

## Leseprobe



Autor: Ludwig Waldmüller

### **Das Leben vollenden**

Ein Familienbuch für Abschied, Tod und Trauer

160 Seiten, 12 x 18 cm, gebunden, farbige Abbildungen

**ISBN 9783746266435**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](http://st-benno.de)

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2024

LUDWIG WALDMÜLLER

# Das Leben vollenden

Ein Familienbuch  
für Abschied, Tod und Trauer

**benno**

# Inhalt

Die Ständige Kommission für die Herausgabe der gemeinsamen liturgischen Bücher im deutschen Sprachgebiet erteilte für die aus diesen Büchern entnommenen Texte die Abdruckerlaubnis. Die darin enthaltenen biblischen Texte sind Bestandteil der von den Bischofskonferenzen des deutschen Sprachgebiets approbierten Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift. © 2024 staeko.net

Der Verein zur Förderung des Deutschen Liturgischen Instituts erteilte die Abdruckerlaubnis für die entnommenen Texte aus: Die kirchliche Begräbnisfeier. Manuale, Trier 2012/2018 (Begräbnisfeier Manuale 2012/2018). © 2024 VzF liturgie.de

Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift  
© 2016 Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart  
Alle Rechte vorbehalten

Bildnachweis Innenteil: © Anna Brockdorff

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besuchen Sie uns im Internet:**  
[www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen und Aktionen. Einfach anmelden unter [www.vivat.de](http://www.vivat.de).

ISBN 978-3-7462-6643-5

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2024  
Umschlag: Ulrike Vetter, Leipzig  
Umschlagmotiv © stock.adobe.com/gtranquillity  
Gesamtherstellung: Arnold & Domnick, Leipzig (A)

<b>DAS LEBEN VOLLENDEN</b> . . . . .	<b>8</b>
<b>I. DER TOD ALS REALITÄT</b> . . . . .	<b>11</b>
Wann tritt eigentlich der Tod ein? Die Sterbephasen . . .	12
Die Rehabilitationsphase . . . . .	13
Die Terminalphase . . . . .	14
Die Finalphase . . . . .	16
<b>II. DER TOD ALS ERFAHRUNG</b> . . . . .	<b>19</b>
Die inneren Phasen des Sterbeprozesses . . . . .	20
Nahtod-Erfahrungen und ihre Bedeutung . . . . .	23
Die Hospizbewegung . . . . .	24
Die Sterbebegleitung . . . . .	26
<b>III. DER TOD ALS AUFGABE</b> . . . . .	<b>29</b>
Die Begleitung Sterbender . . . . .	30
Beten mit Sterbenden . . . . .	31
Der Rosenkranz . . . . .	34
Die Krankenkommunion . . . . .	37
Die Krankensalbung . . . . .	39
Der Versehgang . . . . .	40
Sich am Sterbebett abwechseln . . . . .	42
Reden über das Sterben . . . . .	42
Patientenverfügung und Vollmacht . . . . .	44
Das Testament . . . . .	46

<b>IV. DER TOD ALS GEREGLTE SACHE</b> . . . . .	<b>51</b>
Vorschriften für den Todesfall . . . . .	52
Das Sterbezimmer bereiten . . . . .	55
Das Bestattungsinstitut . . . . .	57
<b>V. DER TOD IM MITEINANDER</b>	
<b>DER MENSCHEN</b> . . . . .	<b>61</b>
Auf unterschiedliche Weise vom Tod betroffen . . . . .	62
Kondolenzkarten . . . . .	63
Bei Beerdigungen – der Friedhofsknigge . . . . .	67
In verschiedenen Situationen . . . . .	73
Vom Tod sprechen? . . . . .	76
Die kirchliche Begräbnisfeier . . . . .	77
<b>TOD UND GLAUBE - TEXTE FÜR DIE</b>	
<b>BEGLEITUNG IN DEN LETZTEN STUNDEN</b> . . . . .	<b>87</b>
Grundgebete der Kirche . . . . .	89
Texte aus der Bibel . . . . .	91
Texte aus der Tradition der Kirche . . . . .	123
Texte aus der Literatur . . . . .	132
Geistliche Lieder . . . . .	134
Die Feier der Aussegnung . . . . .	142
Gebete . . . . .	148
<b>ZU GUTER LETZT</b> . . . . .	<b>158</b>



# Das Leben vollenden

Liebe Leserin, lieber Leser,

wie schön, dass Sie dieses Buch in Händen halten – auch wenn es sich um ein Werk zu einem Thema handelt, über das man sehr wenig spricht: Tod und Sterben, die Vorbereitung auf das Ende des Lebens. Aber eben weil dieser Bereich unseres Lebens so selten angesprochen wird und viele Menschen eine Scheu haben, Dinge, die damit zu tun zu haben, ins Gespräch zu bringen, ist dieses Buch entstanden.

