



50 lat  
UNIVERSUM

**61 853 19 43**

Bezpłatne porady  
pomoc w trudnych chwilach  
przez 24 h na dobę

www.universum-poznan.pl

# UCZCIJ ŻYCIE



Ostatnie pożegnanie jest ważną ceremonią, która ma za zadanie uczcić godnie pamięć o osobie zmarłej, ale także pomóc przejść przez proces żałoby bliskim. Takie symboliczne uporządkowanie i zamknięcie relacji łączącej nas z osobą, która odeszła, ułatwi nam przepracowanie bólu i ostateczne porządzenie sobie ze stratą. Przemysłane przygotowanie tej chwili może pomóc opanować bardzo silne i skrajne emocje towarzyszące tym trudnym momentom, a bardziej osobisty charakter uroczystości pogrzebowej pozwoli także na zachowanie dobrych wspomnień o bliskiej osobie, które nie muszą wiązać się z traumą związaną ze stratą. Przygotowanie ostatniego pożegnania jest zawsze nie lada wyzwaniem logistycznym i emocjonalnym, dlatego pracownicy Universum, w oparciu o swoje doświadczenie i wiedzę, oferują kompleksowe wsparcie w tym zakresie i starają się wesprzeć rodzinę osoby zmarłej w tych trudnych chwilach.

Symbolika ostatniego pożegnania ma swoje głębokie uzasadnienie w psychologicznym aspekcie radzenia sobie ze stratą i wszelkie zabiegi, które pozwolą nam pożegnać się ze zmarłym, są bardzo cenne. Nie zawsze mogliśmy zrobić to osobiście, dlatego np.: zlecenie wykonania fotoportretu, który zostanie wystawiony na uroczystości, napisanie mowy pożegnalnej, listu, wiersza, zaśpiewanie czy zagranie utworu, który był ważny dla osoby bliskiej w czasie ostatniego pożegnania, to nieocenione gesty, które w symboliczny sposób pozwalają dopełnić naszej ostatniej powinności i przejść do kolejnego etapu żałoby. W tych chwilach często targają nami tak silne emocje, że nawet nie pamiętamy, kto przybył na ce-

remionię pożegnania. Podczas ceremonii organizowanej przez Universum istnieje możliwość zrobienia dyskretnie kilku zdjęć, które w formie księgi kondolencyjnej zostaną wręczone rodzinie. To pamiątka, która po czasie może stać się dla nas cenna.

Niech drogowskazem będą dla nas pasje, a także antypatie osoby zmarłej, a poszanowanie jej woli najwyższą wykładnią. Co ważne, warto zadbać o pewne elementy, czasem detale, które pomogą nadać tej uroczystości bliższy i prywatny charakter.

Muzyka to bardzo ważny element uroczystości pożegnalnej. W większości przypadków rodzina decyduje się na klasykę, jednak w przypadku osób, które były związane z muzyką albo po prostu kochały muzykę, warto pokusić się o repertuar, który przypadłby im do gustu. Dziś możliwości techniczne umożliwiają zaprezentowanie zarówno w kondukcji, jak i w sali pożegnań, każdego gatunku muzycznego. Ulubione utwory osoby zmarłej będą na pewno ważnym elementem oddania hołdu jej doczesnym zainteresowaniom. Coraz częściej stajemy się odważniejsi w tym zakresie i wybieramy, np.: muzykę znanych wykonawców bluesowych, jazzowych, czy rockowych. Muzyka na żywo w wykonaniu ulubionego instrumentalisty czy śpiew może także być unikalnym dopełnieniem uroczystości.

