Diözese Rottenburg-Stuttgart

**Umgang mit Sterben, Tod und Trauer
in Zeiten der Corona-Krise und Darüber Hinaus**

In der gegenwärtigen Situation der Corona-Krise haben sich die Bedingungen, unter denen Menschen Sterben, Tod und Trauer erleben, stark verändert. Dadurch stellt sich die **Frage, wie man diese einschneidenden Stationen des Lebens, des Abschieds und der Trauer dennoch so erfahren kann, dass daraus bei allem Schmerz Trost erwächst**. Die Erfahrungen zeigen, dass eine gute Begleitung sowie die eigene Beteiligung an den Formen und Ritualen im Abschiedsprozess normalerweise viel dazu beitragen können. Allerdings führen die derzeitigen Schutzmaßnahmen und Auflagen diesbezüglich zu starken Einschränkungen.

Weil das Abschiednehmen und das Ausdrücken von persönlicher und gemeinschaftlicher Trauer für viele Menschen und auch für den gesamten Trauerprozess jedoch von großer Bedeutung ist, sind gute **Ideen und Anregungen** gefragt, wie Abschied und Trauer auch unter den gegenwärtigen Bedingungen genügend Raum bekommen können. In den letzten Wochen haben Betroffene und Begleiterinnen bzw. Begleiter bereits viele hilfreiche Überlegungen und Gestaltungsmöglichkeiten dazu entwickelt. Auf den folgenden Seiten ist einiges davon zusammengestellt. Was Sie hier finden, ist **als „pool“ zum eigenen Auswählen** und als Anregung zum individuellen Weiterdenken gedacht.

Menschen haben schon immer Rituale und gestaltete Formen für Abschied und Trauer entwickelt. Sie sind wichtig für den Trauerprozess, weil sie der Trauer, der Erinnerung und der Hoffnung auf eine ganzheitliche Weise Ausdruck geben. Und sie können die Erfahrung vermitteln, dass man auch in einer schwierigen Situation noch handlungsfähig ist und mitgestalten kann.

So unterschiedlich wir Menschen sind, so verschieden wird auch das sein, was jeweils passt oder in Frage kommt. Deshalb ist die Sammlung bewusst breit angelegt. Der Grundgedanke, der dahintersteht, ist die Erfahrung aus der Trauerbegleitung und aus der Seelsorge, dass Formen und Rituale von Abschiednehmen und Trauer besonders dann als tröstlich erfahren werden, wenn man sich als Betroffene(r) damit identifizieren kann und wenn man innerlich und soweit man das möchte auch äußerlich daran beteiligt ist. Vieles von dem, was normalerweise üblich und möglich ist, geht unter den derzeitigen Einschränkungen nicht bzw. nur sehr bedingt. Daher ist Kreativität gefragt, um Formen zu finden, die ein Mitvollziehen von Abschied ermöglichen und der individuellen und gemeinsamen Trauer Raum und Ausdruck geben.

**Inhaltsübersicht**

[Für die Zeit des Sterbens und nach Eintritt des Todes 2](#_Toc38613805)

[Krankheit und Sterben 2](#_Toc38613806)

[Abschiednehmen vom Verstorbenen am Totenbett 2](#_Toc38613807)

[Für die Zeit zwischen Tod und Bestattung insgesamt 3](#_Toc38613808)

[Gespräche mit Seelsorgern und Bestattern 3](#_Toc38613809)

[Stationen der Verabschiedung 3](#_Toc38613810)

[Unterstützung für Trauernde 4](#_Toc38613811)

[Wie Trauernde ihre Trauer und Anteilnahme ausdrücken und gestalten können 5](#_Toc38613812)

[Wie Trauernde sich an die Begräbnisfeier anschließen können, ohne persönlich anwesend zu sein 6](#_Toc38613813)

[Hinweise für die Gestaltung der Begräbnisfeier im kleinen Kreis 8](#_Toc38613814)

[Für die Zeit der Trauer nach der Bestattung 8](#_Toc38613815)

[Für die Zeit nach der akuten Corona-Krise 9](#_Toc38613816)

