



Worte, die von Herzen kommen

Trauerrednerin als Berufung

„Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus, flog durch die stillen Lande, als flöge sie nach Haus.“
(Josef von Eichendorff)

Sterben, Tod und Abschied von dieser Welt – das ist ein Thema, an dem keiner vorübergehen kann. Immer wieder werden wir im Laufe unseres Lebens mit dem Tod konfrontiert. Jeder von uns weiß, dass er einmal sterben wird und dass das Leben auf dieser Erde endlich ist. Besonders zu Allerheiligen, wenn wir an den Gräbern unserer Vorangegangenen stehen, wird uns das besonders stark bewusst.

Wege abseits der „klassischen“ Begräbnisse

Einen geliebten Menschen zu verlieren, Abschiednehmen und Loslassen ist oft von großer Hilfslosigkeit begleitet. Nicht jeder möchte ein „klassisches kirchliches“ Begräbnis. Dann stellt sich die Frage, wie man den Abschied von einem geliebten Menschen in anderer Form feierlich gestalten kann. Hier ist Sabine Huber

aus Kematen an der Krems eine vertrauenswürdige Ansprechpartnerin. Als ausgebildete Trauerrednerin begleitet sie die Hinterbliebenen in einfühlsamer Art und Weise auf dem letzten Weg eines Verstorbenen/einer Verstorbenen. Sie nimmt die trauernden Angehörigen an der Hand und gestaltet mit ihnen gemeinsam nach ihren Wünschen eine ganz persönliche und besondere Trauerfeier.

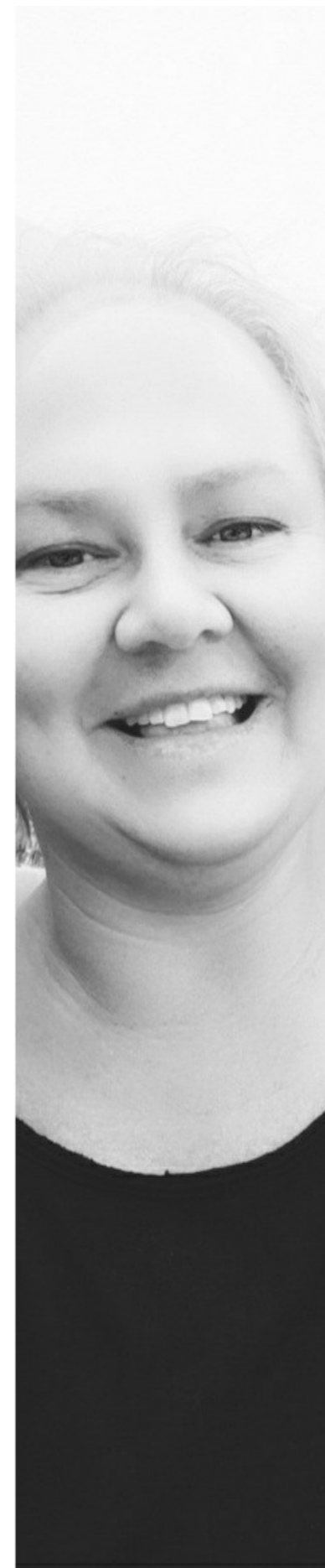
„Eine Gabe, eine Berufung“

„Trauerrednerin zu sein, mag eine Gabe sein, eine Berufung, man braucht das Interesse an den Lebensgeschichten anderer Menschen und an ihren Biografien“, erzählt die 41-Jährige, die ihre Ausbildung zur „freien Rednerin“ am WIFI in Gmunden absolviert hat. Seither brennt sie für ihre Tätigkeit.

Ihre Empathie anderen Menschen gegenüber kam ihr dabei zugute, diese Entscheidung zu treffen. Zudem war es auch ein persönliches Erlebnis, das sie zu diesem Schritt bewog: „Meine Mutter ist sehr jung verstorben, und ich habe mir nach ihrer ‚klassischen Beerdigung‘ sehr gewünscht, jemand hätte darüber gesprochen, was für eine wunderbare Person sie wirklich war, und nicht nur die ‚Eckdaten‘ heruntergelesen“, erinnert sich Sabine Huber.

Es geht um Worte, die von Herzen kommen

Menschen, die sie engagieren, eine Trauerrede zu halten, sind „Menschen wie du und ich“, betont die 41-Jährige. Familienmitglieder, die einen geliebten Menschen auf eine besonders feierliche und liebevolle Weise verabschieden wollen. Eltern, die ihr Kind verloren haben und kein „herkömmliches Begräbnis“ möchten, sondern eine Gedenkfeier, auf der auch Luftballons fliegen dürfen. Angehörige und



Freunde, die ihrer Liebe zum Verstorbenen durch eine ganz persönliche Rede noch einmal besonderen Ausdruck verleihen möchten.

In der Trauerrede geht es nicht um Religion oder Zugehörigkeit, jeder Verstorbene bekommt seine eigenen Worte, die von Herzen kommen. „Wenn von den Angehörigen gewünscht, können aber gerne auch religiöse Texte, ein kurzes Gebet, oder Ähnliches einfließen“, so Sabine Huber.

