

# **ODE an die TRAUER**

Mario Kuttnig





**Dies ist ein Buch**, welches Worte findet in Momenten wo Worte fehlen. Das passiert meist in Umständen, die uns nicht geläufig oder gewohnt sind. Ausnahmesituationen, die nicht nur der Tod mit sich bringt, sondern auch Lebensphasen, die Zuspruch benötigen. Als Lebensgefährte habe ich gelernt, in genau solchen Situationen die richtigen Worte zu finden. Sei es in Form von Balladen, Gedichten, Zitaten, Sprüchen großer Meister oder einfach nur achtsamen Bedeutungen.

Dies ist aber auch ein Buch, welches helfen soll, Lieblingslieder in Abschiedssituationen zu wählen. Abschiede können sehr vielfältig sein, so vielfältig wie Menschen, die einmal gelebt haben. Die richtige Wahl zu treffen bedarf an Zeit! Zeit, die ich gerne helfen möchte zu sparen.

Aber auch die Wahl der Verabschiedung ist nicht immer leicht zu treffen. Eine detailgetreue Checkliste definiert alle wichtigen Punkte, um wirklich nichts zu vergessen.

Zu guter Letzt sind es die Grabinschriften, die wohl überlegt gehören. Sie sollen den Menschen in der Zeit seines Lebens widerspiegeln.

Das darf mitunter auch humoristischer sein. Vorschläge dazu können gerade in prekären Situationen Hilfestellung bieten und das gelebte Wesen trefflich beschreiben. Einiges davon ist mit Augenzwinkern zu betrachten, könnte aber den eigenen Blickwinkel schärfen.

Dieses Buch soll Ihnen dabei helfen, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Es kann aber auch einfach nur ein Lesestoff sein, der Sie gedanklich sortiert, um Ihre eigenen Ideen definieren zu können.

Vor Ihnen liegt mein Buch „Ode an die Trauer“ und es beinhaltet vieles, was ich sprach und vielleicht noch sprechen werde. Gefühlvolles, wie auch Humorvolles. Es beinhaltet Musik, die ich gespielt habe sowie meine eigene Top-20-Lieder-Kollektion, die ich als Unterstützung mit Ihnen teilen möchte. Ein herzliches Danke auch für die Worte, die ich nach Verabschiedungen erhalten habe.

Seien Sie aufgehoben in einer Situation, in der Sie nicht alleine sind!

**Ihr Mario Kuttnig**

© 2021 Mario Kuttinig (Der Lebensgefährte)

Illustration: Agentur Herkules  
Umschlaggestaltung: Agentur Beeast  
Lektorat: Agentur Herkules  
Fotos: [www.unsplash.com](http://www.unsplash.com) oder Privat  
2. Auflage

Verlag: myMorawa von Dataform Media GmbH, Wien  
[www.mymorawa.com](http://www.mymorawa.com)

ISBN:  
978-3-99129-137-4 (Paperback)  
978-3-99129-144-2 (E-Book)



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

# Inhalt

---

Danke, Vorwort	8
----------------	---

---

Balladen, Gedichte	10
- Blumen	14
- Liebe	24
- Himmel, Sterne	34
- Familie	46
- Jahreszeit	58
- Tiere	72
- Abschied	84

---

Humorvolle Grabinschriften	110
----------------------------	-----

---

85 achtsame Wörter	118
--------------------	-----

---

20 Lieder	126
-----------	-----

---

Was tun, wenn es soweit ist?	150
------------------------------	-----

---

Der Lebensgefährte	163
--------------------	-----

---

Mario Kuttinig	172
----------------	-----

---

Schreiben von Hinterbliebenen	174
-------------------------------	-----

---

Partner	176
---------	-----

---

# Danke

Danke an meinen Vater, den ich bis zu seinem Übergang begleiten durfte.

Danke an Hans, der mir damals das Thema Trauer näherbrachte als zuerst gewünscht!

Danke an meine Frau, die in meiner schlimmsten Zeit zu mir stand.

Danke an meine Tochter

**Maktub**

# Vorwort

Während der Entstehung meines Buches „Ode an die Trauer“ wurde ich gebeten, eine von mir entworfene Trauerrede miteinzubeziehen und damit zu veröffentlichen!

Ich lehnte mit Nachdruck ab, da jede Rede von mir individuell gestaltet und dem jeweiligen Verstorbenen zu eigen gemacht wird! Jede Rede enthält persönliches, Wünsche der Hinterbliebenen oder des Verstorbenen selbst, weshalb keine Rede der anderen gleicht!

## **Hinweis auf Gendern und die neue Rechtschreibung:**

In diesem Buch wird grundsätzlich auf das Gendern verzichtet, im Sinne der besseren Lesbarkeit und des Sprachverständnisses. Es sind immer auch Bestatterinnen gemeint, wenn die Anrede nur in männlicher Form geschrieben ist.