# Für die Zeit des Sterbens und nach Eintritt des Todes

## Krankheit und Sterben

1. Die **Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungszentren** sind in diesen Krisenzeiten auch weiterhin für die Belange schwerstkranker und sterbender Menschen sowie ihrer Angehörigen da und können angefragt werden. Lokale Ansprechpartner findet man über den Hospiz- und PalliativVerband Baden-Württemberg e.V. mit folgendem Link: [hpvbw.de](http://www.hpvbw.de/hospizeinrichtungen-bw%20%28)
2. Auch die **Seelsorgerinnen und Seelsorger** sind weiter ansprechbar. Sie stehen (in der Regel per Telefon) für Gespräche über die eigenen Gedanken und Gefühle sowie über die Formen der Begleitung zur Verfügung. **Krankensalbung, Wegzehrung und Sterbesegen** sind unter Beachtung der vorgeschriebenen Schutzmaßnahmen nach wie vor möglich.
3. Einen **Sterbesegen** können auch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in einer Einrichtung, Pflegende und je nach Situation auch Angehörige selbst gestalten (vgl. Sterbesegen der Diözese Rottenburg-Stuttgart). Dabei kann man in Gedanken, im Gebet und im Segen auch diejenigen mit einbeziehen, die nicht anwesend sind, und dadurch die Gemeinschaft über den Kreis der Anwesenden hinaus erweitern.
4. Wenn es keine Möglichkeit für einen direkten Kontakt mehr gibt, kann man **Segensworte, Gebete oder letzte Grüße auch über das Telefon oder über ein Tablet** weitergeben, eventuell auch über ein altes Handy, auf das man Worte aufspricht, die am Krankenbett abgespielt werden können.

## Abschiednehmen vom Verstorbenen am Totenbett

1. Das Abschiednehmen vom Verstorbenen spielt für die Trauer oft eine große Rolle und **kann nicht mehr „nachgeholt“ werden**. Daher sollte man auf jeden Fall bedenken, welche Möglichkeiten es dazu gibt und wie man sie nutzen möchte. Die Bedürfnisse können unterschiedlich sein, gerade deshalb ist es gut, zu überlegen, was man möchte. Begleitende Personen wie Ärzte, Bestatter und Seelsorgerin oder Seelsorger können dabei unterstützen.
2. Das Abschiednehmen von einem verstorbenen Corona-Patienten wird unterschiedlich gehandhabt. Das Robert-Koch-Institut hat entsprechende Hinweise erstellt: <https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Verstorbene.html>.
Wenn ein **direktes Abschiednehmen** **nicht möglich** ist, kann ein Gebet oder Ritual zum Beispiel in der Krankenhauskapelle oder zuhause sehr hilfreich sein. Dafür kann man die Seelsorgerin oder den Seelsorger im Krankenhaus oder in der Pfarrgemeinde oder auch andere geeignete Personen ansprechen. In einer solchen Situation kann eine außenstehende Person Sicherheit geben und mit den Angehörigen die nächsten Schritte besprechen.
Manche Fachleute empfehlen, in jedem Fall ein **Bild des Verstorbenen** zu machen, damit es zur Verfügung steht, wenn sich jemand zu einem späteren Zeitpunkt ein Foto wünscht. Oft übernehmen dies auch Bestatter bzw. Bestatterinnen, nachdem sie den Verstorbenen im Sarg würdevoll aufgebahrt haben. Ein solches Foto zu haben, kann für Angehörige auch bei jeder anderen Todesursache hilfreich sein.

Schenke jedem Lebenden deine Gaben. Und auch den Toten versag deine Liebe nicht. Entzieh dich nicht den Weinenden, vielmehr trauere mit den Trauernden.

Jesus Sirach 7, 33-34

1. **In Einrichtungen** kann das Abschiednehmen von einem Verstorbenen eventuell nur einzeln oder nacheinander stattfinden. Wo Personen im kleinen Kreis zusammen-kommen, können diese sich auch als „Stellvertreter“ für eine Gruppe von Menschen verstehen, die nicht mit dabei sein können. Das kann man auch kommunizieren: „Ich habe für uns alle Abschied genommen und hatte euch in Gedanken mit dabei“, oder: „Ich habe eure Namen mit ausgesprochen …“, oder: „Ich habe für uns alle dieses Gedicht … vorgelesen.“ Menschen, die stellvertretend für andere zu einer Verabschiedung gehen, könnten auch zuvor telefonisch Dinge erfragen, die sie am Totenbett aussprechen sollen.
2. Wie der Sterbesegen (siehe oben Nr. 3), so kann auch eine **Verabschiedungsfeier am Totenbett** durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in einer Einrichtung, durch Pflegende, durch Seelsorgerinnen bzw. Seelsorger, Bestatterinnen oder Bestatter oder durch Angehörige selbst gestaltet werden (siehe Vorlagen dazu). Man kann auch mit wenigen Elementen wie einem gemeinsamen Vater unser und einem Gedenken in Stille einen Abschied würdig gestalten.

