

Hinter'm Horizont geht's weiter

Ein kleiner Leitfaden für die erste Zeit nach deinem Tod.

von Lars Schulz, Pastor der Nordkirche in der Kirchengemeinde Hohen Viecheln

Eines Tages wirst du sterben. Und wenn du gestorben bist, dann wirst du irgendwann in einem Grab liegen: Dein Körper in einem Sarg oder deine Asche in einer Urne. So ist das in den meisten Teilen von Deutschland im Moment, denn das Bestattungsrecht ist Ländersache. Vielleicht dauert es auch noch lange, bis du stirbst. Vielleicht haben sich die Regeln dann auch so verändert, dass deine Urne einen Platz im Wohnzimmer findet oder dein Sarg im Garten. Eines Tages, keiner weiß, wann.

Zwischen deinem Tod und dem Moment, an dem dein Körper oder deine Asche ihren Ort gefunden hat, liegen einige Stationen: Für dich und für deine Zugehörigen. Eine Person wird darin eine zentrale Rolle einnehmen. Oder ein kleiner Kreis von Personen. Sie haben das Recht und die Pflicht zur „Totenfürsorge“. Ich nenne ihn hier: „deinen Menschen“. Hast du selber geregelt, wer das ist? Habt ihr schon darüber gesprochen? Wenn Du es nicht geregelt hast, dann greift das Gesetz. Wenn Du einen Ehepartner oder eine Ehepartnerin hast, dann ist er oder sie für die Totenfürsorge zuständig. Als nächstes sind es deine Kinder, wenn Du welche hast. Dann deine Eltern, deine Geschwister und so weiter. Manche Leute haben niemanden. Dann greift ein amtlicher Weg. Wenn du glaubst, dass ein anderer Mensch diese Aufgabe besser übernehmen kann, als es das Gesetz vorsieht, dann kannst du das regeln. So oder so solltest du einmal mit deinem Menschen reden. Er vertritt deine Wünsche und sorgt für deinen Körper. Mit dem Recht und der Aufgabe geht auch die Pflicht einher, das zu tun. Und: an seine Adresse gehen die Rechnungen. Um die geht es aber erst am Ende. Jetzt sind wir aber noch ganz am Anfang.

Bei dir gilt keine Eile. 36 Stunden darfst du zu Hause bleiben wenn du dort gestorben bist. So gilt das in Mecklenburg. Zeit zum Verabschieden für die Menschen, die dir nahe sind. Zeit, damit ein Arzt oder eine Ärztin deinen Tod amtlich feststellt. Wenn du im Heim stirbst oder auf Reisen, dann sieht das vielleicht anders aus. Aber immer gilt: Irgendwann ist es so weit.

Du hast einen Menschen, der sich um deinen Körper kümmert, wenn Du tot bist. Er entscheidet, welches Unternehmen ihn auf dem Weg zur Beisetzung begleitet. „Bestatter“ oder „Trauerbegleiter“ heißen sie. Die braucht es für die Zeit bis zur Beerdigung, damit dein



Körper den Weg gut schafft. Sie bieten so einiges an: den Transport und die Kühlung, die Pflege deines Körpers und die Umstände deiner Beerdigung, die Organisation amtlicher Vorgänge. Manche bieten auch die Organisation privater Angelegenheiten an. Sie beraten Menschen bei der Totenfürsorge und nehmen Vieles ab. Es zählen deine Wünsche und die deiner Zugehörigen. Dein Mensch ist dafür verantwortlich, dass diese Wünsche ausgeglichen werden.

Hast du denn Wünsche, die sich auf diese Zeit beziehen? Möchtest du, dass ein Mensch dabei ist, wenn du ein letztes Mal gewaschen wirst und angezogen? Gibt es etwas, das du mit ins Grab nehmen möchtest? Und andersherum: Möchte jemand von deinen Zugehörigen dich noch einmal sehen, in einer Trauerhalle zum Beispiel oder im offenen Sarg? Möchte jemand dich dafür sauber und schick machen, dein Parfum auftragen, dich vielleicht noch einmal schminken?

