

DIGITAAL  
BEZINNEND  
AANBOD  
2022



# RUIMTE VOOR HERSTEL

DAG 1  
RUIMTE  
VOOR  
GEVOELEN

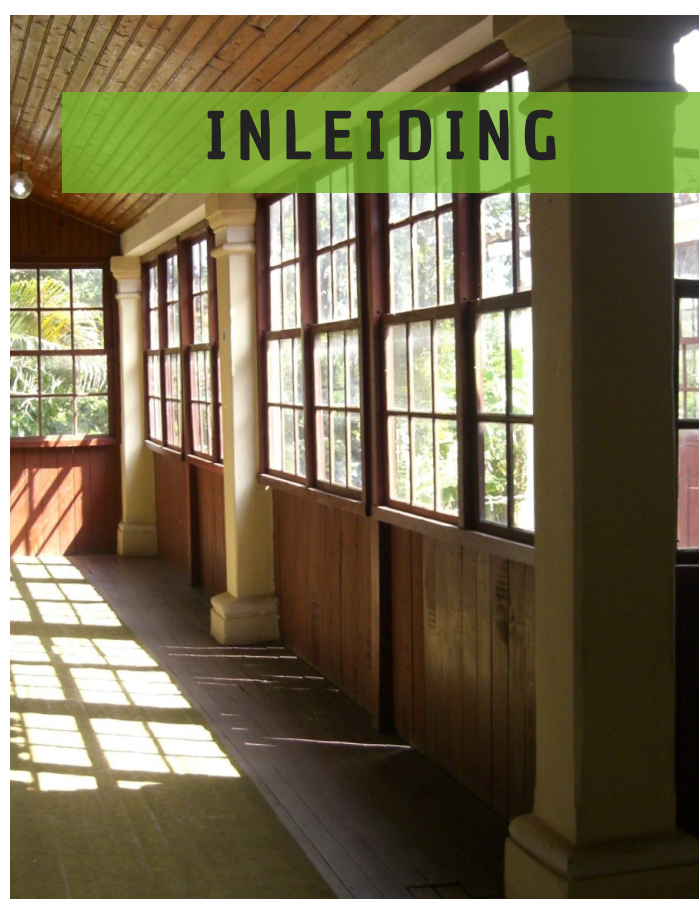


Elk mens heeft een waardigheid die onvervreemdbaar is. De christelijke traditie moedigt ons aan tot een diepgaand respect voor de ander.

Ieder van ons mag leven vanuit het kostbare besef ten diepste bemind te zijn door God die uiteindelijk Liefde is. Die Liefde werd ook bij onze geboorte in ons gelegd, als een onverwoestbare vonk die niet verloren kan gaan. Deze Liefde nodigt je uit ook anderen nabij te zijn.

De zeven werken van barmhartigheid zijn een oproep aan elke christen om deze Liefde heel concreet vorm te geven in het dagelijks leven. Steevast gericht op de mens in nood; zoals ook het zesde werk van barmhartigheid: "de gevangenen bezoeken".

We worden uitgenodigd om op een respectvolle manier om te gaan met wie gevangen zit omdat ze iets misdeden. Ook hun menselijke waardigheid is onvervreemdbaar, ook zij verdienen onze aandacht en zorg.



# INLEIDING

Hoe kunnen we hen bevrijden uit hun eenzaamheid, het stigma laten varen van 'eens gestolen, altijd een dief', hen niet uitsluiten, hen beschouwen als falende mensen – zoals we tenslotte ook zelf zijn?  
Fratelli Tutti, allemaal broeders en zusters samen op weg in deze tijd en in deze wereld.

In dit bezinnend aanbod komen we aan de hand van getuigenissen en overwegingen gevangenen én onszelf tegen, mensen die met vallen en opstaan samen willen groeien.

Opstaan én herleven, vijf dagen staan we stil bij een proces van ommekeer.

# RUIMTE VOOR GEVOELEN

Als ons onrecht wordt aangedaan en we zijn niet in de mogelijkheid om voor onszelf op te komen, verdringen we onze gevoelens van boosheid en verdriet.

