
Information om HUMAN BEGRAVNING

– *Inspirerad av Martinus Kosmologi* –



Exempel på vackra **”gemensamhets-mausoleer”** vilka oftast är avsedda enbart för urnor. Framtidens motsvarighet blir, enligt *Martinus*, enbart ämnade för kistor. (Bilder från Internet).

Innehåll:

Informationskällor	2
Att vara förberedd	3
Human begravning	3
Begravningsbyråer	5
Planera din begravning	6
Information samt textförslag till ”Vita Arkivet”, ”Livsarkivet” m.fl.	7
Några allmänna råd	9
Liv- eller Begravningsförsäkring?	10
Förslag till tal vid begravning	12
Symbol 41 – gravyr på gravsten	13
Symbol 41 – relief på bronsplatta	14
Symbol 41 – för dödsannons	15
Information – att förvara i plånboken	16
Egna noteringar	17

Har du ingen möjlighet, att göra en egen utskrift av denna information, kan säkerligen din begravningsbyrå vara behjälplig med detta – eftersom det gäller angelägen information och anvisningar, som avser begravning.

Informationskällor

- ▶ *Martinus* bok **"Bisättning"** (240 sidor) kan du låna från närmaste bibliotek, eller köpa från *Världsbild Förlag*, telefon: 0290-76 76 80. Du kan även beställa boken via förlagets hemsida: www.varldsbild.se/bisattning

Om böckerna "Bisättning" och "Den idealiska födan" – skriver Martinus:

... "Inte i något annat skriftligt material i världen har det öppnats sådana möjligheter till studium av "mikroindividerna" som just i böckerna "Den idealiska födan" och "Bisättning". Inte i någon annan lära, upplysning eller vetenskap har "mikroindividernas" roll som fundament för vår egen skaparförmåga, hälsa och livsglädje blivit så ingående beskrivet och begrundat. Inte i någon annan förkunnelse, har dessa små väsens liv och tillvaro framträtt så uppenbart för oss och visat sig vara så analoga med vårt eget väsen, med vår egen tillvaro, visat att de liksom vi, är "skapade till guds avbild". " ("Bisättning" – sidan 203).

I *"Bisättning"* förutsäger *Martinus*, att framtidens bisättningar/begravningar, kommer att äga rum i vackra *"gemensamhetsmausoleer"*, avsedda enbart för specialkonstruerade kistor. Tack vare mänsklighetens kommande kännedom och förståelse för kroppens inre komplexa "mikroliv", vill vi se det som ytterst angeläget – att denna omätliga skara av mikroindivider – på mest omsorgsfulla sätt, bereds möjlighet att ostört degenerera och att kvarlevorna, sakta tillåts torka ut. När det till slut, endast återstår mineralmateria, av det som tidigare varit vår kropp och fysiska redskap, kan den – vid en enkel minnesceremoni – återbördas till naturens kretslopp.



Exempel på interiörer i "gemensamhetsmausoleer". (USA)



[Bilder från Internet]

- ▶ *Ole Therkelsens* **"Begravning, bisättning och balsamering"** är en Kosmos-artikel i nr 3, 2011, som kostnadsfritt kan laddas ner, från *Världsbild Förlag*: www.varldsbild.se/begravning-bisattning-och-balsamering

Exempel på styckerubriker:

- Varför avråder *Martinus* från likbränning?
- Vad sker med mikroindividerna i liket efter dödens inträdande?
- Förhållandet mellan jaget och den själlösa kroppen.
- Vilken form av bisättning kan rekommenderas?
- *Martinus* önskemål om sin egen bisättning.

- ▶ *Aage Hvolbys* skrift **"Köttätande och bisättning – mikrokosmiskt närbesläktade processer"** fördjupar sig ytterligare i detta ämne. Skriften (46 sidor) kan du ladda ner gratis, från *Världsbild Förlag*: www.varldsbild.se/images/uploaded/artikel-aage-hvolby.pdf

Exempel på kapitelrubriker:

- Varför bryr sig om sin efterlämnade kropps öde?
- Framtidens nya medvetenhet om bisättning.
- Hur ska man förhålla sig inför avslutningen av sitt nuvarande jordeliv?
- Förändringar vid organismens död, samt bakteriernas och enzymernas roll.
- Naturlig nedbrytning av våra kvarlevor.
- Den dödes upplevelse av sin egen bisättning.

Att vara förberedd

I vårt förhållande till Martinus världsbild finns något, som vi kanske lätt förbiser, – nämligen de följder, våra handlingar (*eller, vår avsaknad av handling*) kan få, när vi en gång måste lämna den fysiska tillvaron, samt alla dem som stått oss allra närmast genom livet – vilket i första hand, syftar till den mångfald av levande mikroindivider som sammantaget utgör vår fysiska organism.

I sin bok "*Bisättning*" visar Martinus, att vår fysiska kropp är ett universum, för ett oräkneligt antal levande mikroindivider på olika nivåer, vilka – efter bästa förmåga upprätthåller och värnar om den – med hjälp av de näringsämnen, tanke-energies, m.m. som vi tillför kroppen, under vår levnad. Det finns således ett oerhört viktigt, och nära samspel, mellan våra mikroindividers liv och hälsa, och vår egen personliga livskvalitet och hälsa.

Martinus visar även, hur mikrolivet i våra kroppar, efter vår bortgång, påverkas av vårt eget, eller anhörigas beslut – angående våra kvarlevors kommande öde – genom eldbegängelse, jordbegravning eller andra bisättningsmetoder – där Martinus jämför det förstnämnda, med en "förödande katastrof, som kan liknas vid en mikrokosmisk världsbrand".