# Für die Zeit zwischen Tod und Bestattung insgesamt

## Gespräche mit Seelsorgern und Bestattern

1. Ein **Kondolenzgespräch** mit einem Seelsorger bzw. einer Seelsorgerin zur Vorbereitung der Bestattung kann nicht mehr nur **per Telefon**, sondern nach den aktuellen Erlassen der Bundesländer **auch wieder als persönliches Gespräch** unter Wahrung der Hygiene- und Abstandsregeln geführt werden. Das geht außer in geschlossenen Räumen auch als Gespräch während eines Spaziergangs im Freien, bei gebührendem Sicherheitsabstand.
2. Sicher gibt es dennoch auch weiter Situationen, in denen ein **Telefonat mit mehr als zwei Personen gleichzeitig** hilfreich ist. Das hat den Vorteil, dass weitere Personen mithören und sich beteiligen können und in Absprachen einbezogen sind. Das lässt sich mit dem Instrument einer Telefonkonferenz erreichen. Dabei können entweder mehrere Personen angerufen werden, oder alle Beteiligten wählen sich selbst in das gemeinsame Gespräch ein. Wenn ein solches Telefonat sinnvoll erscheint, gibt es vielleicht jemanden aus dem Familien- oder Bekanntenkreis, der bei der technischen Umsetzung helfen kann.

## Stationen der Verabschiedung

1. Eine **Verabschiedung am offenen Sarg** kann eine wichtige Station des Abschiednehmens sein und unter Umständen zu einer bedeutsamen Erfahrung für das schrittweise Begreifen und Annehmen des Todes werden. Auch hier wird es unterschiedliche Bedürfnisse geben. Wahrscheinlich können in der gegenwärtigen Situation nur wenige Personen gleichzeitig in dieser Weise Abschied nehmen, so dass entsprechende Absprachen untereinander und mit dem Bestatter notwendig sind.
2. Für den Fall einer Einäscherung gibt es die Möglichkeit einer gottesdienstlichen **Feier zur Verabschiedung vor der Kremation**. Dabei ist der Sarg verschlossen und kann geschmückt werden. Eine solche Feier kann für das Abschiednehmen sehr hilfreich sein. Man kann sie im kleinen Kreis auch stellvertretend für viele begehen. Eventuelle Beigaben wie Briefe, Bilder oder Gegenstände mit einer besonderen Bedeutung kann man über das Bestattungsinstitut in den Sarg hinein legen lassen.
Die Feier der Verabschiedung vor der Kremation ist eine mögliche zusätzliche Station im Vorfeld der Beisetzung. Sie kommt umso mehr dann in Betracht, wenn die Beisetzung der Urne erst zu einem späteren, noch unbestimmten Zeitpunkt stattfinden soll. Denn die Verabschiedung vor der Kremation steht an einer Stelle im Abschiedsprozess, die mit der Umwandlung des Leichnams in die zurückbleibende Asche verbunden ist und damit vielleicht einen ersten „Abschluss“ markiert, auch wenn der endgültige Abschluss der besonderen Zeit zwischen Tod und Bestattung für viele erst mit der Beisetzung vollzogen wird. Es könnte wichtig sein zu bedenken, ob und wie man eine eventuell wochenlange Zeit bis zur Beisetzung der Urne gut bestehen kann.
3. Da derzeit **Sterbeämter oder Trauerfeiern mit einer größeren Trauergemeinde** gar nicht oder nur sehr eingeschränkt möglich sind, werden sie zum Teil auf einen späteren Zeitpunkt **verschoben**. Wann und wie diese stattfinden können, ist offen. Dennoch kann es hilfreich sein, das bereits von Anfang an mitzubedenken und mit dem Seelsorger bzw. der Seelsorgerin zu besprechen, was man sich wünscht oder derzeit vorstellen kann. Sicherlich wird es unterschiedliche Lösungen geben: Sterbeämter für einzelne oder für mehrere Personen, Messen oder Gedenkgottesdienste für alle Verstorbenen der letzten Wochen oder Monate usw.

