

Mein letzter Wille



Wegleitung zur Auseinandersetzung
mit dem eigenen Sterben und Tod

Inhalt:

Zum Geleit	3
Mein letzter Wille	5
Meine persönlichen Angaben	7
... wenn ich sterbenskrank bin	8
... wenn ich sterbe	11
... wenn ich gestorben bin	17

Zum Geleit

Liebe Leserinnen, lieber Leser

Zum Leben gehört, dass wir Menschen sterblich sind. In einer Zeit, in der das Thema Tod gern tabuisiert oder im Zusammenhang mit Sterbehilfe sehr kontrovers diskutiert wird, scheint es mir wichtig zu sein, dass wir uns mit den Fragen rund um das eigene Sterben rechtzeitig auseinandersetzen. Jesus ruft uns in der Heiligen Schrift ausdrücklich dazu auf, wachsam zu sein. (Vgl. Mt 25, 13)

So wurde vielfach der Wunsch geäussert, die Kirche möge eine Handreichung erarbeiten, die Menschen im Blick auf das Ende ihres Lebens dabei unterstützt, sich auf ihr eigenes Sterben vorzubereiten. Andererseits brauchen auch die Angehörigen und Freunde eine Wegleitung, die ihnen hilft, die letzten Dinge im Sinn der Person zu regeln, von der sie Abschied nehmen müssen.

Auf diesem Hintergrund ist die vorliegende Broschüre entstanden. Sie beruht auf einer Zusammenarbeit zwischen einem Seelsorger sowie Fachleuten der Caritas Zürich. Das Hilfswerk der Zürcher Katholiken verfügt in der Fachstelle «Sterben und Trauern» über ein eigenes Kompetenzzentrum, das Menschen in der Begleitung Sterbender unterstützt und diese in Fragen rund um die Patientenverfügung berät. Zögern Sie bei Fragen zum Inhalt dieser Broschüre nicht, mit Caritas Zürich Kontakt aufzunehmen.

Ich gebe Ihnen diese Wegleitung in die Hand mit dem Wunsch, dass die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod und Sterben, vor allem auch im Gespräch mit Vertrauten, Ihr Leben bereichert.



Zürich, im September 2008

Weihbischof Dr. Paul Vollmar
Generalvikar der Diözese Chur und
Präsident der Caritas Zürich

Dein Wille geschehe



Gott,
ich verstehe den Tod nicht,
auch nicht beim Anblick eines Toten.
Ich weiss,
auch ich werde sterben
irgendwann
oder demnächst ...
Dein Wort verheisst ewiges Leben,
denen, die auf dich hoffen.
Auch das verstehe ich nicht.
Aber ich möchte hoffen,
ich möchte vertrauen,
ich möchte glauben,
ich möchte leben! –
Herr, Dein Wille geschehe.

Peter Neysters, Karl Heinz Schmitt

Mein letzter Wille

Der Titel dieses Ratgebers wurde gewählt im Hinblick auf all die Entscheidungen, die ein Mensch in Bezug auf sein eigenes Sterben und auf seinen Tod treffen kann und auch selber treffen sollte.

Er möchte Anstoss sein, die letzte Lebensphase bewusst zu gestalten und auf wichtige Fragen Antworten zu suchen – auf Fragen, die die Zeit vor dem Tod und über diesen hinaus betreffen. Wenn wir nicht entscheiden, entscheiden andere – müssen andere entscheiden.

Deshalb ermutigen wir dazu, sich frühzeitig und in Ruhe mit den letzten Dingen auseinander zu setzen, etwa durch Meditation, Gebet, das Erleben von Gottesdiensten oder Gespräche mit Seelsorgern und Freunden. Wer danach alle wichtigen Entscheide gefällt hat, kann sich erleichtert dem Leben zuwenden. Auch für Angehörige, Freunde, Ärzte und Behörden sind die festgehaltenen Informationen von unschätzbarem Wert. Hinterbliebene sind mit dem Tod eines geliebten Menschen oftmals stark belastet. Durch eine gute Vorsorge können sie die vielen Aufgaben, die bei einem Todesfall kurzfristig geleistet werden müssen, leichter bewältigen und erhalten dadurch mehr Zeit und Kraft für das Abschiednehmen.

