

Att läsa om begravning

I Information om och kring dödsfall.

II Att dela sorg

III Att ta farväl

IV Blommor

V Begravningsavgiften

I Information om och kring dödsfall.

Kontakta anhöriga och vänner.

Det brukar vara naturligt att så snart som möjligt kontakta anhöriga och vänner och meddela vad som har hänt. Var samtidigt inte rädd för att be om hjälp och stöd. Det är en förmån att ha några som man brukar prata med och dela sorgen med. De flesta brukar också bli tacksamma om de kan bidra på något sätt, till exempel med så vardagliga saker som att handla mat.

Andra kontaktmöjligheter.

Om du inte har någon nära att prata med, behöver du för den skull inte vara helt ensam. Det finns människor som är beredda att stödja dig. Du kan till exempel kontakta sjukhusprästen, sjukhusets kurator, församlingsprästen eller distriktsläkaren. Telefonnummer till din församling och till jourhavande finns i telefonkatalogen. Det finns också olika stödföreningar som en kurator till exempel kan ge dig närmare information om.

Några saker som du kanske måste ordna snarast.

Det finns en del som du som närstående måste ta ansvar för. Det kan till exempel vara att ordna så att någon ser till en bostad som står tom, tömmer kylskåp och tar hand om husdjur. Misstänker du att det kan bli oenighet bland de anhöriga om till exempel bouppteckning, är det bra om en utomstående person finns med när du är i bostaden. Det är inte lämpligt att ta med sig någonting därifrån. Om den avlidne hade tillhörigheter på sjukhuset bör du hämta ut dem, om du inte redan har gjort det. Kontakta i så fall personalen på avdelningen.

Låt barn och ungdomar delta.

Vuxna vill ibland hålla barn och ungdomar utanför det som händer efter ett dödsfall. Det sker i all välmening, med vad barn behöver är stöd att klara det som hänt, inte skydd från det. Att förbereda det avsked som en begravning innebär betyder lika mycket för barn som vuxna. Ju äldre barnen är desto större behov har de i allmänhet att få vara med och påverka.

Frågor kring dödsfallet.

Att se den döde.

Det är ofta svårt att tänka sig att livet flytt från den som en gång var så levande. Ett sätt att bearbeta sorgen är att se och röra vid den döde, eftersom man då bekräftar för sig själv att det som hänt är sant. Därför kan det vara bra om alla som stod den avlidne nära får den möjligheten, även barn. Men ingen ska naturligtvis behöva se mot sin vilja. Ibland är det inte heller möjligt att ordna. För det mesta får man tillfälle att se den avlidne på sjukhusavdelningen, med det gå även att ordna senare med hjälp av begravningsbyrån. Ibland är det värdefullt att ta ett fotografi på den avlidne. Det låter kanske främmande, men ett foto kan ha stor betydelse senare.

Vad händer med den döde?

Oberoende av var en person avlider är det sjukhuset som ansvarar för att den döde görs i ordning och tas till ett bårhus. När dödsfallet sker i bostaden finns också möjligheten att låta den döde få ligga kvar i sin säng, efter samråd med läkare eller sköterska. Den begravningsbyrå du anlitar ser sedan till att den avlidna läggs i kista, kläs på och transporteras till ett gravkapell i avvaktan på begravningen (så kallad bisättning). Om de anhöriga önskar kan de vara med vid bisättningen. Man kan hålla en kort andakt vid kistan och kanske också se den döde.

Obduktion.

Om dödsorsaken inte är alldeles klar kan det bli frågan om obduktion. Du blir i så fall kontaktad av sjukhuspersonalen. Obduktion innebär att en läkare gör en närmare undersökning genom ett operativt ingrepp. Man kan bara neka obduktion i vissa fall. Läkaren är skyldig att ge mer information om detta.

Organdonation.

I Sverige betraktas en människa som död när all aktivitet i hjärnan upphört. Olika kroppsorgan och vävnader kan dock vara funktionsdugliga och donation kan därför komma ifråga enligt svensk transplantationslag. Om den avlidne inte har tagit ställning till donation under sin livstid är det de anhöriga som får avgöra. När det gäller den frågan finns det många bra argument både för och emot. Det är oftast bäst att följa sin spontana uppfattning.

Intyg om dödsorsak.

Om du som anhörig vill ha ett skriftligt besked om dödsorsaken kontaktar du läkaren.

Balsamering.

Om sjukhuspersonalen anser att kroppen måste balsameras kan det bero på dödsorsaken eller på att begravningen dröjer. Balsamering innebär att blodet ersätts med en formalinlösning.

Frågor kring begravningen.

Begravningen är en hjälp att bearbeta sorgen.

Ibland kan man tro att begravningen ska bli så påfrestande att man vill hålla den inom en mycket liten krets av anhöriga – en begravning i enskildhet. Det gäller kanske särskilt när barn har dött och när någon själv valt att ta sitt liv. Men när allt kommer omkring är det ändå skönt att ha vänner omkring sig som man kan dela sorgen med. Det är också viktigt att ge alla, som stod den döde nära, det tillfälle till avsked som begravningen innebär – släkt, vänner, skolkamrater, kollegor, grannar och så vidare. När barn har dött brukar det vara lämpligt att föräldrarna och eventuella syskon själva förbereder så mycket som möjligt inför begravningen. Erfarenheterna visar att man på så sätt får hjälp att bearbeta sorgen.

Innan du kontaktar begravningsbyrån.

På en begravningsbyrå finns människor som är vana och kunniga när det gäller att hantera allt det praktiska kring ett dödsfall. Deras uppgift är att visa vilka valmöjligheter som finns och att ordna det som du vill ha hjälp med. Ju mer du och dina närmaste kan engagera er, desto mer personligt utformad kan begravningen bli. Att delta i förberedelserna är också ett sätt att göra döden verklig. De frågor som tas upp nedanför brukar erfarenhetsmässigt vara de som har störst betydelse. Därför är det bra att tänka igenom dem innan besöket på byrån.

Den dödes önskemål om sin begravning.

Om den bortgångne har haft önskemål om hur hans eller hennes begravning skall vara, ska man enligt lag så långt som möjligt ta hänsyn till dessa. Ibland kan det innebära att tolka andemeningen i önskemålen, för att komma fram till ett arrangemang som både tar hänsyn till den avlidne och de anhöriga. Att en människa önskat sig en anspråkslös begravning, kan vara ett sätt att säga: "Jag vill inte vara till något besvär." Om de anhöriga då känner att de vill hedra den döde på ett annat sätt bör de kunna göra det. Om en sådan önskan å andra sidan är ett uttryck för den avlidnes livsstil och personlighet bör man naturligtvis tolka den bokstavligt.

Tillkännagivandet.

Dödsannonsen är det vanligaste sättet att tillkännage dödsfallet. Det är bra om du tänkt igenom vilka namn som ska vara med, om det ska vara en dikt, psalmvers eller liknande och om det finns en symbol som känns riktig. Sorgbrev och sorgkort är ett utmärkt alternativ eller komplement till dödsannonsen. Flaggning med flaggan på halv stång sker på dödsdagen, eller dagen efter, och på begravningsdagen. När begravningen är över på begravningsdagen hissas flaggan åter i topp. Flaggan ska först hissas i topp och omedelbart därefter halas ner till 2 / 3 av stångens höjd (på fasadstänger mitt på stången). Innan flaggan halas ska den först hissas i topp. Tacksägelse hålls i församlingens kyrka, i allmänhet första söndagen efter det att beskedet om dödsfallet kom. Många församlingar har också någon form av själarिंगning i direkt anslutning till dödsfallet.

Olika ceremonier.

Några formella krav på hur en begravning ska vara finns egentligen inte. Du har alltså ganska stora möjligheter att själv påverka utformningen.

- Begravning enligt svenska kyrkans ordning innebär att det finns en uppgjord ceremoni som du kan komplettera med till exempel extra sång och musik inom ramen för det kyrkliga.
- Begravning enligt annan trossamfunds ordning. I likhet med svenska kyrkan har andra trossamfund också speciella begravningsceremonier.
- Borgerlig begravning betyder att ceremonin är helt fri till sin form. Det innebär att du har full frihet när det gäller val av musik och sång, vad som ska sägas, vem som ska vara begravningsförrättare med mera.

Präst eller annan officiant.

