

Wanneer ik dood ben

*Wanneer ik dood ben,
begraaf me dan niet in een molen,
niet in een sinaasappeltuin
en al helemaal niet onder het
zand van een arena, nee,
als ik dood ben, begraaf me dan
in je hart; je kan me daar
altijd weer opdelven...*

Vrij naar Maarten Mourik

**Afscheid nemen,
dat bestaat niet.
Zij die ons zo dierbaar waren,
blijven altijd bij ons.**

**Suggesties om in OKRA de overledenen te herdenken.
Teksten voor OKRA Trefpunt en Bestuur
in november of december.**

Teksten en samenstelling: Jean-Paul Vermassen

**Verbonden met hen die niet meer hier bij ons zijn.
Voor een korte bezinning
in de Trefpuntsamenkomst in november of december.**

We zijn nu aangekomen in de tijd
tussen zomer en winter.
We zijn onderweg naar de langste en donkerste dagen.

Laten we op zoek gaan naar kracht tegen onze weemoed.
Laten we woorden lezen die ons moed kunnen geven ook
in moeilijke tijden.
Als het de komende tijd buiten koud en donker gaat worden,
kan binnen in ons de weerbaarheid dieper wortel schieten:
bij een mooi lied, bij een sterke tekst of gebed, bij een warm gebaar.

Zo doen goede mensen met elkaar.
Zo doen christenen met elkaar.
Ze maken elkaar sterk.
Ze laven zich aan een Bron
die ook nog welt onder de herfstbladeren.
Laten wij het zo ook doen in onze OKRA-bijeenkomsten.

We denken in deze korte bezinning
aan OKRA-leden die hier niet meer bij ons kunnen zijn,
aan OKRA-leden die nog thuis zijn
of in een woon- en zorgcentrum verblijven.

Dat ze niet in de eenzaamheid vallen.
Dat ze omringd blijven met goede en zorgzame mensen.
Dat we met onze OKRA-werking en met OKRA-ZORG
nagaan hoe we met hen kunnen verbonden blijven.

We noemen bij het begin van deze samenkomst
ook de overledenen van het voorbije jaar bij hun naam:

...
...

We steken voor elk van hen een kaars aan.
Voor altijd blijft onze liefde voor hen branden.
Onze hoop op leven na de dood dooft niet.
Kaarsen voor onze geliefde overledenen,
ze houden onze verbondenheid levend.

Een tweede mogelijkheid van inleiding van een herdenkingsmoment van overledenen in een OKRA samenkomst

“Wij kunnen onze geliefden nooit vergeten”.
Een heel jaar lang verschijnen ze in onze gedachten,
in onze herinneringen.
Ze wonen in ons voor altijd.
Ze gaan in en uit.
En wij, wij blijven hen missen.
Wij blijven van hen houden.
Daarom ook herdenken we hen:
het eerste jaar, na drie jaar, na 10 jaar,...
Geliefden sterven maar gaan niet dood,
geliefden blijven leven voor altijd.

Laten we in de stilte van ons hart
in een gouden boot varen naar de overkant,
voor een moment van ontmoeting, van verbondenheid
met allen die ons dierbaar waren
en ons recent of al langer ontvallen zijn.

We noemen de OKRA-leden die ons het voorbije jaar zijn ontvallen:

...
...

Laten we
elk in de stilte van het eigen hart
even varen naar de overkant.

Allerheiligen en Allerzielen November

De herfst is de voorbode.
Bomen die hun vruchten loslaten. Bladeren die op de aarde vallen.
Wij, mensen, zijn eindig.
We staan allen voor de moeilijke opdracht
om te leren loslaten.
Om afscheid te leren nemen.

Chrysanten wijzen ons de weg naar het kerkhof.
Het kerkhof doet ons de dood onder ogen zien.
Morgen zijn wij het die tot de aarde terugkeren.

De grafstenen blijven ons aanspreken:
de naam van onze geliefden staat erin gebeiteld.
Geliefde overledenen blijven voor altijd in ons hart wonen.

Ach nee, het mag ons niet droevig stemmen.
Laten we aanvaarden.
Laten we elke dag dankbaar leven van de goedheid en de liefde,
van het geluk van kleine dingen.

De heiligen zijn ons voorgegaan.
Ach nee, geen supermensen, geen volmaakte wezens, geen engelen.
Heiligen zijn mensen die de weg zijn gegaan van de graankorrel.
Mensen die oor en oog hadden voor anderen,
die met grote tederheid en zorg leefden
voor hun naaste dichtbij en veraf.
Allerheiligen.
Het is uitgenodigd worden om te leven
voor de liefde en de gerechtigheid.
Het is zijn zoals een chrysant:
niet pronken met jezelf maar denken aan anderen.
Zo is het ook met Allerzielen.
Onze geliefde overledenen blijven gedenken.
Omdat ze voor ons zo kostbaar waren en dat blijven voor altijd.
Want liefde sterft niet, nooit.

