



Human-Etisk  
Forbund

En orientering om  
**Humanistisk gravferd**



Brosjyren er informasjon til pårørende som skal forberede en Humanistisk gravferd. Den kan også være til nytte for deg som vil skrive ned ønsker om din egen gravferd. Begravelsesbyråer vil kunne bruke heftet som en orientering om Human-Etisk Forbunds anbefalinger og bistand ved gravferd.

For ytterligere informasjon om formaliteter og praktiske forhold omkring dødsfall, anbefales kontakt med lokale gravferdskontorer og begravelsesbyråer.

Oslo, mai 2015

# Innhold

Human-Etisk Forbund .....	4
Generelle forberedelser .....	6
Planlegging av seremonien .....	9
Om gravplasser .....	15
Askespredning .....	17
Min siste vilje .....	19
Eksempler på seremoniprogram .....	21
Eksempler på sanger, dikt og musikk .....	22



**Human-Etisk Forbund** er en humanistisk livssynsorganisasjon. Forbundet arbeider for å videreutvikle humanisme som livssyn og bidra til at mennesker kan leve sitt liv i henhold til det. Sentralt er arbeidet for et livssynsnøytralt statsapparat, livssynsfrihet og respekt for menneskerettighetene.

Forbundet har helt siden starten sett det som viktig å kunne tilby verdige humanistiske seremonier ved livsløpsovergangene. Enkeltmenneskets holdninger og verdier spiller en avgjørende rolle i valget av seremoni. Forbundets seremonitilbud er med på å

uttrykke folks livssynstilhørighet. Ved å understreke folks behov og mulighet til å velge, er de humanistiske seremoniene et bidrag til reell livssynslikestilling.

### **Det humanistiske livssynet**

Humanismen tar utgangspunkt i mennesket selv og fremhever den enkeltes menneskeverd, selvstendighet, ukrenkelighet og verdighet. Humanismen har som mål at mennesker skal leve gode liv på egne premisser og vise ansvar for hverandre.

I humanismen inngår en forpliktelse overfor menneskeret-

tighetene som uttrykk for sentrale verdier og idealer. Humanismens virkelighetsforståelse, etikk og menneskesyn er basert på fornuft og erfaring, rasjonell og kritisk tenkning, følelser, empati og medmenneskelighet.

Se forbundets nettsider, [human.no](http://human.no), for mer informasjon om humanisme og humanistisk livssyn.

### **Humanistisk gravferd**

Humanistisk gravferd er en verdig og høytidelig seremoni til minne om avdøde på et humanistisk verdigrunnlag. Gravferden er uten religiøse programinnslag og avholdes i et egnert lokale. Alle som ønsker det kan velge Humanistisk gravferd. I henhold til gravferdsloven skal alle gravlegges på en offentlig regulert gravplass (kirkegård) i kiste eller i urne. Alternativt kan askespredning velges.

Gravferdsbyråene kan tilby kjøp av tjenester som å ordne alt det praktiske og gi nødvendige meldinger til det offentlige. Om ønskelig kan byråene formidle kontakt med Human-Etisk Forbund. Forbundet tilbyr gravferdstalere som bistår de pårørende

med råd og veiledning, valg av musikk, dikt mv. til seremonien, med å holde minnetale og å være seremonileder. Egnet lokale er ikke kirke, men for eksempel allmenne gravkapell, forsamlingshus, kulturhus eller i hjemmet. Seremonien kan også finne sted i friluft.

Humanistisk gravferd kan benyttes når den avdøde selv ønsket det, eller når de pårørende mener en slik gravferd er den best egnede form for høytidelighet. Jfr. revidert gravferdslov (2012) § 1: «Gravlegging skal skje med respekt for avdødes religion og livssyn.» Det er de pårørende eller andre som har gravferdsretten som skal ta den endelige avgjørelsen om hva slags seremoni som skal velges. Det er likevel verdt å undersøke om avdøde etterlot en skriftlig erklæring, for eksempel *Min siste vilje*, med ønsker for sin gravferd.

Human-Etisk Forbund sentralt kan oppbevare en kopi av *Min siste vilje* for medlemmer.

For mer informasjon om Humanistisk gravferd og de andre seremoniene Human-Etisk Forbund arrangerer, se [human.no/seremonier](http://human.no/seremonier).

# Generelle forberedelser

## **Ansvaret for gravferden**

Den som juridisk er nærmeste pårørende har rett til å besørge gravferden. I henhold til gravferdsloven gjelder følgende rekkefølge: Ektefelle (alternativt samboer eller registrert partner i fire år), barn over 18 år, foreldre, barnebarn, besteforeldre, søsknen, søskens barn og foreldres søsknen. Merk at alle like parter (alle barn, alle søsknen mv.) er likestilt, og at den/de med tildelt juridisk rett over gravferden ikke er bundet av avdødes uttrykte ønsker. Dersom det ikke finnes familie eller andre med rett til gravferden, eller pårørende ikke ønsker å ivareta den tildelte retten, er kommunen

ansvarlig for gravferden.

