



Beatrijs Hofland

geestelijk verzorger



INSPIRATIEOCHTEND
Tussen vasthouden en loslaten

DE BETEKENIS VAN RITUELEN



VINDPLAATS ZINGEVING

Wat gaan we doen?

1

Kleur bekennen

2

Gewoon en ongewoon: theorie van rituelen

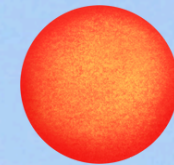
3

Over de drempel: bijzondere rituelen in de praktijk

4

Ritualiseren kun je leren

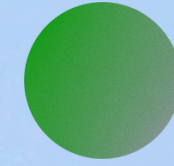
Kleur bekennen



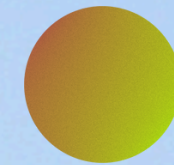
Rood: Welk ochtendritueel heb jij?



Geel: Hoe vier je kerst?



Groen: Brand je wel eens een kaarsje? Zo ja, waar/voor wie?



Bruin: Hoe vier je het liefst een verjaardag?

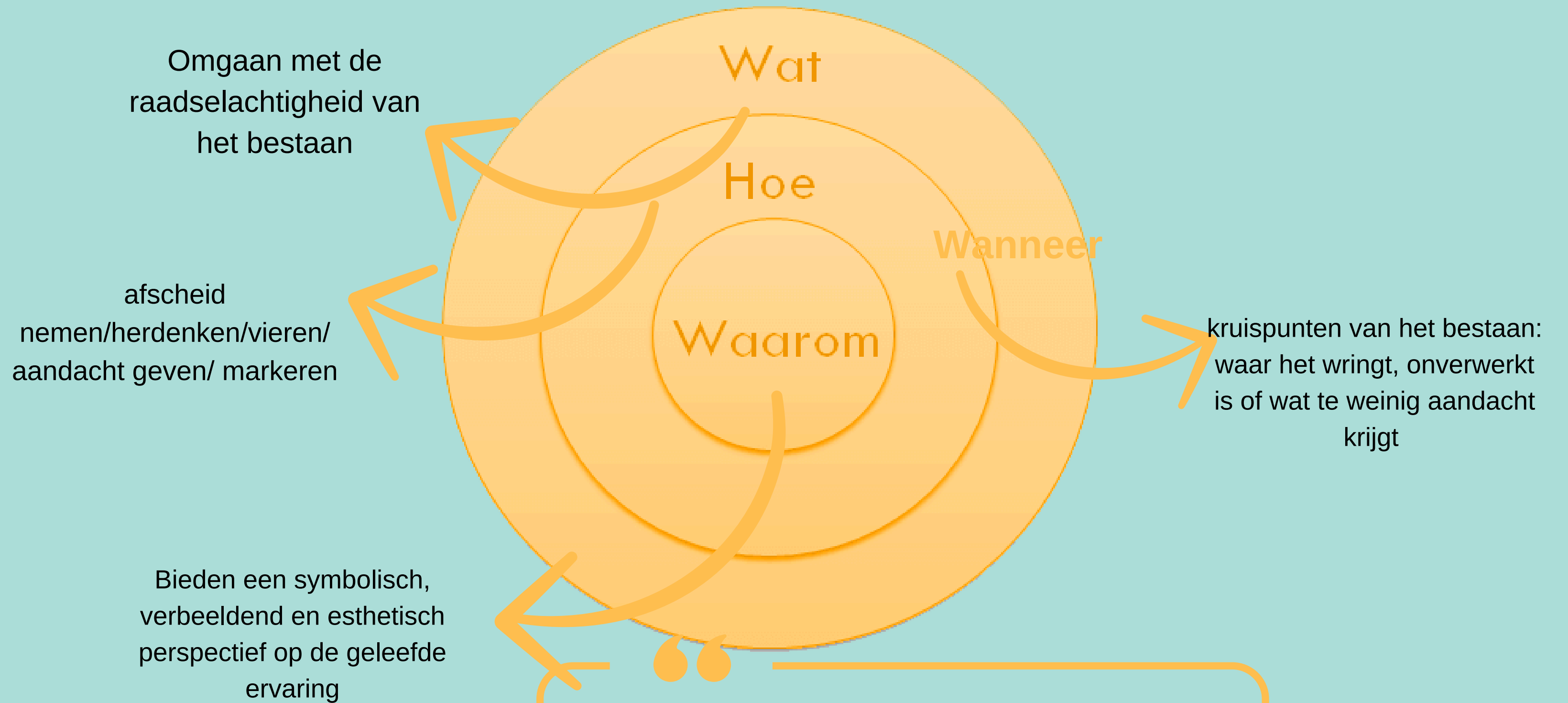


Blauw: Welke soort herdenkingen heb je al meegemaakt?



Oranje: Is er een gebeurtenis waar je een ritueel bij gemist hebt en zo ja, zou je deze alsnog willen uitvoeren?





Ritueel = een daad van compassie!

MIJN RITUELE EXPRESSIE



AFSCHEID NEMEN

in buitengewone situaties

Vooraf

Spreek voor dit ritueel een tijdstip af met de verzorgenden/geestelijk verzorger op de plek waar uw naaste nu is en met andere familie en vrienden thuis. Bekijk of videobellen kan en mag. Zoek passende teksten en muziek uit.*

Heilig plekje

 Richt een hoekje in op tafel met belangrijke voorwerpen: foto, kaarsje, teksten, muziek(boxje), bloemetje, belangrijke persoonlijke spulletjes

Kaarsje aansteken

 Steek een kaarsje aan en noem de (geboorte)naam van de stervende

Herinneringen

 Deel met elkaar de goede herinneringen, het verdriet en de dankbaarheid en zeg alles wat je nog tegen elkaar wilt zeggen

Teksten

 Lees een passende tekst/gedicht/brief of gedicht voor

Muziek

 Luister samen naar muziek die voor u belangrijk is

Wensen

 Sluit af met wensen voor de stervende en een laatste afscheidsgroet