Dieses Familienbuch will ein Handbuch sein, eine Hilfestellung für alle, die mit dem Thema Tod im Leben konfrontiert sind: Wenn sich Menschen Gedanken über die eigene Sterblichkeit machen; wenn sie sich Fragen darüber stellen, wie man richtig vorsorgt, um die eigene Beerdigung zu regeln; wenn eine Person in der Familie auf den Tod zugeht und sich die Angehörigen oder befreundete Menschen fragen, wie mit dieser Situation richtig umgegangen werden kann; wenn der Tod einer Person im Bekanntenkreis Unsicherheit hervorruft und auf einmal im Raum steht, wie wohl eine gute Kondolenzkarte formuliert oder ein Gespräch bei einem Beileidsbesuch aussehen kann ... In all solchen Situationen soll dieses Buch eine schnelle und praktische Hilfestellung geben. Dabei sind die Aussagen aus meiner seelsorgerlichen Erfahrung genommen, direkt aus der Praxis. In einigen Bereichen konnte ich nicht bis ins Letzte genaue Hinweise geben, weil einige Dinge regional recht unterschiedlich gehandhabt werden; ich hoffe aber, dass meine Aussagen in diesen Themenkreisen trotzdem hilfreich sind.

Am Ende des Buches finden Sie Texte, Lieder, Bibelzitate und Ähnliches, die eine Sammlung und eine Handreichung für die Begleitung von Menschen auf dem Sterbebett sein sollen. Ich stelle mir vor, dass dieses Buch sogar vielleicht im Sterbezimmer liegt und dort von denen zur Hand genommen und verwendet werden kann, die der sterbenden Person in den letzten Tagen und Stunden beistehen.

Wenn von einer „ars moriendi“, einer „Kunst des Sterbens“ die Rede ist, bedeutet das für mich, dass es durchaus gelingen kann, die schweren Stunden des Abschieds vom Leben und die Vorbereitung darauf positiv zu gestalten. Bei aller Angst und verzweifelten Trauer wünsche ich mir, dass diese Seiten Ihnen praktisch dabei helfen und Ihnen etwas Halt und ein wenig Hoffnung geben können.

Ludwig Waldmüller



I.

Der Tod als Realität

Es ist Faktum, dass in unserer Gesellschaft das Thema Tod und Sterben immer mehr zu einem Tabu wird. Deshalb sind schon ganz grundlegende Fragen oftmals nicht mehr präsent – und gerade deshalb sollen diese grundlegenden Fragen behandelt werden. Worum man Bescheid weiß, davor hat man weniger Angst.

## Wann tritt eigentlich der Tod ein? Die Sterbephasen

Wie sterben eigentlich Menschen? Diese Frage ist gar nicht so leicht zu beantworten. Wann tritt der Tod denn definitiv ein? Ist Sterben gleich Sterben? Wir beschäftigen uns einfach sehr ungern mit dem Thema der Endlichkeit unseres Daseins und deshalb auch ungern mit der Frage, wie das Sterben vor sich geht.

Zuerst einmal muss man sagen, dass das Sterben ein Prozess ist, wenn eine Person nicht plötzlich ums Leben kommt, also beispielsweise bei einem tödlichen Unfall. Wenn Menschen hingegen „im Sterben liegen“, also aufgrund des Alters oder einer schweren Krankheit dem Ende ihres Lebens entgegengehen, durchlaufen sie mehrere Sterbephasen. Die Medizin nennt im Allgemeinen drei Phasen, die sich in unterschiedlich langen Zeiträumen vollziehen. Dabei sind verschiedene Symptome und Anzeichen zu beobachten, die darauf hinweisen, dass ein Mensch im Begriff ist zu sterben. Aber auch hier gilt grundsätzlich: Nicht alle Sterbeprozesse verlaufen gleich, und so individuell wie Menschen sind, so individuell ist auch der Abschied vom Leben. Das ist eine sehr gute Nachricht, wie ich finde, weil sie davon erzählt, dass wir Menschen eben diejenigen sind, die wir sind, und diese auch im Sterben und im Tod bleiben.

