

Vorschläge für Trauerrituale

Der Ort:

Eine Abschiedsfeier muss nicht auf dem Friedhof stattfinden.

Egal ob das ein Wohnzimmer, ein Pferdestall, am Fußballplatz oder ein Wirtshaus ist, in dem der/die Verstorbene gerne Zeit verbracht hat – es gibt keine Regel, an welchem Ort wir uns nochmal intensiv erinnern dürfen.

Die Beisetzung könnte man z. B. dann separat im engsten Kreis am Friedhof/im Friedwald gestalten.

Luftballon:

Schicke einen Luftballon mit lieben Worten, Gedanken oder Wünschen in den Himmel.

Das kann gut zu Hause vorbereitet werden oder bei der Trauerfeier durch die Reihen gegeben werden.

Die Musik:

Lieblingsmusik des/der Verstorbenen egal ob ACDC, Schlager oder Country – Es ist nicht unangebracht Musik zu spielen, die uns nochmal intensiver erinnern lassen kann. Das was ihm/ihr gefallen hätte, das wollen wir hören.

Die Gedenkerze:

Das Entzünden einer Kerze kann ein ganz besonderer Moment der Stille sein.

Dieses Erinnerungsstück und symbolisches Ritual bei der Abschiedsfeier kann ganz individuell gestaltet werden.

Briefchen:

Schreibt dem/der Verstorbenen einen kleinen Brief. Dieser kann auch gerne vorgelesen werden. Bei der Abschiedsfeier finden wir einen passenden Zeitpunkt, um die lieben Worte mit auf dem letzten Weg zu geben.

Essen und Trinken:

Manchmal, wenn eine Dame oder ein Herr, abends vorm Fernseher ab und zu ein MonCherie genascht hat, wenn er gerne einen Schluck Rotwein trank, ein Glasal Bier oder wenn die Kombi aus Milch und Keks unschlagbar war – Dann kann man den Genuss nochmal aufleben lassen. An einem passenden Moment bei seiner Erinnerungsfeier.

Bemalte Steine:

Vor allem für Kinder ist es sehr wertvoll, sich mit Gefühlen, Verlust und Trauer zu beschäftigen. Ein Beispiel für das Thematisieren eines Verlustes wäre eine gemeinsame Bastelstunde, in der man Steine für den/die Verstorbene/n gestaltet und beschriftet. Bei der Feier werden diese dann aufs Grab gelegt.

Blumensamen:

Jeder Gast kann sich Blumensamen von der Abschiedsfeier mit nach Hause nehmen, diese einpflanzen und sich beim Blühen wieder ganz auf die Erinnerungen und Emotionen einlassen.