Det beslut som tas, blir följaktligen helt livsavgörande, för ett oräkneligt antal mikroindivider, vilka fortsättningsvis är bundna till den kropp vi nyss lämnat. Detta gäller i synnerhet, den tallösa skara mikroindivider, som är "*ödesbestämda*" att inkarnera i våra kvarlevor – under den "*degenerationsprocess mot mineralisering*" som startar direkt efter att vi lämnat vår fysiska kropp åt sitt öde, och som vill pågå i ca 30 år.

> För att möjliggöra en skonsam degenerering av mikrolivet i våra kvarlevor – bör denna process ske långsamt. Vid jordbegravningar är det därför viktigt att välja en kista, som förmår stå intakt och skydda kvarlevorna i minst 30 år.

Tänkvärt! Eftersom det normala kistdjupet, vid jordbegravningar i Sverige, är ca 2 meter och den totala mängden jord över kistan, har en vikt på ca 2 500 kg – är det både angeläget och av stor betydelse, att välja en stabil och hållbar kista. *Obs!* I vissa "*familjegravar*" kan kistdjupet vara ca 3 meter.

Human begravning

Rekommenderade bisättningsmetoder: Bland befintliga begravnings- eller bisättningsmetoder är det jordbegravning, bisättning i gravkor eller gravkammare under marknivå, som kan rekommenderas.

– I de gravkor eller liknande, som är belägna ovan jord, bör de utrymmen, där kistorna placeras, helst ha en "året-runt-temperatur" som motsvarar "*kylskåpskyla*" – på grund av årstidernas stora temperaturväxlingar på våra breddgrader, med värmeböljor på ca 30°, ner till "*djupfrysningstemperaturer*" på minus 20° – och ännu lägre.

Balsamering: Behandlingen av kvarlevorna inleds med en balsamering med *formalin* eller en *etanollösning*. Denna åtgärd, bromsar den bakteriella nedbrytningsprocessen. Observera dock, att obduktion och andra kirurgiska ingrepp riskerar att reducera den skyddande effekt, som en balsamering kan ge.

forts. 7

Martinus önskade få sin kropp balsamerad – men han ansåg att formalin inte var en idealisk lösning och menade, att det i framtiden kommer att finnas bättre metoder och förfaringsätt.

Exempel på kista: Vid jordbegravning, bör kistan vara en extra förstärkt ek-kista, som kan motstå rådande jordtryck och har förmågan att hålla kistan intakt i minst 30 år – vilket tryggar en långsam och därmed skonsam degenerering av mikrolivet i våra kvarlevor.

Förstärkta s.k. "*Martinuskistor*" tillverkas sedan 1978 vid Fonus kistfabrik i Falköping. Grundstommen utgörs av deras standardkista "*Largo*", tillverkad i ek av hög kvalitet. För att ge extra hållfasthet vid jordbegravningar, förstärks kistan, med en invändig ram av brännlackerad järnprofil, i både underdel och lock – vilket ger ett effektivt skydd, mot rådande jordtryck, i minst 30 år.



Flertalet begravningsentreprenörer, har oftast inte någon egen kisttillverkning, de beställer dessa från specialiserade snickerifabriker. Några tillverkare, som vi nyligen kontaktat, har den gemensamma uppfattningen, att de inte tror på någon lönsamhet med förstärkta ek-kistor – p.g.a. förmodat låg efterfrågan.

Dessa företagare vågar därför inte investera i en tillverkning, som är förenad med en viss lagerhållning – vilket är viktigt, med tanke på, att kistorna alltid måste levereras "*inom rimlig tid*" inför en begravning ...

– För närvarande (*maj 2017*) är det endast Fonus (Riks) och Fonus Öst begravningsföreningar, som tillverkar och lagerför sådana kistor.

> Väljer du en annan begravningsbyrå, är det därför viktigt, att du blir förvissad om, att de anlitar en kisttillverkare, som garanterat hinner tillverka och leverera en förstärkt ek-kista i god tid, innan begravningsdagen. (*Se info. om "Begravningsbyråer" på sidan 5*).

> Eftersom ek är ett hårdare och mer motståndskraftigt träslag än furu, bör man välja detta träslag – speciellt vid jordbegravningar.

> I stället för en invändig metallram i ekkistan, kan tillverkaren, på ett motsvarande sätt, montera in en förstärkande träram eller spant av ek eller teak, i lämplig tjocklek.

Om inte din tänkta begravningsbyrå lyckas uppfylla dessa önskemål, eller om du eller dina närmaste, tycker att det blir "*för mycket att bestyra*" inför den stundande begravningen – återstår ju alltid möjligheten, att låta Fonus ta ansvar för begravningsuppdraget – vilket kanske kan accepteras, även ur en ekonomisk synvinkel – i och med, den prisreducering som vi förhandlade fram år 2008, och som gäller alla som väljer Fonus specialtillverkade "*Martinuskista*". (*Se info. på sidan 6*).

Absorbenter – är tunna liggunderlag med en dränerande och fuktupptagande förmåga (*ca 20 gånger sin egen volym*) som placeras i kistan för att binda vätska, vilket dämpar tillväxtförmågan hos de bakterier som är vätskeberoende.

Innerkista av Zink – med fönster. Innerkistan förhindrar syretillförseln, vilket har en dämpande effekt på tillväxten av syreberoende bakterier. Innerkistan placeras i "*Martinuskistan*" och två vätskeupptagande Absorbenter läggs därefter på plats, under den vadderade bädden – enligt vår överenskommelse med Anders Nilsson – fabrikschef vid Fonus kistfabrik i Falköping.