Hast du Vorstellungen dafür, wie dein Abschied vonstatten gehen soll? Möchtest du „niemandem zur Last fallen“? Warum? Oder möchtest Du einen letzten großen Auftritt, einen Abgang mit Pauken und Trompeten? Du kannst das alles regeln und deine Zugehörigen werden sich daran orientieren. Deine Wünsche und Hinweise haben großes Gewicht. Denk daran, dass es nicht nur dein Abschied ist. Im besten Fall lässt du deine Zugehörigen nicht alleine. „Ich weiß nicht, was sie wollte“, „er hat nie mit uns darüber gesprochen“, das sind trostlose Sätze. Dein Tod hat die Menschen um dich herum schon ratlos gemacht. Ein wenig davon kannst du ihnen abnehmen. Schreib ein paar Punkte auf und sprich mit deinen Zugehörigen darüber. Unterschreibe diesen Brief und leg ihn an einen Ort, wo er bald gefunden wird. Gib jemandem eine Kopie, aber schreib sie nicht in dein Testament. Wenn dein Testament eröffnet wird, hat dein Körper meistens schon seinen letzten Ort gefunden. Am besten sprichst du mit deinen Menschen darüber. Gib ihnen ein paar Hinweise, ein paar Wünsche mit auf den Weg. Sie werden es dir danken. Aber lass ihnen auch Raum, damit sie ihre eigenen Wünsche entwickeln und einbringen können. Am Ende kommen wir noch einmal darauf zu sprechen.

Pastorin oder Trauerredner oder – nichts? Für viele ist die Antwort auf diese Frage klar. Den Trauerredner vermittelt das Bestattungsinstitut, „nichts“ wird richtig schwierig. Warst du Kirchenmitglied, dann kann dein Mensch deine Pastorin oder deinen Pastor ansprechen. Vielleicht war sie schon am Sterbebett dabei, vielleicht hast dein Mensch ihn zu einem letzten Abendmahl an dein Totenbett gerufen. Die Pastorin in deiner Kirchengemeinde hat Erfahrung mit dem Abschied von Menschen, die gestorben sind. So wie du oder ganz anders. Sie kennt Tod und Trauer aus vielen Familien. Dein Pastor kann deinen Zugehörigen gute Tipps geben. Die Entscheidungen wird dein Mensch für dich treffen. Wenn du Glück hast, läuft alles Hand in Hand. Wenn dein Mensch Glück hat, dann



wird er von Pastorin und Bestatter gut beraten und durch diese Zeit gelotst. Dann zählen Eure Wünsche: deine und die deiner Zugehörigen.

Auch wenn du aus der Kirche ausgetreten bist, kann es sein, dass Du ihre Begleitung für deine Zugehörigen wünschst. In der Regel ist das kein Problem.

Menschen sind unterschiedlich. Mit manchen passt die Chemie auf Anhieb. Mit manchen ist es nicht so leicht, aber erträglich. Und bei manchen, da passt es gar nicht. Das einzige „Muss“, das es jetzt gibt, ist die Zeit und auch für die Fristen auf dem Weg deines Körpers gibt es Spielräume. Dein Mensch muss sich nicht ausgeliefert fühlen. An keinen Pastor und an keine Bestatterin. Sollte das so sein, dann kann er sich jemand anderes suchen, der deinen Körper abholt und dort weitermacht, wo er gerade war. Dein Mensch hat die freie Wahl. Das gilt auch für die Pfarrperson, die begleiten soll.

Meistens läuft es einfach gut. Kirche und Bestattungsunternehmen sind bestens eingespielt, sie haben gemeinsame Erfahrungen gesammelt. Sie beachten die Wünsche, die dein Mensch äußert und stimmen sich untereinander ab. Dann steht deine Trauerfeier an. Ein Gottesdienst nur für dich und die Menschen, die zu dir gehören. Als Gottesdienst ist er öffentlich. Alle dürfen dabei sein.