Es gibt also viele gute Gründe, um Vorkehrungen zu treffen. Nicht zuletzt kann durch eine solche Kundgabe des eigenen letzten Willens bezeugt werden, dass MEIN Wille auch deshalb geschehen soll, damit SEIN Wille geschehe.

Meine persönlichen Angaben

Name/Vorname

Geburtsdatum Konfession

Bürgerort

AHV-Nummer Krankenkasse

Unfallversicherung

Lebensversicherung

Pensionskasse

Bankverbindung

Vermieter/in, Liegenschaftsverwaltung

Hausarzt/Hausärztin

6

Wenn ich ernsthaft krank bin, sollen folgende Personen benachrichtigt werden:

.....
.....
.....

Ich habe eine Patientenverfügung ausgefüllt. Sie befindet sich:

.....
.....

Diese Personen sind im Besitz einer Kopie meiner Patientenverfügung:


.....

Dieser Person habe ich eine Vollmacht für medizinische Entscheidungen am Lebensende erteilt:

.....

Diese Person habe ich als Willensvollstrecker über meinen Nachlass eingesetzt:

.....



Ich komm', weiss nit woher,
ich bin und weiss nit wer,
ich leb', weiss nit wie lang,
ich sterb' und weiss nit wann,
ich fahr', weiss nit wohin:
Mich wundert's, dass ich fröhlich bin.

Da mir mein Sein so unbekannt,
geb' ich es ganz in Gottes Hand, -
die führt es wohl, so her wie hin.
Mich wundert's, wenn ich noch traurig bin.

Hans Thoma

... wenn ich sterbenskrank bin

In diesem Abschnitt geht es um die gesundheitlichen Aspekte in der letzten Lebensphase. Weil die heutige Medizin fast unbegrenzte Möglichkeiten bietet, drängt sich jedem von uns die Frage auf, ob wir in jedem Fall das ganze Spektrum von Untersuchungen und Therapien ausschöpfen möchten. Vielleicht kommt der Moment, wo wir einer Lebensverlängerung um jeden Preis die bewusste Gestaltung des Sterbeprozesses vorziehen.

8 Wenn eine Krankheit so weit fortgeschritten ist, dass keine Heilung mehr möglich ist, kann mit palliativen, also schmerzlindernden Massnahmen, noch sehr viel für den betroffenen Menschen getan werden. Bei der Palliative Care steht der Mensch mit all seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Der Linderung von Schmerzen, Symptomen und Leiden wird die grösste Aufmerksamkeit geschenkt. Persönliche, seelische und spirituelle Bedürfnisse werden gleichermassen ernst genommen wie körperliche. Angehörige, Freunde, Freiwillige und ein multiprofessionelles Team setzen sich gemeinsam für das Wohlbefinden der Patienten ein. Wer auf diese umfassende Weise begleitet wird, hat seltener den Wunsch, die Lebenszeit zu verkürzen.

Solange wir bei Bewusstsein sind, können wir selbst entscheiden, ob und wenn ja welche Behandlungen durchgeführt werden sollen und welche pflegerischen Massnahmen wir wünschen. Wenn jedoch ein Unfall oder eine Krankheit dazu führt, dass wir unsern Willen nicht mehr äussern oder die Tragweite von Entscheidungen nicht mehr erfassen können, gelten wir als urteilsunfähig. Für diesen Fall kann mit einer Patientenverfügung vorgesorgt werden. Sie bietet für die Ärzteschaft, die Pflegenden und die Angehörigen Anleitung und Hilfe. Folgende Entscheide können darin festgehalten werden:

- Sollen in einer bestimmten Situation lebensverlängernde Massnahmen unterlassen oder nicht mehr weitergeführt werden?
- Sollen Schmerz- und Beruhigungsmittel eingesetzt werden, auch wenn sie allenfalls als Nebenwirkung die Lebenszeit verkürzen?
- Wünschen Sie Behandlung, Pflege und Begleitung nach den Grundsätzen der Palliative Care?

