



Verschiedene kleine Handlungen, die wahlweise eine Grabauflösung begleiten und erleichtern können.

Satzanfänge, welche eine Hilfestellung für eigene Formulierungen bieten, und in den je eigenen Geschichten umformuliert werden können.

Eine letzte Kerze am Grab

Bewusst eine letzte Kerze am Grab entzünden. Diese auf einen gewählten Untersetzter stellen.

Der Untersetzter wandert dann mit nach Hause.

„Ich werde die nächsten Kerzen für dich, an einem anderen Ort – (auf diesen Untersetzter) entzünden.“

Der Untersetzter ist sozusagen nun der Ort der mir an manchen Tagen als Erinnerungspunkt dient.

Erde vom Grab

Bewusst die Erde des Grabes angreifen, durch die Finger rieseln lassen...
evtl. ...ein wenig verstreuen... oder wie vom Wind verwehen lassen...

„ Die Zeit hat vieles verändert.

Ich danke für alles, was an Erinnerung noch in meinem Herzen ist.

Alles darf nun losgelassen werden.

Das Leben hält viel Neues für uns bereit“ („Nun lass ich meine Trauer ziehen“)

Blumen oder Sträucher vom Grab

Einen Blumenstock, oder einen kleinen Strauch, entweder in den eigenen Garten übersetzten, oder ganz bewusst, liebevoll dem Kompost übergeben.

„ Ich nehme nun diese Pflanze aus deinem Grab. Ich brauche diesen Ort nicht mehr. Was uns von dir besonders war – ist in unserem Herzen.

Alles was du uns/mir warst wirkt weiter.

So übergebe ich diese Pflanze dem Kompost ... in diesem wird daraus neue Erde, neuer Humus für neues Leben.

Danke für alles, was durch dich in diese Welt gekommen ist...“



Einen Stein herauslösen

Für schwere Erlebnisse:

Einen Stein selber aus dem Grab lösen. (Randstein, oder einen Stein aus der Erde.)

„Viel schweres (Leid) war in unserem/ deinem Leben.

Nun ist es (? *vergessen, verziehen, erlöst, nicht mehr bedeutend, nicht mehr in meinem Leben???*)

(*Nun möchte ich dieses Schwere /traurigehinter mir lassen*)

Ich lasse nun los. Mit dem Auflösen dieses Ortes, möge Gutes, Schönes, Liebevollnes, Heilvolles unser/ mein Leben durchwirken.

Gießkanne mit Wasser

Ein letztes Mal begieße ich dieses Grab.

„ Das Wasser durchfließt, durchtränkt die Erde, und bannt sich seinen Weg. Wie das Wasser im ewigen Kreislauf des Lebens aufgehoben ist, so ist es dein/euer Leben.

Im ewigen Licht ... in der Ewigkeit ... im Kreislauf des Seins ... im Unvorstellbaren...

Wie das Wasser versiegt in der Erde ... so verinnt unser Leben, und wandelt sich, verändert sich,...

Nun lasse ich diesen Platz (meiner Trauer, meiner Erinnerungen, meiner Tränen, meiner Fragen,) hinter mir ...

Ich werde bei manchem Fluss / Wasser an dich denken.

(Du bist in meiner Erinnerung...)

(Nun beginnt eine neue Geschichte, nun beginnt Neues..... begleite es mit deinem Segen)

Nun beginnt eine neue Liebe, sie mindert nicht was war

Der Platz in unserem Herzen bleibt



Laterne vom Grab entfernen

„Nun nehme ich diese Laterne von deinem/eurem Grab. Ein anderes Licht leuchtet dir/euch(nun bist du /seid ihr selber voll des Lichtes).
Auch in meinem /unserem Leben ist wieder Lichtvolles eingekehrt,“

Überlege: Möchtest du bei der Grabauflösung alleine sein?

Wer sollte bei der Grabauflösung mit dabei sein? (Familie, Freunde)

Möglichkeiten bei mehreren Personen:

Jede/r legt noch eine letzte Blume auf das Grab.

Jede/r gießt noch ein letztes Mal

oder eine Person stellvertretend für alle

Mögliche Gebete, nach dem Ritual oder anstelle des Rituals.

Vater unser

Gebete

„Mit unserer Zuwendung und unserem stillen Gebet übergeben wir euch der allumfassenden Liebe. Wir werden diesen Ort jetzt auflösen im Wissen, dass euer Sein und unser Gedenken nicht an diesen Ort gebunden ist.“

„Wir bitten Gott, dass er den Weg, den ihr uns vorausgegangen seid, und auch unseren weiteren Lebensweg begleite und segne.“

Gebet von Marlies Spiekermann



Das Leben verändert sich jeden Tag.
Wie der Wind, ziehen selbst Erinnerungen weiter.
Was bleiben soll, bleibt in unseren Herzen.
Was gehen darf, fließt wie das Wasser ins Meer.
Was liebevoll war, ist niemals vergebens.
Was schwer war, kann eines Tages ganz leicht werden.
Das Leben verändert sich jeden Tag.

Das Leben verändert sich jeden Tag.
Nun darf dieser Ort sich lösen.
Ein anderer Ort ist dir Heimat geworden.
Ein anderer Ort ist unser Leben.
Das Leben verändert sich jeden Tag.

Das Leben verändert sich jeden Tag.
Ein Kommen und Gehen.
Ein Werden und Sein.
Und einst ein Wiedersehen.
Das Leben verändert sich jeden Tag.

Das Leben verändert sich jeden Tag.
Zuhause sein, geborgen sein.
Im ewigem Licht, in der Liebe Gottes.
Was gut ist bleibt,
und begleitet uns/mich jeden Tag.



Wenn Sie bei der Grabauflösung Unterstützung oder jemanden an Ihrer Seite möchten, können Sie gerne unsere Begräbnisleiter und Begräbnisleiterinnen ansprechen.

Für die rechtliche Abwicklung sind unsere Pfarrkanzleien die richtige Ansprechstelle.

Für begleitende Gespräche zu den Verlusten in unserem Leben, können Sie gerne jemanden aus unserem pastoralen Team ansprechen.

Sie finden alle Kontaktdaten auf unserer Seelsorgeraum Homepage:



sr-poelsental.graz-seckau.at

Seelsorgeraum Pösental

Gertraud Peinhopf • Verantwortliche für Pastoral
getraud.peinhopf@graz-seckau.at • +43 676 8742 6955
sr-poelsental.graz-seckau.at