

WEGWEISER FÜR HINTERBLIEBENE

# Meine Bestattung

Vorzusorgen, die letzten Dinge für den eigenen Tod und darüber hinaus festzulegen, um den Angehörigen eine Unterstützung zu geben bei den vielen Entscheidungen, die nach dem Tod eines Menschen zu treffen sind, dazu wird in vielen Büchern geraten. Dieses „Arbeitsbuch“ unterscheidet sich dabei nicht von den anderen. Aber es ist sehr persönlich gehalten, die Autorin legt darin ihren persönlichen Hintergrund und ihre Beweggründe für das Schreiben dieses Buches dar.

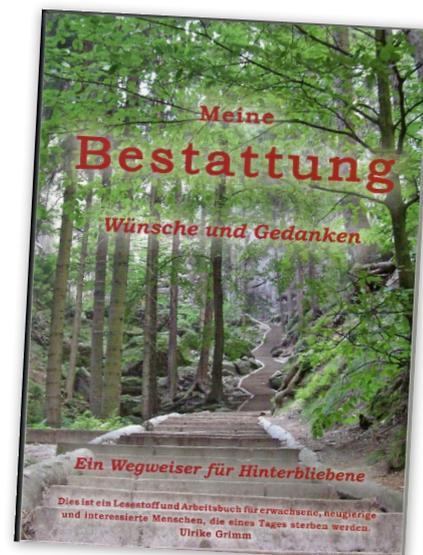
Vielleicht sollte man es wegen des A4-Formates und der großen, gut lesbaren Schrift besser als Broschüre einordnen. Aufgelockert wird der Text durch ganzseitige Fotografien mit ansprechenden Friedhofsmotiven. Freitextfelder und Ankreuzkästchen unterstreichen den Charakter eines Arbeitsbuches ebenso wie der Hinweis, diese Broschüre so aufzubewahren, dass sie nach dem eigen-

nen Tod leicht zu finden ist. Diese Aufmachung erleichtert damit den Einstieg in das Thema für jedermann.

Wer nicht von Berufs wegen mit Tod, Bestattung und Friedhof zu tun hat oder selbst schon als Betroffener Bestattungen organisieren musste, ist sich selten bewusst, wie viele Fragen bei einem Todesfall auftreten und geklärt werden müssen.

Die sensibel formulierten Hinweise in dieser Broschüre bieten dafür Hilfestellung und Anleitung, Wünsche und Gedanken zur eigenen Bestattung zu dokumentieren. Die Angst der Ungewissheit ist mit diesem individuellen, postmortalen Leitfaden für die eigenen Hinterbliebenen gebändigt. Es sollte keine quälenden Frage mehr geben, ob alles richtig und im Sinne des Verstorbenen gemacht wurde, und auch keine Familienstreitigkeiten darüber. Detailliert werden alle wichtigen Fra-

gen behandelt, bis hin zur Zustimmung zu einer Obduktion des eigenen Leichnams bei Verdacht auf eine unklare Todesursache oder der Frage nach dem Verbleib des Kuscheltieres. Obwohl schon 2013 erschienen, hat dieser Leitfaden kaum an Gültigkeit verloren und kann jedem empfohlen werden. **Liebgard Jennerich**



„*„Meine Bestattung. Wünsche und Gedanken. Ein Wegweiser für Hinterbliebene“*, von Ulrike Grimm. Bezug über Ulrike Grimm, Buchwiesenstr. 17, 57334 Bad Laasphe, Tel. 02752-9873, E-Mail: [info-grimm-verlag@t-online.de](mailto:info-grimm-verlag@t-online.de), 14 €.

## Weitere interessante Bücher

### Der himmelblaue Löwe im Seelensee

Wohin gehen wir, wenn unser Leben auf Erden endet? Der (später) himmelblaue Löwe nimmt Kinder ab vier Jahren mit auf die Reise seiner Seele nach dem Tod und malt ein farbenfrohes Bild vom Kreislauf des Lebens. Diese Geschichte erzählt den Kleinsten einfühlsam, dass ein irdisches Ende immer auch der Anfang von neuen Abenteuern ist. Dieses zweite Buch über den himmelblauen Löwen handelt von der Reise, die dieser nach seinem Tod antritt. Ein wertvolles Geschenk für Kinder, die sich aus Betroffenheit mit diesem Thema konfrontiert sehen und/oder aus Interesse Fragen darüber stellen.



„*Die Geschichte vom himmelblauen Löwen im Seelensee*“, von Ingeborg Hanreich, Illustrationen: Brigitta Knoll. 24 farbige Seiten, 1. Auflage 2016, Hanreich Verlag, Wien, ISBN 978-3-901518-41-6, 14,90 €.



### Der Seele Trost - Mein Trauer-Tagebuch

Wenn man in Zeiten tiefer Trauer nach dem Verlust eines geliebten Menschen keine Worte findet, kann Schreiben sehr heilsam und tröstend sein. Dieses Büchlein bietet dafür eine gute Vorlage. Mit dem Aufschreiben von Gefühlen und Gedanken lässt man sein Herz sprechen und tritt mit sich selbst in einen Dialog. Dadurch lassen sich Gefühle besser zuordnen, Gedanken klarer reflektieren. So kann man besser mit ihnen umgehen. Durch die konkreten Schreibleitungen der Autorin und die liebevolle Gestaltung des Tagebuchs fällt es auch zunehmend leicht, die befreienden Worte aufs Papier zu bringen. So wird in schwierigen Situationen das Schreiben zu einem vertrauten, tröstlichen und heilsamen Ritual, das neue Hoffnung schenkt und Emotionen Ausdruck verleiht. Anstelle einer Kondolenzkarte kann man auch ein Exemplar dieses Trauerbuchs an den Hinterbliebenen senden. **jen**

„*Der Seele Trost - Mein Trauertagebuch*“, von Beatrix Schulte, 2017, 112 Seiten, Lingen Verlag, Flexobroschur, GTIN 4260188012738, 6,95 €.