Als gevoelens niet bewust worden verwerkt, gaan ze ondergronds. Ze leven verder, tot ze op een onbewaakt moment naar boven komen en ons overspoelen. Dan doen we dingen waartoe we ons nooit in staat hadden geacht.

Als gevoelens niet verwerkt worden, kunnen de slachtoffers van vandaag de daders van morgen worden.

We moeten iemand zoeken bij wie we ons veilig voelen, bij wie we deze gevoelens naar boven kunnen laten komen, zegt Edith Eger. Want wat je niet gevoeld hebt, kan je niet genezen. Er is geen vergeving mogelijk zonder eerst je woede te voelen.



Hoe zou je hier vanuit een christelijke visie mee om kunnen gaan?

Jacques Mourad, monnik in Syrië in het klooster van Deir Mar Moussa, werd gevangen genomen door IS. Hij zocht een antwoord op deze vraag.



**“MIJN GETUIGENIS BEGINT MET EEN EENVOUDIGE GLIMLACH. ZELFS ALS DE JIHADISTEN ME GEWELD AAN DOEN, ZELFS ALS IK OP BEN VAN DE ZENUWEN, PROBEER IK TE GLIMLACHEN. HET VRAAGT EEN ZEKERE ZELFBEHEERSING, DIE NIET VAN MIJZELF KOMT. ZE WORDT ME DOOR GOD GEGEVEN DOORHEEN HET GEBED. HIJ HELPT ME MIJN KALMTE TE BEWAREN EN DAT ONTSPANT MIJN ONDERVRAGERS.**

**HOE KAN IK HEN TOT BEDAREN BRENGEN ALS IK ZELF NIET KALM BEN? MIJN MEDEDOGEN, MIJN LIEFDE ZELFS VOOR HEN, MIJN GLIMLACH ZIJN ALS EEN BALSEM DIE HUN KWELLINGEN KOMT VERLICHTEN. HET IS ALSOF MIJN WOORDELOZE VRIENDELIJKHEID HET PEIL VAN HET EXTREME GEWELD IN HUN HART LAAT ZAKKEN. DOOR MEZELF TE DWINGEN DE GOEDE MENS TE ZIEN DIE IN HEN SLUIMERT, WEK IK HUN DIEPE MENSELIJKHEID OP.**

**IK HELP HEN ZICH TE BEVRIJDEN VAN HET MONSTER DAT ZE ZELF GELOVEN TE ZIJN. OCH, IK KOM HIER NIET TOE OP EIGEN KRACHT. HET IS NOG EEN GESCHENK VAN GOD! IK BELEEF DE OPROEP VAN JEZUS HEEL CONCREET:**

**“Heb je vijanden lief, wees goed voor wie jullie haten, zegen wie jullie vervloeken, bid voor wie jullie slecht behandelen”. (Lc 6, 27; vgl. Mt 5, 44)**

**DIT VERS BLEEF ALTIJD ABSTRACT. NU ERVAAR IK HET ALS WEZENLIJK EN MOGELIJK. HET BRENGT ME VREUGDE DIT WOORD CONCREET TE BELICHAMEN.”**

**UIT: JACQUES MOURAD ET AMAURY GUILLEM, MOINE EN OTAGE. LE COMBAT POUR LA PAIX D'UN PRISONNIER DES DJIHADISTES, ED. EMMANUEL PARIS, 2018, BLZ. 124.**





Zowel de ouders als grootouders van Steven hadden een café. Na zijn werk in de fabriek overdag, dronk Stevens vader veel. Een kwade dronk zorgde vaak voor agressie. Verschillende keren stonden Steven, z'n vijf jaar jongere broertje en hun moeder op straat. Dan werden ze opgevangen door de grootouders. Toen Steven achttien werd, ging hij op zichzelf wonen om de thuissituatie te ontvluchten. Waarom was het bij hem thuis toch zo anders dan bij zijn vrienden? De slechte jeugdherinneringen voerden de boventoon. Steven dronk toen al om zijn problemen te vergeten.