*Ein Tod kann ganz unterschiedliche Gedanken und Reaktionen auslösen:*

Über einen Toten weine,
denn es ist ein Licht erloschen!
Über einen Toten weine,
sein Verstand ist erloschen!

Weniger weine über einen Toten, denn er ist zur Ruhe gekommen!

Jesus Sirach 22, 11

1. Unabhängig von einem eventuellen späteren Gottesdienst ist es sicher gut, zusammen mit Seelsorger(in) und/oder Bestatter(in) zu überlegen, wie man auch bei einer **Beisetzung im kleinen Kreis** eine gewisse feierliche Atmosphäre schaffen kann: Vielleicht kann jemand mit einem Instrument ein Musikstück spielen oder ein Lied vortragen, vielleicht gibt es einen Text, ein Gedicht oder ein Gebet, das jemand lesen kann, oder man entzündet eine große Kerze stellvertretend für alle, die sonst an der Beerdigung teilgenommen hätten, eventuell auch mit deren Namen oder mit Zeichen für bestimmte Vereine oder Gruppen.
2. Oft gibt es mehr Menschen, die gerne an der Beisetzung teilgenommen hätten, als es die derzeitigen Bestimmungen zulassen. Eine innere Verbindung zum engsten Kreis der trauernden Angehörigen, die sich am Ort der Bestattung versammeln dürfen, können alle anderen Angehörigen, Freunde, Nachbarn, Bekannten und Kollegen durch ein (zeitgleiches) **Gedenken im privaten Rahmen** schaffen. Man kann die Seelsorger und Seelsorgerinnen nach Vorlagen und Anregungen dafür fragen. Weitere Anregungen hierzu finden sich im Abschnitt „Wie Trauernde sich an die Begräbnisfeier anschließen können, ohne persönlich anwesend zu sein“ (unten S. 6, Nr. 27-29).

## Unterstützung für Trauernde

1. Je nach Art und Umständen des Verlustes wünscht man sich vielleicht eine intensivere Begleitung in der Trauer. Diesbezüglich kann man die Seelsorgerinnen und Seelsorger selbst anfragen oder sie um **Kontaktadressen** von Ansprechpartnern für die Trauerbegleitung bitten. Auch Bestatterinnen und Bestatter kann man nach Unterstützungsangeboten in erreichbarer Nähe fragen. Eine Trauerbegleitung kann zu jeder Zeit der Trauer angefragt werden, bei Bedarf auch schon vor der Beisetzung. Für eine längerfristige Begleitung gibt es oft verschiedene Möglichkeiten. Diesbezüglich sind persönliche Einzelgespräche sowie der Austausch in Gruppen von ähnlich Betroffenen zwar zurzeit oft ausgesetzt, doch stehen die Kontaktpersonen für eine telefonische Beratung und Begleitung gerne zur Verfügung. Manche Kontaktstellen können auch eine einzelne Person vermitteln, die selbst einen ähnlichen Trauerfall erlebt hat und in der ersten Zeit der Trauer unterstützen kann.
Lokale Kontaktadressen aus vielen Regionen der Diözese Rottenburg-Stuttgart stehen in der jährlich neu aufgelegten Broschüre „Trauer-Hoffnung-Leben“. Dort finden sich auch Angebote von Lebens-Cafés, Gesprächsgruppen und Einzelbegleitung.
2. Trauer braucht in aller Regel auch eine **gegenseitige Unterstützung** im sozialen Umfeld. Diese geschieht ohnehin häufig, meist durch Unterstützung in alltäglichen Dingen. Sie ist für viele Betroffene gerade in der Zeit zwischen Tod und Bestattung sowie in der ersten Zeit der Trauer sehr hilfreich. Angehörige, Freunde, Nachbarn und Bekannte können viel dazu beitragen, indem sie nachfragen, welche Art von Unterstützung gebraucht wird oder indem sie konkrete Angebote dazu machen. Zurzeit kann die Kommunikation oft nur über Messengerdienste, Telefonate, einen Gruß per Handy oder einen Brief stattfinden. Aber auch diese Wege sollte man nicht unterschätzen, denn sie können in Situationen, in denen körperliche Nähe nicht oder nur eingeschränkt möglich ist, wichtige Zeichen der Verbundenheit sein.

## Wie Trauernde ihre Trauer und Anteilnahme ausdrücken und gestalten können

Es gibt viele Möglichkeiten, etwas zu tun und zu gestalten, damit man nicht das Gefühl hat, vom Abschiednehmen ausgeschlossen zu sein.