Se gravferdsloven på lovdata.no eller human.no/gravferd for mer informasjon.

Etter fylte 18 år kan en, hvis ønskelig, i skriftlig erklæring fastsette hvem som skal ha rett til å sørge for gravferden. På den måten kan en selv utpeke et familiemedlem, en venn eller kollega til å ordne seremonien i en form som føles riktig. Den utpekt vil også ha det økonomiske ansvar og for formalitetene etter dødsfallet, festing av gravplass og stell av graven.

Gravlegging i kiste/jord må finne



sted innen 10 virkedager etter dødstidspunkt.

### **Seremonisted**

Humanistisk gravferd kan avholdes i lokaler med et verdig preg og hvor uteleieren tillater slik bruk. Kommunale gravkapell, offentlige krematorier, sykehus- og sykehjemskapell kan brukes av alle. Eventuell religiøs/kristen utsmykking kan om ønskelig og mulig tas ned eller dekkes til.

Begravelsesbyråene formidler gjerne kontakt for bruk av et lokale. At lokalet er verdig og høytidelig har stor betydning for en god op-

plevelse av seremonien. Seremonien kan også holdes i hjemmet. Seremonien kan avholdes uten kiste, det vil si kun med et bilde av avdøde og/eller med urne. Dette kan være aktuelt hvis legemet er donert til forskning, ved seremoni etter kremering, ved urnenedsetting eller ved askespredning.

Dersom det ikke er verdige kapeller til rådighet bør kommunen stille lokaler til disposisjon, for eksempel rådhus, kulturhus, grønnehus, skoleaulaer eller gymnastikkssaler.

### **Annonse og trykket program**

Seremonien annonseres gjerne på

forhånd dersom det er ønskelig å legge til rette for at alle som hadde en tilknytning til avdøde skal få anledning til å delta. Humanistsymbolet kan benyttes både i annonsen og i det trykte programmet.

Som personlig uttrykk er det flere som bruker foto av avdøde i programmet. Kunst og tegninger kan også benyttes som illustrasjon. Navnet på de medvirkende i seremonien bør settes i programmet, og innslagene bør gis en god beskrivelse med titler, komponist og forfatter. Når Human-Etisk Forbunds representant holder tale, skal talerens navn stå i programmet, og det skal stå Human-Etisk Forbund under talerens navn. Byråene er behjelpelige både med annonse og trykking av program som betalt tjeneste.

### **Bruk av taler fra Human-Etisk forbund**

Human-Etisk Forbunds gravferdstalere bistår ved et økende antall humanistiske gravferder. Gravferdstalerne er medlemmer av forbundet, har gjennomgått et kvalifiserende kurs, er sertifisert av HEF og bistår med dette i sin fritid. Begravelsesbyrået kan formidle kontakt med Human-Etisk Forbund. Etter at taleren har sagt ja til oppdraget, kontaktes pårørende for avtale om

besøk og samtale. Det anmodes om at de pårørende forbereder seg til dette ved å sette opp noen momenter om avdødes liv og interesser. Taleren er avhengig av faktaopplysninger og beskrivelser fra de pårørende som grunnlag for å skrive talen.

Taleren kan gi råd om seremoniens innhold, for eksempel valg av dikt, sang, musikk samt innslagenes rekkefølge. Taleren samarbeider med de pårørende og med byrået, og sørger for regien og er seremonileder i seremonien.

### **Tidsfrister og gebyr**

Ved medlemmers død og med varsel minst fem dager før seremonien, vil forbundet kunne yte bistand med minnetale. Hvis avdøde ikke var medlem og ved kortere tidsfrist, forsøker forbundet å hjelpe så langt kapasiteten rekker.

Talerens bistand koster ikke noe for de pårørende dersom avdøde var medlem eller var et medlems barn under 15 år.

Om avdøde ikke var medlem faktureres et gebyr via begravelsesbyråets samlefaktura.

For mer informasjon, se [human.no](http://human.no).



## Planlegging av seremonien

De fleste ønsker å markere livets slutt med en seremoni. Seremonien bør holdes på et verdigrunnlag i tråd med avdødes uttrykte livssyn. Den/de nærmeste pårørende har juridisk rett til å ta beslutninger vedrørende gravferden, inkludert seremonien, med mindre det foreligger annen viljeserklaering fra avdøde (se avsnitt «Ansvarer for gravferden»). I en Humanistisk seremoni vil Human-Etisk Forbunds gravfestsstaler hjelpe de pårørende med seremonien og angi noen rammer

for en seremoni på et humanistisk verdigrunnlag.