## Die Rehabilitationsphase

Die erste Phase des Sterbens nennt man oft die Rehabilitationsphase. In dieser Zeit werden Menschen, die krank oder alt sind, pflegebedürftig und können nicht mehr alle Aufgaben und Herausforderungen des Lebens alleine meistern. Auch hier sieht man schon, wie individuell die ganze Angelegenheit ist: Während die einen noch relativ viel selbst in die Hand nehmen können, brauchen andere relativ bald große Unterstützung. Eine gute Pflege für eine Person in dieser Phase des Lebens, die übrigens ganz unterschiedlich lange dauern kann, beachtet die Fähigkeiten des Menschen und was er oder sie noch selbst leisten kann. Manche von uns sind sehr gerne selbstbestimmt und übernehmen so viel wie möglich selbst, andere hingegen lassen sich frühzeitig helfen, sind vielleicht von alltäglichen Handlungen schon früh überfordert oder können – auch aufgrund psychischer Belastungen – vieles nicht mehr selbst erledigen. Fingerspitzengefühl ist hier angebracht; und vor allem gilt es, nicht zu vergessen, dass es sich bei der kranken, alten und sterbenden Person um einen erwachsenen Menschen handelt, um jemanden, der alle Rechte hat, selbst über sein Leben zu bestimmen. Das Gefühl, von anderen bevormundet zu werden, sollte man auf alle Fälle vermeiden. Sprechen Sie viel miteinander, auch über jene Themen, die unangenehm erscheinen. Es mag schwierig sein, Fragen der Pflege und der Vorbereitung auf das Sterben mit der eigenen Mutter oder einem guten Freund zu besprechen, aber es ist eine befreiende Sache, solche Themen auf den Tisch zu bringen. Die Erfahrung zeigt, dass es wirklich vieles löst, wenn ehrlich angesprochen wird, worum es geht. Und auch Personen, die vielleicht schon dement sind und vieles nicht mehr selbst formulieren oder verstehen können, kann

## Das Glaubensbekenntnis

Ich glaube an Gott,  
den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und  
der Erde,

und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unseren  
Herrn,  
empfangen von der Jungfrau Maria,  
gelitten unter Pontius Pilatus,  
gekreuzigt, gestorben und begraben,  
hinabgestiegen in das Reich des Todes,  
am dritten Tage auferstanden von den Toten,  
aufgefahren in den Himmel;  
er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters;  
von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die  
Toten.

Ich glaube an den Heiligen Geist,  
die heilige katholische Kirche,  
Gemeinschaft der Heiligen,  
Vergebung der Sünden,  
Auferstehung der Toten  
und das ewige Leben. Amen

## Das „Gegrüßet seist du, Maria“

Gegrüßet seist du, Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir.  
Du bist gebenedeit unter den Frauen, und gebenedeit ist die  
Frucht deines Leibes, Jesus.

Heilige Maira, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und  
in der Stunde unseres Todes. Amen

## Texte aus der Bibel

Unterschiedliche Texte aus der Bibel und anderen Quellen  
stehen hier als Anregung und zur Auswahl, wenn man mit  
Sterbenden beten möchte, wenn man sie begleitet, wenn das  
Gespräch auf das Thema Tod und Sterben sowie ein Leben  
nach dem Tod und Auferstehung kommt:

### Psalm 16:

Behüte mich, Gott, denn bei dir habe ich mich  
geborgen! Ich sagte zum HERRN: Mein Herr bist  
du,  
mein ganzes Glück bist du allein.

An den Heiligen, die im Land sind, an den  
Herrlichen  
habe ich all mein Gefallen:

Zahlreich sind die Schmerzen derer, die einem  
anderen Gott naheilen. Ich will ihre Trankopfer  
von Blut nicht spenden,  
ich nehme ihre Namen nicht auf meine Lippen.

Der HERR ist mein Erbteil, er reicht mir den  
Becher,  
du bist es, der mein Los hält.

Die Messschnur fiel mir auf liebliches Land.  
Ja, mein Erbe gefällt mir.

Ich preise den HERRN, der mir Rat gibt,  
auch in Nächten hat mich mein Innerstes  
gemahnt.

