

NAJAAR

15 OKTOBER 2019 door

Sinds mijn vorige nieuwsbrief is het voorjaar overgegaan van de zomer in het najaar. De natuur verandert en wij veranderen mee. Het leven bestaat uit periodes van groei en bloei, naar oogsten, ogenschijnlijke stilstand, inkeer en overgaan naar een volgende fase. Rituelen helpen om een overgang te maken. Met deze nieuwsbrief hoop ik je te inspireren. Wens je veel leesplezier!

Ik ben geen uitvaartverzorger

Nu en dan benaderen mensen mij die aanwezig waren bij een door mij verzorgde afscheidsceremonie. Zij zijn geraakt en willen, soms al vooraf, hun wensen voor een mooi en persoonlijk afscheid vastleggen. Wat ik merk is dat het niet altijd duidelijk is welke rol ik precies heb. Dan leg ik uit dat ik geen uitvaartverzorger of uitvaartbegeleider ben, maar dat ik daarmee samenwerk. Ieder in zijn eigen rol en met zijn eigen kwaliteiten. Waar de uitvaartverzorger met name organiseert en regelt, richt ik me op het inhoud en vorm geven aan de afscheidsceremonie. Met eigen woorden en symbolieken, die de essentie weergeven. Daar ligt mijn kracht.

Telkens weer ervaar ik dit als een bijzonder proces samen met de familie én de uitvaartverzorger. Vaak komt er spontaan een thema of persoonlijk symbool naar voren. Dit zien we dan terug in de afbeelding op de rouwkaart, in een voorwerp. En ik schrijf daarbij passende teksten. Favoriete muziek wordt uitgekozen en zo ontstaat een mooi rond geheel, een afscheid waarvan nabestaanden zeggen dat het klopt. Met als rode draad bijvoorbeeld de vingerhoedjes die oma spaarde, een rode roos, de panfluit als symbool voor veerkracht, de witte zakdoek waar moeder altijd mee zwaaide, de handen van opa, een witte duif, een schilderij, voetstappen in het zand, de rivier de Linge als metafoor voor haar levensloop. In mijn blogs op mijn website kun je hier meer over lezen. Zie <https://levenswending.nl/blog/>



Live muziek tijdens uitvaart

Naast het voorgaan bij een afscheid zong ik onlangs een tweetal liederen. Het gaf een bijzondere sfeer aan de afscheidsplichtigheid in de kerk. Livemuziek heeft een grote toegevoegde waarde. Fijn om zo van betekenis te mogen zijn. Met mijn stem kan ik mensen raken en bij hun gevoel brengen. Samen met een gitarist zing ik ook bij herdenkingsbijeenkomsten. Wij hebben een breed repertoire aan passende liederen. Voor een impressie met beeld en geluid zie www.hartenlied.nl/



Rode draad

Onlangs was ik bij Zorgboerderij de Novalishoeve op Texel. In de tuin ligt een zeven-paden labyrint, ook wel een 'Zonnewiel' genoemd. Het is geïnspireerd op de klassieke labyrintvorm van het eiland Kreta. Onder het paleis van Koning Minos had de beroemde bouwmeester Daedalus een ingewikkeld gangenstelsel gebouwd, waar volgens de legende de Minotaurus leefde. Dit was, volgens de overleveringen, een monster, half mens half stier, waar jaarlijks zeven jongens en zeven meisjes aan worden geofferd. Koningszoon Theseus voelde zich geroepen om de Minotaurus te bedwingen. Met hulp van een bol (rode) wol, die koningsdochter Ariadne hem aan het begin van zijn reis gaf, kon hij de weg terug uit het labyrint vinden. Onze begrippen van 'leidraad' en 'de rode draad' hebben mogelijk hun oorsprong in deze mythe.

Rouwcafé in Tiel

In september is Rouwcafé Tiel van start gegaan! Een veilige omgeving voor iedereen die wil praten over zijn of haar verdriet. Een plek om met elkaar te praten over gemis, rouw en verlies, waardoor dan ook veroorzaakt, recent of langer geleden ontstaan. Het bezoeken van Rouwcafé Tiel is vrijblijvend. Na een korte introductie en het voorlezen van een mooi gedicht, gaan we in kleine groepjes met elkaar in



Kennis maken met het labrynt

Een labryntloop kan een verdiepende ervaring zijn bij een overgangsrитуeel. Het kan gelopen worden als afronding van een periode, als onderdeel van een ritueel, een viering of met een intentie. Zelf loop ik graag het labrynt in de tuin van conferentiecentrum Samaya. Alleen of samen met anderen. Het is aangelegd naar model van het labrynt in de kathedraal van Chartres.

Een labrynt is een eeuwenoud patroon dat de weg naar binnen, naar de kern aangeeft. Het labrynt bestaat – in tegenstelling tot een doolhof – uit één doorlopend pad dat na allerlei rondingen uiteindelijk uitmondt in het centrum.

Het is als het lopen van je levenspad, met al z'n omwegen, bochten en dwalingen, steeds weer terugvoerend naar je pad om tenslotte tot de kern, het moment van hier en nu, uit te komen. Van daaruit zet je de volgende stap, de toekomst tegemoet. Je loopt dezelfde weg terug, maar nu met een ander perspectief.