Einige Tage vor der Trauerfeier braucht es ein Gespräch. Deine Pastorin ist ausgebildet in Seelsorge. Das heißt: sie hört aufmerksam zu, was deine Menschen sagen. Sie erkundet mit ihnen, wie sie den Abschied gestalten wollen. Aber sie horcht auch auf die Trauer, teilt die Verzweiflung deiner Menschen und den Trost, den Gott verspricht. Der eine Pastor lädt sich zu deinen Menschen und in das Haus ein, in dem du gelebt hast. Er sagt: dort spürt er besonders gut, welche Spuren dein Leben hinterlassen hat. Die andere Pastorin wird deine Menschen zu sich einladen. Sie findet, dass es gut ist an einem Ort, der Ruhe verspricht und der niemandem von deinen Zugehörigen gehört.

In dem Gespräch geht es meistens um vier Dinge, manchmal auch um fünf:

Erstens: „Von der Wiege bis zur Bahre - Formulare.“ Auf einem Blatt wird festgehalten, welche Informationen von dir in das Kirchenbuch eingetragen werden. Vielleicht steht viele Seiten vorher schon eine Zeile zu deiner Taufe, deiner Konfirmation, deinem Aus- und Wiedereintritt, deiner Hochzeit, zu den Beerdigungen deiner Eltern und Großeltern. Vielleicht ist die Notiz zu deiner Bestattung auch das erste, was das Kirchenbuch von dir verzeichnet. Dieses Blatt wird gesiegelt, deine Zugehörigen bekommen eine Kopie.

Zweitens: Viel wichtiger ist, wie es deinen Menschen gerade geht. Die Pastorin wird danach fragen. Was in ihnen passiert ist während deiner letzten Tage und in den Tagen seit deinem Tod. Wenn sie reden können, wird sie die Gedanken in ruhige Bahnen lenken. Wenn es ihnen schwer fällt, wird die Pastorin Fragen stellen, die die Erinnerung und die



Gefühle auflockern. Hier gewinnt sie einen Eindruck davon, wie deine Menschen sich und ihre Trauer ausdrücken.

Dann geht es – drittens – um dich und dein Leben. Vielleicht hat die Pastorin deine Menschen darum gebeten, dein Leben aufzuschreiben. Dann konntet ihr in Ruhe nachfragen, wie deine Lebensstationen waren. Möglicherweise hast du auch einen kurzen Lebenslauf hinterlassen. Das ist das Gerüst. Für eine gute Rede über dein Leben braucht es aber Geschichten, die deinen Charakter, und deinen Humor bebildern, deine Art zur zu Denken, zu Glauben, zu Lieben und zu Hoffen. Die Umstände deiner Geburt und deiner Kinderzeit, Schule, Arbeit und Freizeit, gesunde und kranke Stunden und den Stammbaum deiner Familie, den Kreis deiner Liebsten und nicht so lieben Menschen. Während sie von dir erzählen, lebst Du vor ihnen auf, sie lachen und weinen noch einmal mit dir. In dieser Unterhaltung geht es ganz intensiv um dich in der Welt, die du geprägt hast. Am besten so ehrlich, wie nur möglich. Auch Familientabus und dunkle Seiten kommen jetzt zur Sprache, deine Missgeschicke und dein Scheitern. Zwei Dinge sind klar dabei: Was hier gesagt wird, wird in Vertrauen und zur Verschwiegenheit gesprochen. Die Pastorin sollte auch die Unebenheiten kennen. Kein Leben ist glatt. Und auch die Trauerrede, die jetzt aus den Erzählungen deiner Menschen entsteht, sollte nicht glatt sein. Die Pastorin ist dafür ausgebildet, diskret und einfühlsam durch dein Leben zu begleiten. In diesem Gespräch und in der Rede. Vielleicht macht es deine Menschen sicherer, wenn sie der Pastorin Hinweise geben, was sie nicht sagen soll. Der Kreis schließt sich, wenn sie in Gedanken wieder an deinem Sterbebett ankommen.