*Een uitgebreide handreiking voor dit afscheidsritueel vindt u op: curanimae.nl en zingevingopdekaart.nl

Een geestelijk verzorger vinden:
www.geestelijkeverzorging.nl

INSPIRATIELAB

Zingeving en compassie



VINDPLAATSZINGEVING.NL

Dit houdt me nu bezig: Hier had ik eerder steun aan: Ik voel me nu:

Neen (X) Ja (✓)

1 2 3
4 5 6
7 8 9
+ 0 -

A B C D
E F G H
I J K L

Deze icoontjes kan ik om me heen steunen:

Familie
Mijn man/vrouw
Hulpverlener
Geestelijke
Ander:

Mijn beperking Mijn ziekte Verzorging Gesprek Ziek Koud
Bezoek Wonen Huisdieren Familie Rustig Warm
Familie mijn man/vrouw Lezen Natuur Blij Moe
Operatie Ziekenhuis Bidden Muziek Ontspannen Verdrietig
Stoelen Therapie Eten Creatief Hoopvol Bang
Geloof Ander

de Vraag VAN JE LEVEN

Wat geeft je leven kleur
Wat maakt je leven LICHTer

Deag van de Levensvragen 20
Cvt Overijssel Nijps//grthuis

AFSCHEID NEMEN
in buitengewone situaties

Vooraf
Spreek voor de ritueel een tijdje af met de verzorgenden/geestelijk verzorger op de plek waar uw naaste nu is en met andere familie en vrienden thuis. Bekijk of videobellen kan en mag. Zoek passende teksten en muziek uit.*

Heilig plekje
Richt een hoekje in op tafel met belangrijke voorwerpen: foto, kaarsje, teksten, muziek(boxje), bloemetje, belangrijke persoonlijke spulletjes

Kaarsje aansteken
Steek een kaarsje aan en noem de (geboorte)naam van de stervende

Herinneringen
Deel met elkaar de goede herinneringen het verdriet en de dankbaarheid en alles wat je nog tegen elkaar wilt zeggen

40 Golfbrekers Maart 5

Onderweg naar Pasen 2023

COMPASSIE IS EEN PRAKTISCH VERWORVEN VAARDIGHEID, ZOALS DANSEN. JE MOET HET DOEN EN ELKE DAG IJVERIG OEFENEN. KAREN AMSTRONG

Gun jezelf een: **Genoegpunt.**
Je doet genoeg. Punt.