For å gi minnestunden et personlig preg kan det velges musikkstykker, sang og dikt som avdøde var glad i. Det er en selvfølge at det i en humanistisk seremoni ikke forekommer religiøse programinnslag. De pårørende eller byrået kontakter selv de medvirkende (organist, solomusikere etc.).

Det er ingen faste innslag eller

formelle krav til selve programmet ved Humanistisk gravferd.

En seremoni har et variert program av en viss varighet og gir de frammøtte en opplevelse av høytid, verdighet, mening og innhold. Programmet forløper av seg selv uten konferansier.

### **Eksempler på innslag i en seremoni**

En seremoni kan inneholde ulike innslag, både inne i lokalet og ute ved graven.

#### **Inne i lokalet**

- Inngangsmusikk
- Klokkeringing (hvis ønskelig og mulig på stedet)  
for å markere seremoniens start
- Musikk (instrumentalt, CD, sang, kor, solofremtreden etc.)
- Diktlesning
- Musikk
- Minnetale
- Høytlesing av kranse-/blomstersløyfer
- Musikk
- Personlige minneord fra familie, venner og kollegaer etc.
- De nærmeste legger en rose/blomst etc. på kisten  
(kan også skje ute ved graven)
- Kransepålegging
- Musikk
- Senking av kisten dersom praktisk mulig og når kisten skal stå igjen inne – alle reiser seg
- Alternativt stille stund
- Musikk
- Taleren eller de pårørende takker til slutt de fremmøtte for deltagelse og gir eventuelt praktiske beskjeder om f.eks. invitasjon til påfølgende minnesamvær
- Klokkeringing ved seremoniens slutt.

Dette er kun ment som eksempel. Det behøver ikke å være så mange innslag i en seremoni.

## **Ved graven**

I enkelte tilfeller fortsetter seremonien med utbæring. Det kan foregå på følgende måte:

- Takk og praktiske beskjeder bør sies inne dersom det er upraktisk ute ved graven (mange deltakende, surt vær, vanskelig terrengetc.)
- Utbæring av kisten i stillhet eller til musikk – alle reiser seg.  
Alle hjelper til med utbæring av kranse og blomster.

Byrået organiserer båretralle for gange til graven eller eventuell bilkolonne til annen gravlund.

- Byrårepresentantene hjelper til med å ordne blomster/kranse rundt graven.
- Diktlesning/solospill
- Taler sier noen ord
- Senking av kisten (ulik lokal praksis)
- Takke for deltagelse, eventuelt gi praktiske beskjeder

## **Enkel/kort seremoni eller ingen seremoni**

Det hender at den avdøde har gitt uttrykk for at han/hun ikke ønsker noen seremoni, eller at det må være en enkel seremoni. Pårørende står fritt i å etterkomme avdødes ønsker. Den vanligste formen for enkel seremoni er at minneord eller en generell tale rammes inn av musikk på denne måten:

- Instrumental musikk som innledning
- Minnetale
- Instrumental musikk som avslutning

## **Ankomst og syning**

Pårørende bør ankomme i god tid før seremonien begynner dersom de ønsker å ha tid til å hilse på slekt og venner og ved behov for å konferere med taler og byrået om detaljer før seremonien begynner. Det kan også være godt å ha god tid for å få ro omkring det som skal skje. Pårørende som ønsker å kombinere tiden med syning, det vil si å

ta av kistelokket for å se avdøde en siste gang før seremonien, bør avtale dette med byrået på forhånd.

### **Lys, blomster, bilder og symboler**

Bruk av levende lys og blomster er skikker som finnes på tvers av kulturer og livssyn. Slike skikker bidrar til en verdig og høytidelig seremoni. Om ønskelig kan humanistsymbolet trykkes på kranse og blomsterbånd for å vise avdødes livssyn og gravferdens verdigrunnlag. Et fotografi eller personlige gjenstander ved kisten kan oppleves godt for de etterlatte.

### **Inngangsmusikk**

Mange foretrekker dempet musikk fra orgel eller CD som inngangsmusikk de siste 15-20 minuttene før seremonien begynner. Organisten velger passende og verdslige musikkstykker dersom annet ikke er avtalt. Avtal gjerne på forhånd med organisten hva som skal spilles.

### **Klokkinging**

Ved Humanistisk gravferd kan klokkinging benyttes som et symbolsk samlings start- og/eller sluttsignal for seremonien.

Klokkinging forekommer i både verdslige og religiøse seremonier. Ringingens varighet kan være fra noen få slag til ett minutt, alt etter ønske. Lokale skikker kan variere og enkelte seremonilokaler har ikke klokkinging tilgjengelig.

