

Two dandelion seed heads are shown against a dark green background. The seed heads are white and fluffy, with long, thin seeds radiating outwards. The stems are thin and brown, with some dried, brown seed heads at the bottom. The overall composition is simple and evocative.

WEGE
DURCH
DIE
TRAUER

ANREGUNGEN
UNTERSTÜTZUNG
ANGEBOTE

DU FEHLST MIR SO ...

Sie trauern um einen lieben Menschen. Diese Trauer kann sich ganz unterschiedlich ausdrücken. Vielleicht sind Sie völlig unvermittelt betroffen vom Tod eines lieben Menschen, vielleicht schwingt Erleichterung mit, dass ein langer Leidensweg zu Ende gegangen ist. Vielleicht sind Sie völlig überwältigt von Gefühlen, die auf Sie einströmen, vielleicht sind Sie wie gelähmt durch den Verlust.

Die Broschüre, die Sie in Händen halten, will Sie auf Ihrem Weg durch die Trauer unterstützen,

- wenn Sie wissen wollen, was zu tun ist, wenn jemand gestorben ist,
- wenn Sie Angebote in Ihrer Umgebung suchen, die Halt geben,
- wenn Sie einen Menschen brauchen, der Sie begleitet.



Die Broschüre möchte für Sie eine Hilfe sein. Sie finden darin verschiedene Informationen.

Gleichzeitig erhalten Sie Anregungen, im Gebet ihre Trauer vor Gott auszudrücken. Von ihm dürfen wir uns begleitet und getragen wissen in allen Augenblicken unseres Lebens.

GESEGNET SEIEN DIE ...

SEGEN DER TRAUERNDEN

Gesegnet seien alle, die mir jetzt nicht ausweichen.
Dankbar bin ich für jeden, der mir einmal zulächelt
und mir seine Hand reicht, wenn ich mich
verlassen fühle.

Gesegnet seien die, die mich immer noch besuchen,
obwohl sie Angst haben, etwas Falsches zu sagen.

Gesegnet seien alle, die mir erlauben,
von dem Verstorbenen zu sprechen.
Ich möchte meine Erinnerungen nicht totschweigen.
Ich suche Menschen, denen ich mitteilen kann,
was mich bewegt.

Gesegnet seien alle, die mir zuhören, auch wenn das,
was ich zu sagen habe, sehr schwer zu ertragen ist.

Gesegnet seien alle, die mich nicht ändern wollen,
sondern geduldig so annehmen, wie ich jetzt bin.

Gesegnet seien alle, die mich trösten und mir zusichern,
dass Gott mich nicht verlassen hat ...

Marie-Luise Wölfing



WAS ZU ERLEDIGEN IST

ZWISCHEN TOD UND BEISETZUNG

Wenn ein Mensch gestorben ist, sind für die Angehörigen viele Dinge zu regeln. Ein Arzt muss den Totenschein ausstellen, der Todesfall muss beim zuständigen Standesamt gemeldet werden, das daraufhin die Sterbeurkunde ausstellt. Ein Bestattungsinstitut ist zu beauftragen, das nach Absprache die weiteren Schritte regelt.

Für die kirchliche Trauerfeier ist die Kirchengemeinde zuständig, welcher der Verstorbene zuletzt angehört hat. Es ist ratsam, dass Sie sich baldmöglichst mit dem zuständigen Seelsorger bzw. dem Seelsorgeteam in Verbindung setzen, um den Ablauf der Trauerfeier und der Beisetzung zu besprechen.

Neben diesen nötigen Regelungen sollten Sie sich auch Zeit nehmen, um vom Verstorbenen Abschied zu nehmen. Vielleicht ist Ihnen gar nicht bekannt, dass der Verstorbene bis zu 36 Stunden im Haus bzw. der Wohnung oder einem Abschiedsraum verbleiben darf, bis er in eine öffentliche Aussegnungshalle überführt wird.

Sie können eine Kerze am Totenbett anzünden, in Stille ausharren, ein Gebet sprechen ...

