voor ik het vergeet



een lichtje voor wie er was

Gratis ritueel · tot aan de uitvaart

Een lichtje per verhaal

De dagen tot de uitvaart zijn vol regelwerk. Een vast moment op de dag geeft rust, en zet hem of haar weer in het midden. Bovendien verzamel je zo verhalen die je later kunt gebruiken.

Voor wie

Iedereen in huis. Wie ver weg is, doet mee via een videogesprek.

Hoe lang

Elke avond tien tot twintig minuten, tot en met de avond voor de uitvaart.

Wat je nodig hebt

- Een kaars en een aansteker
- Een foto van je dierbare
- Een schrift voor de verhalen

Zo doe je het

1. Kies een vaste tijd, bijvoorbeeld na het eten. Zet de foto en de kaars klaar.
2. Doe het grote licht uit. Wacht even tot het stil is.
3. Eén persoon steekt de kaars aan en vertelt één herinnering. Kort mag.
4. Geef de aansteker door. Wie niets wil vertellen, zegt alleen de naam, of geeft hem door.
5. Laat de kaars daarna nog even branden. Schrijf de verhalen kort op in het schrift.
6. Neem de kaars mee naar de uitvaart en zet hem bij de foto of de kist.

als je niet weet wat je moet zeggen

“Dit lichtje is voor [naam]. Vanavond vertellen we over...”

Met kinderen

Laat een kind de kaars uitblazen, of elke avond een tekening bij de foto leggen.

Als het niet loopt

Huilt iemand? Dat hoort erbij. Laat een stilte vallen voordat je doorgaat. Weet niemand iets? Kies dan een thema van de avondkaart.

Een thema voor elke avond

Print dit blad en knip langs de stippellijnen.

Hoe je hem of haar leerde kennen	*Iets waar je om moest lachen*
Iets wat je van hem of haar hebt	*Een plek die bij hem of haar hoort*
Een gewoonte of een uitspraak	*Wat je het meest gaat missen*

Eén lichtje

Elke avond één lichtje,
elke avond één verhaal.

Zo bouwen we je opnieuw op,
woord voor woord,
vlam voor vlam,

tot de kamer weer vol is
van jou.

Lisanne Kors, Voor ik het vergeet