### **Minnetale og minneord**

Forbundets gravferdstaler bidrar til forberedelser av seremonien og har oversikt over innslagene under seremonien.

I samtale med familien gir taleren råd om sin bistand og om seremoniinnholdet i henhold til forbundets rammer. Taleren kan besørge hovedtalen. Hovedtalen består av omtale av avdøde og noen betraktninger om livet og døden. Minneord og hilsninger fra andre fremføres etter hovedtalen.

Forbundets gravferdstaler kan også bidra med å lese hilsninger på kranse- og blomstersløyfene, lese minneord fra familie og besørge kransepålegging i samarbeid med byrået. Om ønskelig kan taleren takke for fremmøtet på vegne av familien, takke for gaver til gode formål og gi praktiske beskjeder, for eksempel om påfølgende minnesamvær.

## **Musikk og sang**

Vanligvis følges to hovedprinsipper ved seremonioppbygging:

- Programmet rammes inn (seremonien begynner og slutter) med instrumental musikk
- Verbale innslag (tale/minneord/applesning/annet) veksler med sang eller musikk

Bruk av musikk og dikt som avdøde var glad i kan gi seremonien en mer personlig karakter. Kombinasjon av levende musikk og avspilt musikk er som regel mulig, avhengig av lokalets beskaffenhet og byråets/andres tilbud om teknisk bistand. Noen kapeller og lokaler har installert anlegg for avspilling av musikk, og mange byråer har slike anlegg for utleie. Det kan avtales at en fra byrået betjener anlegget under seremonien. Begravelsesbyråene kan formidle kontakt med organist, musikere og sangere.

## **Kransepålegging**

Familie, venner, arbeidsgiver eller kolleger ønsker ofte å si noen minneord og legge på krans eller blomsterbukett. Praksis er at vedkommende avtaler dette med de pårørende på forhånd, slik at de har kontroll med hvem som øn-

sker å bidra i seremonien. Dette må også taleren og byrået få vite om, med hensyn til den tilmalte tiden. Dersom det er mange innslag, kan kanskje noen av dem flyttes til minnesamværet.

Kransepålegging skjer ved at byrårepresentanten eller taleren løfter opp den aktuelle kransen og holder den opp mens personen sier sine minneord/hilsninger og leser fra sløyfen. Deretter settes kransen ned igjen.

## **Stille stund og senking av kisten**

Det er god seremoniell skikk å gi de deltagende anledning til å reise seg i en stille stund i ærbødighet og ettertenksomhet. Dette kan skje som et eget punkt i seremonien, for eksempel før siste musikkinnslag eller når kisten skal senkes i gulvet.

Senking av kisten er et symbolsk uttrykk for at avdøde forlater forsamlingen. Kisten senkes vanligvis til gulvnivå, slik at båredekorasjonene fortsatt er synlige. Ved jordbegravelse varierer det ut fra lokale skikker om kisten senkes til bakkenivå eller helt ned. Ved senking av kisten helt ned i bunnen av graven kan det oppleves som at man følger den døde helt

til siste hvilested. Mange opplever det som en god følelse.

### Avsutning og utgang

Når siste musikkinnslag har tonet ut håndhilser taleren på de nærmeste pårørende som et tegn på at seremonien er slutt. Taleren eller et familiemedlem kan takke forsamlingen for deltagelsen og eventuelt invitere til minnesamvær etterpå. Slik takk fremføres helst inne før utgang, slik at alle kan høre det. Noen steder er skikken at familien går først ut av lokalet, mens de andre følger etter. Alternativt, når kisten skal stå igjen inne kan taleren, etter familiens ønske, si «Vi gir den nærmeste familie en stund alene ved kisten før de kommer ut.» og «Takk for i dag!». Forsamlingen går ut og familien får være de siste som opplever nærhet med kisten.

### Kistegravferd og kistebil

Pårørende bør på forhånd ha klarhet om hvilke seks personer som skal bære ut kisten og om kranser og blomsterhilsninger skal bringes med til graven. Byrået kan bistå med organisering av dette. Utenfor settes kisten vanligvis på en hjulvogn som bærerne leder frem til gravstedet.

Det kan gis anledning til at de som ønsker det legger en blomst på kisten. Deretter kan det forekomme diktopplesning, en sang eller et musikkinnslag før senking av kisten. Taler eller pårørende kan avslutte med noen velvalgte ord. Ved utbæring til kistebil ventes det til hele forsamlingen er ute av lokalet og kan se kisten og bilen før dørene lukkes og bilen kjører sakte bort. Når bilen er ute av synе håndhilser taleren på de pårørende for å markere at seremonien er slutt. Det er ikke vanlig med noe program eller noen ord ute ved kistebilen. Kistebilen er normalt utstyrt med kors på taket, men dette bør dekkes til eller tas av. Det bør benyttes et humanistisk eller nøytralt symbol. De pårørende bør gi beskjed på forhånd til byrået eller taleren om hvilket symbol som ønskes benyttet (f.eks. humanistsymbolet).