Wat Mijzo
☆
MINDFUL MAAKT...

Geluk
Geef je volle aandacht aan hetgeen waar je op dit moment mee bezig bent en zie daar de mooie aspecten van, zodat je er ten volle van kunt genieten. Dat is voor mij de sleutel tot geluk.

Patrick de Rooij

Levensboom

Wat is uw mooiste herinnering?

Waar bent u dankbaar voor?

Waar bent u trots op?

onelineer:

Wat is u overkomen?

Psychologie: **Geestelijke verzorging:**

Hoe gaat u om met wat u is overkomen? Wat betekent het voor u, wat u is overkomen?

DOE DE 360°

Symbolische betekenis van persoonlijke voorwerpen

1. Opmerken
2. Laten vertellen
3. Cirkel van betekenis invullen

Bravis ziekenhuis

Met gepaste stilte

presenteren wij de nieuwe website van Bravis Rustpunt

PASSENDE
GELEGENHEDEN



EERSTE HULP BIJ ZINVERLIJES
VINDPLAATS ZINGEVING

“
Alles van waarde
”

He' oponepone

Het spijt me

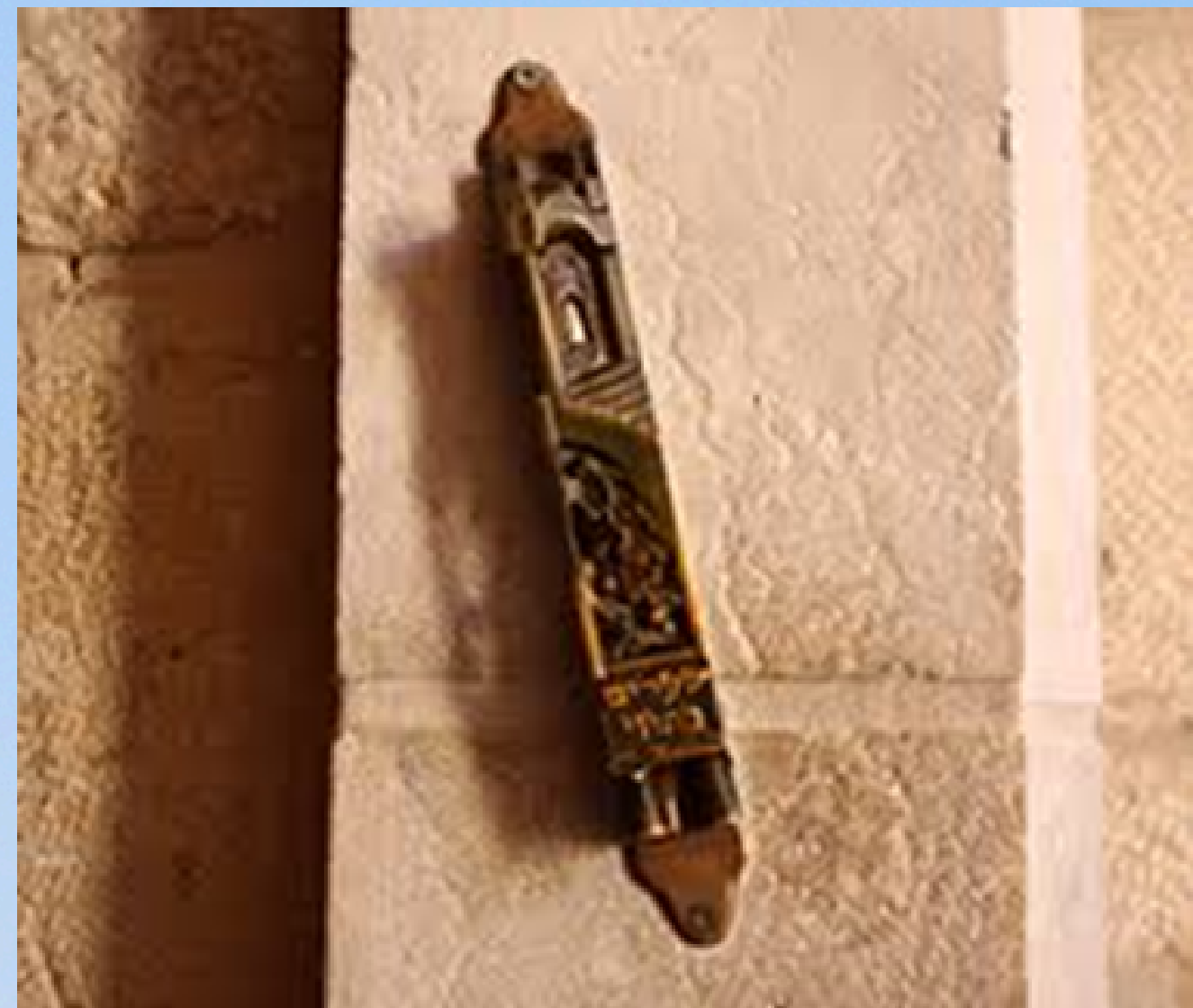
Vergeef me, alsjeblieft

Ik hou van je!

Dank je wel!



BIJZONDERE RITUELEN



RUSTPUNT



HOME WENSKAARS GEDICHTEN & TEKSTEN VERBEELDING MEDITATIE & ONTSPANNING OVER ONS GASTENBOEK BRAVIS **AAA** 

Bravis Rustpunt

Stel je eens een plek voor, waar het lawaai van het leven niet zo raakt.

Een plek om te verblijven bij jezelf of een ander, die het nu moeilijk heeft. Een plek om op adem te komen. Zo'n plek wil het

BravisRustpunt u bieden. Dus...

Welkom!

OVER DE DREMPEL



Bron: Sophie Mantel

ORGANISATIE/WERKCULTUUR



Afscheid nemen

Afscheid nemen is met zachte vingers wat voorbij is dichtdoen en verpakken in goede gedachten der herinnering...
Is verwijlen bij een brok leven en stilstaan op de pieken van pijn en vreugde...
Afscheid nemen is met dankbare handen weemoedig meedragen al wat waard is niet te vergeten...
Is moeizaam de draden losmaken en uit het spinrag der belevenissen loskomen en achterlaten en niet kunnen vergeten...
[Dietrich Bonhoeffer]



