

Meine letzten Wünsche

Für meinen Abschied



Ein Büchlein für alle, die sich mit ihrem eigenen Abschied
beschäftigen und sich auf eine letzte Reise vorbereiten möchten.

„Erinnerung ist das einzige Paradies, aus dem wir nicht vertrieben
werden können.“

Jean Paul

Gerne darf dieses Booklet weitergegeben werden. Bitte vervielfältigen, verändern oder veröffentlichen Sie es
jedoch nicht ohne meine Zustimmung. Danke ♥

© 2026 Blütenfeder – Anke Elich – freie Reden · Alle Rechte vorbehalten.





Ich und mein Leben

Jedes Leben erzählt seine ganz eigene Geschichte. Es sind die großen Entscheidungen und Wendepunkte, aber oft auch die kleinen Dinge, die einen Menschen ausmachen: besondere Begegnungen, liebgewonnene Gewohnheiten, gemeinsame Erlebnisse, Eigenheiten oder Geschichten, die in der Familie immer wieder erzählt werden.

Was hat Sie geprägt? Welche Menschen haben Sie auf Ihrem Weg begleitet? Was bringt Sie zum Lachen, wofür können Sie sich begeistern und was würden Ihre Liebsten sofort als „typisch Sie“ bezeichnen?

Hier ist Platz für Erinnerungen, Geschichten und all die kleinen und großen Dinge, die zu Ihnen und Ihrem Leben gehören.

Wer sind Sie?

Was hat Sie geprägt?

Welche Erlebnisse, Menschen und Momente haben Sie zu dem Menschen gemacht, der Sie sind?

Was ist typisch für Sie?

Was ist Ihnen wichtig?

Was hat Ihnen Freude gemacht?

Was waren Ihre Herzensprojekte, Träume und Leidenschaften?





So wünsche ich mir meinen Abschied

Vielleicht haben Sie schon eine ganz genaue Vorstellung davon, wie Ihre Liebsten eines Tages von Ihnen Abschied nehmen sollen. Vielleicht wissen Sie bisher auch nur, dass es auf keinen Fall steif und förmlich sein soll oder dass Sie sich eine ruhige, persönliche Atmosphäre wünschen.

Ihre Wünsche können Ihren Angehörigen eines Tages Orientierung geben und ihnen die Sicherheit schenken, den Abschied in Ihrem Sinne zu gestalten.

Welche Atmosphäre wünschen Sie sich?

Was ist Ihnen wichtig?

Was möchten Sie ausdrücklich nicht?



Musik, Worte & Rituale

Musik kann uns innerhalb weniger Sekunden an einen anderen Ort oder in eine bestimmte Zeit zurückversetzen. Vielleicht gibt es ein Lied, das Sie seit Ihrer Jugend begleitet, eines, das Ihre Familie sofort mit Ihnen verbindet, oder Musik, die Ihren Liebsten an diesem Tag einfach guttun würde.

Auch Gedichte, Zitate, Gebete oder einzelne Sätze können eine besondere Bedeutung haben. Und manchmal entsteht aus einer ganz alltäglichen Gewohnheit eine persönliche Abschiedsgeste: ein gemeinsamer Toast, eine bestimmte Blume, Kerzen, etwas Selbstgemachtes oder ein Gegenstand, der untrennbar zu Ihnen gehört.