Es heiÙe,

*„Die Poesie ist das echt absolut Reelle. Dies ist der Kern meiner Philosophie. Je Poetischer, desto wahrer.“*

(Novalis)

# Balladen Gedichte Zitate

## **Wunderbares**

Ein Text kann schön, inspirierend oder einfach nur passend sein. Worte aus der Feder von Poeten, Dichtern und anderer großer Meister mögen, gut gewählt, immer eine Stütze sein, wenn einem selbst die Worte fehlen.

Bereiche wie Liebe, Himmel, Familie, Blumen, Jahreszeit, Tiere und Abschied sind in Worten von Theodor Fontane, Johann Wolfgang von Goethe, Rainer Maria Rilke, Wilhelm Busch, Antoine de Saint-Exupery uvm. gekleidet. Es trifft sich sehr altes mit sehr neuem Wortgut in Texten vom 6. Jahrhundert vor Christi bis heute.

# Ode an die Trauer

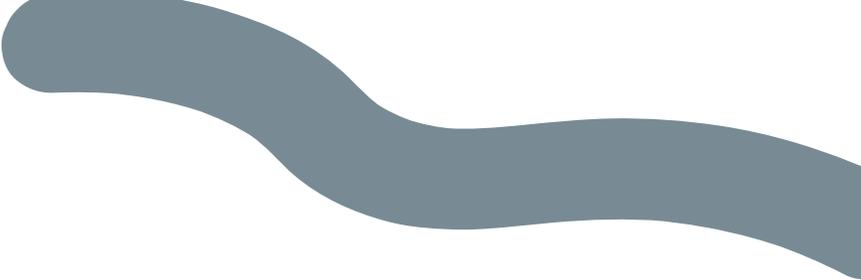
Mario Kuttinig

1. Woher kommst du, vertraut  
der Seele rein  
Und bringst mich in die  
Anfurt.  
Dortselbst gewisslich liegt die  
Pein  
Holdseliglich die Trauerburg.

2. Mit Trübsinn und  
Schwermut vermaledeit  
Verfall ich dir mit Melancholie.  
Überkommt mit Schwall die  
Traurigkeit  
Leideinschläfernd die  
Gemüterharmonie.

3. Voll Sorge tret´ ich in das Leid  
Leichtlich gewandert in den  
Schmerz.  
Gedanklich himmlischblau  
scheint weit  
Wegmüde erscheint mein Herz.

4. Von Düsterteit und Kummer  
gram  
Gefolgt im Kreuz mit  
Verelendung.  
Bloßfüßig in vollstester Scham  
Lieg ich am Boden in  
Trauerkleidung.



5. Am Abgrund stehend blick ich  
stumm  
Das selbst an diesem Ort die Not.  
Verwischen ist´s um mich herum  
Sanftselig scheint nur noch der  
Tod.

6. Die Elegie nach dieser Zeit  
Zu Schwermut, Trübsal stand der  
Sinn.  
Schwindend wirkt die  
Kopflastigkeit  
Leichtlicher Aufarbeitung hin.

7. Der Mut für neue Offenheit,  
Nachdächtig und wieder  
sinnenfrisch.  
Gestärkt nach Hoffnungslosigkeit  
Nimmt Trauer Platz am  
Lebenstisch.

8. Verbündet lebt sich´s mit der  
Trauer  
Irrschweifig gelockt in Kriege.  
Verringert sich auf Dauer  
Die Antwort scheint die Liebe.





# BLUMEN

# Pfingstrose

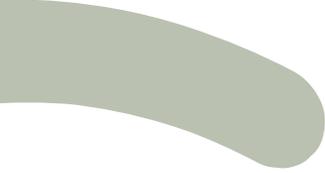
Ferdinand von Saar

1. Verhaucht sein stärkstes  
Düften  
Hat rings der bunte Flor,  
Und leiser in den Lüften  
Erschallt der Vögel Chor.

2. Des Frühlings reichstes  
Prangen  
Fast ist es schon verblüht –  
Die zeitig aufgegangen,  
Die Rosen sind verblüht.

3. Doch leuchtend will  
entfalten  
Die Rose ihre Pracht,  
Von hehren Pfingstgewalten  
Im tiefsten angefacht.

4. Gleich einer späten Liebe,  
Die lang in sich geruht,  
Bricht sie mit mächtigem  
Triebe  
Jetzt aus in Purpurglut.



# Die stille Rose

Ida von Düringsfeld

1. Wenn auf der Erde Schweigen,  
Am Himmel Sternenschein,  
Dann will ich an Deinem Herzen  
Deine stille Rose sein.

2. Mein Innigstes, mein  
Stummstes,  
Ich geb' es Dir im KUSS -  
Es weiß es meine Seele,  
Daß Dir sie duften muss.

3. Ich will nicht weiter fragen:  
Was ist und was kann sein?  
Ich will an Deinem Herzen  
Deine stille Rose sein.

1. Geh aus, mein Herz, und suche  
Freud

in dieser lieben Sommerzeit  
an deines Gottes Gaben;  
Schau an der schönen Gärten Zier,  
und siehe, wie sie mir und dir  
sich ausgeschmücket haben.