Wo bist du jetzt? „Beim Bestatter“ oder „im Krematorium“, werden deine Menschen womöglich antworten. Selten braucht es eine Nachfrage. Dann machst du dich bemerkbar: „Nein,“ sagen sie „in meinem Herzen“, „in unseren Gedanken“, „bei Gott“, „im Himmel“, „bei deiner Mutter, deinem Vater, deinem Mann“. Mit der Frage nach dem, was deine Menschen fühlen, glauben und hoffen, könnte die Vorbereitung der Trauerfeier beginnen. Der vierte Punkt. Den Rahmen haben deine Menschen schon im Gespräch im Bestattungsinstitut geklärt: Welcher Sarg, welche Urne, welche Blumen, welche Kerzen? Rosen auf den Plätzen, Blüten oder Erde am Grab oder beides? Im Gespräch mit der Pastorin erinnern sie sich an Trauerfeiern, die sie erlebt haben. Was hat ihnen gefallen, was hat sie enttäuscht? Ihr entwerft zusammen einen Ablauf für die Trauerfeier. Hier geht es um Worte, Klänge und Gesten.

Welche Worte waren dir wichtig? Finden sie sich in der Bibel wieder, in neuen und alten Versen? Was wünschen sich deine Zugehörigen für sich und für dich? Psalm 23, der von einem behüteten Leben mit Licht und Schatten erzählt: „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln... und ob ich schon wanderte im finstern Tal



Vers aus deiner Traubibel? Dein Taufspruch? Die Bibel ist voller warmgebeteter Worte. Die Pastorin wird ihnen helfen, wenn sie sich unsicher fühlen.

Wenn ein Mensch, der zu dir gehört, selber etwas sagen möchte, kann er das tun: in eigenen Worten oder mit einem Gedicht, das du mochtest. Im Gespräch entscheidet sich, ob der Gottesdienst oder das Trauercafé danach der richtige Ort ist. Tränen und Stocken sind erlaubt. Im Gottesdienst genügt ein Blick und die Pastorin übernimmt, wenn es nicht mehr geht. Das ist gut zu wissen aber selten nötig.

Klänge. Welche waren deine? Beatles oder Bach oder DJ Bobo? Orgel oder Blasmusik? „So nimm denn meine Hände“ oder „Von guten Mächten wunderbar geborgen“, „Tochter Zion“ oder „Wie lieblich ist der Maien.“ Auch wenn du im Hochsommer stirbst: Alles kann, auch ein Weihnachtslied. Nichts muss. Gibt es ein Lied, das alle singen können? Geht es um den Text oder die Melodie? Nur Vorsicht: wenn deine Zugehörigen das Lied im Radio hören, werden sie sich immer an ihre Trauer und den Moment erinnern, als sie sich von dir verabschiedet haben. Vielleicht hast du ihnen etwas empfohlen? Das ist besser, als Wünsche, die du ihnen mitgibst. Denn jetzt werden sie etwas entscheiden, was sich musikalisch in ihr Leben einschreibt. Die Pastorin berät dabei, was gut wohin passt: Dein Lebenslied nach der Predigt, ein Kirchenlied nach den Bibeltexten, zum Auszug ACDC auf der Orgel.

Symbole und Gesten. Wenn Dein Sarg vor dem Gottesdienst noch offen steht, können deine Menschen dir etwas mitgeben. Einen Brief oder ein Bild oder den Flachmann, aus dem ihr immer zusammen getrunken habt. Sie können auf deinen Sarg schreiben und malen, wenn sie das möchten. Gibt es Menschen, die deine Urne tragen oder dein Grab schließen wollen, wenn die Leute den Friedhof verlassen haben? Im Gottesdienst wird die Pastorin Gesten benutzen, die uralt sind. Gefaltete und geöffnete Hände und am Grab die Hände hoch zum Segen. Nach dem Erdwurf gibt es eine klassische Geste: Die Menschen ziehen dann an deinen engsten Zugehörigen vorbei, schütteln ihnen die Hand, umarmen sie und sagen Beileidsworte. Wenn deinen Menschen davor zu sehr graut – das kann durchaus sein –, dann sagen sie es der Pastorin und die bittet im Gottesdienst darum, dann wird man das respektieren.