Laten we tijd nemen
voor de stille, intense verbondenheid in de dagen van
Allerheiligen en Allerzielen.

Gebed

Wat wij, mensen,
niet kunnen verhelderen
laten we beter zijn zoals het is:
onbegrijpelijk mysterie van lijden en dood.

Als onze vragen niet te beantwoorden zijn
laten we ze beter zijn zoals ze zijn: open vragen.
Als ook de woorden van geloof en godsdienst tekort schieten
laten we ze zijn wat ze zijn:
woorden van hoop,
woorden van verbondenheid.

O God vol mysterie,
schenk ons in dit herdenkingsmoment
de troost van een blijvende band
met onze dierbare overledenen.
Geef ons kracht
om open mensen te blijven,
geef ons altijd opnieuw
nieuwe moed
om in vrede verder te leven.

Gebed

Gij, Licht uit Licht,
wees licht voor ons.
dat wijzelf uitzicht zien in duisternis.
Daarvoor bidden wij.

Wees licht in ons
dat wij anderen uitwegen kunnen wijzen in hun moeilijke levensdagen.
Daarvoor bidden wij.

Dat zij die ons in de dood zijn voorgegaan
mogen zijn in uw licht.
Daarvoor bidden wij.

Dat uw licht schijnt in de wereld
om onverdraagzaamheid te bannen,
om onrecht en lijden ongedaan te maken.
Daarvoor bidden wij.

Dat wij onszelf laten leiden door uw licht
om elkaar tot gids te zijn,
om elkaar tot troost te worden,
om met elkaar opgewekt verder te gaan
in goede en kwade dagen,
vandaag en alle dagen die ons nog gegeven zijn. Amen.

Voorbeden

Laten we bidden,
elk in de stilte van het eigen hart.

Voor allen die moeten heengaan, te vroeg moeten heengaan.
Dat zij kracht en vrede mogen ontvangen.
Stilte...

Voor allen die lichamelijke verzwakking,
pijn en lijden moeten verwerken.
Dat zij kracht en vrede mogen ontvangen.
Stilte...

Voor allen die moeten leven met verlies, met leegte.
Dat zij kracht en vrede mogen ontvangen.
Stilte...

Voor onszelf die ook moeten leren loslaten,
die vroeg of laat ook afscheid moeten nemen.
Dat wij kracht en vrede mogen ontvangen.
Stilte...

Voorbeden

Om licht in onze ogen,
om grond onder onze voeten,
om een huis voor onze liefde
om bevrijding van ons verdriet,
om troost bij ons verlies,
om kracht in onze zwakheid,
om weerbaarheid na onze ontgoocheling
om onze geliefde overledenen
zijn wij hier samengekomen.
Dat het ons mag overkomen:
woorden die verlichten,
stilte die onze wonden heelt,
gebed en geloof die ons hoop schenken.

Het verhaal van de Emmaüsgangers Vrij naar het Emmaüsverhaal in Lucas 24

Ze waren weggevlucht uit de stad,
konden er niet meer tegen,
al die herinneringen, al die dromen...
voorbij was het, over, voorgoed, dood is dood!

In Jeruzalem ging alles gewoon door
net alsof er niets gebeurd was.

Sommigen herkenden hen
als zijn leerlingen
en natuurlijk lazen ze op hun gezichten
de gestorven illusies.
Maar wie durfde er iets over te zeggen?
Doen alsof je niets weet, dat is beter.

Plotseling werden ze aangesproken door een vreemdeling

Vrij vlug had hij gemerkt
hoe verslagen ze waren, volkomen gedeprimeerd!
Voorzichtig informeerde hij naar de reden van hun bedrukte stemming...
Stomverbaasd keken ze hem aan. Wist hij dan echt van niets?

Toen vertelden ze hem over Jezus van Nazareth.
Hoe zij gehoopt hadden dat hij de man zou zijn
die hen zou leiden en bevrijden; eindelijk iets nieuws!

Maar gisteren, zo zeiden ze,
gisteren is hij vermoord, aan het kruis geslagen: dood!
Alles voorbij, voorgoed verdwenen, weg alle dromen!

Een paar vrouwen zegden wel dat hij leeft,
maar wij, wij hebben hem toch nog niet gezien.

De vreemdeling bleef staan en keek hen aan.