De Kievitshorst



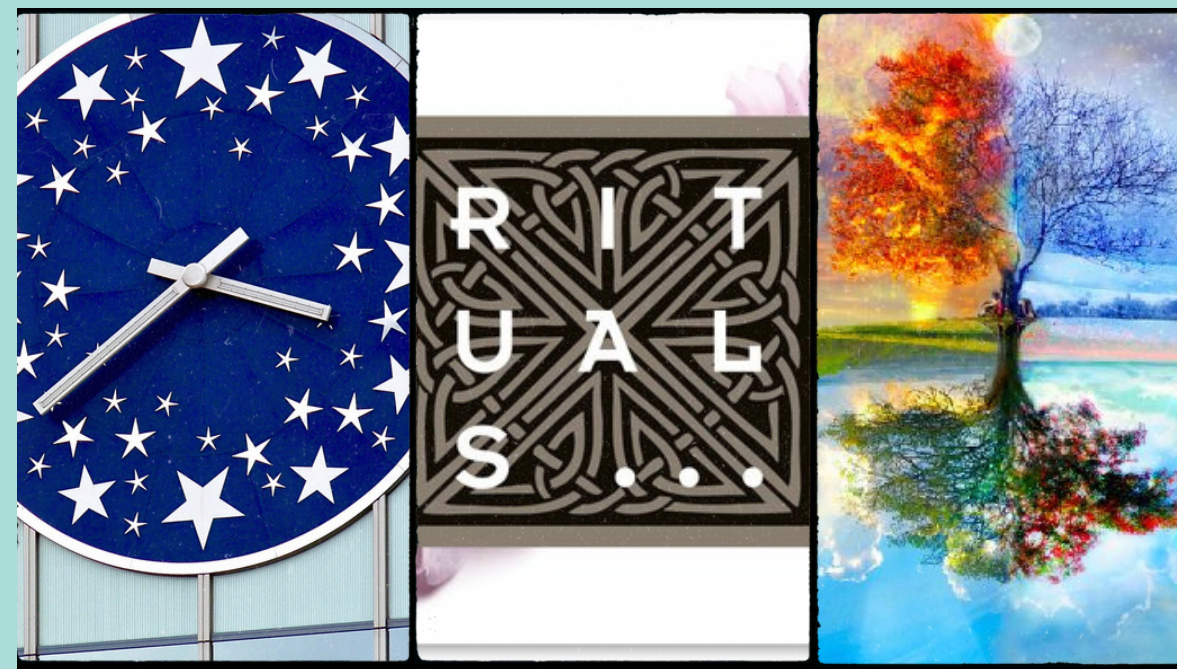
De Wever



Het Boshuis

RITUALISEREN KUN JE LEREN

STAPPENPLAN



1. Rituelen zijn nutteloos

2. Begin met handelen

3. Vertraag

4. Laat je hoofd erbuiten

5. Heilig de tijd en de plaats

6. Betrek het lichaam erbij

7. Zoek betekenisvolle symbolen

Bron: Marian Geurtsen, ritueelspecialist

BOUWSTENEN



Zinrijk: bezinning, betekenis geven, volzinnen

Zinnelijk: lijfelijk, geprikkelde zinnen

Zintuiglijk: esthetisch, kunst, verbeelding

Zinvol: ethisch, zinvolle doelen

"Dan maak je maar zin" René Gude

Zinbronnen werkblad

Zintuigen

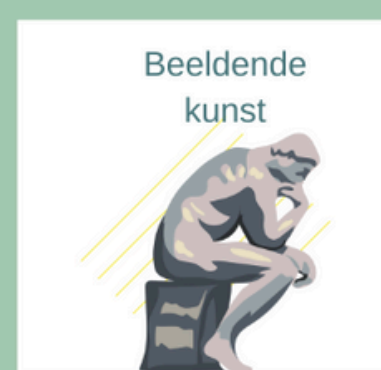
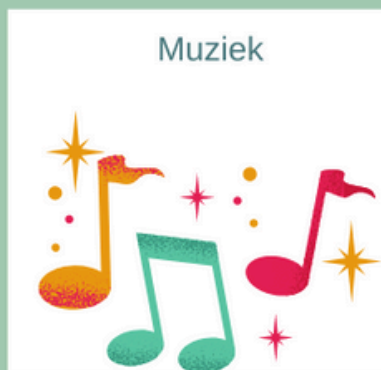
Waarden

Kunst

Symbolen

Sociaal

Wensen



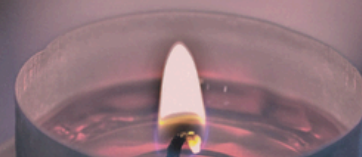
Symbolwijzer



KLEUR BEKENNEN



Checklist rituelen



1

Thema

Trouw/liefde/vergeving/vreugde/gouden momenten/-/ hoop/vergeving





2

Waarden

Welke waarden delen de betrokkenen





3

Traditie

Welke levensbeschouwelijke /religieuze traditie speelt een rol





4

Inspiratiebronnen

Beeld, geluid en tekst





5

Ruimte, tijd en aantal mensen





6

Rituele werkwoorden

Erkennen/loslaten/koesteren/schenken





KIES JE VORM



PRAATSTOEL



LEVENSBOM



MIJMERBANKJE



RITUELEN DELEN





Wat ik je nog
wilde zeggen

TIJD VOOR VRAGEN





Contactgegevens

E-mailadres
beatrijs.hofland@gmail.com

Telefoonnummer

06 14113359

vindplaatszingeving.nl



Karootje van

vindplaatszingeving.nl



<https://www.vindplaatszingeving.nl>