Hvis kisten skal transporteres til en gravlund et annet sted bør de pårørende på forhånd ha besluttet om sluttseremonien ved graven skal skje kun med den nærmeste familie til stede eller om den skal være åpen for alle. En eventuell lang bilkortesje og påfølgende parkering bør organiseres, eventuelt med politiets bistand.



## Om gravplasser

### Offentlig gravplass og rettigheter

Alle innbyggere i Norge skal, i følge gravferdsloven, gravlegges på en offentlig regulert gravplass. Eventuelt kan det søkes om askespredning. Soknet (menighetene) ved Kirkelig Fellesråd har etter dagens lovgivning og statskirkesystem eiendomsrett til gravplassene. Mange kan finne det uforenlig med sitt livssyn å måtte bli gravlagt på religiøst eiet grunn. Tiden vil vise om dette endres til offentlig, kommunalt eiet grunn. Tros- og livssynssamfunn

har på linje med Den norske kirke rett til å kjøpe tomt og anlegge egne gravplasser. Human-Etisk Forbund har ikke slike planer og henviser til de offentlige gravplassene.

Alle pårørende har rett til gratis gravlegging for sine døde i dennes bostedskommune. Ved gravlegging i annen kommune kan det med dagens lovgivning kreves et kommunalt gebyr for å dekke gravkostnadene. Humanistsymbolet kan preges på gravs-

tein eller annet gravminne.  
I henhold til gravferdsloven er det fritt å ha gravminne eller ikke på et gravsted.

Søknad om grav for kiste eller askeurne på privat område utenfor gravplassen kan rettes til fylkesmannen. Dette er imidlertid strengt definert og er kun blitt innvilget når det har vært av betydelig offentlig interesse.

### **Anonym minnelund**

En anonym minnelund er et åpent gravplassareal for nedsetting av urner og kister. Det kan være en felles og nøytral bauta eller stein, eller et blomsterbed uten navn. Dette finnes på de fleste gravplassene, særlig i byene.

### **Navnet minnelund**

En navnet minnelund er et åpent gravplassareal for nedsetting av urner og kister, med felles bauta/stein/blomsterbed med navneskilt og årstall for de døde. Det må betales en festeavgift for navneskiltet. Dette er et forhold-

svis nytt tilbud som kun finnes enkelte steder. Human-Etisk Forbund arbeider for at alle gravplasser skal kunne tilby navnet minnelund.

### **Forvaltning av gravplassene**

I revideringen av gravferdsloven av 1997 ga Stortinget Det Kirkelige Fellesråd i kommunen forvaltningsansvaret over gravplassen og over gravferdsadministreringen. Noen få kommuner har inngått avtale med kirken om kommunal utførelse av forvaltningsjobben, slik den var før revideringen. Human-Etisk Forbund arbeider for at alle kommuner skal ta denne forvaltningen tilbake og at ansvaret blir kommunalt/offentlig.

Den kirkelige forvaltningen innebærer at alle innbyggere, uavhengig av tros- eller livssynstilhørighet, ved spørsmål og avtaler om gravferd og gravsted må henvende seg til en kristen menighet og kontor.

# Askespredning

Fylkesmannen kan, etter søknad fra personer som har fylt 15 år, gi midlertidig tillatelse til spredning av ens egen kommende aske på angitt sted. I tidens løp kan det skje bruksendringer og nye offentlige reguleringer på det søkte stedet for askespredningen. De pårørende må derfor henvende seg på nytt til fylkesmannen for endelig tillatelse etter vedkommendes død. Tillatelse kan også gis etter vedkommendes død når pårørende går god for at avdøde ga muntlig eller skriftlig uttrykk for ønsket om å få sin aske spredt i naturen. Slik tillatelse kan også gis for aske etter barn når nærmeste etterlatte ønsker det. Fylkesmannen kan sette vilkår med angitte steder for å spre asken. Spredningen kan, i følge gravferdsloven, finne sted på hav, fjord, elv, større innsjø, på fjellet eller i stort skogområde. Stedet

må være i god avstand fra hus og hytte og hvor mennesker og båter ferdes. Ved spredning av aske gis det ikke anledning til eget gravsted på gravplass eller egen navneinskripsjon på for eksempel en familiegravstein. Asken må i jorden ved urnenedsettelse eller spres i naturen innen seks måneder etter dødsfallet.