Wenn dein Grab auf einem kirchlichen Friedhof sein soll, dann wird jemand den Platz mit deinen Menschen aussuchen. Ein Kirchenmitglied aus dem Dorf oder der Friedhofsgärtner zum Beispiel. Vielleicht braucht es das auch gar nicht, weil schon lange klar war, wo oder bei wem du zu liegen kommst. Manchmal geht auch die Pastorin mit deinen Menschen auf den Friedhof und sucht einen Ort aus: Unter einem Baum oder mit Blick über die Felder, nah bei der Kirche oder so, dass es nicht weit ist zum Wasser. Was



klar war, wo oder bei wem du zu liegen kommst. Manchmal geht auch die Pastorin mit deinen Menschen auf den Friedhof und sucht einen Ort aus: Unter einem Baum oder mit Blick über die Felder, nah bei der Kirche oder so, dass es nicht weit ist zum Wasser. Was wünschst du dir für dich und für die Menschen, die an diesen Ort kommen werden?

Das Finanzielle. Müssen wir auch drüber sprechen. Bestattungsunternehmen sind Unternehmen und müssen Gewinne machen, um zu bestehen. Wie sie ihre Leistungen berechnen, das ist ganz unterschiedlich. Wenn die Menschen, die die Totenfürsorge als Recht und Pflicht übernehmen, wenig Geld haben und du auch nichts hinterlassen hast, dann können sie eine Sozialbestattung beantragen: die wird dann schlicht aber würdig. Wenn das Geld dafür da ist, ist die Grenze nach oben quasi offen. Die Pastorin wird über Kirchensteuern bezahlt, sie wird und darf kein Geld fordern. Sollten Kosten für andere Personen anfallen, etwa für einen Künstler an der Orgel oder für jemanden, der die Kirche herrichtet, dann teilt sie das im Gespräch mit. Von Ort zu Ort ist es unterschiedlich, ob Menschen nach der Bestattung an die Kirchengemeinde eine freiwillige Spende geben. Die Kirchengemeinde ist kein Unternehmen, aber wenn sie einen Friedhof hat, dann muss sie ihn wie ein Unternehmen führen. Die Aufwendungen für die Verwaltung, die Gestaltung und den Erhalt muss sie selber erwirtschaften. Also gibt es Preise für die Leistungen, die in einer Friedhofsgebührenordnung festgelegt sind. Deine letzte Reise kostet so in etwa so viel, wie ein größerer Urlaub. Wenn es wirklich eng ist, können deine Menschen auch mit der Pastorin reden: Die Reduktion der Kosten wird dann aus allgemeinen Spenden, die die Gemeinde gesammelt hat, ausgeglichen. Wenn du vorsorgen möchtest, kannst du das Geld am besten auf einem Treuhandkonto anlegen.

Ein kleiner Nachtrag. Über den Tod hinaus begleiten dich digitale Medien: Das Handy zum Beispiel und die Apps, die du darauf installiert hast. Facebook und Email-Adresse. Wie in einem Telefonbuch haben viele Menschen ihre Kontakte dort abgelegt. Was passiert damit? Wenn du möchtest, dass Menschen über deinen Tod informiert werden, dann kannst du selber einen Satz hinterlassen. Oder du bittest jemand anderes darum. Dafür wird diese Person deine PIN und deine Nutzernamen und Passwörter brauchen. Möchtest du, dass dein digitaler Nachlass gelöscht wird? Stell dir vor: es ist wie eine Kiste mit Briefen, die du über Jahre gesammelt hast. Von wem möchtest du, dass er sie liest? Hast Du jemanden, der sie diskret löschen soll? Du kannst diese Aufgabe auch an eine Person delegieren, die zur Verschwiegenheit verpflichtet ist, deinen Pastor zum Beispiel. Wichtig ist auch hier: rede vorher mit der Person darüber und schreib alles auf.

Du hast jetzt hier und da Fragen gelesen. Manche waren dir egal, manche peinlich, auf manche möchtest du eine Antwort suchen, auf einige hast du sie schon. Du kannst sie in einer Bestattungsverfügung festhalten, dann werden deine Menschen sich danach richten, so gut es geht. Wäge ab, wo deine Antwort eine Hilfe ist, was du dir wünschst und wo du deinen Menschen Tipps mitgeben möchtest. Denk daran: Es ist erstmal eure letzte



richten, so gut es geht. Wäge ab, wo deine Antwort eine Hilfe ist, was du dir wünschst und wo du deinen Menschen Tipps mitgeben möchtest. Denk daran: Es ist erstmal eure letzte gemeinsame Zeit, die auf eine Feier hinführt. Sie sollte so sein, wie du sie dir wünschst und so, wie sie deinen Menschen in ihrer Trauer um dich gut tut.