Officianten eller begravningsförrättaren är ofta en präst från den avlidnes församling. Men även präster från andra församlingar eller frikyrkosamfund kan tjänstgöra. Vid borgerlig begravning kan en god vän eller släkting vara officiant. Man kan också anlita officianter som är utsedda av kommunen.

Var kan begravningen äga rum?

Begravningsceremonin kan hållas i kyrka, kapell, krematoriekapell, församlingslokal, vid graven eller i hemmet. Också i det här avseendet finns det ofta alternativ till traditioner eller gängse rutiner. Många vet inte att ceremonin kan vara i hemförsamlingens kyrka även om kremation ska ske.

Jordbegravning eller eldbegängelsebegravning.

Valet mellan jordbegravning och eldbegängelsebegravning påverkar både de fortsatta förberedelserna och tidpunkt för begravningen.

- Jordbegravning innebär att kistan med den avlidne gravsätts.
- Eldbegängelsebegravning innebär att kistan med den avlidne bränns (kremeras) och att askan därefter gravsätts.

Kistan.

Kistor och urnor finns i olika utföranden. Man kan också välja hur den avlidne ska vara klädd i kistan, antingen i hans eller hennes egna kläder eller i den långa, vita skjorta som hör till svepningen. Kanske vill man också lägga med något i kistan, till exempel en barnteckning, ett fotografi eller annan minnessak.

Gravplats.

Valet av jordbegravning eller eldbegängelse påverkar i sin tur valet av gravplats. När det redan finns en familjegrav eller annan gravplats ordnad, bör du ta med gravbrevet till begravningsbyrån. Det är ungefär som ett kvitto på gravrätten, utfärdat av församlingen. Valet av gravplats står annars mellan följande:

Gravsättning av kista.

- Jordgrav, för en eller flera kistor.
- Gravkammare, för en eller flera kistor.

Gravsättning efter eldbegängelse.

- Urngrav, för en eller flera urnor. Det finns också nästan alltid plats för urnor i gamla familjegravar, även om dessa ursprungligen är avsedda för kistor.
- Urnan i urnkammare och kolumbarium, speciella gravrum för urnor.
- Gräva ner/strö ut askan i minneslund.
- Strö askan över vatten eller naturmark (efter tillstånd av Länsstyrelsen).

Minneslundan är, i motsats till andra alternativ en anonym gemensamhetsgrav. Platsen där askan jordas markeras inte. I minneslundor finns det i stället en gemensam plats där man kan lägga blommor och tända ljus. Det är viktigt att tänka igenom vad detta innebär. Det kan betyda mer än man kanske tror att det finns en grav att gå till, både för anhöriga och för kommande generationer. Många väljer minneslund för att de vill ha en skötselfri grav, men minneslundan är inte den enda skötsel fria gravformen. Vid eldbegängelse kan man vänta upp till ett år innan man bestämmer sig för hur askan ska gravsättas.

Skötsel fria gravar.

Kolumbarium, minneslund och vissa gravkammare, är skötsel fria gravformer. Om man väljer att lägga igen en jordgrav med gräs sköts den som regel också av kyrkoförvaltningen utan kostnad. Skötseln av en familjegrav, som redan ses till av en anhörig, påverkas naturligtvis inte om man gravsätter ytterligare en kista eller urna i den.

Minnesstunden.

För många blir minnesstunden den viktigaste delen av begravningen. Då kanske spänningen har släppt lite och man får tillfälle att vara bland sina närmaste i ett lugnare sammanhang. Minnesstunden kan antingen ordnas i hemmet, i en hyrd serveringslokal eller församlingshemmet.

Sorgklädsel.

Hur man klär sig i samband med ett dödsfall och på begravningar beror dels på personliga synpunkter, dels på lokala seder. Rent allmänt kan man säga att vill du visa din sorg genom klädsel, gör det. Om inte annat så med sorgband. Vill du inte visa din sorg på det sättet, behöver du inte.

II Att dela sorg

När någon dör påverkar det inte bara de allra närmsta, utan också dig som har en relation till den avlidne eller den avlidnes familj. Det kan vara i egenskap av vän, arbetskamrat, släkting, granne eller vårdpersonal. När du är i den situationen uppstår förmodligen en rad frågor som rör såväl sorg och kontakten med de anhöriga och själva begravningen. Frågor som den här sidan försöker ge svar på. I vårt moderna samhälle är döden inte så nära inpå oss som den var förr. För den skull har det inte blivit mindre viktigt att ha kunskaper om hur man ska bete sig i samband med ett dödsfall, snarare tvärtom. Kunskaperna hjälper oss hantera en av de händelser i livet som vi varken kan eller ska tränga undan. Den här sidan innehåller också en del råd riktade till lärare och förskolelärare, som råkar ut för att ett barn, ett barns förälder eller annan anhörig dör.

Något om sorgen.

Själens läkeprocess.

Många uppfattar sorg som negativt och oönskat. Vi säger ofta felaktigt ”jag får beklaga sorgen”. Men det är egentligen orsaken till sorgen – dödsfallet – som är beklagligt och oönskat. Sorgen som följer är både viktig och nödvändig, en själens läkeprocess. Därför ska man varken försöka undvika sorgen eller bota den med mediciner. Sorgen påverkar oss alla olika, men för att beskriva den kan man göra en uppdelning i olika steg, som är mer eller mindre åtskiljda och tydliga. Direkt efter dödsbeskedet brukar den anhörige reagera med chock. Under ett kort ögonblick upp till några dygn håller man verkligheten ifrån sig, men kan utåt sett verka som vanligt. Chocken kan också yttra sig i aggressioner och överaktivitet. När chocken lagt sig något börjar den sörjande inse vad som skett. Han eller hon tänker ofta på den döde, känner kanske skuld känslor och försöker lägga över dom på andra, till exempel läkare och sjukhus. Efterhand börjar den sörjande att se framåt igen, blir mer utåtriktad och inställd på att leva vidare, samtidigt som han eller hon aldrig kommer att glömma det inträffade.

Din egen sorg.

Även om du inte hör till den avlidnes allra närmaste är det viktigt att du inser att också du har rätt att delta i sorgen. Tänk på att det är din relation till den döde som räknas. Om ditt förhållande till den dödes familj inte skulle vara det bästa, är det din rätt att sörja för den skull inte mindre. Eftersom sorgearbetet är just ett arbete, ingenting som händer av sig själv, behöver det tid och utrymme. Om en arbetskamrat dör kan det till exempel vara bra att ordna en minnesstund på arbetsplatsen. Det behöver inte vara mer än att ni tänder ljus och är tillsammans en stund. Om det känns riktigt kan ni bjuda in en präst eller diakonissa. Barn som förlorat en klasskamrat har också ett sorgearbete framför sig. Hur föräldrar och lärare kan hjälpa dem med detta tas upp längre ner på denna sida, i avsnitten barn och döden, i skolan och på dagis samt barn på begravning.

Före begravningen.

Budskapet om dödsfallet.

De efterlevande tillkännager i allmänhet dödsfallet genom en annons i ortens tidning. Det kan också ske genom att man skickar sorgkort till bekantskapskretsen. Förmodligen vet du vad som hänt redan innan beskedet finns i tidningen eftersom budskapet ofta sprids muntligen. Om du får beskedet direkt av de anhöriga kan det underlätta för om du erbjuder dig att sprida informationen vidare. Ibland händer det att arbetsgivaren som den döde arbetade för sätter in

en egen dödsannons. Ett bättre alternativ är att göra en minnestext, nekrolog, och lämna till tidningen. Dödsfallet behöver bara kungöras en gång, genom den annons familjen sätter in.

Själaringning, tacksägelse och andra kungörelser.

Själaringning är kyrkans sätt att genom klockringning kungöra ett dödsfall. Förr gjordes det så snart ett dödsfall blev känt. Numera har många församlingar själaringning en gång i veckan. På sina håll är den helt avskaffad. Dödsfall tillkännages även genom tacksägelse i den avlidnes hemförsamling, i allmänhet vid högmässogudstjänst söndagen efter det att dödsfallet blev känt, eller vid högmässogudstjänst söndagen efter begravningen. Prästen läser då från predikstolen upp den avlidnes namn. Efter bön ringer kyrkklockorna en kort stund. Lokaltidningar brukar också kungöra dödsfall genom att räkna upp namnen på dem som avlidit i en särskild spalt på familjesidorna.