Gravferdsbyråer og lokale gravplasskontorer kan være behjelplig med formalitetene. De pårørende får askeurnen utlevert fra krematoriet. Fylkesmannens kontor kan i ettertid kreve dokumentasjon på at askespredningen er foretatt i henhold til regelverket. Human-Etisk Forbund kan om ønskelig assistere ved urnenedsettelse og askespredning, så langt forbundets kapasitet rekker.





## Min siste vilje

Mange pårørende synes det er til stor hjelp at avdøde før sin død har skrevet noe om sine eventuelle ønsker om hva som skal skje med legemet etter sin død. Det kan også være at noen har ønsker om gravferden og seremonien forøvrig. Human-Etisk Forbund har utarbeidet et skjema, Min siste vilje, hvor man kan skrive ned ønsker for sin egen gravferd. Dette kan gjelde spørsmål om kremasjon eller jordbegravelse (kistegravferd), gravsted, urnegrav eller spredn-

ing av asken. Det samme gjelder ønsker for seremonien, som valg av sanger, dikt, musikk og hvem som ønskes å fremsi minneord og om hvem som gis gravferdsretten. En eventuell erklæring om donasjon kan nedtegnes i skjemaet, men en slik erklæring skal først og fremst føres opp på eget donorskjema.

Et utfylt skjema til etterlatte vil øke sannsynligheten for at ønskene blir forstått og respektert. Det kan også gjøre alle parter mer trygge



på hva som skal skje når tiden er inne. Merk at det kun er to forhold som i henhold til gravferdsloven er juridisk bindende å følge fra *Min siste vilje*:

1. Ønske om kremasjon
2. Hvem som skal ha beslutningsrett om gravferden (gravfersetten). Denne kan imidlertid gi gravfersetsretten videre til annen person eller kommunen om ønskelig.

Pårørende flest vil prøve å følge de avgitte ønsker og samtidig forestå en seremoni av hensyn til barn, barnebarn, venner, ettermæle etc. Spesielle ønsker, som

for eksempel ingen seremoni eller ingen markering, kan derfor gi vanskelige avveininger hos den/de som har ansvaret for gravferden.

Skjemaet *Min siste vilje* finnes på [human.no/gravferd](http://human.no/gravferd) eller kan fås ved henvendelse til forbundet. En reservekopi kan sendes Human-Etisk Forbund v/hovedkontoret for arkivering. Kopien returneres til pårørende ved henvendelse.

# Eksempler på seremoniprogram

EKSEMPEL 1

## MUSIKK

AIR (J. S. BACH)

## MINNETALE

V/... FRA HUMAN-ETISK FORBUND

## MUSIKK

MORGENSTEMNING (E. GRIEG)

EKSEMPEL 2

## MUSIKK

SOMMERNATT VED FJORDEN (K. BJØRNSTAD)

## DIKT

JUNIKVELD (H. BØRLI)

## MUSIKK

VED RONDANE (E. GRIEG)

## MINNETALE

V/... FRA HUMAN-ETISK FORBUND

## MUSIKK

ELVIRA MADIGAN (W. A. MOZART) (SENKING AV KISTEN)

## STILLE STUND

## MUSIKK

IMAGINE (J. LENNON & P. McCARTNEY)

EKSEMPEL 3

## SAXOFONSOLO

SÅ SKIMRANDE VAR ALDRIG HAVET (E. TAUBE) V/...

## DIKT

Å VERE I LIVET (H. M. VESAAS)

## SOLOSANG

JAG VIL TACKA LIVET (B. ÅHMAN/V. PARRA) V/...

## MINNETALE

V/... FRA HUMAN-ETISK FORBUND

## ALLSANG

DIN TANKE ER FRI (A. CRANNER/TYSK FOLKETONE) M/ TRYKKET TEKST

## SAXOFONSOLO

UT MOT HAVET (E. F. BRAEIN) V/...

## MINNEORD V/FAMILIEN, VENNER M.FL.

## SOLOSANG

I ENSOMME STUNDE (O. BULL/M. J. MONRAD) V/...