Hij nam nu zelf het woord en gaf uitgebreid tekst en uitleg:
verhalen en voorbeelden over innerlijke kracht na kruis,
over liefde en geloof over grenzen heen,
over innerlijk licht dat niemand kan doven.
Een mens en al wat hij aan hoop, geloof en liefde was
hoeft niet te verdwijnen
vanwege tegenwerking en tegenslag,
vanwege mislukking en liquidatie door anderen,
vanwege zijn dood.

Ze waren ook na dit lange en boeiende gesprek
nog niet in de stemming voor een warm onthaal,
maar toch boden ze hem gastvrijheid aan.
In stilte maakten ze het eten klaar en gingen aan tafel.

De gast werd gastheer,
Hij nam het initiatief zoals weleer:
Hij sprak zegenende woorden uit over spijs en drank
en over het samenzijn aan tafel.
Hij nodigde hen uit om echt maal-tijd te houden:
samen het brood breken en de beker delen.

Hun ogen ontmoeten hem voor het eerst.
Ze voelden hun hart warmer worden.
De kracht van diepe ontmoeting deed in hen iets herleven.
De vele flarden van gesprek
vielen samen in één nieuw en blikverruimend vergezicht.

Ze voelden de drang om weer op te staan:
in beweging gebracht door een nieuwe energie.
Ze haastten zich terug naar de stad, naar de anderen.
En ook zij sloten zich nu aan bij allen die zeiden:
Hij leeft nog, zijn Geest gaat door.
Hij gaat met ons mee. Er gaat niets verloren.
Zijn erfenis leeft in ons voort, zijn liefde duwt ons verder.
Er gaat niets aan liefde en vriendschap verloren.

Litanie van herdenken

Voor geliefden ons ontvallen
Voor geliefden alleen verder
Voor kinderen zonder ouders
Voor ouders zonder kinderen
Voor onschuldige slachtoffers op de weg
Voor mensen gedood door rampen
Voor mensen met slepende ziektes
Voor mensen gefolterd, vermoord
Voor mensen nog levend al dood
Voor rechtelozen, radelozen
Voor allen met de dood voor ogen
Voor stervenden
Voor overlevenden
Laten we bidden in de stilte van ons hart.
Dat onze geliefde doden in vrede vertoeven.
Dat wij het verlies een leefbare plek kunnen geven.
Dat wij kunnen dragen, verdragen, vergeten.
Dat wij kunnen aanvaarden, kunnen verder leven.
Dat de tijd onze wonden heelt,
dat innerlijke kracht ons weerbaar maakt.

Gedicht

Aanwezigheid

Je bent bij mij in het grijze ochtendgloren
als ik door bedauwde velden ga en vroege zon
de wolken overstraalt met rosse streken
en als de zilver-toeë klaver openplooit.

Je bent op het strand waar de golfslag breekt
en zilte wind de haren ros verbleekt.
Zee en plas stromen wervelend in elkaar,
in het diepste water dat ik graaf spiegelt je beeld.
Halmen staan trillend in het middagveld,
blindend van helgeel in koolzaadbloemen.

Je loopt tussen het wuivend stengelwiegen,
het zijn bijen die je liefste namen zoemen.
In de avonddrust, waar lange schaduw valt
en witte vlinders van de nacht weifelend pozen,
daar is je glimlach, nog altijd zo verwacht.
De wind speelt teder in de eeuwig jonge rozen.

Vrij naar Hans Warren

Daarom wil ik voor je bidden

Ik voel me machteloos
om je zieke lichaam
de kracht van een gezond mens te geven.
Maar ik bid om kracht en levensmoed voor je
bij de last die jij moet ver-dragen.

Ik voel me machteloos
om je eenzaamheid op te heffen.
Maar ik bid
dat je nu en dan mensen mag ontmoeten
of zelf durft opzoeken.
Mensen die graag naar je luisteren,
die jij zelf al luisterend
doet vernieuwd weer verder gaan.

Ik voel me machteloos
de plaats in te nemen
van die lieve overledene,
die je zo dierbaar was.
Maar ik bid
dat je zwaar verdriet mag plaats maken
voor milde troost:
door de mooie herinneringen
die eeuwig levend blijven,
door de Hoop van het Geloof,
door je zorg voor anderen met verdriet.

Ik voel me machteloos
om je angsten, zorgen en pijn
die je de laatste tijd zijn overkomen,
weg te nemen.
Maar ik bid dat jij blijvende Levenskracht
mag ontvangen
en trouwe vriendschap van mensen.

Ik voel me zo machteloos om je te helpen
daarom wil ik vooral voor je bidden:
dat jij staande mag blijven
dat jij je naaste kunt staande houden.

Vrij naar Kees Harte