Hör av dig så snart du kan.

Efter ett dödsfall blir det många gånger ett tomrum kring de anhöriga. Släktingar och vänner drar sig av olika anledningar för att ta kontakt. Det är tyst i telefonen. Ingen kommer på besök. Detta är för det mesta inget som den som sörjer önskar eftersom han eller hon har ett behov av stöd från andra människor. Försök därför höra av dig så snart som möjligt. Det är visserligen aldrig för sent, men det blir bara svårare ju längre du väntar. Har du hört av dig en eller flera gånger före begravningen, kommer det också att kännas mindre svårt att träffa de anhöriga på begravningsdagen.

Vad ska du säga?

En anledning till att det är svårt att ta kontakt är kanske att du inte riktigt vet vad du ska säga. Men det behöver inte vara så komplicerat. Säg att du hörde vad som hänt och fråga hur det är. Resten brukar ge sig eftersom den som sörjer ofta har ett stort behov av att få prata. Skulle det inte bli så mycket sagt gör det inget. Att vara tysta tillsammans är också ett sätt att umgås. Upprätthåll sedan kontakten. De närmaste behöver någon att prata med även i fortsättningen. Många har ett behov av att gå igenom det som hänt om och om igen. Till slut tycker du kanske att det blir tjatigt. Försök stå ut med det. Det betyder mycket att det finns någon som lyssnar.

Vad kan du göra?

Den som sörjer orkar mindre än vanligt så det är ofta ett stort stöd att få hjälp med vardagliga sysslor. Det kan till exempel vara att städa, tvätta, klippa gräset, köra barnen till dagis, handla mat eller att komma över med en färdiglagad middag. Du kan också engagera dig i begravningen, till exempel genom att vara bärare eller förbereda och hjälpa till på minnesstunden. Som arbetskamrat kan du göra en insats genom att samla ihop den dödes tillhörigheter på arbetsplatsen och lämna över dem till familjen vid lämpligt tillfälle. Tänk på att det är du som måste ta initiativet till att göra något. Som anhörig drar man sig för att utnyttja allmänna erbjudanden som ”hör av dig om det är något jag kan göra”. Ditt stöd är naturligtvis extra viktigt om den sörjande inte har någon som står honom eller henne riktigt nära. Är du med vid dödsfallet, eller får besked om händelsen tidigt, bör du se till att den efterlevande har sällskap den första tiden. Om du inte själv har möjlighet kan du kanske ordna så att en granne eller någon annan är hos den efterlevande eller regelbundet ser till honom eller henne.

När förhållandet till de anhöriga är spänt.

Ibland kan ett spänt förhållande till de anhöriga, orsakade av skilsmässor eller annat, göra det svårt att delta i sorgen. Du kanske skulle vilja se den döde en sista gång och inte får möjlighet

till det. Kanske känner du också att du inte är välkommen på begravningen. Om du tror att sådana problem kan uppstå, kan du kontakta den begravningsbyrå som är anlitad för begravningen. Där kan man som neutral part, hjälpa dig med kontakten med de anhöriga.

Kondoleans.

Att betyga sitt deltagande i sorgen kallas mer formellt för kondoleans. Vanligtvis kondolerar man så snart man fått kännedom om sorgen. Att ringa är ett sätt, men samtidigt är det bra om du gör ditt deltagande synligt genom blommor, ett brev eller kort. På så sätt blir de anhöriga även senare påminnda om att du tänker på dem. Det finns många sätt att skriva ett kondoleanskort eller brev, antingen det ska vara korrekt eller vardagligt. Oftast fungerar det vardagliga bra och kan till exempel uttryckas så här ”jag blev så ledsen när jag hörde vad som hade hänt. Jag tänker på er. Hälsningar ...”. Det bästa är om du kan överrätta hälsningen själv, men det är förstås inte alltid möjligt med tanke på avstånd eller annat.

Barn och döden.

Vuxna vill ibland hålla barn och ungdomar utanför det som händer efter ett dödsfall. Det sker i all välmening, med vad barn behöver är stöd att klara det som hänt, inte skydd från det. De måste precis som vuxna till-låtas att sörja. När du ska berätta för ett barn att någon har dött är det viktigt att du ger dig tid att sitta ner med barnet. Det är först i tonåren som ungdomar till fullo inser vad ett abstrakt begrepp som döden innebär. Tänk därför på att noga beskriva vad som har hänt. Acceptera att barnet visar sin sorg på olika sätt och var inte rädd för att visa din egen sorg. Ett barns första upplevelse av det här slaget betyder naturligtvis väldigt mycket. Om det får delta på sina villkor, minskar risken för att barnet ska uppfatta döden och begravningar som något hemskt, något man ska vara rädd för.

I skolan och på dagis.

Om ett barn i klassen dör är det bra om du som lärare gör något för att hjälpa kamraterna med deras sorg och frågor. Ni kan till exempel tända ett ljus och ha en minnesstund för den avlidne. Ni kan öva in en sång och sjunga den på begravningen eller minnesstunden, förutsatt att föräldrarna ger sitt medgivande. Ytterligare ett sätt är att barnen får göra teckningar till den döde kamratens föräldrar. Ett barn som förlorat en förälder, ett syskon eller annan närstående person mår naturligtvis också bra av att känna stöd och förståelse från lärare och klasskamrater. Många lärare vänder sig i sådana här situationer till en begravningsbyrå och ber den komma och berätta vad som händer efter ett dödsfall och hur en begravning går till. Barn som förlorat en klasskamrat kan få hjälp att bearbeta sin sorg om de får se den döde. Begravningsbyrån ordnar detta, förutsatt att de anhöriga ger sitt godkännande.

Flaggning.

I första hand är det sorgehus som flaggar, men det kan vara ett sätt att visa sin sorg även för andra som stod den döde nära. Man kan naturligtvis också flagga på den avlidnes arbetsplats. Flaggan hissas på halv stång vid två tillfällen: på dödsdagen, eller dagen efter, och på begravningsdagen. När begravningen är över på begravningsdagen, hissas flaggan åter i topp. När man flaggar på halv stång ska flaggan först hissas i topp och sedan halas ner till 2/3 av stångens höjd. På fasadstänger ska flaggan däremot befinna sig mitt på stången. Innan flaggan halas ska den först hissas i topp.

Blommor och kransar.

Blommor och kransar till begravningen beställer du av en blomsterhandlare eller begravningsbyrå, helst den som är anlitad för begravningen. Det ska göras i god tid, några dagar före begravningen. Det är möjligt för flera personer, till exempel arbetskamraterna eller

grannar, att gå ihop om en krans eller bukett. Blomsterhandlaren skickar blommorna till begravningen och behöver alltså få veta var och när den äger rum. Tänk på att tillgång och priser på blommor varierar med säsong. Därför får du ofta mer för pengarna om du låter blomsterhandlaren göra kransen eller buketter med valfria blommor. Kransar och buketter från släkt och vänner, företag och föreningar brukar förses med ett kort eller dekorationsband med text. Banden finns i flera och texten kan till exempel vara ”Vi saknar dig”, ”Ditt minne lever”, ”Tack för god vänskap”. Är du osäker på formuleringen kan du få hjälp av begravningsbyrån. Alla som kommer på begravningen, män, kvinnor och barn, brukar också ha en liten handbukett som läggs vid kistan eller i graven. Beroende på säsong kan det vara blommor som du köpt eller plockat själv.

Minnesgåvor.

I dödsannonsen hänvisar de anhöriga ibland till välgörande ändamål som Cancerfonden, Hjärt – lungfonden, Lutherhjälpen. Det innebär att du kan hedra den döde genom att skicka pengar till detta ändamål. Det förekommer också att man samlar in pengar till välgörande ändamål på minnesstunden efter begravningen. Som bevis för gåvan skickar fonden ifråga en minnesadress till sorgehuset, där det står vem eller vilka som har skänkt pengar. Om det är möjligt är det bättre att flera personer går ihop och lämnar en större summa än att alla skickar in pengar var för sig. På så sätt minskar fondens utgifter för minnesadress, porto, hantering med mera. Om den begravningsbyrå som är anlitad för begravningen förmedlar minnesgåvor är det en fördel om du går till den med ditt bidrag. Det minskar också fondens kostnader. Om de anhöriga inte uttrycker några önskemål om pengar till välgörande ändamål, är det mindre lämpligt att du skänker pengar till en fond som ligger dig själv nära.