Ich habe mir den HERRN beständig vor Augen  
gestellt,  
weil er zu meiner Rechten ist, wanke ich nicht.

Darum freut sich mein Herz und jubelt meine  
Ehre,  
auch mein Fleisch wird wohnen in Sicherheit.

Denn du überlässt mein Leben nicht der Totenwelt;  
du lässt deinen Frommen die Grube nicht schauen.

Du lässt mich den Weg des Lebens erkennen.  
Freude in Fülle vor deinem Angesicht,  
Wonnen in deiner Rechten für alle Zeit.

#### Psalm 22:

Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich  
verlassen,  
bleibst fern meiner Rettung, den Worten meines  
Schreiens?

Mein Gott, ich rufe bei Tag, doch du gibst keine  
Antwort;  
und bei Nacht, doch ich finde keine Ruhe.

Aber du bist heilig,  
du thronst über dem Lobpreis Israels.

Dir haben unsere Väter vertraut,  
sie haben vertraut und du hast sie gerettet.

Zu dir riefen sie und wurden befreit,  
dir vertrauten sie und wurden nicht zuschanden.

Ich aber bin ein Wurm und kein Mensch,  
der Leute Spott, vom Volk verachtet.

Alle, die mich sehen, verlachen mich,  
verziehen die Lippen, schütteln den Kopf:

Wälze die Last auf den HERRN!  
Er soll ihn befreien,

er reiße ihn heraus,  
wenn er an ihm Gefallen hat!

Du bist es, der mich aus dem Schoß meiner  
Mutter zog,  
der mich anvertraut der Brust meiner Mutter.

Von Geburt an bin ich geworfen auf dich,  
vom Mutterleib an bist du mein Gott.

Sei mir nicht fern, denn die Not ist nahe  
und kein Helfer ist da!

Viele Stiere haben mich umgeben,  
Büffel von Baschan mich umringt.

Aufgesperrt haben sie gegen mich ihren  
Rachen,  
wie ein reißender, brüllender Löwe.

Hingeschüttet bin ich wie Wasser, gelöst haben  
sich all meine Glieder,  
mein Herz ist geworden wie Wachs, in meinen  
Eingeweiden zerflossen.

Meine Kraft ist vertrocknet wie eine Scherbe,  
die Zunge klebt mir am Gaumen,  
du legst mich in den Staub des Todes.

Denn Hunde haben mich umlagert, eine Rotte von  
Bösen hat mich umkreist.  
Sie haben mir Hände und Füße durchbohrt.

Ich kann all meine Knochen zählen;  
sie gaffen und starren mich an.

Sie verteilen unter sich meine Kleider  
und werfen das Los um mein Gewand.

Du aber, HERR, halte dich nicht fern!  
Du, meine Stärke, eile mir zu Hilfe!

Entreiß mein Leben dem Schwert,  
aus der Gewalt der Hunde mein einziges Gut!

Rette mich vor dem Rachen des Löwen  
und vor den Hörnern der Büffel! Du hast mir  
Antwort gegeben.

Ich will deinen Namen meinen Brüdern verkünden,  
inmitten der Versammlung dich loben.

Die ihr den HERRN fürchtet, lobt ihn; all ihr  
Nachkommen Jakobs, rühmt ihn;

erschauert vor ihm, all ihr Nachkommen  
Israels!

Denn er hat nicht verachtet,  
nicht verabscheut des Elenden Elend.

Er hat sein Angesicht nicht verborgen vor ihm;  
er hat gehört, als er zu ihm schrie.

Von dir kommt mein Lobpreis in großer  
Versammlung,  
ich erfülle mein Gelübde vor denen, die ihn  
fürchten.

Die Armen sollen essen und sich sättigen; den  
HERRN sollen loben, die ihn suchen.  
Aufleben soll euer Herz für immer.

Alle Enden der Erde sollen daran denken und sich  
zum HERRN bekehren:  
Vor dir sollen sich niederwerfen alle Stämme der  
Nationen.

Denn dem HERRN gehört das Königtum;  
er herrscht über die Nationen.

Es aßen und warfen sich nieder alle Mächtigen der  
Erde.  
Alle, die in den Staub gesunken sind, sollen vor ihm  
sich beugen.

Und wer sein Leben nicht bewahrt hat,  
Nachkommen werden ihm dienen.