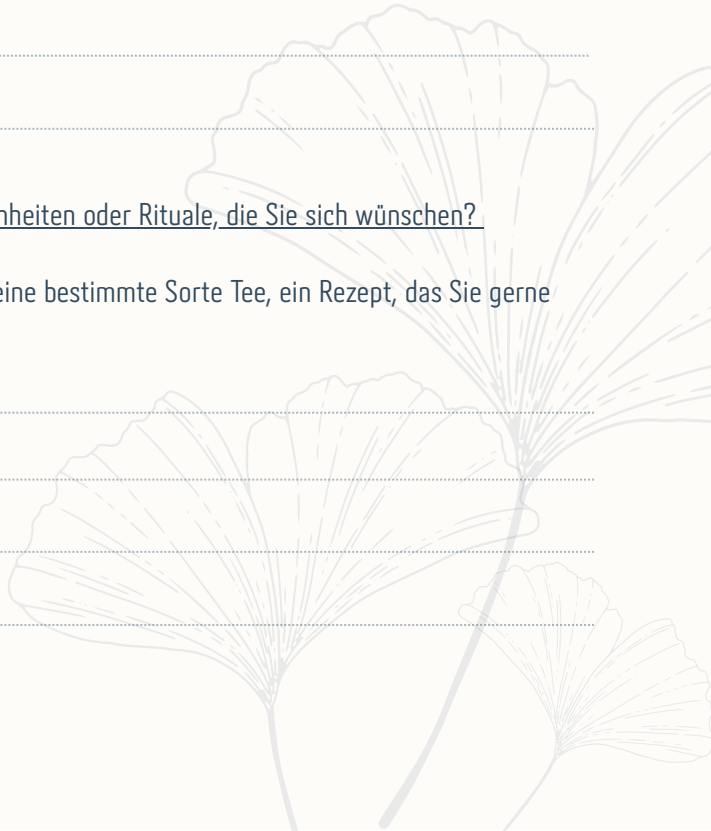
Welche Musik, welche Worte und welche kleinen Gesten erzählen etwas von Ihnen?

Welche Lieder oder Interpreten hören Sie gerne? Welche Stimmung sollen die Lieder vermitteln?

Gibt es einen Text oder ein Zitat, das in die Lebensabschiedsfeier integriert werden soll?

Gibt es persönliche Gewohnheiten oder Rituale, die Sie sich wünschen?

Eine Lieblingsschokolade, eine bestimmte Sorte Tee, ein Rezept, das Sie gerne mitgeben möchten...





Die Gestaltung der Feier

Eine persönliche Abschiedsfeier braucht keine aufwendige Dekoration. Oft sind es einzelne Details, in denen Angehörige einen Menschen wiedererkennen.

Vielleicht gibt es Blumen, die schon immer bei Ihnen zu Hause standen, eine Farbe, die Sie lieben, ein Foto, auf dem Sie sich selbst besonders mögen, oder Gegenstände, die etwas über Ihre Leidenschaften erzählen.

Das können Bücher sein, etwas aus Ihrem Beruf, ein Erinnerungsstück von einer Reise, Ihr Lieblingshut oder etwas aus einem Hobby.

Hier darf alles Platz finden, was Ihre Feier persönlicher und ein Stück mehr zu Ihrer Feier macht.

Welche Blumen, Farben oder Dekoration passen zu Ihnen?

Gibt es Fotos oder persönliche Gegenstände, die bei Ihrer Feier einen Platz bekommen sollen?

Gibt es einen Kleidungsstil, den Sie sich für Ihre Feier wünschen?





Beisammensein

Mit dem Ende der Abschiedsfeier muss das gemeinsame Erinnern nicht vorbei sein. Vielleicht wünschen Sie sich, dass Ihre Familie und Freunde anschließend noch zusammensitzen, Geschichten erzählen, miteinander essen und auch gemeinsam lachen.

Überlegen Sie, was zu Ihnen passen würde. Kaffee und Ihr Lieblingskuchen? Ein Essen in einem bestimmten Restaurant? Ein Glas Wein, Bier oder Sekt, mit dem auf Ihr Leben angestoßen wird? Vielleicht gibt es ein Gericht, einen Ort oder sogar eine kleine Tradition, die Ihre Liebsten unmittelbar mit Ihnen verbinden.

Es muss kein klassischer „Leichenschmaus“ sein. Sie dürfen sich auch für diesen Teil des Tages etwas wünschen, das sich nach Ihnen und Ihrem Leben anfühlt.

Wie wünschen Sie sich das Beisammensein nach Ihrer Abschiedsfeier?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Gibt es etwas, das unbedingt auf den Tisch sollte? Ein Lieblingskuchen, ein Glas Sekt, das Lieblingsbier?

Gibt es etwas, was Ihre Liebsten an diesem Tag gemeinsam tun können? Spazieren gehen, auf Sie anstoßen, bestimmte Lieder hören, etwas Leckeress essen gehen, den Tag gemeinsam verbringen ...

Was wünschen Sie Ihren Liebsten für die Zeit nach Ihrem Abschied?