Ben je nieuwsgierig naar wat het lopen van een labrynt voor jou kan betekenen, heb je een vraag, neem dan gerust contact met mij op!

Veranderende relaties en rituelen bij de School of Rituals

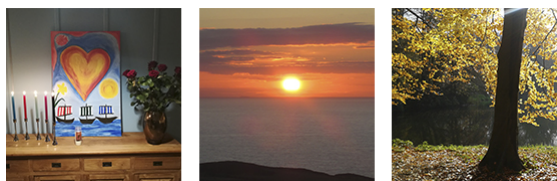
Relaties veranderen. We kennen verschillende vormen van samenleven, relaties die van samenwonen naar een latrelatie gaan, gescheiden gezinnen, samengestelde gezinnen en nog veel meer. Het vraagt zorg en aandacht om van de ene naar de andere relatievorm over te stappen, zeker als er kinderen bij betrokken zijn. Hoe kunnen partners die naar een nieuwe vorm overgaan betekenis geven aan deze verandering? Rituelen werken louterend en helend bij veranderende relaties, dat heb ik zelf ook zo mogen ervaren.

Anne Buiskool en Martin Hoondert schrijven nu samen een boek over dit belangrijke onderwerp.

Op 8 november organiseert de School of Rituals het jaarlijkse symposium over 'veranderende relaties en rituelen'. Tijdens deze dag laat ik me graag door hen inspireren. Lees meer hierover op <https://overtoom-embsen.nu/symposium-rituelen-en-veranderende-relaties/>

Herdenken en herinneren

Begin november, rond Allerzielen, worden op veel plaatsen de overleden dierbaren herdacht. Het is waardevol om samen met anderen stil te staan, een kaarsje te branden, te herinneren. Een dergelijk initiatief zal vast ook bij u in de buurt plaatsvinden. Uiteraard kan dit ook op andere momenten in het jaar. Zelf zing ik in november tijdens twee herdenkingsbijeenkomsten van woonzorgcentrum QuaRijn. Op zondag 8 december is het Wereldlichtjesdag. Op deze dag steken mensen om 19.00 uur over de hele wereld kaarsjes aan ter nagedachtenis aan overleden kinderen. Het maakt daarbij niet uit hoe oud het kind was of hoe lang het al geleden is. Op de website <http://www.wereldlichtjesdag.nl/> vind je meer informatie.



Bijzonder Bos

Een bijzonder initiatief! Op een prachtige idyllische locatie in de Utrechtse Heuvelrug ligt het terrein van Bijzonder Bos. Een gedenkbos waar mensen een boom kunnen planten als herinnering aan een bijzonder moment en naar toe kunnen gaan als daar behoefte aan is.

De geboorte van een kind, een huwelijk, jubileum, emigratie, vriendschap, het behalen van een mijlpaal of de wens voor een betere toekomst kan een prima aanleiding zijn om een boom te planten in het gedenkbos. Maar ook het herdenken van een overledene kan een reden zijn om een boom te planten.

Bijzonder Bos biedt de gelegenheid om als bij de zelf geplante boom uit te strooien. Zo ontstaat er een nieuw bos vol verhalen en herinneringen. Deze bomen houden de herinnering levend en vormen samen een bos voor de toekomst. Wat een mooie gedachte! Zie <https://bijzonderbos.nl/>

Een boom planten is

een blijk van vertrouwen in de aarde

een daad van hoop op de toekomst

een daad van naastenliefde

Jegens de toekomstige geslachten

KOFFIE MOMENT MET RITUEELTJE

Op een laagdrempelige manier kennis maken, je verhaal of ervaringen delen, van gedachten wisselen over overgangsmomenten in het leven en rituelen? Dat kan bij het Koffie (of Thee) Momentje. Een moment van aandacht, dat is al een ritueel op zich. En die schenk ik je graag! Welkom op vrijdag 1 november, Allerheiligen. De Kelten noemden dit feest Samhain, het Keltische nieuwjaar. Zij gingen ervan uit dat rond deze tijd van het jaar de scheiding tussen de wereld van de levenden en de wereld van de doden heel dun is en ook scheuren vertoont. Hierdoor kun je gemakkelijker met de overledenen in contact komen en ze om hulp en raad vragen. Als je wilt kun je voor je dierbare een kaarsje aansteken. Je bent welkom tussen 15.00 - 16.30 uur bij De Graanschuur in Wijk bij Duurstede, voor de route zie <http://www.wijksegraanschuur.nl/>

Om zeker te weten of het doorgaat, kun je me bellen: tel. 06-29078056 of mailen: karinmenken@casema.nl.

Uiteraard kun je altijd contact met mij opnemen om elkaar op een ander tijdstip te ontmoeten.

Een mooi najaar!

Karin



Je kunt mij volgen via Facebook

Contactgegevens

Karin Menken
Agricolastraat 132
3961 DG Wijk bij Duurstede
info@levenswending.nl
telefoon 06-29078056

Volg mij



Ik ben aangesloten bij de Landelijk Beroepsvereniging van Ritueelbegeleiders.

Nieuwsbrief

Voornaam

E-mail *

ABONNEREN!