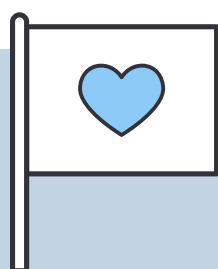


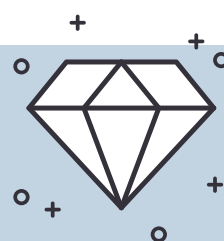
DIAMANTMODEL GESPREKSKAART

5 stappen naar innerlijke ruimte*



Doen en laten

Hoe ga ik om met wat me overkomt? Moet je alles doen wat mogelijk is? Wat moet je doen? Wat moet je laten? Is het verstandig om alle behandelingen aan te grijpen? Of kun je beter aanvaarden dat het leven eindig is. Wil je nog van heel veel mensen afscheid nemen?



Herinneren en vergeten

Hoe kijk ik terug op mijn leven? Mooie herinneringen kunnen kracht geven. Er kunnen ook heftige herinneringen zijn die je het liefst wegstopt of vergeet. Wat is voor jou belangrijk om vast te houden en hoe doe je dat? Zijn er nog dingen om recht te zetten?



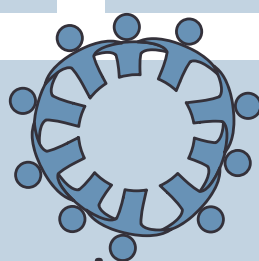
Vasthouden en loslaten

Hoe ga ik om met de mensen om mij heen? Waar vind je houvast als je moet loslaten? Wanneer moet je loslaten? En hoe gaat dat, het leven loslaten? Waar hoop je op?



Beloven en weten

Wat staat me te wachten? Waar mag ik op hopen? Op wie kan ik vertrouwen? Waar vind ik zekerheid? Waar geloof ik in? Welke grote vragen heb ik nog?



Ik en de ander -vertel je levensverhaal-

Hoe je tegen jezelf aankijkt, wordt grotendeels bepaald door wat je hebt meegemaakt in je leven. Je rol en relatie tot de mensen in je omgeving verandert als je dichtbij de dood staat. Wie is jou tot steun (geweest) en wie ben jij zelf tot steun? Wat vind ik belangrijk om nog te doen in de tijd die er nog is? Wie kunnen me helpen om beslissingen te nemen?

Vindplaatszingeving.nl 2025

*5 spanningsvelden: het diamantmodel of ars moriendi-model van Carlo Leget, in o.a.: Van levenskunst tot stervenskunst, 2008