Viele Möglichkeiten des Erstgesprächs

Die ersten Kontakte mit den Angehörigen sind meist telefonisch mit vielen Notizen. Wenn es die Zeit vom Ableben bis zur Verabschiedung erlaubt, findet auch ein persönliches Gespräch bei der Trauerrednerin statt. In Zeiten wie diesen sind zudem die „digitalen Möglichkeiten“ größer geworden. Auch Online-Termine mit Angehörigen, engen Freund*innen und Wegbegleiter*innen sind machbar. So erfährt Sabine Huber möglichst viel Persönliches über die/den Verstorbene/n, und so kann sie eine ganz individuelle Trauerrede verfassen.

Die Schwierigkeit, über den Tod zu reden

In den Gesprächen merkt die 41-Jährige, dass es den meisten Menschen schwerfällt, über den Tod zu reden. In ihrer Ausbildung hat sie gelernt, detailliert und

einfühlend auf die unterschiedlichen Möglichkeiten einer Verabschiedung einzugehen. Jedes Mal ist die Trauerrednerin aufs Neue vom Schicksal der/des Verstorbenen berührt. „Zum einen darüber, wie viel Liebe den verstorbenen Menschen in unseren Vorbereitungsgesprächen entgegengebracht wird, zum anderen, dass ich diejenige sein darf, die dann diese besonderen Verabschiedungsworte spricht.“

Man erfährt viel Persönliches

Sie hört viele Geschichten über das Leben der verstorbenen Menschen, von den Geburten der Kinder, vom Hausbau bis zur Pensionsfeier, auch viel zum Schmunzeln und sich Mit-Freuen, sagt die Trauerrednerin. „Selbstverständlich sprechen wir auch über die schweren Momente, Krankheiten und den Tod.“

Aber das, was ich am meisten heraushöre, ist die große Liebe und Wertschätzung für den Verstorbenen durch die Familie, die Freunde und Wegbegleiter.“ Oft

ist Sabine Huber bei den Gesprächen nicht nur Rednerin, sondern auch Trostpenderin. „Ich bin da ... ich höre zu ... manchmal auch viel länger, als das Erstgespräch dauern würde.“

Immer Taschentücher parat

Denn jemand, der gerade einen geliebten Menschen verloren hat, braucht Zuspruch. Sabine Huber versucht, den Angehörigen Zuversicht und Hoffnung zu vermitteln, und hält auch eine Menge Taschentücher bereit.

Nach den Gesprächen geht es ans Schreiben, was mehrere Stunden gewissenhafte Arbeit bedeutet. Es gibt keine Vorlage, die Sabine Huber verwendet, jede Rede ist einzigartig.

Der Humor darf nicht fehlen

Eines betont die Trauerrednerin: Der Humor darf in keinem Fall fehlen. Der Tod ist das Ende einer oftmals sehr langen Reise. Auf dieser Reise hat die verstorbene Person viel erfahren und erlebt, da gibt's auch jede Menge zum Freuen und Schmunzeln.

„Ich bin ein sehr offener Mensch, der jedoch schon früh mit dem Tod von geliebten Angehörigen konfrontiert war und gemerkt hat, wie wichtig es ist, noch einmal in Liebe zu gedenken. Jede Rede ist so besonders wie die Lebensgeschichte dahinter, und deshalb ist es mir eine Ehre, über diese Menschen sprechen zu dürfen.“

„Und was gibt es Schöneres, als bei einer Trauerfeier in all dem Schmerz einen kleinen, wunderbaren Moment zu erleben, der einen in liebevoller Erinnerung zum Lächeln bringt.“

Kleidung: „Alles ist erlaubt“

Bei einem „freien“ Begräbnis gibt es übrigens keine „Kleidungs-vorschriften“. Meist werden eher gedeckte Farben getragen. Es gab aber auch schon Fälle, wo sich der Verstorbene vor seinem Ab-

leben gewünscht hat, dass alle in Tracht oder Regenbogenfarben gekleidet zur Verabschiedung kommen. „Ich stelle mich mit meiner Kleidung auf die jeweiligen Gegebenheiten ein“, sagt Sabine Huber.

„Nach einer Rede ist es das schönste Kompliment, wenn du gefragt wirst, ob du mit dem verstorbenen Menschen befreundet warst, weil deine Worte so persönlich und herzlich waren.“ Eines betont die 41-Jährige noch: Sie ist nicht für den ganzen Ablauf einer Begräbnisfeier zuständig, lediglich für die Rede. Diese Aufgabe liegt in den Händen des Bestattungsunternehmens. „Mein Auftrag ist das Verfassen einer würdevollen Abschiedsrede. Gerne gebe ich aber Kontakte weiter von Floristik-Firmen, Musikerinnen und Musikern usw., die ich kenne und schätze.“

Sabine Elisabeth Huber/
Ingrid Schuller

Kontakt:

Sabine Elisabeth Huber
Freie Rednerin, Gesundheitspädagogin
0660/5505515
hubersabine@gmx.at
werkstatt-der-lebensfreude.com