2. Die Bäume stehen voller Laub,  
das Erdreich decket seinen Staub  
mit einem grünen Kleide;  
Narzissus und die Tulipan,  
die ziehen sich viel schöner an  
als Salomonis Seide.

3. Die Lerche schwingt sich in die  
Luft,  
das Täublein fliegt aus seiner Kluft  
und macht sich in die Wälder;  
die hochbegabte Nachtigall  
ergötzt und füllt mit ihrem Schall  
Berg, Hügel, Tal und Felder.

4. Die Glucke führt ihr Völklein aus,  
der Storch baut und bewohnt sein  
Haus,  
das Schwäbtlein speist die Jungen,  
der schnelle Hirsch, das leichte Reh  
ist froh und kommt aus seiner Höh  
ins tiefe Gras gesprungen.

5. Die Bächlein rauschen in dem Sand  
und malen sich an ihrem Rand  
mit schattenreichen Myrten;  
die Wiesen liegen hart dabei  
und klingen ganz vom Lustgeschrei  
der Schaf und ihrer Hirten.

6. Die unverdroßne Bienenschar  
fliegt hin und her, sucht hier und da  
ihr edle Honigspeise;  
des süßen Weinstocks starker Saft  
bringt täglich neue Stärk und Kraft  
in seinem schwachen Reise.

7. Der Weizen wächst mit Gewalt;  
darüber jauchzet jung und alt  
und rühmt die große Güte  
des, der so überfließend labt,  
und mit so manchem Gut begabt  
das menschliche Gemüte.

8. Ich selber kann und mag nicht  
ruhn,  
des großen Gottes großes Tun  
erweckt mir alle Sinne;  
ich singe mit, wenn alles singt,  
und lasse, was dem Höchsten klingt,  
aus meinem Herzen rinnen.

# Geh aus mein Herz und suche Freud

Paul Gerhardt

9. Ach, denk ich, bist du hier so schön  
und läßt du's uns so lieblich gehn  
auf dieser armen Erden;  
was will doch wohl nach dieser Welt  
dort in dem reichen Himmelszelt  
und güldnen Schlosse werden!

10. Welch hohe Lust, welch heller  
Schein  
wird wohl in Christi Garten sein!  
Wie muß es da wohl klingen,  
da so viel tausend Seraphim  
mit unverdroßnem Mund und Stimm  
ihr Halleluja singen?

11. O wär ich da! O stünd ich schon,  
ach süßer Gott, vor deinem Thron  
und trüge meine Palmen:  
So wollt ich nach der Engel Weis  
erhöhen deines Namens Preis  
mit tausend schönen Psalmen.

12. Doch gleichwohl will ich, weil ich  
noch  
hier trage dieses Leibes Joch,  
auch nicht gar stille schweigen;  
mein Herze soll sich fort und fort  
an diesem und an allem Ort  
zu deinem Lobe neigen.

13. Hilf mir und segne meinen Geist  
mit Segen, der vom Himmel fließt,  
daß ich dir stetig blühe;  
gib, daß der Sommer deiner Gnad  
in meiner Seele früh und spat  
viel Glaubensfrüchte ziehe.

14. Mach in mir deinem Geiste Raum,  
daß ich dir werd ein guter Baum,  
und laß mich Wurzel treiben.  
Verleihe, daß zu deinem Ruhm  
ich deines Gartens schöne Blum  
und Pflanze möge bleiben.

15. Erwähle mich zum Paradeis  
und laß mich bis zur letzten Reis  
an Leib und Seele grünen,  
so will ich dir und deiner Ehr  
allein und sonst keinem mehr  
hier und dort ewig dienen.

# Abschied

Joseph von Eichendorff

1. O Täler weit, o Höhen,  
O schöner, grüner Wald.  
Du meiner Lust und Wehen,  
Andächt'ger Aufenthalt!  
Da draußen, stets betrogen,  
Saust die geschäft'ge Welt.  
Schlag noch einmal die Bogen,  
Um mich, du grünes Zelt!

2. Wenn es beginnt zu tagen,  
Die Erde dampft und blinkt.  
Die Vögel lustig schlagen,  
Daß dir dein Herz erklingt.  
Da mag vergehn, verwehen,  
Das trübe Erdenleid.  
Da sollst du auferstehen,  
In junger Herrlichkeit!

3. Da steht im Wald geschrieben,  
Ein stilles, ernstes Wort.  
Von rechtem Tun und Lieben,  
Und was des Menschen Hort.  
Ich habe treu gelesen  
Die Worte, schlicht und wahr,  
Und durch mein ganzes Wesen  
Ward's unaussprechlich klar.

4. Bald werd ich dich verlassen,  
Fremd in der Fremde gehn.  
Auf buntbewegten Gassen,  
Des Lebens Schauspiel sehn.  
Und mitten in dem Leben,  
Wird deines Ernsts Gewalt.  
Mich Einsamen erheben,  
So wird mein Herz nicht alt.