Adressen sind über den Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienst der Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein zu finden.

Bad Lobenstein

Telefon: 036651 398955

Mail: [hospiz.lobenstein@diakonie-wl.de](mailto:hospiz.lobenstein@diakonie-wl.de)

Saalfeld

Telefon: 03671 5254955

Mail: [hospiz.saalfeld@diakonie-wl.de](mailto:hospiz.saalfeld@diakonie-wl.de)

Beim deutschen Deutscher Hospiz- und Palliativ-Verband (DHPV) finden Sie Kontaktdaten zu allen Hospizdiensten und weiterführende Informationen: [www.dhpv.de](http://www.dhpv.de) / Deutscher Hospiz- und PalliativVerband e.V. | Aachener Straße 5 | 10713 Berlin  
Tel. 030 - 82 00 75 80

### Literaturquellen

Bonhoeffer, D.: Widerstand und Ergebung; Kreuz-Verlag 1988 ·

Evangelisches Gesangbuch, Ausgabe für die Evangelisch-Lutherischen Kirchen in Bayern und Thüringen, 2. Auflage, 1995 · Fietz S.: Dann bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe; ABAKUS Musik · Heinemann W., Müller M.: Handreichung für Multiplikatoren, ALPHA Rheinland; ISBN: 3-933154-40-5 · Heller A.: Wege durch Zeiten der Trauer; Kiefelverlag; ISBN: 3-579-05686-7 · Die Bibel (unterschiedliche Übersetzungen) · Leist M.: Leid und Trost, Freiburg 1980 · Luther, M.: Gebete. Gütersloher Verlagshaus 1983 · Saint – Exupery, A. de: Der kleine Prinz. Beltz Verlag Weinheim 1998 · Snunit M., Golomb N.: Der Seelenvogel; Carlsen Verlag; ISBN: 978-3-551-55070-5 9 · Varlev, S.: Leb wohl, kleiner Dachs; ISBN: 3219102832 · Folgende Texte haben unbekannte Quellen: S.5/S.6/S.9/S.11/S.17/S.21/S.23/S.25/S.26/S.30/ S.31/S.32/S.33/S.34/S.35



Dieses Heft entstand in Anlehnung an die Handreichung des Bodelschwinghof Mechterstädt e.V. .

#### Impressum

**Herausgeber:** Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein gemeinnützige GmbH, Bayerische Straße 13, 07356 Bad Lobenstein, Telefon: 036651 3989-0, Telefax: 036651 3989-37, Internet: [www.diakonie-wl.de](http://www.diakonie-wl.de), Mail: [info@diakonie-wl.de](mailto:info@diakonie-wl.de),

**Redaktion:** Renate Böttner †, Elke Schmidt, Ursula Peters, Conny Zink, Christine Josiger, Thomas Gliemann, Tobias Enkelmann

**Fotos:** Christine Josiger, Stefan Müller, Thomas Gliemann, Sandra Smalles, Illustration-Dachs: Frauke Gliemann,

**Layout/Satz/Grafik:** medium2d, Paul-Auerbach-Straße 19, Saalfeld 2018, Telefon: 03671 3571-12

2. Auflage; 1000 Stück; September 2018; © by Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein gemeinnützige GmbH

# Gemeinsam stark!

## Diakonie ganz in Ihrer Nähe

**Diakoniestiftung Weimar  
Bad Lobenstein  
gemeinnützige GmbH**  
Bayerische Straße 13  
07356 Bad Lobenstein

Tel. 036651 3989-0  
Fax 036651 3989-37  
info@diakonie-wl.de  
www.diakonie-wl.de

### **Wir sind für Sie da.**

#### **Öffnungszeiten:**

Mo - Do 7.30 - 17 Uhr  
Fr 7.30 - 15 Uhr

- Wir handeln aus christlicher Nächstenliebe.
- Wir achten die Würde unserer Mitmenschen.
- Wir helfen Menschen in Not.
- Wir sind dort, wo Sie uns brauchen.

### **Unsere Bereiche**

- **Altenhilfe**
- **Kinder-, Jugend- und Familienhilfe**
- **Eingliederungshilfen**
- **Förderschulen**
- **Beratungsdienste**
- **Suchthilfe**
- **therapeutische Praxen.**

### **Sie finden uns**

Die Diakoniestiftung erstreckt sich vom Saale-Orla-Kreis im südlichen Thüringen über die Landkreise Greiz und Saalfeld-Rudolstadt bis in das Weimarer Land mit Schwerpunkt Weimar, die Landeshauptstadt Erfurt bis hoch in den Kyffhäuserkreis nach Donndorf in Nordthüringen.

Interessiert? Sprechen Sie uns an! Wir senden Ihnen gerne mehr Informationsmaterial zu.

### **Spendenkonto:**

Kreissparkasse Saale-Orla  
IBAN: DE92 8305 0505 0002 1274 74  
BIC: HELADEF1SOK

Online-Spende: [www.diakonie-wl.de](http://www.diakonie-wl.de)

Gerne senden wir Ihnen auch aktuelle Informationen zu Projekten, Spendenmöglichkeiten oder Freiwilligenarbeit zu.