Bodybag K315: I de svenska kommuner som inte tillåter innerkistor av zink vid jordbegravningar, kan man istället välja en Bodybag K315. Dessa tillverkas i kraftig vävplast som skyddar och förhindrar syretillförseln, vilket dämpar tillväxten av syreberoende bakterier.

forts. 7

Utöver den befintliga Absorbent som finns i varje *Bodybag K315*, kompletteras den med två extra fuktupptagande Absorbenter – enligt vår överenskommelse med kistfabrikens chef *Anders Nilsson*.

Sammanfattning: Syre, fukt och värme – främjar bakteriernas tillväxt. Absorbenternas vätskeupptagande och "dränerande" egenskaper, har en uttorkande effekt på kvarlevorna, vilket bromsar bakteriernas reproduktionsförmåga. Placeras kvarlevorna i en innerkista av zink, eller i en bodybag, elimineras syretillförseln, vilket även det dämpar de syreberoende bakteriernas tillväxtförmåga. En jordbegravning eliminerar risken för ogynnsam temperaturpåverkan, vilket, även det, har en dämpande effekt på bakterietillväxten. Vid jordbegravning bör man välja en ekkista, med en inre förstärkande ram, så att den garanterat motstår jordtrycket och förmår stå intakt i minst 30 år.

Obs! Fördelarna med att placera kvarlevorna i en skyddande *bodybag* eller *innerkista av zink*, vid jordbegravning, kan vi – som en "*fingervisning*" i den riktningen, kanske visa med följande fakta:

Vid grävning på katolska begravningsplatsen i *Solna*, sommaren 2013, påträffades en plastsäck, med kvarlevorna av en 39-årig kvinna, på ett djup av 1,3 meter. Det visade sig, att plastsäcken hade legat nedgrävd på denna plats i 44 år.

-- *Lars Byström* vid Länskriminalen säger i *P4 Radio Stockholm*, den 9 aug. 2013: "*Har aldrig varit med om att en kropp är så väl bevarad efter 44 år*".

-- *Lars Wetterlund*, enhetschef vid begravningsplatsen säger, i en artikel, i tidningen *Metro*, den 13 aug. 2013: "*Unikt att kroppen bevarats så väl. Det har ju hänt när det är lerjord och lufttätt, men här var det bara sand*".

Begravningsbyråer

Vi i "*Arbetsgruppen för information om human begravning*" har genom åren haft ett mkt gott samarbete, samt stor nytta av Fonus expertis och erfarenhet. Vår information har därför genom åren, uteslutande varit inriktad på deras tjänster.

– Men efter att det framkommit önskemål, till vår *arbetsgrupp*, om information, som även hänvisar till andra begravningsbyråer på marknaden – har vi här nedan sammanställt information, som presenterar några begravningsbyråer och deras s.k. profil, samt "sökvägar" till övriga branschaktörer.

I dag är "*Internet*" den självklara platsen att söka information. På begravningsbyråernas hemsidor får man oftast en ganska god bild av deras tjänster, samt aktuell prissättning.

Du som inte har tillgång till Internet, kan ringa Konsumentverkets "*Hallå konsument*", 0771-525 525, för att erhålla adress och telefonnummer, till din hemkommuns eventuella "*Konsumentvägledning*", "*Konsumentrådgivning*", eller till "*Sveriges Konsumenter*" – för att få information om den eller de Begravningsbyråer som kan finnas i eller nära din hemort.

Utbudet av begravningsbyråer, på den svenska marknaden, finner du annars lätt – via *Yahoo*, *Googles*, eller liknande internetbaserade "*sökmotorer*". – Därför visar vi här nedan endast några få exempel, bland alla begravningsaktörer, som man kan finna på "nätet".

forts. 7

FONUS (Riks): www.fonus.se är rikstäckande och landets mest anlitade begravningsbyrå, med många lokalkontor för personlig kundtjänst, samt även en väl utbyggd internetbaserad service. **Fonus Öst:** www.fonusost.se är en "systerorganisation" som är specialiserad att betjäna kunder i Östergötland samt Västervik och Tranås med omnejd. **Fonus (Riks)** och **Fonus Öst** har ett nära samarbete – men vissa avvikelser mellan deras tjänster, priser och avgifter kan förekomma. > Ringer du 0771-87 00 87 från din hemtelefon – så blir du automatiskt kopplad till närmast befintliga Fonuskontor.

(SBF) Sveriges Begravningsbyråers Förbund: www.begravningar.se är en medlemsorganisation för ca 400 privatägda begravningsbyråer över hela landet. Se information på deras hemsida – eller ring telefon: 020-210 210.

Funera: <https://funera.se> telefon: 0771-28 20 00, samt **Fenix:** www.fenixbegravning.se telefon: 010-138 88 41, är exempel på två "internetbaserade" begravningsbyråer, vilka företrädesvis är inriktade på kundservice – via internet.

Obs! "Internetbaserade" begravningsbyråer kan oftast hålla lägre priser, p.g.a. minimerad lokalhyra, begränsade möjligheter till personlig service, samt ett lägre utbud av praktiska s.k. "kringtjänster". – Jämför därför gärna de olika byråernas prissättning och deras förmåga, att (i ditt tycke) kunna ge en täckande service.

Angående Martinuskistan: För närvarande är det (som tidigare nämnts) bara Fonus kistfabrik i Falköping som tillverkar extra förstärkta, s.k. "Martinuskistor" för omgående leverans.

> Till de "Martinusvänner" som låter Fonus ombesörja deras begravning, har vi ett avtal från 2008 – med Fonus "Riks" (gm Åke Palmgren, Malmö) samt med Fonus Öst (gm Lars-Olov Engberg, Norrköping).