Hur förbereds begravningen?

Någon dag efter dödsfallet har de anhöriga kontaktat en begravningsbyrå, som hjälper dem med de praktiska arrangemangen. Den avlidne har gjorts iordning, lagts i kista och flyttas från platsen för dödsfallet till ett gravkapell eller en kyrka i avvaktan på begravningen. Detta kallas för bisättning. I samband med bisättningen är det vanligt att de anhöriga ser den döde, eventuellt i samband med en kort andakt. Innan begravningen har de anhöriga också haft kontakt med den person som ska förrätta begravningen, officianten, antingen det är en präst, borgerlig begravningsförrättare eller någon annan.

Begravningen.

Begravning i enskildhet.

Som regel bör du alltid försöka gå på begravningar, även när du är avlägsen släkting eller vän till den avlidne, eller den avlidnes familj. Det betyder ändå mycket för familjen att du kommer. Det händer dock att de anhöriga vill hålla begravningen inom en liten krets av de allra närmaste. Ibland kommer dödsannonsen då efter begravningen, med tillägget ”begravningen har ägt rum”. Det här kan vara ett försök att göra en ansträngande situation lite mindre påfrestande. Om det samtidigt innebär att man utestängt personer som hade velat gå på begravningen, är det naturligtvis olyckligt. Om budskapet i dödsannonsen i stället är ”begravningen äger rum i enskildhet” (ibland används uttrycket stillhet), är detta inte lika definitivt som ovan. Även om önskemålet naturligtvis ska respekteras, är det inte alltid bokstavigt tänkt, utan kanske mera uttryck för sinnesstämning. Vill du gå på begravningen bör du därför kontakta de anhöriga och höra dig för.

Begravningsgästernas klädsel.

Hur formellt man behöver klä sig på begravningar varierar, precis som vid alla högtider. Men

även när det inte finns några uttalade krav på klädsel, kan det kännas bra bemöda dig lite. Det är dels ett sätt att förbereda sig själv inför begravningen, dels ett sätt att visa sitt deltagande. För kvinnor kan det innebära mörka kläder och en vit scarf, för män mörka kläder och en vit slips. Tänk samtidigt på att det alltid är bättre att gå på begravningen, än att avstå för att du inte har "rätt" kläder.

Formella klädsel.

Frack är sedan gammalt den mest korrekta klädseln för män. Därefter följer svart och mörkblå kostym, vilket är vanligast idag. Vit slips är alltid korrekt. Om man inte hör till de allra närmaste kan man också ha svart slips. Som ytterplagg bär man svart rock, vit halsduk och svarta handskar. Formell klädsel för kvinnor kan bestå av svart dräkt eller klänning, svarta stumpor, svart hatt, eventuellt med sorgflor, samt svart sjal alternativt vit halsduk eller vit scarf till svart kapp.

Valfri klädsel.

Ibland anges "valfri klädsel" i dödsannonsen. Det betyder att det inte finns några krav på sorgklädsel. Om "ljus klädsel" används är innebörden inte lika självklar eftersom det kan betyda antingen valfri klädsel eller bokstavligen ljus klädsel. För att vara säker på vad som menas kan du höra dig för hos de anhöriga eller begravningsbyrån.

Lokala seder.

Bruket av sorgkläder vid begravningar varierar också lokalt i landet. Och även om det inte står något om klädsel i dödsannonsen bör du tänka på vilka förväntningar på klädsel som de anhöriga kan ha.

Barnens kläder.

Barnen kan ha sina finkläder.

När ska man komma till begravningen?

Som begravningsgäst är det lämpligt att du kommer cirka 15minuter innan begravningen ska börja, så du hinner hälsa på de gäster och anhöriga som redan är på plats. (På stora begravningar förväntar man sig inte att du ska hinna hälsa på alla.) Om de närmast anhöriga inte står och tar emot gästerna, är de antingen redan på plats i kyrkan/kapellet eller också har de valt att komma sist av alla. Gästerna kan gå in tillsammans eller vartefter de kommer. Begravningsentreprenören, eller den som annars är värd, hjälper till så det inte blir några oklarheter.

Placering i kyrka/kapell.

Vid kyrkliga begravningar sitter anhöriga och släktingar i regel på en sida, oftast den högra. Övriga gäster sitter på motsatt sida. Avsteg från den här regeln förekommer beroende på hur många det är i varje grupp och på lokala traditioner. Begravningsentreprenören diskuterar i förväg placeringen med de anhöriga och hjälper gästerna tillrätta i kyrkan.

Kyrklig begravning.

Svenska kyrkans begravningsritual är relativt tolerant och tillåter en del variationer. Samtidigt måste man acceptera att det inte går att göra vilka ändringar och tillägg som helst, eftersom det är en av kyrkan fastställd ritual. Det är prästen som väljer psalmer tillsammans med de anhöriga. Övrig musik ska vara kyrkligt värdig, något som avgörs av prästen och kyrkomusikern. Bedömningen kan variera från person till person, vilket innebär att det som får spelas i en kyrka kanske inte tillåts i en annan. För att bidra till stämningen i kyrkan är det

bra om du sjunger med i psalmerna, antingen du har en bra eller mindre bra sångröst. Det centrala i begravningsakten är när prästen kommer till orden "I Guds, den barmhärtiges namn, överlämnar vi stoftet av N.N. till gravens vila". Församlingen står upp och prästen viger stoftet till den sista vilan med tre skovlar mull eller genom att göra korstecknet över kistan. Församlingen står också upp när de anhöriga kommer och lämnar kyrkan. Begravningsbyråns representant, prästen eller kyrkvärden hjälper till genom att ge tecken, till exempel när man ska resa sig upp. Ibland finns också ett programkort som beskriver begravningsaktens innehåll. Den kyrkliga begravningsritualen finns även beskriven i psalmboken.

Andra trossamfunds begravningsritualer.

I Sverige finns en rad kristna samfund vid sidan av svenska kyrkan, som romersk katolska, grekisk ortodoxa samt olika frikyrkor. Även andra religioner som judendom och islam förekommer. Varje samfund har sin speciella begravningsritual. Tänker du gå på en sådan begravning och i förväg vill veta vad det innebär kan du få information av begravningsbyrån.

Borgerlig begravning.

Borgerlig begravning är samlingsbegreppet för begravningar som sker utan någon speciell religiös ordning. Det finns inga formella krav för hur en sådan ska utformas. De anhöriga kan därför fritt välja lokal, begravningsförrättare, musik och sång.

Prästens kläder.

En begravning står, enligt kristen åskådning, inte enbart för sorg. Prästen är därför i allmänhet klädd i vitt, kanske med en smärre svart markering.

Följande klädesdräkter förekommer:

Röcklin. En veckad, vit mässkjorta med vida ärmar, komplettera med ett vitt eller svart band, stolan, som hänger ner från axlarna.

Alba. Vit mässkjorta med smalare skärning än röcklinet. Det svarta eller vita bandet, stolan, bärs korslagt över bröstet.

Prästkappa. En svart plisserad kapp som bärs över den prästliga ämbetsdräkten kaftanen. Prästkappan används numera relativt sällan.

Fanor/fanbärare.

Fackföreningar och andra organisationer kan hedra en avliden medlem genom en eller flera fanbärare bär organisationens egen florbeklädd fana på begravningen. Den svenska flaggan får också användas, men inte florbeklädd. Det är förbehållet kungliga begravningar.

Fanbäraren höjer fanan vid samma tillfällen som församlingen står upp, samt när fanbärarens organisation går fram till kistan för en sista hälsning. Ett annat sätt att hedra den döde är att exempelvis arbetskamrater eller skolkamrater står i parad framme vid kistan.

Defilering.