1. Vielleicht gibt es Menschen aus dem Kreis der Angehörigen, Freunde oder Bekannten, die zur **Mitgestaltung eines Erinnerungsbuches** in realer oder digitaler Form einladen möchten und dazu entsprechende Vorbereitungen treffen.
2. Im Internet gibt es die Möglichkeit, **virtuelle Gedenkseiten** – auch dauerhaft – anzulegen, zum Beispiel über: [www.gedenkseiten.de](http://www.gedenkseiten.de).
3. Eine Idee auf der Homepage des Bistums Mainz: In Kirchen liegen **vorgedruckte Karten** aus, auf denen man seine Anteilnahme zum Ausdruck bringen kann. Diese werden den Angehörigen dann durch das Pfarramt zugesandt: [https://bistummainz.de/seelsorge/Erwach senenseelsorge/aktuell/nachrichten/nachricht/Wenn-an-der-Beerdigung-alles-anderes-ist/](https://bistummainz.de/seelsorge/Erwachsenenseelsorge/aktuell/nachrichten/nachricht/Wenn-an-der-Beerdigung-alles-anderes-ist/).
4. Für ein **Totengebet**, das nicht gemeinsam stattfinden kann, könnte man eine Vorlage weitergeben, die dann zu einem vereinbarten Zeitpunkt zeitgleich gebetet wird. Eine solche Vorlage kann man entweder selbst erstellen oder erbitten, zum Beispiel vom Seelsorger bzw. von der Seelsorgerin, der Küsterin oder dem Küster oder einer ehrenamtlich tätigen Person, die in der Pfarrei Totengebete gestaltet.

Viele Ideen zum Abschiednehmen, die auch sonst angeregt werden, können zurzeit besonders hilfreich sein. Wenn man **etwas gestaltet, das dann durch andere Personen in die Rituale des Abschiednehmens mit eingebracht wird**, kann man sich „innerlich anschließen“ und auf diese Weise das Gefühl des Verbundenseins stärken.

1. Beispiele für Möglichkeiten der eigenen Beteiligung: einen **Brief** an die verstorbene Person schreiben und ggf. mit in den Sarg bzw. in das Grab legen lassen; **Bilder** malen oder **Fotos** auswählen, die der Bestatter oder die Bestatterin mit in den Sarg gibt; auf einen kleinen Zettel eine Botschaft an den Verstorbenen schreiben und die Angehörigen bitten, diesen mit ins Grab zu geben.
2. Vielleicht wäre auch dies hilfreich: **Bilder von Angehörigen** bzw. Freunden, Bekannten, Kollegen etc. ausdrucken, zu einer Collage zusammenzustellen und diese über Angehörige oder das Bestattungsinstitut zum Bestattungsort bringen lassen. Damit kann man ein Zeichen geben: Wir sind auch mit dabei!
3. Für manche kommt auch eine **kreative Gestaltung** des leeren Sarges bzw. der leeren Urne in Frage. Menschen, die dies gut vorbereitet und begleitet getan haben, berichten von intensiven und positiven Erfahrungen.
4. Eine andere Form der kreativen Beteiligung ist das **Herstellen eines Gesteckes** mit Blumen und Pflanzen aus dem eigenen Garten oder gesammelt aus dem Familien- oder Freundeskreis. Das fertige Gesteck kann man beim Bestattungsinstitut abgeben oder jemandem mitgeben, der an der Trauerfeier teilnimmt.
5. Eine Variante, bei der viele im Nachhinein **ein Zeichen der Verbundenheit erhalten**: Man bestellt ein Gesteck – zum Beispiel mit Rosen –, das so gearbeitet ist, dass jeder, der an der Beisetzung teilnimmt, sich Blumen mitnehmen kann, die dann an nicht anwesende Menschen weitergegeben werden. Wenn man Rosen nimmt, kann man diese in getrocknetem Zustand lange als Erinnerung aufbewahren.

Alle Formen der Beteiligung, die passen und gut vorbereitet sind, bieten die Möglichkeit, einen **intensiveren Anschluss an Stationen des Abschieds** zu finden. Das kann für das Abschiednehmen und die spätere Trauer von besonderer Bedeutung sein, denn man kann dann sagen, dass man diese Momente nicht übergangen hat.