– **Detta avtal ger oss 10 % prisreduktion på Fonus ordinarie ekkista "Largo".**

En "Largo-kista" som får en invändigt förstärkande ram, benämns därefter "Martinuskista" – vilket är ett inofficiellt namn bland berörd personal på Fonus, samt anställda vid deras kistfabrik i Falköping – eftersom kistan ännu inte finns med i Fonus officiella utbud av kistor. Nedanstående prisuppgifter gäller tills vidare – fr.o.m. mars 2017!

> "Martinuskista", innerkista av zink samt två absorbenter – inkl. rabatt: 18 880 kr.

> "Martinuskista", bodybag K315 samt två extra absorbenter – inkl. rabatt: 14 990 kr.

(Övriga kostnader – se Fonus hemsida: www.fonus.se eller ring: 0771-87 00 87).

Planera din begravning

Skriv ner dina önskemål, omkring din framtida begravning – vilket blir till stor hjälp och vägledning för dina närmaste – *samt en trygghet för dig!* > Riskera därför inte att vänta tills det är för sent – något som inte borde hända, men som tyvärr inträffar allt för ofta ...

Begravningsbyråerna tillhandahåller ett *kostnadsfritt* dokument för detta ändamål. Där kan du fylla i dina önskemål omkring din begravning – t.ex. val av gravplats, kista och gravsten, information om ev. försäkringar, testamente – samt namnen på dina närstående, vilka, enligt din önskan, bör informeras om detta dokument och dess innehåll. Fonus kallar sitt dokument "**Vita Arkivet**" och SBF:s dokument benämns "**Livsarkivet**".

forts. 7

Andra begravningsbyråer kan ha andra namn på sina dokument. Dokumenten kan du beställa via telefon och få dem *gratis* hemskickade – eller "ladda ner" från respektive begravningsbyrås hemsida.

> Om du har ett ifyllt "fysiskt dokument", är det extra viktigt, att du meddelar dina närstående om detta – samt, hur och var de kan få tillgång till detta. Säkra är dock om du låter någon, ev. några av dina närmaste förfoga över en kopia av dokumentet.

Obs! Fonus och SBF tillhandahåller numera även en tjänst, där du *kostnadsfritt* kan fylla i och registrera ett "**Onlinedokument**" – d.v.s. ett digitalt exemplar av "Vita Arkivet" eller "Livsarkivet" på sina resp. hemsidor. Väljer du annan begravningsbyrå, bör du fråga dem om de har denna (fördelaktiga) tjänst. > I dessa "Onlinedokument" kan du när du så önskar enkelt ändra och uppdatera dina uppgifter.

Hos alla Fonus- och SBF-an slutna kontor, kan du även kostnadsfritt, få hjälp att fylla i ett "Onlinedokument" – samt, att överföra ditt befintliga "pappersdokument" till ett mer praktiskt och bekvämt digitalt sådant.

> Fonus "Onlinedokument" kontrolleras dagligen mot "Dödsfallsregistret" och SBF får sina uppgifter från Skatteverket en gång/vecka – och vid inträffat dödsfall kontaktas de anhöriga som du namngett i ditt dokument. Dina närmaste blir därmed informerade om, att det finns ett ifyllt dokument, med dina personliga önskemål och direktiv, kring din begravning.

> Har du ett skrivet Testamente, kan vissa begravningsbyråer erbjuda en säker förvaring av detta – mot en avgift av ca 250 kr./år, eller ca 1 500 kr. som en engångsavgift.

Information och textförslag till "Vita Arkivet", "Livsarkivet", m.fl. liknande dokument.

1. Balsamering: Jag önskar en normal balsamering med formalin, eller etanollösning. (Se information på sidan 3).
2. Jag önskar att mina kvarlevor inte utsätts för obduktion eller andra former av kirurgiska ingrepp, vilka riskerar att begränsa balsamerings skyddande effekt.
3. Jag ser det som mycket viktigt, att mina kvarlevor inte utsätts för *eldbegängelse*, (s.k. *likbränning*) eller någon form av *frys- eller frystorknings-metod*.
4. Kista: Mitt önskemål ang. kista, är en s.k. "Martinuskista" eller liknande förstärkt ekkista. (Se information på sidan 4).
5. Innerkista eller Bodybag: *Bodybag K315* och *innerkistor* av *zink* fyller nästan samma funktion. Numera används *innerkistor* av *zink* mest vid exempelvis flygtransporter eller andra längre transporter av kistor. *Obs!* Flertalet svenska kommuner förbjuder *innerkistor* av *zink* vid jordbegravningar. (Se info. på sidorna 4 och 5, samt prisuppgifter på sidan 6).
6. Godkända bisättningsmetoder: Jordbegravning, samt bisättning i gravkammare eller gravkor – under marknivå. (Ang. *bisättning ovan jord* – se sidan 3).
7. Oberoende av bisättningsmetod – så bör kistan fredas i minst 30 år. (Förlängd upplåtelse tid av gravplats – se info. på sidan 10).