I slutet av begravningsritualen går begravningsgästerna fram till kistan för att ta avsked av den döde. Det kallas defilering och sker antingen inne i kyrkan/kapellet eller vid graven. Defileringen anvisas av begravningsbyråns representant. De närmast anhöriga går fram först. Familjer går fram tillsammans. Större sällskap kan göra likadant, men det är bäst att prata med byråns representant innan, så gruppen vet hur den ska placera sig runt kistan. Ett sista farväl tas vid kistan/huvud – eller fotände (om det inte är en större grupp) med bugning eller nigning och man lägger sin handbukett på kistan eller i graven. Som en artighetsbetydelse kan

man sedan vända sig mot de anhöriga och buga eller niga. När blommorna läggs på kistan bör man undvika att bygga upp högar som kan rasa. Om du ser att högen börjar bli för stor kan du börja på en ny eller lägga din bukett bredvid kistan. Om den avlidnes närmaste står kvar vid kistan eller gravnen under defileringen kan det hända att någon går fram och kramar henne eller honom för att visa sitt deltagande. Det innebär inte att alla andra måste göra likadant, något som skulle kunna bli ganska påfrestande. Det kan vara lika bra att gå fram till de närmaste efteråt, utanför kyrkan eller på minnesstunden.

Barn på begravningar.

Begravningen betyder minst lika mycket för barnens sorgearbete som för vuxnas, eftersom det hjälper till att bekräfta att det som skett är verkligt. Detta gäller i regel även små barn, från två – till treårsåldern. Ett barn ska naturligtvis inte tvingas, men man ska inte heller godta ett nej utan vidare. Tänk på att begravningen är en ovanlig upplevelse för ett barn. Därför måste du förbereda barnet på vad som kommer att hända. Försök beskriva hur vuxna reagerar på begravningar och hur barnet själv kan känna sig. Berätta hur det ser ut i kyrkan och hur stämningen kommer vara. Ett gott råd är också att komma i god tid till begravningen. Då kan begravningsbyråns representant ordna så barnet i förväg kan komma in och bekanta sig med hur det ser ut i kyrkan. Det bör finnas en vuxen vid barnets sida under hela begravningen. Om du som förälder känner att begravningen blir påfrestande för dig, kan det vara bra om det också finns en annan vuxen vid barnets sida, som kan hjälpa till om barnets exempelvis behöver gå ut eller blir otåligt.

Tal på begravningar.

Tal på begravningar brukar ha lite olika karaktär, beroende på om de hålls i samband med begravningsritualen eller på minnesstunden. De som hålles på begravningen brukar vara riktade till den döde och ha mer officiell prägel. Tal på minnesstunden kan vara ganska fria till sin form och handla om den döde – små vardagsberättelser om hans eller hennes personlighet och intressen. Vill du hålla tal på begravningen ska du alltid först höra dig för med de anhöriga eller begravningsbyrån. Om det är ett så kallat tyst avsked, innebär det att begravningsakten sker utan tal. Med tanke på stundens allvar är det en god idé att vara ordentligt förberedd. Det är inte fel att läsa från manuskript, eller att åtminstone ha det till hands. Det skrivna talet kan du sedan lämna till de anhöriga som ett minne.

Fotografering.

Förutsatt att de anhöriga inte har något emot det, finns det ingenting som hindrar att du fotografering eller filmar på begravningen. Man brukar till och med rekommendera att någon gör så att det finns bilder som ett minne. Du bör dock undvika att fotografera under själva begravningsakten. Rådgör för säkerhets skull med begravningsbyråns representant.

Minnesstund.

Direkt efter begravningen samlas gästerna i allmänhet till en minnesstund i hemmet, ett församlingshem eller annan lokal. Inbjudan kan ske på olika sätt: via dödsannonsen, brev eller muntlig inbjudan. Ibland sker inbjudan också vid själva begravningen. Minnesstunden är en social viktig del av begravningen. Samtidigt som spänningen släpper lite har man ett behov att få smälta sina intryck tillsammans med människor som befinner sig i samma sinnestillstånd. Blir du inbjuden till minnesstunden bör du försöka gå på den. En begravningen tar på krafterna och det brukar inte vara någon god idé att jakta tillbaka till jobbet eller andra vardagssysslor. Ta hellre ledigt resten av dagen. En minnesstund är en högtidsfest, även om den naturligtvis präglas av situationen. Försök därför vara så social som möjligt och bidra till att det blir en god stämning och gemenskap. Har du fått till uppgift att hjälpa till på

minnesstunden är det förstås extra viktigt att du anstränger dig för att alla ska finna sig väl tillrätta.

Efter begravningen.

Uppmuntra kontakter.

För de anhöriga brukar den svåraste tiden komma efter begravningen. Innan har de ofta en mängd praktiska saker som ska ordnas. Efteråt känns det bara tomt. Många upplever också att kontaktlösheten ökar, ofta beroende på missriktad hänsyn från släkt och vänner. Fortsätt alltså att höra av dig. Motverka en social isolering genom att uppmuntra och ta initiativ till att den anhörige umgås med sina bekanta. Han eller hon kommer förmodligen att tycka det är svårt i början, men ju längre man är borta från bekantskapskretsen desto svårare blir det att komma tillbaka. I tron att man inte ska riva upp de anhörigas sorg slutar många tidigt att prata om den döde och att nämna hans eller hennes namn. Det förvärrar i regel bara situationen. De anhöriga har starkt minne av den avlidne långt efter begravningen. Om ingen annan pratar om personen är det som om hon eller han aldrig hade funnits. Den kontaktlöshet som vuxna kan uppleva efter en begravning drabbar också barn och ungdomar som har förlorat en förälder eller ett syskon. Om dina barn har vänner i den situationen bör du alltså uppmuntra dem att umgås som vanligt.

Hjälp till praktiskt.

Försök komma ihåg årsdagar efter dödsfallet, begravningen och den avlidnes födelsedag. Särskilt äldre människor brukar betrakta de dagarna som speciellt betydelsefulla. Ett bra stöd kan vara att du erbjuder dig att följa med och lägga en blomma på gravstenen. Tänk på att helger och framför allt långhelger, som jul och påsk, brukar vara särskilt påfrestande. Många har också behov av praktisk hjälp, framför allt med sådant som den avlidne skötte tidigare. Det kan vara allt från att byta däck på bilen och stänga av vattnet i sommarstugan till att visa hur man tvättar.

Ta del av begravningsbyråns kunskaper.

På de begravningsbyråerna finns omfattande kunskaper om sorg och begravningar, som du är välkommen att ta del av. Det kan till exempel vara frågor om barn och begravning, olika trossamfunds begravningsritualer, möjligheten att se den döde, klädsel på begravningar, kondoleans, blommor och fonder. Begravningsbyrån kan också komma till skolor, arbetsplatser och föreningar och berätta om hur en begravning går till.

III Att ta farväl

Det går inte att förutse hur man ska reagera den dag man mister en nära anhörig eller vän. Döden ställer oss inför en rad frågor och problem, inför sorg och saknad, kanske inför funderingar på livets mening. Det är en händelse i livet som måste få tid och uppmärksamhet. Även om mycket av det vi upplever är personligt så behöver du inte hantera allt på egen hand. Det finns kunskaper och erfarenheter som kan hjälpa dig bearbeta sorgen och bidra till att en begravning blir en högtid att minnas. En del kunskaper finns samlade på den här sidan. Har du redan varit i kontakt med en präst känner du säkert igen en del. Det du framför allt bör veta är att du alltid kan vända dig till den präst som ska leda begravningsgudstjänsten, när det är något du undrar över eller när sorgen känns svår. Om du beskriver dig själv som tvivlande eller helt övertygad kristen har i det fallet mindre betydelse. Prästen har en själasörjande uppgift för alla i sin församling och är van att möta människor utifrån deras erfarenheter, tankar och problem.

Begravningen ger trygghet och gemenskap.

I både svåra och lättsamma situationer omger vi oss med riter. Många har funnits i generationer. Andra är relativt nya, som att lägga blommor och tända ljus på en olycksplats där någon har avlidit. Riterna fyller grundläggande mänskliga behov av trygghet och samhörighet. Det är en anledning till att de blir särskilt viktiga när någon dött, en situation som kanske är svår att fullt ut att förstå. Syftet med begravningsritualen är att genom en kristen gudstjänst ta avsked av den avlidne. Samtidigt hjälper begravningen de anhöriga att minnas och bearbeta det som hänt. Till begravningen räknar man också bisättningen, gravsättningen och minnesstunden, vilka beskrivs närmare längre ner på sidan. Varje del av begravningen bör ägnas omsorg och tid både av hänsyn till den döde och dem som sörjer. Som anhörig mår man ofta bra av att följa den avlidne genom så många steg som möjligt på vägen till graven.

Ge sorgen utlopp.