## Wie Trauernde sich an die Begräbnisfeier anschließen können, ohne persönlich anwesend zu sein

1. Eine Anregung aus einer Todesanzeige in der Zeitung: Es wurde eingeladen, zum Zeitpunkt der Trauerfeier **im privaten Rahmen** eine Kerze zu entzünden und **an die verstorbene Person zu denken**.

Eine Bestatterin rät im Blick auf diese Idee davon ab, den Zeitpunkt der Beisetzung in die Todesanzeige aufzunehmen, weil das Menschen animieren könnte, zeitgleich zum Friedhof zu kommen. Die Bestatter sind für die Einhaltung der gegenwärtigen Regeln mit verantwortlich. Besser ist es deshalb, wenn die Angehörigen den Zeitpunkt nur mündlich oder ggf. in einer per Post versendeten Todesanzeige weitergeben und für diese Zeit zu einem Gedenken im privaten Rahmen einladen (vgl. dazu auch oben Nr. 15).

1. Durch den notwendigen Hinweis, dass aufgrund der gegenwärtigen Situation die Beisetzung nur im engsten Familienkreis stattfindet oder bereits stattgefunden hat, wirken viele **Traueranzeigen** etwas trostlos und ratlos. Der Hinweis auf ein privates Gedenken zum Zeitpunkt bzw. am Tag der Beisetzung (ohne Nennung der Uhrzeit) würde einer Anzeige einen anderen Charakter geben und zu einem aktiven, eigenen Gedenken anregen.
2. Elemente eines Gedenkens im privaten Rahmen können zum Beispiel sein:

**Gebete** - die man selbst kennt, die man evtl. mit dem Verstorbenen gebetet hat oder die die verstorbene Person besonders schätzte; man kann Gebete auch selbst schreiben oder aus dem Gotteslob oder anderen (Gebet-) Büchern heraussuchen.

**Stille** – hier kann sich jede(r) mit seinen Erinnerungen, Gedanken und Bitten einbringen und sich gedanklich an diejenigen anschließen, die an der Beisetzungsfeier teilnehmen.

**Musik** – durch das Abspielen eines geistlichen Musikstückes oder eines Liedes, das zum Abschiednehmen passt oder in besonderer Weise mit der verstorbenen Person verbindet, kann eine tragende, sinnliche Atmosphäre entstehen.

Wir nehmen Abschied von N.N.

Wir tun dies im Glauben an
die Auferstehung und bitten:

Christus nehme ihn auf.
Er hat ihn erlöst,
er stehe für ihn ein beim Vater.

Christus leuchte ihm
als ewiges Licht.

Die Liebe aber,
die uns mit ihm verbindet,
möge fortdauern
in der Gemeinschaft der Heiligen.

Verabschiedungsgebet
aus der Begräbnisfeier

**Texte** – beispielsweise der Spruch aus der Todesanzeige, ein tröstlicher Text, den man vielleicht erhalten hat, ein Text, der dem Verstorbenen wichtig war, ein Gedicht oder ein Text zu Abschied, Trauer, Erinnerung oder mit der Bitte um Hoffnung und Kraft, ein biblischer Text.