forts. 7

8. Jag önskar en *borgerlig* begravning, fri från kyrkligt ceremoniella inslag, exempelvis jordpåkastning. – *En begravningsceremoni kan utformas mycket personligt. Din begravningsbyrå bör kunna ge råd, och även exempel på olika platser för denna ceremoni. (Från kapell eller liknande lokal – till att hålla ceremonin ute i det fria).*
- Jag önskar att begravningsakten, så vitt möjligt, förrättas av en person som är förtrogen med *Martinus* världsbild. (*Fråga i din vänskrets, eller närmaste "Martinuscenter"*).
- Vid en borgerlig begravning, kan vissa kommuner bekosta en borgerlig officiant, andra tillhandahåller denna tjänst (*liksom vissa begravningsbyråer*) mot en avgift. (*Kontakta kommunkontoret på hemorten eller din begravningsbyrå för information*).
9. I stället för blommor på och vid kistan under begravningsakten, önskar jag att den täcks med *Martinus* officiella flagga. *Martinusflaggan* kan lånas från *Världsbild Förlag*. Tfn: 08-767 38 17. (*Se bild på sidan 11*).
- Alternativt!* Vissa begravningsbyråer kan ha bårtäcken till utlåning, och flertalet församlingar brukar låna ut bårtäcken kostnadsfritt.
10. Jag önskar, att rummet för begravningsakten inte smyckas med, s.k. *snittblommor*. *Den som har för avsikt att sända, eller medbringa en blombukett eller krans, uppmanas vänligen, att respektera ovanstående önskemål. Istället för blommor – lämna gärna ett ekonomiskt bidrag till något humanitärt ändamål.*
11. Stearinljus bör undvikas, då dessa oftast innehåller animaliskt fett. Vill man gärna dekorera med, s.k. "*levande ljus*" vid kistan, bör man istället välja ljus vars ljusmassa består av mineralolja – t.ex. paraffinljus – vilka kan vara doppade i "*specialvax*" för att ge stabilitet och färg. Enligt vår informatör är båda dessa ingredienser fria från animaliska fettsyror.
- > Om man är osäker på innehållet i ljusmassan – är elektriska ljuskällor det "tryggaste" alternativet. (*Se "Bisättning" – kapitel 176*).
- Dekorative "*ljusträd*" eller grenar med små dioder eller LED-lampor, i en stadig vas eller kruka, kan vara ett utmärkt alternativ till traditionella golvljusstakar.
- Ljuskällan på bilden ingår, f.n. i *IKEA*:s sortiment. Höjd: 1 m 38 cm.
- Fler alternativ: *Clas Ohlson, Julia, Rusta, Bauhaus* m.fl. säljer dekorativa knippen av *bruna, vita* eller *svarta* grenar/kvistar (*ca en meter höga*) med strömsnåla LED- eller diod-lampor. Beroende på fabrikat, kan lamporna vara batteri- eller nät-drivna. Dessa grenar kan lämpligen placeras i passande krukor eller vaser av "*golvmödel*". (*Det säljs även grenar med kulörta lampor – men det är kanske att bryta för mycket, mot gängse normer, eller ...*)
- "Ljusträd", grenar eller kvistar som placeras, på var sida om en kista, draperad med ett bårtäcke eller "*Martinusflaggan*", kan ge ett vackert, och stämningsfullt intryck.
12. Förslag till sånger, ur den svenska psalmboken, att använda under begravningsakten i ceremonilokalen:
- | | |
|--|-----------------------|
| <u>Psalm 297:</u> " <i>Härlig är jorden ...</i> " | verserna: 1, 2 och 3. |
| <u>Psalm 304:</u> " <i>Lär mig du skog ...</i> " | verserna: 1, 2 och 3. |
| <u>Psalm 305:</u> " <i>Jag ser hans spår ...</i> " | verserna: 2, 3 och 5. |
- > Övriga musikförslag: På exempelvis SBF (*Sveriges Begravningsbyråers Förbund*) och *Fonus*, kan du på deras respektive hemsidor, lyssna på olika musikförslag – t.ex. "*inledningsmusik*", "*extra sång och musik*", och "*avslutningsmusik*". Har du ingen dator – fråga din valda begravningsbyrå, om de har musikförslag som du kan lyssna på.



forts. 7

13. Efter begravningsakten – som officiellt avslutas i ceremonilokalen, är min önskan, att kistan gravsätts på vald begravningsplats, enligt mina anvisningar i *"Vita Arkivet"*, *"Livsarkivet"* (eller liknande dokument).

Obs! För att vara helt säker på, att kistan inte utsätts för skadegörelse vid gravsättningen, är det önskvärt, att någon anhörig eller annan betrodd person/personer närvarar – i samband med att graven återfylls – för att de ska kunna övertyga sig om att kistan inte utsätts för någon åverkan. > *Se nedanstående fakta-information!*

Fakta: Sveriges Television (SVT) har, i ett avsnitt av *"Uppdrag granskning"* avslöjat, att personalen vid en begravningsplats – motvilligt erkänt (efter överbevisning) att det medvetet satts i system, att förstöra kistors lock vid jordbegravningar ... D.v.s. att kistlocken krossas med grävskopa, spadar, eller spett efter att kistorna sänkts ner i sina gravar! – Det visade sig, att så även skett, vid flera svenska begravningsplatser.

Tanken bakom denna absurda handling är, att personalen vill slippa "besväret", att fylla på, med ny jord, i den fördjupning eller sättning vid markytan, som kan uppstå efter något eller några år – t.ex. när vissa kistor kollapsar, efter att de inte längre orkar stå emot jordtrycket.