## ROSER

## ALLSANG

Å LEVA DET ER Å ELSKA (A. VASSBOTN/P. STEENBERG) M/TRYKKET TEKST

## STILLE STUND

## SAXOFONSOLO VÅREN (E. GRIEG) V/...

# Eksempler på sanger, dikt og musikk

## Sanger

**Lys og varme** Aleksandersen, Åge

**What a Wonderful World** Armstrong, Louis

**Gje meg handa di, ven, når det kveldar** Bratland, Sondre/Irsk folketone

**Din tanke er fri** Cranner, Alf/Tysk folketone

**Vem kan segla förutan vind?** Finsk folkemelodi

**Til ungdommen** Grieg, Nordahl/Mortensen, Otto

**Vuggevise** Gunderssen, Jens

**Kvelden lister seg på tå** Hagerup, Inger/Hauger, Kristian

**Ellinors vise** Hagerup, Klaus/Kjelsberg, Sverre

**Skjærgaardsø** Hamsun, Knut/Sommerfeldt Ø.

**De unge slekter** Holt, Kåre/Kramer-Johansen, Jolly

**Vårsøg** Hyldbakk, Hans/Sommero, Henning

**Höstvisa** Jansson, Tove/Tauro, Erna

**Imagine** Lennon, John

**Öppna landskap** Lundell, Ulf

**Vi skal ikke sova burt sumarnatta** Lygre, Aslaug Låstad/Tveitt, Geirr  
**Nocturne** Løvland, Rolf (*Secret Garden*)  
**Danse, ikke gråte nå** Nilsen, Lillebjørn  
**Barn av regnbuen** Nilsen, Lillebjørn/Seeger, Pete  
**Nothing compares to you** O'Connor, Sinead  
**Jag vill tacka livet (Gratias a la vida)** Parra, Violeta/Åhman, Brita  
**Lugn vilar sjön** Pfeil, Heinrich  
**Kveldssang** Prøysen, Alf  
**At jorden er en stjerne** Rimestad, Dagfin  
**Solefallssang** Rolfsen, Nordahl/Olsen, Ole  
**Kjærlighetsvise** Sivertsen, Halvdan  
**Nordafør** Sivertsen, Halvdan  
**Den första gång jag såg dig** Sjöberg, Birger  
**Vandringsvise** Skjæraasen, Einar  
**Nocturne** Taube, Evert  
**Så skimrande var aldrig havet** Taube, Evert  
**Å leva det er å elska** (i siste linje benyttes originalteksten:) Å spegla ein himmel av» Vassbotn, Anders/Steenberg, Per  
**Den dag kjem aldrig at eg deg gløymer** Vinje, Aasmund O./No. folkemelodi  
**Ved Rondane** Vinje, Aasmund O./Grieg Edvard  
**Våren** Vinje, Aasmund O./Grieg, Edvard  
**I natt jeg drömde något...** Vreeswijk, Cornelis/McCurdy, Ed  
**De hundrede violiner** Øverland, Arnulf/Alnæs, Eyvind

## Dikt

**Stop all the clocks** Auden, Wystan Hugh  
**Rast ved rinnende vann** Boyson, Emil  
**Men veit** -Bruheim, Jan Magnus  
**Um å bera** Bruheim, Jan Magnus  
**Junikveld** Børli, Hans  
**Vi bøyer vårt hode i sorg** Baalsrud, K. & K.  
**Sorg** Digranes, Anne Gullbjørg  
**De beste** Grieg, Nordahl

- Til ungdommen** Grieg, Nordahl  
**Akk våre dødes navn** Hagerup, Inger  
**Til fremtiden** Hagerup, Inger  
**Vær utålmodig menneske!** Hagerup, Inger  
**Våre små søsken** Hagerup, Inger  
**Du skal plante et træ** Hein, Piet  
**Takk** Ibsen, Henrik  
**Det liv er ikke lengst** Jakobsson, Nauma  
**Vandringsmanns vise** Kiran, Hartvig  
**Frigjort** Kvalstad, Louis  
**Til en sønn** Lindberget, Amund  
**Den siste sommernatten** Mehren, Stein  
**Mening med livet?** Nilsen, Rudolf  
**Kanskje** Skard, Sigmund  
**Årstidene** Solli, Marianne  
**Til deg** Stokke, Linn  
**No** Vesaas, Halldis Moren  
**Fra stogetrammen** Vesaas, Tarjei  
**Vi vet et hus med lyse rom** Vik, Bjørg  
**Til min Gyldenlak** Wergeland, Henrik  
**De hundrede violiner** Øverland, Arnulf  
**Den som du elsker (3. vers)** Øverland, Arnulf  
**Et seil glir bort** Øverland, Arnulf  
**Far og sønn** Øverland, Arnulf  
**Hver lvsens dag** Øverland, Arnulf  
**Til mine barn** Øverland, Arnulf (fra «Sverdet bak døren», 1956)  
**Ved en ung kvinnes grav** Øverland, Arnulf  
**Ved en ung manns grav** Øverland, Arnulf  
**Ved et barns grav** Øverland, Arnulf

