

Troostvolle woorden voor een warm en persoonlijk afscheid

Met zorg samengesteld vanuit de praktijk van afscheid nemen.

Voor woorden die troosten, verbinden en nabij blijven.



Voorwoord

Soms zijn er geen grote woorden nodig. Alleen woorden die helpen om samen even stil te worden.

In deze kleine bundel hebben wij teksten verzameld die troost kunnen bieden tijdens een afscheid: om voor te lezen, om dichtbij te houden of om even bij stil te staan.

Deze teksten zijn gegroeid uit ontmoetingen met families en uit kleine momenten van verdriet, liefde, herinnering en dankbaarheid.

Gebruik ze gerust als inspiratie, of precies zoals ze hier staan. Ieder afscheid is anders, maar liefde en gemis herkennen elkaar altijd.

Els en Ries Alessie

Els Alessie Uitvaartbegeleiding

1. Openingswoorden

Een intieme samenkomst

Wat bijzonder dat we vandaag hier samen zijn, niet met een grote groep mensen, maar met degenen die hem of haar werkelijk van dichtbij hebben gekend.

Mensen die herinneringen meedragen, verdriet voelen en liefde bewaren voor later.

Vandaag hoeven er geen grote woorden te zijn. Misschien is dát wel het mooiste afscheid: samen stilstaan bij wie [naam] ten diepste was.

Samenkomst met genodigden

Lieve mensen, van harte welkom. We zijn vandaag samengekomen om afscheid te nemen van [naam overledene].

Dat blijft moeilijk, juist omdat hij of zij voor zoveel mensen van zoveel betekenis is geweest.

Vandaag brengen wij herinneringen samen uit verschillende momenten van een leven: thuis, op het werk, binnen de familie, onder vrienden, bij verenigingen en in het dagelijkse contact.

Samen vormen al die herinneringen het verhaal van zijn of haar leven.

2. Licht en symboliek

Algemeen

We ontsteken een licht, niet omdat daarmee het gemis verdwijnt, maar omdat liefde vaak blijft branden, ook wanneer iemand niet meer zichtbaar bij ons is.

Wanneer geloof of hoop meespreekt

Wij ontsteken nu het licht, niet alleen als herinnering aan [naam overledene], maar ook als een teken van vertrouwen, liefde en hoop.

Voor wie gelooft dat liefde sterker is dan de dood, is afscheid niet alleen een einde, maar ook een verdergaan in Gods licht en vrede.

Tekst voor kleinkinderen of jongeren

Lieve opa / oma,

Het is moeilijk om afscheid van u te nemen. We missen uw stem, uw grapjes, uw aandacht en al die kleine dingen die zo vertrouwd waren.

We zijn ook dankbaar dat u deel was van ons leven en voor alle herinneringen die we samen hebben mogen maken.

Die nemen we met ons mee, iedere dag opnieuw.

Misschien is afscheid daarom niet alleen verdrietig. Zolang we aan u blijven denken, blijft er ook iets van u heel dichtbij. Daarom steken we kaarsen aan en zetten we u nog één keer in het licht.

3. Woorden bij verdriet

Voor iemand die lang ziek was

Verdriet en opluchting kunnen soms naast elkaar bestaan.

Verdriet omdat we afscheid moeten nemen, opluchting omdat de strijd voorbij is en rust gekomen is. Beide gevoelens mogen er vandaag zijn.

Als een partner is overleden

Twee mensen die jarenlang samen door het leven gingen, laten elkaar nooit helemaal los.

Liefde leeft vaak verder in gewoontes, herinneringen, kleine gebaren en in alles wat samen met zorg en toewijding is opgebouwd.

Wanneer stilte meer zegt

Soms helpt stilte meer dan woorden, omdat verdriet zich niet altijd laat uitleggen.

Daarom mag er vandaag ook stilte zijn: om te denken, om te voelen en om in liefde dichtbij te blijven.

4. Dankbaarheid

Naast verdriet is er vaak ook dankbaarheid: voor wat gedeeld werd, voor zorg, humor, trouw en voor gewone dagen die later onschatbaar blijken te zijn.

Dank je wel voor alle liefde die zo vanzelfsprekend voelde, voor je geduld en je aanwezigheid.

Voor de grote momenten, maar misschien nog wel meer voor alle kleine dingen die nu ineens zo kostbaar blijken te zijn.