För att försöka sätta stopp för kistkrossning vid gravsättningar, har Svenska Kyrkans Församlingsförbund antagit nya etiska riktlinjer. Även Kyrkostyrelsen står bakom dessa regler. > *Men tryggast är ju, om någon eller några anhöriga har uppsikt vid graven när den återfylls.*

14. Jag önskar att min gravplats markeras med en gravsten – där *"Martinus symbol nr 41"* är ingraverad ovanför mina persondata. (Se sidan 13).
15. Alternativt, kan en avgjutning i brons av *"symbol 41"* monteras på gravvården. (Se sidan 14).
16. Jag önskar att min gravplats anläggs så, att den kräver minsta möjliga underhåll.
17. Jag önskar, att en dödsannons om min bortgång, illustreras med en *"guldfärgad Martinussymbol"*. (Se sidan 15).
18. Önskar du, att begravningshögtidligheten avslutas med en minnesstund, inklusive te/kaffe och bakverk, eller förtäring, bör du även göra en notis om detta i dokumentet. Begravningsbyråerna brukar ge tips och råd omkring detta.
19. **Obs!** Har du ett skrivet *Testamente*, bör du göra en notis om detta i ditt dokument, samt informera om var det förvaras – *exempelvis hos anhörig, din begravningsbyrå, eller ditt juridiska ombud.*

Några allmänna råd

Begravningsavgift: Den obligatoriska begravningsavgiften betalas via skattsedeln av alla som är folkbokförda i Sverige. Denna avgift bekostar: Gravplats i minst 25 år (med möjlighet till förlängning), gravöppning och gravsättning, vissa transporter – inom ett begränsat område, lokal för förvaring och eventuellt visning av kroppen, samt rätt till en *"religiöst neutral"* lokal för bisättningsakten.

Svenska Kyrkan: Är du medlem i Svenska Kyrkan, och (via skattsedeln) betalar en Kyrkoavgift, har du rätt, att utan kostnad få tillgång till: Kyrka, officiant (präst),

forts. 7

organist, vaktmästare och i vissa fall även bärare. Som medlem kan du även få information och rådgivning omkring din begravning på deras hemsida: www.svenskakyrkan.se/att-planera-en-begravning

(Har du inte tillgång till dator, kontakta din hemkommuns församling).

Övriga eventuella utgifter: Minnesstund med förtäring (catering), dödsannons, bouppteckning, framtida vård av din gravplats. Din begravningsbyrå bör kunna ge information, samt en ungefärlig prisbild för dessa tjänster!

Transport från bårhuset kostar ca 1 300 kr – vilket bekostas av de flesta kommuner – dock inte alla. *(Fråga din begravningsbyrå vad som gäller i din hemkommun).*

Förlängd upplåtelsetid av gravplats: Gravplats upplåtes utan kostnad i mantalsskrivningsorten i minst 25 år efter gravsättningen. Därefter kan upplåtelsen förlängas i 15-årsperioder.

> Det är dock stora skillnader mellan Sveriges kommuner. I Göteborg är det gratis. I Stockholm är det *(för närvarande)* en förlängningsavgift på 1 500 kr. – *Din begravningsbyrå vet förmodligen vad som gäller i din hemkommun.*

Extrema vårflöden: Finns det risk att marken kring din planerade gravplats kan drabbas av översvämning, t.ex. vid extrema vårflöden, bör du välja en tryggare plats för din jordbegravning! Samma gäller, om gravplatsen ligger nära ett vattendrag eller en sjö, där jorden på två meters djup, riskerar att vara onormalt fuktig eller vattenbemängd. *(Ansvarig personal vid begravningsplatsen, kan säkerligen ge svar).*

Liv- eller Begravningsförsäkring?

En begravning är alltid förenad med stora omkostnader. En begravning, som endast inkluderar: "Martinuskista", begravningsbyråns omkostnader, svepningsarvode, dödsannons, samt en "enkel" gravsten – innebär en sammanlagd kostnad på ca 30 000 kronor.

(Obs! Denna beräkning inkluderar inte extra transportbehov av kistan, minnesstund med förtäring, bouppteckning, eller framtida gravskötsel).

Med en Liv- eller Begravningsförsäkring, ger du dina efterlevande en större möjlighet, att förverkliga de anvisningar och önskemål, som du skrivit in i "Vita Arkivet" eller "Livsarkivet".

Livförsäkring

I en privat "Livförsäkring", kan du, som regel, själv välja storlek på utbetalningsbeloppet, där utbetalningen, vid dödsfall oftast är ett skattefritt engångsbelopp.

"Spar/Liv" är en livförsäkring, där spardelen bygger på fondsparande, och där fonddelen utbetalas vid dödsfallet, eller när försäkringstiden gått ut.

En "Grupplivförsäkring" är ett förmånligt alternativ. Du kan köpa den genom ditt fackförbund, eller välja en "Tjänstegrupplivförsäkring" genom din arbetsgivare.

forts. 7

"60+", "Senior-Liv", m.fl. namn på detta alternativ, kan vissa försäkringsgivare erbjuda, innan den ordinarie livförsäkringen upphör. Detta alternativ varar oftast livet ut – dock med ett sjunkande utbetalningsbelopp (beroende på ålder) ner till en s.k. "lägstnivå".

Förmånstagarförordnande ...

I din livförsäkring kan du "trygga" ett belopp, som motsvarar din begravnings omkostnader, genom att skriva ett *"förmånstagarförordnande"* i ditt försäkringsavtal.

Skriv in din begravningsbyrå som förmånstagare – med en summa eller procentsats – som förmodas täcka alla kostnader omkring din begravning. *Eventuellt överskjutande belopp tillfaller alltid dödsboet, om inget annat anges!*

> För en personlig och juridiskt korrekt formulering, bör du tala med försäkringsbolagets representant eller deras jurist.