Tanken på begravningen och allt omkring den kan många gånger vara så påfrestande att man helst vill få allt avklarat så snabbt och enkelt som möjligt. Samtidigt säger den erfarenhet som finns kring sorgearbetet att det många gånger är bättre att sorgen får utlopp i det sammanhang som begravningen utgör, än att man försöker hålla tillbaka den. Därför bör man inte heller dämpa sorgen med lugnande tabletter, annat än i undantagsfall. Det går naturligtvis inte att ge råd i det sammanhanget som passar alla människor. Du måste själv avgöra vad som känns rätt och vad du orkar med just nu. Men det finns några saker som man kan peka på: Av dem som i samband med bisättningen tvekat att se den döde i kistan men ändå gjort det, är det få som senare ångrar detta. Bland dem som avstått från att se finns det däremot många som efteråt ångrar sig. Att inte följa med kistan till graven vid jordbegravning utan istället ta ett sista avsked i kyrkan är också en form av förenkling som man i regel bör försöka undvika. Ett viktigt råd är att du tänker igenom och förbereder de svåra momenten i begravningen, gärna genom att prata om dem med någon på församlingen eller begravningsbyrån.

Prästen ger tröst och stöd.

Inför begravningen gör prästen ett hembesök hos de närmast anhöriga. Det går även bra att träffas på annan plats om man hellre vill det. Syftet med mötet är att ge stöd i sorgen och förbereda begravningen. Prästen går igenom vad som händer i kyrkan eller kapellet, man väljer psalmer och pratar om den döde för att prästen ska förstå de anhörigas situation bättre. Prästen kan även ha enskilda samtal med anhöriga för att ge stöd i sorgen. Han eller hon kan också hjälpa ett barn förstå vad döden och begravningen innebär. Du är alltid välkommen att kontakta prästen om det är något du undrar över. Vill du diskutera ändringar av det ni kommit överens om går det också bra. Besluten är inte låsta. Med en präst kan du prata om vad som helst, familjeproblem, sömnsvårigheter eller till synes triviala, vardagliga problem. Präster har tystnadsplikt enligt lag när det gäller enskilda samtal.

Den dödes önskemål.

Om den avlidne haft önskemål om sin begravning, skrivna eller oskrivna, ska man enligt lag så långt som möjligt ta hänsyn till dessa när det gäller frågor som rör kremering och gravsättning. I övrigt kan det hända att man måste försöka tolka andemeningen i önskemålen, för att komma fram till ett arrangemang som tar hänsyn till både den avlidne och de efterlevande. Det händer till exempel att äldre människor underskattar sin egen betydelse och säger saker som de inte riktigt menar, utifrån inställning ”jag ska inte vara till besvär”. Skulle det vara så att den avlidne hade önskemål som du känner gör situationen svårare för dig, eller om du vet att den döde egentligen bara ville underlätta, bör du känna dig fri att ordna

begravningen som du vill. Om de anhöriga tvistar om något som rör kremering och gravsättning har man laglig rätt att vända sig till församlingen för att få hjälp med medling.

Bisättningen.

Att flytta den avlidne från bårhus till gravkapell eller kyrka i avvaktan på begravningen kallas för bisättning. I samband med bisättningen kläs den döde på och läggs i kistan. De anhöriga kan vara med under hela eller delar av bisättningen. Man kan även ha en andakt. Denna finns beskriven i psalmboken. Prästen kan också delta och leda andakten. Vid bisättningen har du möjlighet att se den döde i kistan, så du kan förvissa dig om att allt är i sin ordning. Kanske också lägga med en minnessak eller ett brev med något som aldrig blev sagt. Du behöver naturligtvis inte se den döde om du inte vill. Vill några av de anhöriga, och inte andra, gå det också att ordna

Själaringning och tacksägelse.

Förr i tiden tillkännagavs ett dödsfall genom att man samma dag ringde i kyrkklockorna, så kallad själaringning. Detta förekommer även idag, men många församlingar har numera en gemensam själaringning en gång i veckan, om någon eller några har dött i församlingen. På sina håll har man helt avskaffat själaringning. Tacksägelse är en offentlig kungörelse av dödsfallet. Prästen läser upp den avlidnes namn och ber en kort bön. Tacksägelsen omfattar de avlidne som tillhört Svenska kyrkan. Att som anhörig vara med vid tacksägelsen kan kännas värdefullt på flera sätt. Om man inte har andra önskemål hålls tacksägelsen i den avlidnes hemförsamling, i allmänhet vid gudstjänsten söndagen efter det att dödsfallet blev känt eller vid gudstjänsten söndagen efter begravningen. Du får besked om tidpunkt av prästen eller pastorsexpeditionen.

Var kan begravningen äga rum?

En kyrklig begravningsgudstjänst hålls i regel i kyrka, kapell eller krematoriekapell. För många är hemförsamlingens kyrka det naturliga valet även om kremation ska ske. Om kyrkan känns för stor med tanke på det förväntade antalet deltagare går det ofta att avgränsa lokalen på olika sätt. Man kan till exempel placera stolar nära kistan om det finns utrymme för det.

Besök gärna kyrkan i förväg.

Även om du tidigare varit i kyrkan eller kapellet där begravningen ska hållas, är det bra om du kan göra ett besök där i förväg så du får tid att sätta dig in i den speciella situationen. Begravningsgudstjänsten innebär att du får möjlighet att uttrycka din sorg tillsammans med andra människor och hämta styrka i kyrkans tro. Samtidigt är det inte meningen att begravningen ska vara så påfrestande att den blir en obehaglig upplevelse. Speciellt som närmast anhörig kan det därför vara viktigt att du förbereder dig så att alla intryck inte kommer samtidigt. Du kan dessutom komma i god tid före begravningen så du kan gå in och bekanta dig med kyrkorummet, vänja dig vid att kistan står där, kontrollera att allt är i sin ordning, att dina blommor är på plats, samt förvissa dig om var du ska sitta. Om det är flera begravingar i följd kan tiden för det här besöket tyvärr bli kort. Men även om du bara får några minuter kommer de att göra att situationen känns lite tryggare.

Placering i kyrkan.

I regel sitter anhöriga och släkt på samma sida i kyrkan, oftast den högra. Övriga gäster sitter på motsatt sida. Avsteg från den här regeln förekommer beroende på hur många det är som deltar och på lokala traditioner. När gästerna anländer till kyrkan kan de närmast anhöriga stå och ta emot dem. Man kan också avstå från detta och vara på plats i kyrkan redan när gästerna anländer. Ännu ett alternativ är att komma sist av alla och gå in i kyrkan när alla har satt sig. I

sådana fall reser sig församlingen upp i bänkarna när de anhöriga går fram till sina platser. Det är bra att diskutera placeringen i förväg, med prästen eller begravningsbyrån, så det inte blir några missförstånd.

Svenska kyrkans begravningsgudstjänst.

Här följer en beskrivningen av svenska kyrkans begravningsgudstjänst vid jordbegravning respektive eldbegängelsebegravning. Begravningsgudstjänsten är en allmän gudstjänst, vilket innebär att vem som helst får närvara. Det finns dock en outtalad regel som innebär att man inte går till en begravningsgudstjänst om man inte hade en anknytning till den som ska begravas. Ritualen ger utrymme för vissa variationer. Samtidigt bör du ha förståelse för att det inte går att göra vilka ändringar som helst, eftersom du valt en begravning i Svenska kyrkan och därmed en fastställd gudstjänstordning. Punkterna med vanlig stil är sådana som inte är obligatoriska. Du bestämmer själv tillsammans med prästen om dessa ska vara med.

Begravningsgudstjänst.

1. Klockringning
2. Ingångsmusik
3. Extra sång/musik om så önskas.
4. Psalmsång
5. Griftetal
6. Bön
7. Överlåtelsen (församlingen står upp.) inleds med orden ”i guds, den barmhärtiges namn överlämnar vi stoftet av NN till gravens vila” eller ”gud, vår fader, vi överlämnar NN i dina händer”, varefter prästen överlämnar stoftet till den sista vilan med tre skovlar mull eller korstecknet.
8. Bibelläsning
9. Psalmsång
10. Begravningsbön, Herrens bön. Avslutning vid jordbegravning.
11. Välsignelsen.
12. Psalmsång.
13. Extra sång/musik om så önskas.
14. Kistan bärs ut under orgelmusik och möts av klockringning. De församlade följer efter kistan till graven. Närmast anhöriga går närmast efter kistan.
15. Kistan sänks i graven.
16. Avskedstagande sker vid graven. De församlade går fram till graven och lägger ner sina handbuketter. Eventuella tal hålls.
17. Slutbön. Prästen går fram till kistan och ber en kort bön. Läser eller sjunger en psalm.
18. De anhöriga lämnar graven och övriga följer dem.
19. Klockringning.