- Wünschen Sie, dass nichts unternommen wird, was den Tod absichtlich herbeiführt?
- Wollen Sie bestimmte Organe spenden und gestatten Sie eine Autopsie?
- Welche Form von Begleitung wünschen Sie sich in der letzten Lebensphase und wen möchten sie damit betrauen?

Zusätzlich können Sie einer nahe stehenden Person eine Vollmacht für medizinische Entscheide erteilen. Die bevollmächtigte Person muss darüber im Bild sein und dies mit ihrer Unterschrift bezeugen.

Nebst Caritas Zürich bieten verschiedene Institutionen Patientenverfügungen zum Ausfüllen an. Besprechen Sie deren Inhalt mit Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin sowie mit Ihren Nahstehenden, und geben sie Ihnen eine Kopie ab. Nur so kann im entscheidenden Moment darauf zurückgegriffen werden. Alle zwei Jahre sollten Sie überprüfen, ob die Angaben noch zutreffen. Wenn dies nicht der Fall ist, sollten Sie diese aktualisieren. Versehen Sie Ihre Patientenverfügung auch ohne Änderung alle zwei Jahre neu mit dem Datum und Ihrer Unterschrift. Dies dokumentiert ihre Aktualität.

Caritas Schweiz bietet unter der Nummer 0848 419 419 gratis einen Beratungsdienst zur Patientenverfügung an.

Ja, du hast mein Leben
dem Tod entrissen,
meine Tränen getrocknet,
meinen Fuss bewahrt vor
dem Gleiten.
So gehe ich meinen Weg
vor dem Herrn
im Land der Lebenden.

Psalm 116, 8–9



Besta

... wenn ich sterbe

Ist der Tod eines geliebten Menschen eingetroffen, ist es für die Angehörigen bedeutsam, in stimmiger Weise von diesem Abschied zu nehmen. Dabei ist es den Trauernden häufig wichtig herauszufinden, wie sich die verstorbene Person ihren Abschied selber gewünscht hat. Im Folgenden finden Sie Gedankenanstöße und Entscheidungshilfen bezüglich der Gestaltung der Todesanzeige, der Bestattung sowie weiteren Möglichkeiten, die helfen, den Trauerprozess zu gestalten.

Todesanzeigen

Mit Todesanzeigen informieren die Angehörigen, bzw. die politische Gemeinde, über einen Todesfall. Dies kann auf drei Arten geschehen:

Amtliche Todesanzeige

Die amtliche Todesanzeige wird von der Wohngemeinde veröffentlicht, sofern die Angehörigen nichts dagegen einzuwenden haben. Darin werden der Name der verstorbenen Person, sowie Ort und Zeitpunkt der Bestattung publiziert.

Private Todesanzeigen

Die privaten Todesanzeigen werden von den Angehörigen bei den Tageszeitungen in Auftrag gegeben.

Leidzirkulare

Für den Familien- und Freundeskreis werden – ergänzend zur Todesanzeige – häufig Leidzirkulare in Form von Karten oder Briefen gedruckt und als Einladung zu den Bestattungsfeierlichkeiten den Betroffenen persönlich zugestellt.

- Ich habe eine Todesanzeige angefertigt (siehe Beilage).
- Ich überlasse die Erstellung der Todesanzeige bzw. des Leidzirkulars meinen Angehörigen.
- Ich wünsche keine amtliche Todesanzeige.
- Eine Todesanzeige soll in folgender/n Zeitung/en erscheinen:

- Für den Versand besteht eine Adressliste (siehe Beilage).
- Ich wünsche keinen Versand von Todesanzeigen.