Obs! En nackdel med de flesta Liv- och Gruppliv-försäkringar är, att dessa oftast har en begränsad giltighetstid och att utbetalningsbeloppet minskar med försäkringstagarens stigande ålder! > *Var därför noga med, att ta reda på vilka regler, och eventuella begränsningar som gäller för den försäkring du tänker köpa, eller kanske redan har.*

Begravningsförsäkring

> En *Begravningsförsäkring* har ingen begränsad giltighetstid. Den är en garanti för, att utbetalningsbeloppet täcker de utgifter kring din begravning, som du planerat för – vilket är en trygghet för både dig och dina närstående.

Utbetalningen från din *Begravningsförsäkring* är ämnad att endast användas för detta ändamål – och eventuellt överskjutande belopp tillfaller dödsboet, om inget annat anges.

> I en begravningsförsäkring kan du själv välja ett utbetalningsbelopp som täcker kostnaderna för ev. extra transportkostnad, officiant, bouppteckning, dödsannons, gravsten, minnesstund med förtäring, m.m. samt möjlighet, att täcka kostnaden för framtida skötsel av din gravplats.

För ytterligare information – fråga din begravningsbyrå eller ditt försäkringsbolag.



Martinus kista vid minneshögtiden i Tivolis Konsertsal, Köpenhamn, 1981.

Förslag till tal vid begravning

När vi nu är samlade för att säga farväl till *NN*, känns det naturligt, om vi här försöker koncentrera oss något omkring *hans/hennes* tankar, som rör livet och döden.

NN:s inställning till det vi kallar döden, var inte att den avslutar själva livet. Tvärtom. *Hans/hennes* inställning var, att döden, djupast sett, är en födelse till en annan värld – ett högre tillvaroplan.

Hans/hennes övertygelse var, att det i alla levande väsen finns något gudomligt och därmed evigt, som *aldrig* kan tas ifrån oss. Utifrån denna övertygelse var *NN* förvissad om, att det endast är vår *fysiska* kropp vi lämnar bakom oss, när den process inleds, som vi benämner döden.

Det var *Martinus* och hans kosmologi eller världsbild, som blev fundamentet för *NN:s* tankar och sätt att vara. Här fann *han/hon* en livsbejakande världsbild, som var logisk och samtidigt ljus och kärleksfull, fri och öppen för alla – fri från alla former av medlemskap, föreningstillhörighet eller kontraktmässig bundenhet.

Till *NN:s* positiva livssyn hörde bl.a. förvissningen om, att döden inte är något vi behöver frukta – den ingår i livets naturliga kretslopp, och kan liknas vid en solnedgång från vårt fysiska tillvaroplan. – En solnedgång som följs av en ännu vackrare soluppgång i en andlig värld, en värld där vi kan uppleva allt som vi är på våglängd med, och där vi också kommer att kunna uppleva varandra igen, när våglängderna mellan oss, består av kärleksfulla tankar och känslor.

Till Dig *NN* som har lämnat vår jordiska tillvaro, för ett högre tillvaroplan, medsänder vi våra käraste tankar, när du nu har inlett din resa i den andliga tillvarons ljusregioner.

Tack för allt du har varit för var och en av oss.

Tack för din vänskap och din kärlek.

Tack för inspirerande tankar och berikande samvaro.

Farväl kära *NN* – inte farväl för evigt, men farväl så länge – tills vi åter möts, i ett kärleksfullt och efterlängtat återseende.

> *Ovanstående text är endast ett förslag – ändra och lägg till, efter eget önskemål.*



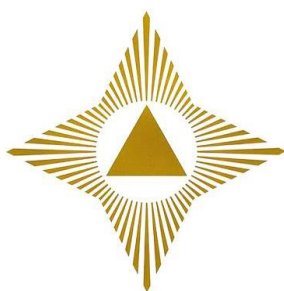
Foto från "Office Clip Art".

Martinus symbol (nr 41)

– för gravyr på gravvård –

Kort förklaring av symbol 41 "Stjärnsymbolen"

Symbolen i sin helhet, är uttryck för själva världssalltet. "Triangeln" visar, att världssalltets grundanalys utgör en "treenig princip" som Martinus i sin kosmologi benämner X1, X2 och X3. Dessa tre realiteter är alltid närvarande i varje levande väsen, och känns igen som "jaget", "skapar- och upplevelse-förmågan" samt "det skapade" eller "organismen". "Triangeln" omges av en "sol", som visar, att livet eller tillvaron, i sin högsta analys, är *absolut ljus*. "Strålarna" som utgår från denna "sol", framträder i "korsets form" vilket visar, att den fullkomligaste manifestationen i livet – är kärlek – eller detta, att kunna offra eller ge sitt eget liv för sin nästa.



© Martinus Institut
www.martinus.dk

Med tillstånd från Martinus Institut,
att användas som mall för gravyr
på gravvård!

Gravvårdar tillverkas i: Sten, smide, komposit, glas eller trä.
Besöka gärna din valda begravningsbyrå för att se deras utbud
och priser. På internet kan du sedan jämföra deras erbjudanden
med övriga begravningsbyråer eller stenleverantörer.

Obs! Vissa begravningsbyråer (exempelvis Fonus) inkluderar
gravyrkostnaden (för både symbol och personliga data) i grav-
stenens grundpris – vid nybeställning.

En **arbetsmall** av Martinus symbol – som underlag för
gravyr på gravsten, kan du ladda ner från Världsbild Förlag:
www.varldsbild.se/images/uploaded/stralkors-detlevandevaset-guld.pdf

> På en **liggande gravvård** bör både symbol och person-
data alltid göras med upphöjd gravyr. I en infälld gravyr på
en liggande sten, samlas regnvatten som kan frysa till is
och skada gravyren.