Al snel leerde hij zijn eerste vrouw kennen. Maar Steven was een introverte piekeraar. Hij zocht niemand op om mee te praten. Alcohol en werk waren zijn toevlucht. Elke keer nadat hij gedronken had, voelde Steven zich loom en moe. Dan liet hij alles op zijn beloop. "Morgen zien we wel weer..." Dat leek hem toen ook niet echt een probleem. Hij verscheen elke dag op het werk. Wat was er dan mis met een pintje erna? Zijn huwelijk liep op de klippen. Na de breuk begon Steven nog meer te drinken, samen met zijn baas die ook gescheiden was. Ze zaten in hetzelfde schuitje, hoewel Steven als marktkramer in het zwart werkte. Bij een ongeval bleek geen enkel papier in orde. Steven nam ontslag. En dronk alleen verder.

Toevallig ontmoette hij een man die voor hem alle papieren in orde bracht. Via art. 60 kreeg Steven een job als klusjesman bij het OCMW toebedeeld. Hij is die man er nog steeds dankbaar voor. Zijn drankgebruik minderde en er was opnieuw contact met zijn vrouw. Ze gaf hem nog een kans en samen kregen ze een zoontje. Maar er vielen regelmatig woorden, met een vlucht in de alcohol als gevolg.

Steven ging aan de slag bij een grote firma in Brussel. Met zijn carrière ging het gestaag beter, alleen het drinken bleef. Steven liep af en toe een scheve schaats, waardoor het opnieuw tot een breuk kwam met zijn vrouw. Ze liet hun zoontje achter bij de politie waar hij hem moest ophalen. Het kwam tot een vechtscheiding. Hij bracht hun zoon onder bij zijn ouders.



Zijn drinken zag hij nog altijd niet als een probleem. Hij had het gevoel dat hij het nog helemaal onder controle had. Hij vluchtte in zijn werk. Zijn problemen werden weggelachen en weggedronken.

Uit verveling zocht Steven een bezigheid in het weekend. Zo kwam Steven in de evenementensector terecht. De bezigheid groeide uit tot een zelfstandig bijberoep.

Dan ontmoette hij zijn tweede vrouw. Voor haar wou Steven nuchter blijven. Het was een mooie tijd. Steven voelde zich goed. Het koppel ging samenwonen en verlangde naar een kind. Dat vereiste allerlei medische behandelingen. Toen zijn vrouw eindelijk zwanger was, maakte Steven een moeilijke periode door. Hij sloot zich op in zichzelf. Hij raakte terug aan de drank, zelfs al wou hij niet dat hun kind een zelfde jeugd als hij zou doormaken.

Er groeide een afstand tussen hem en zijn vrouw. En toen gebeurde er iets onherroepelijks. Net voor het geboortefeest van hun dochter was Steven aan het drinken geslagen. Pas een half uur voor aanvang daagde hij op. Zijn vrouw en de familie waren razend! Zelf beseftte hij niet ten volle wat hij had aangericht. Hij praatte zich eruit. Althans, dat dacht hij.

Steven bleef drinken. Hij stopte zelfs vroeger met werken om te kunnen drinken. Toen zijn vrouw hem verliet, kwam hij van de regen in de drop terecht... Zijn rijbewijs werd afgenomen voor het rijden onder invloed. Hierna liep hij verschillende veroordelingen op voor het rijden zonder rijbewijs. Telkens Steven gedronken had, ging hij zijn vrouw opzoeken. De politie kwam meermaals tussenbeide. Op een dag brak hij dronken en woedend het glas van de voordeur waar zijn vrouw woonde. Zo werd Steven voor het eerst opgepakt en voorgeleid bij de onderzoeksrechter. Er volgde een veroordeling met een effectieve celstraf.

Ze spreken over een wereld  
van staal en beton.

Maar wat met mijn  
vuilgekalkte muren  
beschreven met de waanzin van anderen  
die ook de mijne zal worden.

En met lachende tralies  
die je verbieden  
naar de regen te kijken  
terwijl ze hem toch niet buiten kunnen  
houden.

En de put die in mijn matras ligt  
omdat de ziel ervan rot is.  
Eigen aan dit huis  
met drie – vallende – sterren.