Die Organisation der Bestattung

Vielorts wird die Bestattung von der Wohngemeinde organisiert. Wo dies nicht der Fall ist, kann ein Bestattungsinstitut damit beauftragt werden. Dieses kümmert sich um alle Belange.

- Ich habe für meine Bestattung folgendes Unternehmen beauftragt:

Ort und Art der Bestattung

Der Friedhof ist der traditionelle Bestattungsort. Die meist gepflegte, parkähnliche Anlage symbolisiert Glückseligkeit und ewiges Leben für die Seele sowie Frieden und Ruhe für den Leichnam.

Friedhof

In der Schweiz ist das Bestattungswesen kommunal geregelt. Generell gilt, dass Erdbestattungen nur in Friedhöfen erlaubt sind. Wer sich für einen Friedhof ausserhalb seiner Wohngemeinde entscheidet, muss mit zusätzlichen Kosten rechnen.

Ich wünsche eine Bestattung

- im Friedhof der Wohngemeinde.
- auf einem anderen Friedhof, nämlich:

Besondere Wünsche (Einzel-, Gemeinschafts- oder Familiengrab):

Die Individualisierung der Gesellschaft macht sich auch in der Bestattungspraxis bemerkbar. So wird die Urne gelegentlich ausserhalb eines Friedhofs – etwa in einem Friedwald – beigesetzt; oder die Asche wird im Freien ausgestreut, um zum Ausdruck zu bringen, dass alles Leben dem Kreislauf von Werden und Vergehen unterliegt. Die Urne kann von Gesetzeswegen auch bei den Angehörigen aufbewahrt werden. Die Kirche äussert gegenüber diesen Bestattungsformen Vorbehalte, weil sie eher zur Anonymisierung der Verstorbenen beitragen. Möchten die Angehörigen die Urne einer geliebten Person bei sich zu Hause aufbewahren, ist dies unter Umständen ein Zeichen dafür, dass sie von diesem Menschen nicht Abschied nehmen wollen.

Bestattungsarten

Erdbestattung und Kremation sind die beiden üblichen Bestattungsarten.

Aus christlicher Sicht gibt es keinen Grund, eine der beiden Arten vorzuziehen.

- Ich wünsche eine Erdbestattung.
- Ich wünsche eine Kremation.

Art des Sarges oder der Urne (schlicht, aufwändig, usw):

.....

- Die Wahl des Sarges überlasse ich meinen Angehörigen.

Trauer- und Gedenkfeiern

Trauerfeier am Tag der Bestattung

Der Tod eines Menschen ist für die Angehörigen eine tief greifende Erfahrung. Die Durchführung der Bestattung in stimmiger Form erleichtert das Abschiednehmen. Für den Übergang von der Trauer in den Alltag zurück sind Momente des Feierns wertvoll. Diese bieten Raum, die Beziehung zur verstorbenen Person in Gemeinschaft zu bedenken, sowie Trost und Kraft zu finden.

- Ich wünsche eine öffentliche Feier in der Friedhofkapelle.
- Ich wünsche eine Feier nur am Grab.
- Ich wünsche eine Feier in der Pfarrkirche.

Anderes:

.....

.....

- Die Bestattung soll der/die SeelsorgerIn meiner Pfarrei vornehmen.
- Ich wünsche eine andere Begleitperson:

Gestaltungselemente für die Trauerfeier

Ein Lebenslauf der Verstorbenen, persönlich gewählte Texte oder Musik verleihen der Trauerfeier eine persönliche Note. Deshalb wünsche ich

- einen Lebenslauf.
- einen besonderen Text:
- ein besonderes Musikstück:

14

Die Trauerfeier ist ein erster Schritt in der Verarbeitung eines Todesfalls. Häufig erleben die Angehörigen, dass sich der Verlust eines geliebten Menschen nicht in wenigen Wochen und Monaten bewältigen lässt. Deshalb gibt es in der katholischen Kirche den schönen Brauch, dass für die Verstorbenen in den Gottesdiensten speziell gebetet wird.