1. Manche Bestatter bieten an, die **Beisetzung zu filmen bzw. Fotos zu machen** und das entsprechende Material später den Angehörigen zu übergeben. Wenn man das möchte und den Bestatter bzw. die Bestatterin darum bittet, sind die Trauernden selbst von dieser Aufgabe entlastet.
2. Einen **Gedenkort** zu Hause kann man auch besonders gestalten: mit einem Foto der verstorbenen Person, mit Blumen, einem Kreuz, einer Engelfigur oder mit Symbolen bzw. Gegenständen, die besonders an den Verstorbenen erinnern. Am diesem Gedenkort kann man nach der Beisetzung ein Bild vom Sarg bzw. von der Urne oder vom Grab aufstellen. Auch dies ist eine Möglichkeit, eine Station präsent zu machen, an der man physisch selbst nicht teilnehmen konnte.
3. **Kinder** kann man gut **miteinbeziehen**: durch kreatives Mitgestalten oder Vorbereiten, durch gemeinsames Erzählen über die verstorbene Person, eventuell auch durch das Anschauen von Fotos oder das gemeinsame Betrachten eines Bilderbuches, das zum Austauschen von Erinnerungen anregt (zum Beispiel: Armin Beuscher, Cornelia Haas, Über den großen Fluss; Susan Varley, Leb wohl, lieber Dachs). Bei Seelsorgenden oder Bestattern bzw. Bestatterinnen kann man eventuell nach Materialien fragen.
4. Man kann eine **Gedenkkerze** gestalten, die zuhause aufgestellt oder eventuell zu einem späteren Zeitpunkt zum Grab gebracht wird. Dabei können sich auch Kinder beteiligen.
5. Eine Idee aus dem Freundeskreis einer verwitweten Frau: Per Rundruf, Nachrichten über das Smartphone und Email wurden alle Freunde und Bekannte aufgerufen, nach der Beerdigung individuell mit einer **Kerze**, auf der der Name der Freunde bzw. noch ein letzter Gruß geschrieben steht, ans Grab zu gehen. Von der Kerze sollte ein **Foto** gemacht werden, um es an die Ehefrau zu schicken. Diese war abends völlig überwältigt von dieser besonderen Anteilnahme und empfand das „Schlussbild“ mit den vielen Kerzen als sehr tröstlich.
6. Zum Zeitpunkt der Bestattung oder auch zu einer anderen Zeit kann man einen Topf mit **Blumen bzw. Samen** bepflanzen und diesen dann später überreichen oder selbst zur Grabstätte bringen. Hier kann man auch Kinder gut mit einbeziehen. Solch einen Topf kann man ebenso wie ein gemaltes Bild oder etwas aus Ton Geformtes als Zeichen der Verbundenheit übergeben oder vor der Haustüre abstellen.
7. Wenn unter normalen Umständen ein Chor bei der Beerdigung gesungen hätte, kann man einen **Liedgruß aufnehmen und zuschicken**, per Smartphone oder auf anderem Wege. Das können auch mehrere getrennt voneinander tun. Vielleicht gibt es dafür sogar ein Lied, das dem Verstorbenen besonders viel bedeutete.

## Hinweise für die Gestaltung der Begräbnisfeier im kleinen Kreis

1. In einem kleinen Kreis fällt es vielleicht besonders schwer, die Gebete und die liturgischen Antworten mitzusprechen. Ein entsprechendes **Textblatt** kann hier eine Hilfe sein. Hier und da gibt es Seelsorgerinnen bzw. Seelsorger, die ein solches Blatt zur Feier der Beisetzung mitbringen, man kann sie danach fragen.
Ein vorbereitetes Gebetsblatt könnte eventuell auch schon im Vorfeld der Bestattung über die Angehörigen an diejenigen weitergegeben werden, die an der Beisetzung teilgenommen hätten, sofern es sich als Vorlage für das private Gebet und Gedenken eignet (vgl. oben Nr. 15 sowie 27-29).
2. Weitere Anregungen, die zur **Gestaltung der Beisetzung** beitragen können, finden sich unter Nr. 14 auf der Seite 4.
3. Ein kleiner Kreis von Menschen ist für die einen ein passender, geschützter Rahmen, für andere wirkt es bedrückend, nur so wenige beim letzten Geleit neben sich zu haben. Hier kann es hilfreich sein, wenn sich die **Anwesenden** ganz bewusst machen, dass sie auch **stellvertretend für andere Menschen und Gruppen** mit dabei sind und dass sie mit diesen Personen im Gebet und in Gedenken verbunden sind. Man kann den Leiter bzw. die Leiterin der Beisetzung auch bitten, dies noch einmal zu benennen.

# Für die Zeit der Trauer nach der Bestattung

1. Nach der Beisetzung beginnt eine Zeit, in der man als trauernder Mensch im Alltag und im persönlichen Umfeld seinen Weg finden muss, um **mit dem Verlust und der Trauer zu leben**. Im Internet findet man Hinweise und Anregungen gerade für die erste Zeit der Trauer und darüber hinaus sowie für Menschen, die Trauernde gerne unterstützen möchten, zum Beispiel:
<http://www.gute-trauer.de/>
<http://www.veid.de/> (Bundesverband verwaiste Eltern und trauernde Geschwister)

1. Wenn man merkt, dass man – vielleicht auch schon bald nach der Bestattung – gerne **mehr professionelle Unterstützung** hätte, gibt es dazu verschiedene Möglichkeiten: Seelsorgerinnen und Seelsorger, Kontaktpersonen der Trauerbegleitung, Selbsthilfegruppen sowie Beratungsstellen. Hier findet man ein offenes Ohr für alles, was einen in der Trauer beschäftigt, und kann sich im Blick auf weitere Schritte beraten lassen.