Ich fasse die Fragen hier noch einmal zusammen:

Eines Tages wirst du sterben.

1. Weißt du, wer dem Gesetz nach für deine Totenfürsorge zuständig ist?

2. Ist das okay so? Möchtest du jemand anderes bestimmen?

3. Hast du einmal mit diesem Menschen darüber gesprochen?

4. Möchtest du, dass ein Seelsorger euch besucht, wenn du gestorben bist?

5. Welchen Umgang wünschst du dir für deinen Körper zwischen deinem Tod und der Beerdigung? Wer soll und darf ihn sehen und berühren?

6. Was möchtest du tragen? Welche Kleidung, welches Parfum?

7. Welche Art von Bestattung wünschst du dir? Feuer oder Erde? Baum oder See oder Friedhof? Hast du schon einen genauen Ort?

8. Was darf bei deiner Beerdigung passieren? Was sollte auf keinen Fall passieren?



9. Wünschst du dir einen Text für deine Trauerfeier?

10. Wünschst du dir ein Lied für deine Trauerfeier? Sollen die Leute hören oder singen?

11. Wünschst du dir eine Geste für deine Trauerfeier?

12. Hast du finanziell für die Bestattung vorgesorgt? Wenn ja, wo ist das Geld zu finden?

13. Wenn du ein Testament hast, wo liegt es?

14. Was soll mit deinen Kontakten und deinem digitalen Nachlass passieren?

Vielleicht hast du auch eigene Fragen.

Du kannst vieles regeln. Heute ist ein guter Tag dafür. Mach dir Notizen und lade deinen Menschen ein, damit er es mit dir durchspricht. Mach dabei eine Flasche Sekt auf oder hol Kaffee und Kuchen und vertrau deinem Gefühl.



Hinter'm Horizont geht's weiter

Einige Fragen für heute und für die erste Zeit nach deinem Tod.

Eines Tages wirst du sterben.

1. Weißt du, wer dem Gesetz nach für deine Totenfürsorge zuständig ist?

2. Ist das okay so? Möchtest du jemand anderes bestimmen?

3. Hast du einmal mit diesem Menschen darüber gesprochen?

4. Möchtest du, dass ein Seelsorger euch besucht, wenn du gestorben bist?

5. Welchen Umgang wünschst du dir für deinen Körper zwischen deinem Tod und der Beerdigung? Wer soll und darf ihn sehen und berühren?

6. Was möchtest du tragen? Welche Kleidung, welches Parfum?

7. Welche Art von Bestattung wünschst du dir? Feuer oder Erde? Baum oder See oder Friedhof? Hast du schon einen genauen Ort?

8. Was darf bei deiner Beerdigung passieren? Was sollte auf keinen Fall passieren?



**Kirchengemeinde
Hohen Viecheln**

Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Mecklenburg

9. Wünschst du dir einen Text für deine Trauerfeier?

10. Wünschst du dir ein Lied für deine Trauerfeier? Sollen die Leute hören oder singen?

11. Wünschst du dir eine Geste für deine Trauerfeier?

12. Hast du finanziell für die Bestattung vorgesorgt? Wenn ja, wo ist das Geld zu finden?

13. Wenn du ein Testament hast, wo liegt es?

14. Was soll mit deinen Kontakten und deinem digitalen Nachlass passieren?

Vielleicht hast du auch eigene Fragen.

Du kannst vieles regeln. Heute ist ein guter Tag dafür. Mach dir Notizen und lade deinen Menschen ein, damit er es mit dir durchspricht. Mach dabei eine Flasche Sekt auf oder hol Kaffee und Kuchen und vertrau deinem Gefühl.



**Kirchengemeinde
Hohen Viecheln**

Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Mecklenburg