Avslutning vid eldbegängelsebegravning. (används även när kistan ska gravsättas på annan ort.)

11. Psalmsång
12. Avskedstagande sker i kyrkan. De församlade går fram till kistan och lägger sina handbuketter på eller vid denna, varefter de återtar sina platser. Eventuella tal hålls.
13. Slutbön. Prästen går fram till kistan och ber en kort bön. Läser eller sjunger en psalm.
14. Välsignelsen
15. Extra sång/musik om så önskas

16. Utgångsmusik. De närmast anhöriga börjar gå ut, de övriga följer efter.

17. Klockringning.

Vad innebär de olika momenten i begravningsgudstjänsten?

Här följer en förklaring av några av momenten i gudstjänsten. Klockringning kallar samman och talar om att begravningen börjar. Ingångsmusiken liksom övrig sång och musik ger alla möjlighet att samla tankarna. Psalmerna bidrar till att uttrycka känslor och beskriva situationen. Griftetalet finns beskrivet i nästa avsnitt. Mullpåkastning är en tradition som växte fram under medeltiden och knyter an till 1 Moseboken 3:19. Handlingen är en symbol för att Gud har skapat människan och gett henne liv. Kroppen slutar en gång att fungera, men det i människan som är evigt liv är evigt. Mullen läggs endera i en hög eller formas som ett kors. Korset är symbol för helheten och för att livet, kärleken och förlåtelsen är starkare än döden. Mullpåkastning kan ersättas med att prästen gör korstecknet över kistan. Bönen efter överlåtelsen vänder sig till Gud som Skaparen, Försonaren och Livgivaren. Textläsning ur bibeln förmedlar Guds ord till människan; ord som vill inge hopp och tröst.

Begravningsbönen kan antingen läsas eller sjungas. Den lyfter fram stundens allvar men också hoppet om att döden inte vinner över det eviga livet. Många präster står vända mot altaret för att betona att bönen är ett samtal med Gud. Herrens bön, fader vår, är den bön Jesus lärde sina lärjungar. Den har sitt ursprung i Matteus evangelium 6:9–13. Välsignelsen kommer från 4 Mosebok 6:24–26. Församlingen står upp för att visa vördnad och uppmärksamhet under de delar av begravningsakten som är särskilt centrala. Detsamma gäller under psalmer som är märkta med en stjärna i psalmboken. Avskedstagandet sker vid graven eller i kyrkan. Det här momentet är till för de närmaste och begravningsgästerna och det är nu man lämnar över sin handbukett. Även om det är många som ska ta farväl är det viktigt att inte hasta förbi den stunden. Ta den tid du behöver.

Griftetalet.

I griftetalet, som är en del av begravningsakten, riktar sig prästen till de anhöriga. Talet är i regel personligt hållet och handlar om livet, döden, sorgen och hoppet om ett evigt liv hos Gud. Om prästen inte kände den avlidne behöver han eller hon få veta något om dennes liv och personlighet för att få underlag till talet. Om det varit svårt att ge en bra beskrivning under första mötet kan du återkomma. Som stöd för minnet kan du ha hjälp av fotoalbum och dagboksanteckningar och av att prata med andra personer som kände den döde. Det som sägs i griftetal är personligt på ett respektfullt sätt. Sådant som kan vara känsligt eller opassande kommer inte med.

Sång och musik.

Tillsammans med prästen väljer du ut de psalmer som ska sjungas under begravningen. Annan musik och sång kan du också diskutera med kyrkomusikern. Om du träffar kyrkomusikern kan du även få lyssna på sådant som han eller hon föreslår. Att du valt en begravningsgudstjänst i Svenska kyrkans ordning innebär att det finns begränsningar för vilken sorts musik som bör spelas. Ramarna är visserligen ganska vida, men bedömningen kan variera från församling till församling. Om du har ett önskemål om musik som inte är möjlig att framföra i kyrkan, för att den inte passar eller för den kräver en musikanläggning, kan du istället ha den musiken under minnesstunden. Psalmsången bidrar både genom musik och texter till att tolka sorgen och peka på det kristna hoppet. Att sjunga med är därför ett sätt att bearbeta sin sorg och att få styrka i en svår situation.

Prästens kläder.

En begravning står enligt den kristna tron inte enbart för sorg utan också för hoppet om uppståndelse och evigt liv.

Prästen är därför i allmänhet klädd i vitt, ibland med en svart markering. Följande klädedräkter förekommer:

Röcklin. En veckad, vit mässkjorta med vida ärmar, komplettera med ett vitt eller svart band, stolan, som hänger ner från axlarna.

Alba. Vit mässkjorta med smalare skärning än röcklinet. Det svarta eller vita bandet, stolan, bärs korslagt över bröstet.

Prästkappa. En svart plisserad kapp som bärs över den prästliga ämbetsdräkten kaftanen. Prästkappan används numera relativt sällan.

Minnesstunden.

Direkt efter gudstjänsten brukar man samlas till en minnesstund. Den är en viktig del av begravningen. Samtidigt som spänningen släpper lite behöver alla få tillfälle att samla sina intryck och umgås med människor som befinner sig i samma sinnesstämning. Om du vill är prästen med under minnesstunden – säger kanske några ord, läser minnesadresser och blomsterhyllningar, eller vad ni kommit överens om i förväg. Det kan vara en fördel att ha tänkt ut ett litet program för minnesstunden, så den får meningsfullt innehåll. Minnesstunden kan hållas hemma eller i annan lokal. De flesta församlingar har ett församlingshem, som ofta är utmärkt för det här ändamålet.

Gravsättning av urna.

Vid eldbegängelsebegravning förs kistan till kremering efter begravningsgudstjänsten. Gravsättningen av urnan brukar kunna ske någon eller några veckor senare. Man kan vänta längre, men det känns ofta bättre om begravningen tidsmässigt kan hållas ihop. Gravsättningen sker ofta i kretsen av de närmaste, men du kan förstås bjuda in fler. Det kan underlätta om prästen är med även vid detta tillfälle, som stöd och för att leda ceremonin. Svenska kyrkan har en kort ordning för gravsättning av urna, med psalmsång, bibelläsning, bön och välsignelse. Precis som inför begravningsgudstjänsten kan du i förväg diskutera utformningen av ceremonin och val av psalmer med prästen.

Gravens betydelse.

Den traditionella graven har ofta stor betydelse för människor, inte bara direkt efter dödsfallet utan även längre fram, liksom för kommande generationer. Graven hjälper till att fylla ut tomrummet efter den döde, hit går man för att minnas och kanske för att fortsätta en avbruten dialog. Även om man inte behöver sköta graven så är det rogivande och viktigt att ha en personlig plats som man då och då kan komma till för att minnas och för att sätta blommor eller lägga en krans. Om det finns plats reserverad i till exempel en familjegrav, eller om det går att ordna plats i en sådan, är det ofta en god idé att utnyttja den. Det ger kontinuitet över generationerna och visar sammanhållningen i familjen. I övriga fall är frågan om gravplats värd en del eftertanke. När gravsättningen väl har skett är det svårt att ändra på något. I vissa fall är det omöjligt, som när man valt minneslund. Viktigt att tänka på när man väljer ny gravplats är om det ska finnas plats för flera kistor eller urnor. Undersök också vilka regler som gäller för gravvården. De varierar mellan begravningsplatser och olika gravkvarter på

begravningsplatsen. Har du speciella önskemål om gravvård måste du ställa krav på en gravplats där dina önskemål kan uppfyllas.

Val av gravplats.

Valet av gravplats står mellan följande alternativ, beroende på om det är gravsättning av kista eller gravsättning efter eldbegängelse.

Gravsättning av kista.

Jordgrav, för en eller flera kistor. Kistorna i graven kan placeras på eller bredvid varandra, beroende på gravens utformning. Gravkammare, för en eller flera kistor (ovanligt i Sverige).