> På en **stående gravvård** kan text och symbol vara infälld
eller upphöjd eller djupblästrad. I en infälld gravyr kan både
text och symbol vara förgylld, målad samt med intarsia- eller
bronsinläggning. – De båda sistnämnda förslagen är dyrast,
men de håller "för evigt".

Martinus symbol (nr 41) – relief på bronsplatta –

© Martinus Institut
www.martinus.dk

Med tillstånd från *Martinus Institut*,
att monteras på gravvård.



Symbolen tillverkas i två storlekar: *85 x 85 x 3 mm*, samt *120 x 120 x 4 mm*. Vid beställning av gravsten, beställer du samtidigt önskad bronssymbol inkl. montering, samt gravyr av persondata. *Viktigt!* Angående gravyr av persondata på stående eller liggande sten – *se nedanstående information*.

Rosengrens Metallgjuteri AB
Box 30023, 200 61 LIMHAMN, telefon: 040 -15 24 50.
www.rosengrensmetall.se

Stående gravvård: På stående stenar bör bronssymbolen vara "*infälld*" i gravvården – vilket ger längre hållfasthet samt ökad säkerhet mot stöld. Gravyr av persondata kan vara "*infälld*" eller "*upphöjd*", efter eget önskemål.

Liggande gravvård: Liggande stenar bör *aldrig* ha en "*infälld*" bronssymbol eller infälld gravyr med persondata. *Där samlas lätt regnvatten, som riskerar att frysa till is, och därmed orsaka skada på stenen.*
– Här rekommenderas istället en "*upphöjd*" gravyr.

Martinus symbol (nr 41)

– för dödsannons –

© Martinus Institut
www.martinus.dk

*Med tillstånd från Martinus Institut,
att användas som symbol i dödsannons.*

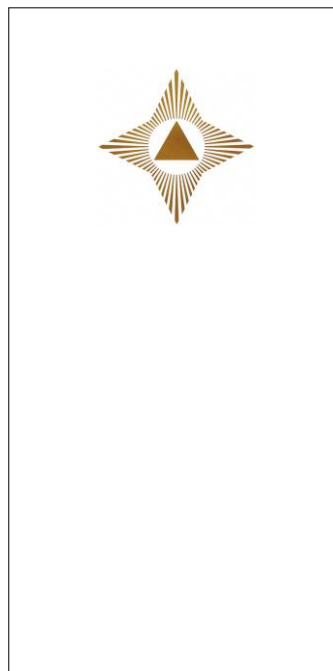
De flesta begravningsbyråer är behjälpliga med utformning och överföring av text och symbol, till önskad dagstidning.

> Vissa tidningar kräver, att beställningen görs – via en auktoriserad begravningsbyrå.

De tidningar som accepterar en "privat" beställning – föredrar att du skickar in textförslag, inklusive en länk med önskad symbol i ett E-brev, till den avdelning som ansvarar för familjeannonser.

> *Martinus symbol ("guld" eller "sv./vit")* kan du ladda ner från *Världsbild Förlags* hemsida – länkar till resp. symbol finner du längst ner på denna sida.

> Flertalet dagstidningar har övergått till en förbättrad teknik (CMYK) för fyrfärgstryck i sina annonser. Detta möjliggör, att den "guldfärgade" symbolen kan införas i annonsen, till ungefär samma kostnad som en "svart/vit" symbol (enligt DN).



> På en dators skärm, kan symbolen ofta visa oskarpa detaljer, eller att färgåtergivningen inte "stämmer med verkligheten".
I en fysisk utskrift av "HUMAN BEGRAVNING" blir symbolbilden oftast mer "verklighetstrogen".

Obs! För att garantera bästa möjliga symbolbild i dödsannonsen – är det viktigt att begravningsbyrån eller tidningens annonsavdelning får tillgång till den mall som gäller för din önskade symbol, vilken kan laddas ner från *Världsbild Förlags* hemsida – via nedanstående två länkar.
(Kontakta din begravningsbyrå eller önskad tidnings annonsavdelning för vidare information).

"Guldfärgad" symbol:

www.varldsbild.se/images/uploaded/stralkors-detlevandevaseendet-guld.pdf

Svart/vit symbol:

<https://www.varldsbild.se/images/uploaded/stralkors-detlevandevaseendet-svart.pdf>

Information – att förvara i plånboken

Ett *transparent* plastfodral (*standardmått: 80x110 mm*)
som passar till detta informationskort – kan köpas
i välsorterade butiker för kontors- och pappersvaror.



Vid min död

Min önskan är, att min kropp **inte** utsätts för obduktion eller andra kirurgiska ingrepp – utöver en normal balsamering. Likaså önskar jag, att min kropp **inte** kremeras eller frystorkas.

When I Die

I wish, that my body is **not** subjected to autopsy, or to be operated upon – in any way, except a standard embalming. I also wish, that my body should **not** be cremated or freeze dried.

>>>

Vid min död / When I Die

Vänligen kontakta mina anhöriga / Please contact my family:

.....
Namn / Name

.....
Telefon / Telephone

.....
Namn / Name

.....
Telefon / Telephone

Mitt namn är / My name is:

.....
Namn / Name

.....
Födelse-nr / Birth date

.....
Gata eller Box / Street or P.O. Box

.....
Postadress / Postal address (City and Country)

>>>

=====

För text och utformning av denna skrift – ansvarar
"Arbetsgruppen för information om human begravning".

Har du tips eller synpunkter omkring innehållet?

Informera oss gärna – till följande postadress:

Stiftelsen Martinus Kosmologi, Fjällgatan 23 B,
116 28 Stockholm. Eller sänd ett e-brev till:

begravningsinfo@martinus.se

=====

Egna noteringar

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....