Ein gutes Abschied nehmen hat auch längerfristig eine unersetzbare Bedeutung im Durchleben der Trauer.





NICHT ALLEINE BLEIBEN

BEGLEITUNG IN DER TRAUERZEIT

WORTE AUS DER HEILIGEN SCHRIFT

Doch ich, ich weiß: Mein Erlöser lebt.
Meine Augen werden ihn sehen.
(Ijob 19,25.27)

Der Herr ist mein Hirte,
nichts wird mir fehlen.
(Ps 23,1)

Selig die Trauernden, denn sie
werden getröstet werden.
(Mt 5,4)

Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt
und schwere Lasten zu tragen habt.
Ich werde euch Ruhe verschaffen.
(Mt 11,28)

Ich bin die Auferstehung und das Leben.
Wer an mich glaubt, wird leben, auch
wenn er stirbt.
(Joh 11,25)

Er, Gott, wird bei ihnen sein. Er wird
alle Tränen von ihren Augen abwischen.
(Offb 21,3f.)

GEBETSHILFEN IM GOTTESLOB

Persönliche Gebete: Im Angesicht des
Todes (Nr. 18)

Hausgebet für Verstorbene (Nr. 28)

IN DEN PFARREIEN

haben Sie die Möglichkeit zu Gesprächen mit dem
zuständigen Seelsorger bzw. dem Seelsorgeteam. Es
finden Gedenk- und Erinnerungsgottesdienste statt
(„Seelenämter“, Trauerandachten, Gottesdienste und
Friedhofsgang an Allerheiligen und Allerseelen, Besuch
der Gräber an Ostern ...). Auch gibt es in manchen
Kirchen Gedenkort/Gedenktafeln für Verstorbene.

► Nähere Auskünfte hierüber erhalten Sie
in Ihrem Pfarramt.

ORTE FÜR TRAUERGESPRÄCHE

Hier finden Sie ohne Terminabsprachen kompetente
Ansprechpartner/innen:

► Ökumenischer Kirchenladen Aschaffenburg
Rossmarkt 23, Tel. 06021/7933144
www.kirchenladen-aschaffenburg.de

► „KontaktPunkt“ Bad Kissingen
Von-Hessing-Strasse 1, Tel. 0971/66683
<http://kontaktpunkt-bad-kissingen.de>

► Gesprächsladen Schweinfurt
Manggasse 22, Tel. 09721/207955
www.gespraechsladen-schweinfurt.de

► Gesprächsladen Würzburg
Dominikanerplatz 4, Tel. 0931/55800
<http://augustinerkirche-wuerzburg.de/gespraechsladen>



TELEFONSELSORGE

Hier finden Sie einen Menschen, der Ihnen zuhört, der verschwiegen ist, der mitdenkt und mitfühlt, der Ihnen weiter hilft.

Jeder Anruf ist für Sie gebührenfrei.

- ▶ Telefon: 0800 111 0111 oder
0800 111 0222

INTERNETSELSORGE

Die Internetseelsorge der Diözese unterstützt und berät Sie in schwierigen Situationen. Diese Form der Onlineberatung ist vertraulich und Ihre Daten sind geschützt durch ein sicheres Webmailsystem.

- ▶ www.internetseelsorge.bistum-wuerzburg.de

ANGEBOTE ZUR TRAUERBEGLEITUNG

Auf der Bistumsseite der Hospiz- und Trauerpastoral finden Sie Seelsorgerinnen und Seelsorger sowie Angebote von Vereinen, die Menschen in ihrer Trauer begleiten.

- ▶ www.hospiz-trauerpastoral.bistum-wuerzburg.de

KONTAKT

DIÖZESANSTELLE HOSPIZ- UND TRAUERPASTORAL

Kürschnerhof 2

97070 Würzburg

Telefon: 0931 386 65 411

www.hospiz-trauerpastoral.bistum-wuerzburg.de





**hospiz- und
trauerpastoral**

der Diözese Würzburg