

Wie ordne ich
meinen Lebens-
abend?



Der Inhalt meines Lebens ist Christus,
und deshalb ist Sterben für mich ein Gewinn.

Philipper 1, 21

Gedanken und Anregungen

Dass Sie diese Broschüre in den Händen halten, um sich mit diesem Thema zu beschäftigen, freut mich sehr. Gratuliere! Nun wünsche ich Ihnen viel Freude und Inspiration! Daniel Beusch

I. Eine aufgeräumte Beziehung zu Gott

Mit Gott im Reinen

Gerettet. Johannes 3, 18

Gewissheit der Vergebung. 1. Johannes 1

Gewissheit des Ewigen Lebens. Römer 8, 15-16; 1. Johannes 5, 11-12

Vorfreude auf die Gemeinschaft mit Jesus. Philipper 1, 22

Manchmal hat man trotzdem Angst vor dem Tod, da der Tod ein Feind ist. 1. Korinther 15, 26

Aber: Hebräer 2, 15: Jesus Christus brach die Macht des Teufels... *um alle die zu befreien, die durch Todesfurcht das ganze Leben hindurch der Knechtschaft unterworfen waren.* – Als Knechtschaft wird nicht die Sünde erwähnt, sondern die Angst vor dem Tod.

Gott ehren im Alltag

Das Gotteskind hat ein großes Vorrecht. Sein Leben ist auf Gott ausgerichtet und in ihm geborgen. Es darf auch sein Alter als Dienst für Gott sehen. Entsprechend ist es seine Freude und Aufgabe, das Tages-, Wochen- und Monatsprogramm festzulegen.

Merkmale dieses Dienstes sind: Persönliche Andacht - Gebetsleben - Verstehen der Wege und Pläne Gottes - Innere Geborgenheit und Zuversicht - Freude und Trost - Anteil am Gemeindeleben – Mentor sein. 2. Timotheus 2, 2; Titus 2, 2-5

In diesen Dienst gehört auch, dass sich ein Gotteskind bewusst mit dem eigenen Sterben auseinandersetzt. Psalm 90, 12

II. Aufgeräumte Beziehungen zu Menschen

Mit allen Menschen im Reinen

Matthäus 6, 14; Jakobus 5, 9

Gott ehren in der Gemeinde/Kirche

Epheser 3, 10

Jüngere Menschen sehnen sich nach Vorbildern.

Da wir (wahrscheinlich) schon länger im Glauben stehen als sie, sollten sie an uns lernen können, wie wir andere lieben. Zum Beispiel wie wir uns für jüngere Menschen interessieren und auf sie zugehen, wie wir großzügig sind, was beispielsweise den Musikstil betrifft, usw.

III. Eine aufgeräumte Beziehung zu mir

Mit mir selbst im Reinen

Hebräer 4, 9-10

Gott ehren im Umgang mit mir selbst

Auf sich selber achthaben. Apostelgeschichte 20, 28

Ernährung, Bewegung

Es ist wichtig, eine abwechslungsreiche, auf seine gesundheitlichen Probleme ausgerichtete Ernährung zu sichern (praktische Hilfen in Anspruch nehmen). Auch genügend Bewegung bleibt wichtig.

Beziehungen pflegen

Nicht warten, bis andere auf mich zukommen.

Bekleidung und Körperpflege

Zu jeder Zeit darf und soll der Mensch seiner Bekleidung und Körperpflege die nötige Sorgfalt und Zeit einräumen.

Betreuung und Medizin

Diese dürfen nicht vernachlässigt werden. Es sollte u.a. eine Regelung getroffen werden, die es verunmöglicht, dass eine Person länger als 24 Stunden ohne Kontakt zu bekannten Mitmenschen bleibt (Telefon, Zeichen am Fenster usw.).

Bildung

Bildung ist ein wertvoller Teil eines erfüllten Lebensabends. Dadurch wird nicht nur der Einzelne bereichert, sondern er lässt auch andere an dieser Bereicherung teilnehmen.

Strukturierter Tagesablauf

So viel Zeit zu haben braucht Disziplin. Es gehören aber auch schöne Dinge dazu, z.B. jeden Tag einen kleinen Höhepunkt planen, auf den man sich freut.

IV. Ein aufgeräumtes Haus

Es ist eine große Erleichterung für den Lebensabend, wenn die Privatverhältnisse geordnet sind. Die nachfolgenden Fragen wollen mithelfen, dieses Ordnen zu fördern. Auf diese Weise können alle miteinbezogenen Personen bessere und effektivere Hilfe bringen.

Wer weiß über meine Privatverhältnisse Bescheid?

Ein Familienglied, Angehörige, Freunde oder jemand aus der Gemeinde.

Wer hilft, meine Rechte und Pflichten zu handhaben?

In Sachen Besitz (Aktiven und Passiven), Verpflichtungen, Renten, Steuern und Zahlungen (Miete, Versicherungen, Telefon, Radio, Abonnemente) ...

Wer hat die Vollmacht oder das Verfügungsrecht über meinen Besitz?

Im Krankheitsfall, bei Entscheidungsunfähigkeit oder beim Ableben.

Mein Testament

Durch eine klare Regelung können wir eventuell viel Streit in der Familie vermeiden.