Für meine Liebsten

Vielleicht gibt es Worte, die Sie Ihrer Familie gerne mitgeben möchten. Etwas, das im Alltag viel zu selten gesagt wird, eine Erinnerung, über die Sie gemeinsam lachen können, ein Wunsch für die kommende Zeit oder einfach ein paar persönliche Zeilen.

Sie müssen hier keine großen letzten Worte finden. Manchmal reicht ein einfaches „Danke“, eine kleine Geschichte oder ein Satz, der Ihnen besonders am Herzen liegt. Vielleicht möchten Sie einem bestimmten Menschen etwas sagen oder sich mit ein paar Worten an alle wenden, die eines Tages Abschied von Ihnen nehmen.

Was möchten Sie Ihren Liebsten mitgeben? Wofür möchten Sie Danke sagen?
Was wünschen Sie ihnen für die Zeit, die vor ihnen liegt? Und gibt es etwas, an das sie sich erinnern sollen, wenn sie an Sie denken?

Die letzten Worte gehen an:

.....

.....

.....

.....

.....

Die letzten Worte gehen an:

.....

.....

.....

.....

.....

Die letzten Worte gehen an:

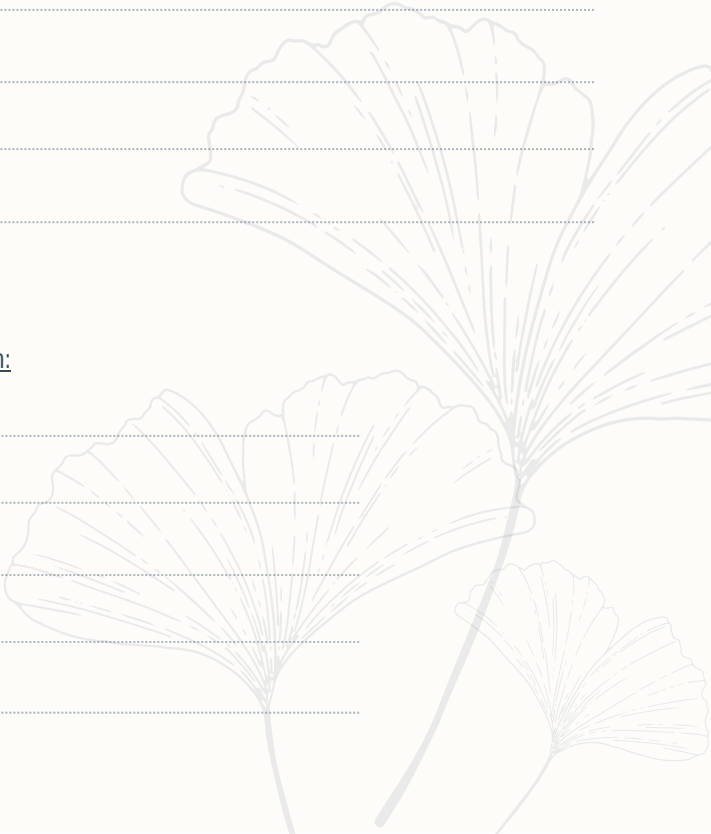
.....

.....

.....

.....

.....





Das Organisatorische

Nicht jede Entscheidung muss heute getroffen werden. Und manches möchten Sie vielleicht ganz bewusst Ihren Angehörigen überlassen. Einige Informationen können ihnen später jedoch viel Unsicherheit nehmen.

Vielleicht wissen Sie bereits, welche Bestattungsart Sie sich wünschen, wo Sie einmal beigesetzt werden möchten oder welcher Bestatter Ansprechpartner sein soll. Vielleicht haben Sie schon eine Bestattungsvorsorge getroffen oder wichtige Unterlagen an einem bestimmten Ort hinterlegt.

Halten Sie fest, was bereits geregelt ist, wer Ihre Wünsche kennt und wo Ihre Angehörigen wichtige Informationen finden können.

Welche Bestattungsart wünschen Sie sich?

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ Erdbestattung | ☐ Anonyme Beisetzung |
| ☐ Urnenbeisetzung | ☐ Diamantenbeisetzung |
| ☐ Waldbestattung | ☐ Andere: _____ |
| ☐ Baumbeseizung | ☐ Das habe ich noch nicht entschieden |
| ☐ Seebestattung | |

Gibt es bereits einen gewünschten Bestattungsort oder eine Grabstätte?