# Musikk

**Adagio** Albinoni, Tomaso

**De hundrede violiner, fra Fire sange op. 42** Alnæs, Eyvind

**What a Wonderful World** Armstrong, Louis

**Air, fra Ouverture i D-dur, BWV 106** Bach, Johann Sebastian

**Sonatine** Bach, Johann Sebastian

**Mot kveld, fra Barnets vaardag, op. 42** Backer-Grøndahl, Agathe

**Adagio for strykere** Barber, Samuel

**Adagio fra Måneskinnssonaten** Beethoven, Ludwig van

**Sørgemarsj, 2. sats fra Symfoni nr. 3** Beethoven, Ludwig van

**Sommernatt ved fjorden (kun instrumental versjon)** Bjørnstad, Ketil

**Haydn-variasjonene (utdrag)** Brahms, Johannes

**Orgelfuge i ass-moll** Brahms, Johannes

**Ut mot havet** Bræin, Edvard Fliflet

**I ensomme stunde** Bull, Ole

**Limelight** Chaplin, Charles

**Etyde i E-dur, op. 10 nr. 3** Chopin, Frédéric

**Preludium i e-moll, i h-moll, i A-dur og i c-moll** Chopin, Frédéric

**Sail away** Enya (sangerinne)

**Mustalainen** Finsk folkemelodi

**“Melodie» fra Orpheus og Euridice** Gluck, Christoph Willibald

**Morgenstemning, fra Peer Gynt-suite nr 4, op. 46** Grieg, Edvard

**Nocturne** Grieg, Edvard

**Om kvelden** Grieg, Edvard

**Ved Rondane** Grieg, Edvard

**Våren** Grieg, Edvard

**Om kvelden** Groven, Eivind

**Veslemøys sang** Halvorsen, Johan

**Imagine** Lennon/McCartney

**Yesterday** Lennon/McCartney

**Intermezzo fra Cavalleria Rusticana** Mascagni, Pietro

**På sangens vinger** Mendelssohn Batholdy, Felix

**Adagio – fra Fantasi i F-moll** Mozart, Wolfgang Amadeus

**Vuggevise** Elvira Madigan, 2. sats fra klaverkonsert nr. 21

**Gabriels Oboe** Morricone



**Cavatina** Myer, Stanley

**Solefallssang, fra Svein Uræd, op.60** Olsen, Ole

**When I am laid in Earth** (Remember Me fra Dido og Aeneas) Purcell, Henry

**Vocalise** Rachmaninoff, Sergej

**Adagio fra Aranjuez-konserten** Rodrigo

**Svanen, fra Dyrenes karneval** Saint-Saëns, Camille

**An die Musikk** Schubert, Franz

**Traümerei, fra Kinderscenen, op.15** Schumann, Robert

**Berceuse, fra op. 79** Sibelius, Jean

**Tema fra Finlandia** Sibelius, Jean (Stjernesangen; instrumentalt)

**Simon & Garfunkel** Bridge over troubled water

**Tonerna** Sjöberg, Carl

**Violen** Svendsen, Johan

**Rondo amoroso** Sæverud, Harald

**Nocturne** Taube, Evert

**4. sats fra Symfoni nr. 6 i h-moll, Pathetique, op. 74** Tchaikovskij, Peter

**Langsom sats fra en av gitarkonsertene** Vivaldi, Antonio

**Memory** Webber, Andrew Lloyd

## Rast ved rinnende vann

Trett er vort hjerte ikke,  
men dagen er blitt kveld.

Vi stanser. Gjennem vor taushet  
toner vannenes væll.

Vi hører i elve-susen  
at evigheten er nærliggende.  
Vi fødtes til jorden. Vi møttes.  
Vi hadde hinanden kjær.

Om litt kan vi intet høre  
- dette er Alt vi vet.  
Vannet skal videre bruse  
gjennem all evighet.

*Emil Boyson*

# Bli medlem

Human-Etisk Forbund tar ansvar for at du skal få et reelt alternativ til en religiøs seremoni ved livets begynnelse og ved livets slutt – og underveis i livet. Med et medlemskap i Human-Etisk Forbund står du sterkere, sammen med andre som deler ditt syn på livet.  
Meld deg inn på [www.human.no](http://www.human.no)

## **Er du mellom 15 og 25 år?**

Da har du mulighet til å bli medlem i Humanistisk Ungdom. Medlemskapet gir deg tilgang til et livssynsfellesskap og møteplasser der du treffer andre unge humanister.  
Les mer på [humanistiskungdom.no](http://humanistiskungdom.no)

## **Kontakt oss på:**

- Telefon: **23 15 60 00**
- [human@human.no](mailto:human@human.no)
- [human.no](http://human.no)
- [facebook.com/HumanEtiskForbund](http://facebook.com/HumanEtiskForbund)
- [twitter.com/HumanEtisk](http://twitter.com/HumanEtisk)



**Human-Etisk  
Forbund**