Temat ubrania to kwestia nie tak prosta, jak mogłoby się wydawać. Przywykliśmy, że osobę bliską chowamy w eleganckim, tradycyjnym stroju, zwyczaj w barwach ciemnych: czerniach, popielach, brązach. Nie zawsze są to jednak barwy, w których osoba zmarła dobrze się czuła, podobnie jak galowy strój nie musiał należeć do preferowanych przez nią. Bywa, że osoby nam bliskie mają swoje ulubione rzeczy, zestawy, kolory i czasem już za życia jasno

deklarują swoją wolę, jednak po ich stracie górę biorą tradycja i konwencjonalne podejście. Warto wyjść na przeciw życzeniom zmarłego i spełnić jego ostatnią wolę. Jeszcze nie są codziennością pochowania w stroju nieformalnym, ale przewidujemy, że trend będzie szedł w tym właśnie kierunku. Warto pomyśleć czy osoba bliska miała jakiś przedmiot, który bardzo lubiła, jeżeli jest taka możliwość, niech towarzyszy jej on w drodze także po tej drugiej stronie.

Kwiaty, wianki, wieńce. Dobrze wiedzieć jakie osoba bliska lubiła kwiaty, a jeżeli nam tej wiedzy brakuje, dopytajmy bliskich. Prosty gest, ale ta chwila starania, to również nasza forma pożegnania i należytej czci. Przygotujmy wianki nawiązujące do barw i gatunków, które osoba zmarła lubiła, będzie to także ukłon w stronę rodziny, która na pewno będzie wdzięczna za taki wyraz pamięci o zmarłym.

Istnieje przekonanie, że pomnik powinien coś mówić o człowieku. Każdy z nas ma swoje pasje, sam jest dla wielu ważną osobą, a pomnik jest formą, która ma za zadanie uczcić życie i pozostawić dla potomnych trwałą pamiątkę. Często ta pamiątka pozwala kolejnym pokoleniom kształtować ich tożsamość. Nie wielkość decyduje o czci, ale zaangażowanie i serce, dlatego warto pochylić się nad planowaniem wzoru nagrobka przez pryzmat inwestycji i postarać się zaprojektować formę, która będzie mówić coś więcej o osobie, która spoczywa w danym miejscu.

Zachęcamy Państwa do nadania osobistego charakteru uroczystości ostatniego pożegnania i nie ulegania stereotypom, które mają za zadanie blokowanie emocji związanych ze stratą. Tylko uwolnienie naszych uczuć i samodzielne przepracowanie bólu, pomoże właściwie przeżyć czas żałoby i powrócić do życia w pełni sił. Nasze codzienne doświadczenia z praktyki funkcjonowania w Universum utwierdzają mnie w przekonaniu, jak ogromne znaczenie dla naszego życia po stracie oraz pamięci jaką zachowamy o zmarłym ma ta symboliczna uroczystość, dlatego też chciałem dziś podzielić się z Państwem tą refleksją.

**Specjalnie dla naszych Czytelników  
radził specjalista Universum – Leszek Grabarski**



Jedna z najdłuższych działających w Wielkopolsce i jedna z największych firm pogrzebowych w Polsce. Jej tradycja sięga lat 60. XX wieku. Od 1975 roku zarządza dwoma poznańskimi cmentarzami komunalnymi. Prekursor kremacji w naszym kraju, które przeprowadza od 1993 roku. Firma świadczy kompleksowe usługi związane z organizacją ceremonii pogrzebowej, oferuje szeroki wybór trumien, urn, wieńców oraz odzieży okolicznościowej, jak również usługi związane z opieką nad grobami dla osób, które z różnych powodów same nie mogą odwiedzać mogił swoich bliskich. Własna baza transportowa pozwala na przewóz zmarłych na terenie całej Europy. Najwyższego standardu świadczonych przez Universum usług dowodzą wielokrotnie wygrane w przetargach na organizację pochówków zlecanych przez poznański MOPR oraz liczne certyfikaty jakości, w tym ISO 9001.



**Miłostowo**, Cmentarz Komunalny nr 1, tel. 61 878 02 20  
**Junikowo**, Cmentarz Komunalny nr 2, tel. 61 867 65 71  
**Zakład Kremacji**, Miłostowo, tel. 61 872 80 01

Ul. Woźna 15a, 61-777 Poznań  
Ul. Grunwaldzka 305, 60-179 Poznań  
Ul. Gnieźnieńska 36, 61-021 Poznań

tel. 61 853 19 43, fax 61 852 93 20  
tel. 61 867 65 71, fax 61 867 60 01  
tel. 61 872 40 14, fax 61 872 40 14