So kennen viele Pfarreien den Siebten, das Totengedenken nach einer Woche, den Dreissigsten nach einem Monat, sowie das Jahresgedächtnis nach einem Jahr. Zudem können mit dem zuständigen Pfarramt jährlich wiederkehrende Gedächtnisse – auch Legate genannt – vereinbart werden. Durch diese Feiern wird die Gemeinschaft zwischen den Lebenden und den Toten sowie die Gebetssolidarität zwischen den Hinterbliebenen und der Pfarrei zum Ausdruck gebracht.

Beim Pfarramt können solche Gedenkzeiten vereinbart werden:

- Siebter
- Dreissigster
- Jahresgedächtnis
- Legat

Leidmahl

So hilfreich wie die Trauerfeier kann auch das Leidmahl sein, zu dem sich die Angehörigen im Anschluss an die Bestattung häufig treffen. Der Kontakt mit Mitmenschen befreit aus der Enge der Trauer, ermöglicht den Austausch gemeinsamer Erinnerungen an die verstorbene Person und erleichtert die Rückkehr in den Alltag. Ob das Mahl mehr als traditionelles Essen oder als kleiner Imbiss gestaltet wird, ist vom Zeitpunkt der Bestattung abhängig.

Das Leidmahl soll an diesem Ort stattfinden:

Zum Leidmahl sind alle Trauergäste eingeladen.

Zum Leidmahl sind folgende Personen (-gruppen) eingeladen:

.....
.....

Die Gestaltung des Leidmahles überlasse ich meinen Angehörigen.

Kein Leidmahl

Ergänzungen:

Grabstein und Grabpflege

Ein Grabstein ist nicht nur ein Denkmal, das an einen bestimmten Menschen erinnert, sondern auch ein «Treffpunkt», der räumliche Nähe zur verstorbenen Person schafft. Bei der Wahl der Bestattungsform sollte beachtet werden, dass Gräber und Grabsteine das Trauern erleichtern.

Ich habe einen Grabstein ausgewählt.


Name des Bildhauers bzw. des Bestattungsinstitutes:

.....

Ich wünsche einen Grabstein.

Ich habe einen Beschriftungswunsch:

.....



Gesegnet seien die,
die mich immer noch besuchen,
obwohl sie Angst haben,
etwas Falsches zu sagen.

Gesegnet seien alle,
die mir erlauben,
von dem Verstorbenen zu sprechen.
Ich möchte meine Erinnerungen
nicht totschweigen.
Ich suche Menschen,
denen ich mitteilen kann,
was mich bewegt.

Marie-Luise Wölfing

... wenn ich gestorben bin

Die Fragen, die sich nach dem eingetretenen Tod stellen, können in einem **Testament** geregelt werden.

Dieses gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihre Hinterlassenschaft nach den eigenen Vorstellungen und Werten der Nachwelt weiterzugeben. Dabei müssen Sie einzig die gesetzlichen Vorschriften berücksichtigen, zum Beispiel die Pflichtanteile für den Ehepartner/die Ehepartnerin und die Kinder.

Weiter soll das Testament von Anfang bis Ende von Hand geschrieben sein. Mit Schreibmaschine oder Computer verfasste Testamente sind nicht gültig.

Ort und genaues Datum der Abfassung müssen erkennbar sein. Vorgedruckte Ortsangaben und ein Datum wie «im Mai 2010» sind nicht gültig.

Das Dokument muss von Hand unterschrieben sein.

Das Testament soll an einem sicheren Ort und in einem verschlossenen beschrifteten Umschlag aufbewahrt werden.

Im Todesfall soll es durch die Angehörigen leicht aufgefunden werden können. Im Kanton Zürich kann das Dokument auch bei einem Notariat hinterlegt werden, von wo aus es im Todesfall automatisch an das Bezirksgericht weitergeleitet wird.