Gravsättning efter eldbegängelse.

Urngrav, för en eller flera urnor. Det finns också nästan alltid plats för urnor i äldre familjegravar, även om dessa från början är avsedda för kistor. Urnkammare och Kolumbarium, speciella gravrum för urnor. Askgrav, en enkel grav för aska utan urna. Gräva ner/strö ut askan i minneslund. Strö askan över vatten och naturmark, efter tillstånd från Länsstyrelsen. Upplåtelseiden för gravplatser är i regel begränsad, ofta till 25 år, men kan i praktiken förlängas hur många gånger som helst.

Minneslund.

Minneslundan är en gemensam grav där gravsättningen av askan sker anonymt. De anhöriga får inte vara med när askan strös ut eller grävs ner och platsen markeras inte. Det finns vanligtvis en gemensam plats där man kan lägga blommor och tända ljus. Minneslundan kan vara ett alternativ om den döde saknar efterlevande. Erfarenheten visar dock att många väljer minneslundan för den avlidne hade önskat en skötselfri grav. Men minneslundan är inte den enda skötsel fria alternativet, det finns många andra. Det är inte ovanligt att människor ångrar valet av minneslund. Därför är det klokt att dröja med gravsättningen tills man är helt säker på att beslutet är rätt. Enligt lag kan man vänta upp till ett år med att gravsätta askan. För att få sprida askan över vatten eller naturmark behövs ett enkelt tillstånd från Länsstyrelsen. Själva utströendet kan ske med bara de närmaste närvarande.

Skötsel fria gravar, vård av graven.

Som anhörig har man normalt ansvaret för vården av graven. Vill eller kan du inte sköta graven själv går det att köpa tjänsten av kyrkogårdsförvaltningen. På så sätt blir graven skötsel fri för de efterlevande. Kolumbarium, minneslund och vissa gravkammare är andra skötsel fria gravformer. Om du väljer att lägga igen gravens planteringsyta med grus eller gräs sköts den ofta av kyrkogårdsförvaltningen utan kostnad. Skötseln av en familjegrav, som redan är betald eller ses till av en anhörig, påverkas inte om man gravsätter ytterligare en kista eller urna i den. Strör man ut askan över vatten eller naturmark, är det naturligtvis också en skötsel fri och personlig gravform. Man kan förstås inte markera platsen med en gravvård.

Gravvårdar.

Både urngravar och kistgravar kan om man vill förses med en gravanordning, ett begrepp som innefattar gravvård, kantsten, ramar, vasplattor med mera. Gravvården kan vara tillverkad av sten, trä, metall eller något annat material. Gravvården är ett minnesmärke som underlättar för besökare, nu och i framtiden, att hitta graven och att känna närhet till den eller de som är begravda i den. Förutom att göra graven personlig, har gravvården också ett kulturhistoriskt värde. Den berättar om tidsanda, värderingar och trosföreställningar. Utformningen av gravvården måste godkännas av kyrkorådet eller kyrkogårdsnämnden, som är skyldig att vårda och underhålla begravningsplatsen så dess kulturhistoriska värde bevaras. Det innebär

bland annat att gravvården inte får vara påtagligt störande, kränkande eller utgöra fara för dem som befinner sig på begravningsplatsen. Inom ramen för detta har den som vill ändå stora möjligheter att skapa en individuellt utformad gravvård. Du har tid på dig. Det finns inga krav på att gravvården ska sättas upp omedelbart efter begravningen. På begravningsbyrå och hos exempelvis stenhuggeriet kan du titta i kataloger över gravvårdar. Det kan också vara bra att runt på olika begravningsplatser för att få idéer. Finns det redan en gravvård på graven kan man ofta förse den med kompletterande text. Om det behövs kan man samtidigt be att få den rengjord och restaurerad. Skulle det inte finnas utrymme för fler namn kan gravvården ofta omarbetas för att ge plats åt ny text. Man kan också vrida på den så baksidan blir framsida eller fästa en textskylt på lämplig plats. Andra alternativ är att komplettera med ytterligare en gravvård eller att lägga en ny gravhäll framför den gamla. Texten kan bestå av namn, födelse- och dödsdatum. Ofta väljer man också en symbol eller en bild. För att göra gravvården mer personlig kan man som förr i tiden ange orsnamn, titel och yrke. Genom den tekniska utvecklingen är det numera möjligt att skriva mer, utan att det kostar så mycket. Man kan till exempel ha en kort levnadsbeskrivning, ett bibelord, en psalmvers eller en dikt på en textskylt eller direkt på gravvården.

Att leva vidare.

Många som mister en anhörig upplever det att den svåraste tiden kommer efter begravningen. Innan finns det ofta en mängd praktiska saker som måste ordnas. Efteråt kan det bli mycket tomt. Sorgen kommer och går i vågor. Särskilt svårt kan det vara i samband med födelsedagar, jul- och nyårshelgen, andra familjehögtider och årsdagen efter dödsfallet. I den här situationen är det viktigt att du själv tar initiativ till kontakter med andra människor. Du måste få prata om det som hänt för att komma vidare, men det är inte säkert att du blir kontaktad i den utsträckning du skulle önska. Många är rädda för att de ska störa och vet kanske inte heller riktigt vet hur de ska bete sig. Din församling är också beredd att ge dig stöd på olika sätt. Du behöver inte tveka att ta kontakt med den präst som ledde begravningsgudstjänsten, eller någon annan som du känner förtroende för. Med prästen kan du tala om allt, från ekonomiska bekymmer till de stora frågorna om livet, döden och Gud. Svenska kyrkan driver även omfattande diakonalt arbete som innebär att man ger människor stöd i både praktiska och själsliga frågor. Detta arbete sköts ofta av diakoner och diakonissor, men kan också utföras på annat sätt. Genom diakonen kan du få hjälp i kontakter med myndigheter och andra praktiska bekymmer. I många församlingar inbjuds de som mist en anhörig till särskilda sorgegrupper eller leva-vidare-grupper, namnen är många. En del församlingar har även besöksgrupper som kan hjälpa till att bryta en påtvingad isolering. Även om du inte har för vana att gå i kyrkan kan det vara ett stöd nu. I Svenska kyrkans församlingar firas det gudstjänst varje söndag och i de flesta fall även under veckan. Gudstjänsten kan hjälpa dig med funderingar kring sorg och saknad, men också ge gemenskap och livsmod. Allhelgonahelgen, första helgen i november, är det tillfälle på kyrkoåret då de döda särskilt hedras. Då samlas många anhöriga på begravningsplatserna för att lägga kransar och tända ljus på gravarna. Vid allhelgona håller de flesta församlingar också gudstjänster med mycket musik i en kyrka som strålar av levande ljus.

IV Blommor

Ett barn som hittar en död fågel börjar genast förbereda en begravning genom att plocka blommor, göra ett kors och se ut en vacker plats där graven ska ligga. Barn verkar ha en naturlig förståelse för ceremonier, låt därför barnen vara med och bestämma. Barnen lär sig tidigt att den som är död måste tas om hand och att sorgen blir lättare att bära när man vet att man ordnat en bra begravning. En begravning är en högtid där vi får tillfälle att hedra den

avlidne, sända en sista hälsning och uttrycka kärlek, saknad och andra känslor. Begravningen och förberedelserna kring den är också en viktig del av sorgearbetet när man förlorat en närstående. I det arbetet fyller blommor en viktig funktion. Blommor har en säregen förmåga att uttrycka känslor och skapa stämning. Några krav på vad man ska göra finns inte, du bestämmer själv utifrån de förutsättningar som finns. Vi hjälper dig med råd och de arrangemang som blir aktuella för begravningsceremonin, gravsättningen och minnesstunden.

V Begravningsavgiften

Begravningsavgiften

Begravningsavgift betalas av alla via skattsedeln, även av dem som inte tillhör Svenska kyrkan. Kremering, kapell och begravningsplats är alltså redan betalt.

Medlemmar i Svenska kyrkan betalar kyrkoavgift. I den ingår begravningsavgiften. För kyrkoavgiften får medlemmarna även tillgång till kyrkan, prästen, ritual och musik enligt Svenska kyrkans ordning.

Dödsboet betalar

Alla andra kostnader för begravningen betalar dödsboet. Finns det inga tillgångar i boet får man begravningshjälp från den dödes hemkommun.