Habe ich ein rechtsgültiges Testament geschrieben? Es soll den Ausdruck meines persönlichen Lebens und Denkens widerspiegeln und meinen letzten Willen ausdrücken. Die Bedachten oder Betroffenen sollen sagen können/müssen, dass das Testament wirklich den letzten Willen der Testatorin / des Testators wiedergibt.

Die folgenden Fragen wollen möglichst nahe an dieses Ziel heranführen:

- Habe ich gesetzliche Verpflichtungen?
Wenn ja, sollten diese auf keinen Fall geschmälert werden. Sie würden das ganze Testament anfechtbar werden lassen.
- Sind pflichtteilberechtigte Erben vorhanden?
Ehegatte oder Nachkommen.
- Will ich bestimmte Personen als Erben einsetzen?
- Will ich jemandem ein Vermächtnis ausrichten?

- Habe ich moralische Verpflichtungen?
Das heißt, habe ich Mitmenschen oder einer Vereinigung ein Versprechen gegeben? Besteht in meinem Leben eine Bindung / Verbindung, von der niemand etwas weiß, die aber im Testament berücksichtigt werden muss?
- Über welchen Teil der Erbschaft kann ich frei verfügen?
- Welche besonderen Wünsche (letzter Wille) sollen erfüllt werden? Möchte ich Institutionen begünstigen? Welchen Teil möchte ich einer Mission, ev. einer Gemeinde zukommen lassen?

Das Testament kann man eigenhändig schreiben. Damit es rechtsgültig ist, muss man dazu einige Regeln beachten. Es besteht auch die Möglichkeit, es von einem Notar aufsetzen lassen.

Ich empfehle, das Testament mit einer oder zwei Vertrauenspersonen vor zu besprechen. So können mögliche Fehler oder Unterlassungen vermieden werden. Dies ist umso wichtiger, als unser Testament einen wesentlichen Teil unseres Nachrufes beinhaltet.

Wichtige Dokumente

Ich ermutige dazu, alle wichtigen Dokumente zusammenzustellen (z.B. in einer Mappe) und den Vertrauenspersonen zu sagen, wo diese Unterlagen zu finden sind. Die Hinterbliebenen werden es schätzen!

- Patientenverfügung
- Adressliste aller Personen, die bei einem Todesfall umgehend benachrichtigt werden sollen.
- Adressliste aller Personen, die eine Todesanzeige erhalten sollen.
- Lebenslauf
- Vollmachten, Abonnements
- Bankunterlagen (Vollmachten)
- Versicherungsunterlagen
- Verträge
- Testament, Willensvollstrecker
- ...
- Name und Adresse der Personen, die über eine Kopie von diesen Informationen verfügen.

Gott ehren durch meine Bestattung

Wer nicht frei über seine eigene Beerdigung sprechen kann, sollte sich fragen, ob es eventuell daran liegt, dass die Beziehung zu Gott, zu anderen Menschen oder zu sich selber noch nicht aufgeräumt ist.

Die Beerdigung ist eine ganz tolle Chance, meinen wichtigsten Menschen nochmals das weiter zu geben, was mir wichtig ist. Meine Vision, eine Erkenntnis aus meinem Leben, ein Dank, ein Aufruf...

Salomo machte dies in Prediger 12, 13.

- Wo soll die Beerdigung stattfinden?
- Wen wünsche ich als Prediger? Nichts kann so großen Trost und so klare Orientierung geben wie Gottes Wort. Deshalb ist uns wichtig, dass die Predigt ein zentraler Punkt der Verabschiedung ist.
- Mein Lieblingsbibelvers
- Das möchte ich von mir persönlich noch mitteilen
- Dieses Lied wünsche ich mir
- Davon soll die Predigt handeln (Vers, Thema)
- Das möchte ich der Gemeinde sagen
- Mein Lebenslauf

Gedanken zur Todesanzeige

Nach dem Ableben müssen andere über untenstehende Punkte entscheiden. Wer möchte, kann ihnen vorgängig dabei helfen.

- Gibt es etwas, was mir bezüglich der Todesanzeige wichtig ist?
- Ich wünsche mir, dass die Anzeige in folgenden Zeitungen erscheint.
- Folgender Vers / Spruch soll auf meiner Todesanzeige stehen.
- An folgende Leute soll eine Anzeige verschickt werden (Adressliste).
- Folgende Personen sollen zum Trauermahl eingeladen werden.

Viele Menschen wünschen sich, ohne Schmerzen von einem Augenblick auf den anderen «weg» zu sein. Ist dies der ideale Tod? Auf den ersten Blick scheint dies die schönste Todesart zu sein, doch der Schein trügt. Dieser Tod wurde früher der «schnelle, böse Tod» genannt, weil es für den Sterbenden keine Vorbereitung und keinen Abschied gibt. Für die Hinterbliebenen ist ein schneller Tod oft brutal, und nur ein einziger Gedanke tröstet: Wenigstens musste die Person nicht lange leiden. Der Wunsch nach einem schmerzfreien Tod hängt mit der Illusion zusammen, auch das Leben könne frei von Leid sein. Sobald wir akzeptieren, dass das Leid und die Vergänglichkeit untrennbar zu unserem Leben dazugehören, ist es auch leichter, Todesschmerzen anzunehmen.
*Lea Schweyer: Dem Leben zuliebe aufs Sterben vorzubereiten.
ChrischonaPanorama 4 / 2015*