.....

.....

.....

Gibt es einen Bestatter, an den sich Ihre Angehörigen wenden sollen?

Name

Kontaktdaten

.....

Wer kennt Ihre Wünsche und soll im Todesfall einbezogen werden?

Name, Verhältnis

Kontaktdaten

.....

Haben Sie bereits eine Bestattungsvorsorge getroffen oder Wünsche an anderer Stelle hinterlegt?

Wenn ja: Wo finden Ihre Angehörigen die Unterlagen?

.....

.....



Notizen





Ein Abschied, der Ihre Handschrift trägt

Vielleicht haben Sie beim Ausfüllen dieses Heftchens schon sehr klare Vorstellungen entwickelt. Vielleicht haben Sie aber auch gemerkt, dass manche Fragen gar nicht so leicht zu beantworten sind oder dass aus einer ersten Idee plötzlich viele weitere Gedanken entstanden sind.

Ein Lied, das Sie schon Ihr ganzes Leben begleitet. Eine Geschichte, die unbedingt erzählt werden soll. Eine kleine Geste, die so typisch für Sie ist. Menschen, die an diesem Tag eine besondere Rolle spielen sollen. All diese einzelnen Gedanken können zu einem Abschied werden, der Ihre Persönlichkeit widerspiegelt und Ihren Angehörigen eines Tages die Sicherheit gibt: So hätte sie oder er es sich gewünscht.

Wenn Sie diesen Weg nicht allein gehen möchten, begleite ich Sie gerne dabei.

In einem persönlichen Gespräch nehmen wir uns Zeit für Ihre Wünsche, Erinnerungen und all die Dinge, die Ihnen wichtig sind. Gemeinsam überlegen wir, wie Ihre Abschiedsfeier aussehen könnte, welche Musik, Worte und Rituale zu Ihnen passen und wie aus Ihren einzelnen Ideen ein stimmiger, persönlicher Ablauf entstehen kann. Ihre Wünsche halten wir so fest, dass Ihre Angehörigen später darauf zurückgreifen können. Sie müssen dann nicht versuchen zu erraten, was Sie sich gewünscht hätten, sondern dürfen wissen, dass sie Ihren Abschied in Ihrem Sinne gestalten.

Und wenn Sie möchten, darf unsere gemeinsame Planung noch einen Schritt weitergehen: Wir können bereits heute die Grundlage für Ihre persönliche Trauerrede schaffen.

So können Sie selbst mitentscheiden, welche Geschichten einmal erzählt werden sollen, was Sie ausgemacht hat und welche Worte Sie Ihren Liebsten hinterlassen möchten.

Denn auch der eigene Abschied darf die eigene Handschrift tragen.

Von Herzen danke ich Ihnen, dass Sie sich die Zeit genommen haben, Ihre Gedanken, Erinnerungen und Wünsche in diesem Booklet festzuhalten.

Sich mit dem eigenen Abschied zu beschäftigen, ist etwas sehr Persönliches.

Vielleicht waren manche Antworten für Sie ganz klar, andere haben Erinnerungen geweckt oder neue Gedanken entstehen lassen.

Ich hoffe, dass Ihnen diese Seiten dabei geholfen haben, festzuhalten, was Ihnen wirklich wichtig ist.

Mit Ihren Wünschen schenken Sie auch Ihren Angehörigen etwas Wertvolles: Orientierung und die Sicherheit, eines Tages Entscheidungen in Ihrem Sinne treffen zu können. Gleichzeitig hinterlassen Sie mit Ihren Geschichten, Gedanken und persönlichen Grüßen ein kleines Stück von sich selbst.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie auf das, was Ihr Leben ausmacht, mit vielen schönen Erinnerungen zurückblicken können und Menschen an Ihrer Seite wissen, mit denen Sie diese teilen können.

Herzliche Grüße

Anke Elich





Anke Elich

Freie Trauerrednerin
aus Aachen

☎ 0157 34574565

✉ info@bluetenfeder.de

🌐 www.bluetenfeder.de