Für viele ist die Abfassung des Testaments ein Prozess in mehreren Schritten. Es ist jederzeit möglich, Korrekturen an diesem anzubringen. Korrekturen müssen eindeutig sein und mit Datum und Unterschrift versehen werden.

Zudem ist es möglich, über eine **Vollmacht** einen Willensvollstrecker/eine Willensvollstreckerin einzusetzen. Dessen/deren Hauptfunktion liegt in der Durchführung der vom Erblasser getroffenen Anordnungen. Über ihn/sie kann auch Geld für allfällige Rechnungen und die Begleichung von Auslagen im Zusammenhang mit der Beerdigung bezogen werden. Teilen Sie der bevollmächtigten Person Ihren Wunsch mit und informieren Sie diese über Ihre Bankverbindungen. Die WillensvollstreckerIn ist auf Seite 6 einzutragen.

Die **Erbbescheinigung** gibt Auskunft über den Kreis der Erbberechtigten und ist nötig, damit die Erben über den Nachlass in Form von Bankkonten und Grundeigentum verfügen können. Diese wird durch das Bezirksgericht ausgestellt, nachdem dieses vom Testament Kenntnis erhalten hat.

Ich habe niemandem eine Vollmacht erteilt.

Ich habe ein Testament verfasst. Es ist aufbewahrt bei:

Ich habe kein Testament verfasst, möchte aber folgende Personen und/oder Institutionen mit einem Geldbetrag berücksichtigen (eventuell Liste beifügen):

.....
.....

Folgende Gegenstände aus meinem Nachlass möchte ich weitergeben an:

.....
.....

Dokumente

Schriften und Wertsachen befinden sich

Familienbuch/Schriftenempfangsschein

Pass

Ausweise

Versicherungspolizen

Mietverträge/Kaufverträge/laufende Verträge

(Unterhalt von Verwandten/Personen)

Wichtige Schlüssel

Wertsachen

Abmeldungen und Kündigungen

Folgende Stellen müssen benachrichtigt werden:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> AHV/Krankenkasse/Versicherungen | <input type="checkbox"/> Arbeitsstelle |
| <input type="checkbox"/> VermieterIn | <input type="checkbox"/> Post/Banken |
| <input type="checkbox"/> Radio/TV/Internet | <input type="checkbox"/> Zeitungen/Abonnements |
| <input type="checkbox"/> Vereine | |

Dank

Ich vertraue auf die bestmögliche Umsetzung meines Willens. Allen, die mich bei den Vorbereitungen dazu unterstützt haben, danke ich von Herzen. Mein Dank gilt überdies all denen, die meiner Verfügung gemäss handeln.

Ort und Datum:

Unterschrift:

Katholische Kirche im Kanton Zürich

Mein letzter Wille

Wegleitung zur Auseinandersetzung mit dem eigenen
Sterben und Tod

September 2008

Herausgeberin

Katholische Kirche im Kanton Zürich
Generalvikariat
Hirschengraben 66
8001 Zürich
Telefon 044 266 12 66
generalvikariat@zh.kath.ch
www.zh.kath.ch/generalvikariat

Redaktion

Marcel von Holzen, Pfarrer der Pfarrei Zürich Erlöser
Theresa Weber, Caritas Zürich, Daniel Wiederkehr, Caritas Zürich

Koordination und Produktion

Aschi Rutz, Informationsbeauftragter Zentralkommission

Bildnachweis

Reto Klink, Leiter Kommunikation Caritas Zürich

Gestaltung: Liz Ammann, Zürich

Druck: Fotorotar AG, Egg/ZH

Papier: Gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier

Auflage: 10'000 Exemplare

Katholische Kirche im Kanton Zürich
Generalvikariat
Hirschengraben 66
8001 Zürich
www.zh.kath.ch