Wir wissen: Wenn unser irdisches Zelt abgebrochen wird, dann haben wir eine Wohnung bei Gott, ein nicht von Menschenhand errichtetes ewiges Haus im Himmel.

2 Korinther 5, 1

1. Manchmal gibt es bestimmte **Orte in der Natur**, mit einem besonderen Ausblick, an einer Kapelle o. ä., die einem Verstorbenen besonders wichtig waren oder den Hinterbliebenen viel bedeuten. Einen solchen Ort kann man auch einzeln und getrennt voneinander **aufsuchen** und dort im Gedenken verweilen. Das kann verbinden, auch wenn man den Ort nicht gemeinsam aufsuchen kann.

# Für die Zeit nach der akuten Corona-Krise

1. **„Nachgeholte“ Sterbeämter und erst später stattfindende Urnenbeisetzungen** fallen unter Umständen in eine Zeit, in der die Trauernden schon einige Wochen mit ihrer Trauer unterwegs sind. Hier stellt sich die Frage, wie man solche Gottesdienste in dieser fortgeschrittenen Zeit der Trauer passend gestalten kann. Diesbezüglich kann man mit den Seelsorgern bzw. Seelsorgerinnen in Kontakt treten.

Trittsteine für einen schweren Weg

Allein kann ich diesen Weg nicht gehen,

dessen Ende ich nicht sehe.

Zeige mir dein Mitgefühl,

nimm mich in den Arm,

weine mit mir,

bete mit mir,

reiche mir deine Hand,

dann werde ich den Weg aufnehmen.

Hab Geduld, meine Seele ist verwundet,

bleib an meiner Seite und hör mir zu,

halte deine Freundschaft aufrecht,

nie habe ich Freunde dringender gebraucht.

Mit deinem Beistand gehe ich meinen Weg.

Hilf mir, meine Erinnerungen zu bewahren.

Tröste mich, wenn die Sehnsucht mich überfällt,

hab Verständnis für mein Anderssein.

Dann stehe ich sicher auf meinem Weg.

Gott segne dich dafür.

Anne Paul, Merzig

1. Möglicherweise wird es auch **Gedenkgottesdienste** für die Verstorbenen der letzten Monate geben. Diese werden dann sicher auch in der Presse bzw. in anderen Medien angekündigt. Solche Gedenkgottesdienste machen erfahrbar, dass man in einer besonderen Situation nicht alleine steht, und können zum individuellen Umgang mit der Trauer ermutigen.
2. Für Menschen, die nicht an einer Bestattung teilnehmen konnten und die es sehr vermissen, beim letzten Geleit nicht mit dabei gewesen zu sein, **können im Nachhinein gestaltete Rituale** hilfreich sein. Diese kann man entweder selbst, mit anderen zusammen oder der im Rahmen einer Trauerbegleitung entwickeln.
3. Hilfreich können auch **Veranstaltungen zum Umgang mit Trauer** sein. Hier können Betroffene und Interessierte etwas über Trauer und Trauerprozesse erfahren. Bei Bildungseinrichtungen, Hospizen, Pfarreien und Dekanaten kann man anfragen, ob solche Veranstaltungen geplant sind.

*Zusammenstellung unter Verwendung von Anregungen von Haupt- und Ehrenamtlichen, die Sterbende und Trauernde begleiten, sowie von Gedanken und Anregungen aus dem „AK Tod und Trauer im Bistum Trier“.*Wir bedanken uns bei Frau Dr. Ruthmarijke Smeding, die durch Ihre Überlegungen zum Umgang mit Tod und Trauer in Zeiten der Coronakrise den Anstoß zur Erstellung dieser Praxishilfen gab.

Die Diözese Rottenburg-Stuttgart verdankt den gesamten Text den Kollegen Jürgen Burkhart und Stefan Nober aus dem Bistum Trier, die diese Praxishilfen „Umgang mit Sterben, Tod und Trauer in der Coronakrise“ zusammengestellt und redigiert haben. (<https://www.trauer.bistum-trier.de/weitere-Angebote/corona-trauer-hinweise-fuer>-seelsorgende/.

Für dieses hohe Maß an Kollegialität bedanken wir uns herzlich.

Der Trierer-Text wurde durch die Steuerungsgruppe Bestattungskultur und Trauerpastoral unserer Diözese geringfügig verändert und für die Diözese Rottenburg-Stuttgart übernommen und angepasst.