Dank je wel voor wie je was, voor de warmte die je bracht en voor alles wat je, vaak heel vanzelfsprekend, hebt betekend in het leven van anderen.

Nu we afscheid moeten nemen, voelen we pas echt hoeveel ruimte jij in ons hart hebt ingenomen.

Verdriet en dankbaarheid lopen vandaag door elkaar heen: verdriet omdat we je moeten missen, dankbaarheid omdat we jou hebben mogen kennen, liefhebben en dichtbij ons hebben gehad. Juist die liefde blijft ons dragen.

5. Laatste groet

Variant 1

Straks nemen we afscheid, misschien met woorden en misschien in stilte, maar ieder op zijn eigen, liefdevolle manier.

Want liefde laat zich niet voorschrijven.

Variant 2

Nu is het moment gekomen om afscheid te nemen, niet van de herinneringen en niet van de liefde, maar van jouw aanwezigheid zo dicht bij ons.

We laten je los met verdriet in ons hart, maar ook met diepe dankbaarheid voor wie je voor ons bent geweest.

Rust zacht. Je blijft in onze gedachten, in ons hart en in alles wat je ons in liefde hebt meegegeven.

Vaarwel.

Variant 3

Lieve [naam],

We zeggen je vandaag niet alleen vaarwel, maar vooral dank je wel.

Dank je voor je liefde, je zorg en je leven samen met ons.

Het afscheid doet pijn, maar de herinneringen blijven: in kleine momenten, in verhalen, in stilte en soms ineens, heel dichtbij.

Ga nu maar in vrede. Wij dragen je verder met ons mee.

Variant 4

Wanneer we straks naar buiten gaan, nemen we allemaal iets mee.

Een herinnering, een stem, een glimlach, een moment.

Misschien is dat wel hoe iemand verder leeft: in kleine stukjes liefde, gedragen door velen.

Variant 5 – kerkelijk

Wij leggen een mensenleven terug in Gods handen, in het vertrouwen dat liefde sterker blijft dan afscheid en dat geen mens bij Hem vergeten is.

Variant 6 – zegenwens

Ga nu verder naar het licht en de vrede die geen einde kennen. Moge Gods liefde je dragen, zoals jouw liefde ons zo lang heeft gedragen.

Vaarwel, tot ooit.

6. Praktische tips voor voordragen

Een tekst voordragen tijdens een afscheid is vaak emotioneel. Deze tips kunnen helpen om met wat meer rust en vertrouwen te spreken.

- Spreek rustiger dan je normaal doet en neem alle tijd.
- Als emotie je overmant, neem dan gerust een slokje water. Verdriet mag er zijn.
- Wanneer je moet huilen, pauzeer dan even. Neem een paar seconden rust voordat je verdergaat.
- Schrijf je tekst uit in korte zinnen; dat leest rustiger voor, zeker op emotionele momenten.
- Durf stilte toe te laten. Stilte hoeft niet ongemakkelijk te zijn en zegt soms meer dan woorden.
- Het hoeft niet perfect te zijn. Mensen luisteren niet naar perfectie, maar naar echtheid.
- Spreek niet te lang. Probeer wat je wilt zeggen in maximaal 7 minuten te vertellen.

7. Muziek en foto's tijdens een afscheid

Er zijn vaak liedjes die direct verbonden zijn met herinneringen. Muziek geeft ruimte aan gevoel en kan een afscheid nog persoonlijker en warmer maken.

Mogelijke muziekmomenten

1. Bij binnenkomst van de genodigden
2. Tijdens het binnendragen van de overledene
3. Tussen de toespraken of herinneringen
4. Tijdens de laatste groet

Foto's tijdens muziek

Laat tijdens de binnenkomst en de laatste groet liever geen drukke fotoloop zien. Een mooie hoofdfoto geeft vaak meer rust.

Per muzieknummer kunnen ongeveer 25 tot 30 foto's worden getoond. Kies beelden die ook voor genodigden herkenbaar en waardevol zijn.

Hulp nodig?

Voor hulp bij muziek, fotopresentaties, teksten of het samenstellen van een persoonlijke afscheidsdienst staan wij graag naast u.

8. Slotwoord

Misschien kunnen woorden verdriet niet wegnemen, maar soms kunnen ze wel even zacht naast iemand gaan staan.

Misschien is dat wel wat troost betekent.

Wij wensen jullie veel sterkte met de moeilijke gang die jullie nu moeten maken.

Els en Ries.