Een zestig watt tegen de muur  
onvoldoende om mijn geest te verlichten.  
Mijn maan overdag  
de zon van de nacht.

Verstrikt in mijn angsten  
gevangen in mijn emoties  
en grenzeloze eenzaamheid.  
Niemand om van te houden  
geen bloemen die kleur geven.

A.A. (1989)

# HOOR MIJ

## Psalm 88 - fragmenten

Heer, God die mijn heil zijt, u roep ik bij dag,  
bij nacht zoek ik uw nabijheid;  
nadere mijn gebed tot uw aanschijn;  
neig tot mijn klagen uw oor.

Want mijn ziel is van rampen verzadigd,  
aan de grens van het dodenrijk ben ik,  
ik behoor bij wie daalden in de groeve,  
ik werd tot een man zonder kracht.

Naar een afgrond heb gij mij verwezen,  
naar duisternissen onpeilbaar  
en zwaar rust op mij uw gramschap

al uw brandingen stapelt gij op.  
Gij vervreemde van mij die mij kenden,  
hebt mij hun tot een gruwel gemaakt.

Gevangen ben ik, zonder uitweg,  
en mijn ogen zijn blind van ellende;  
u roep ik, Heer, de dag lang,  
mijn handen strek ik naar u uit.  
Ik blijf tot ú roepen, o Heer,  
Als het daagt zoekt ú mijn gebed.

Waarom, Heer, verwerpt ge mijn leven,  
Keert ge uw aanschijn van mij af?

Gerhardt I.G.M. en van der Zeyde,  
M.H., *De psalmen, 's Hertogenbosch, 2005.*



# EVEN STILSTAAN

Is er jou ooit  
onrecht aangedaan?  
Wat voelde je toen?  
Hoe reageerde je?

Heb je zelf al iemand  
onrecht aangedaan?  
Wat dacht en  
voelde ik toen?

Heb je het rechtgezet?  
Welk gevoel gaf  
je dit?

Zou je vandaag nog  
op dezelfde manier  
reageren?

Wat hielp je  
om het  
te verwerken?

"Hé, dag monster!" Zo klonk het op de speelplaats toen Freddy na ellenlange maanden in het ziekenhuis terugkeerde naar school. Het jongetje had het ongeval overleefd waarbij een vrachtwagen Freddy en zijn fietsje de lucht in had gekatapulteerd. Hij hield er een lange revalidatie en een verminkt gezicht aan over. En dus ook een nieuwe naam: monster. Een snor en een zonnebril zouden op latere leeftijd de boel wat verbergen. Niet zozeer de klasgenootjes maar de meester die liet begaan, voedde een bodem voor wrok. Aan de kindertijd en de jeugd van Freddy hangen haken en ogen maar als je als gedrocht betiteld en bejegend wordt, verhoogt dit de kans op wraakgevoelens. De opgestapelde haat tegen meesters en ambtenaren, tegen alles en iedereen, ontploft op een dramatische manier. Als hij 31 is, vermoordt Freddy een voor hem onbekende garagist en zijn gezin. Hij wordt veroordeeld tot een levenslange gevangenisstraf. Sinds 1979 broemt hij in de gevangenissen van Leuven, Brugge en Hasselt. Op zijn vraag voor vervroegde vrijlating krijgt de ondertussen 75-jarige geen gehoor.

Op een dag krijg ik een brief van Freddy. Even later bezoek ik hem. De brieven zijn een heuse correspondentie geworden, de bezoeken blijven eerder sporadisch. Het monster heeft zijn bril afgezet, het gedrocht legt zelfs humor aan de dag. Alleszins voor mij. Sinds meer dan veertig jaar verschilt zijn ritme weinig van dat van een monnik. Mijn hart breekt wanneer ik denk aan de garagist en zijn familie. Maar als Freddy vrijkomt, mag hij bij mij op de logeerkamer.

Hé, dag monster!" Zo klonk het op de speelplaats...

Diegenen die anderen pesten, voelen zich stoer  
Doe je niet mee met de pesters, hoor je er niet bij  
Dan pesten ze jou  
Gepest worden is niet fijn  
Dikzak, grasspriet, dommerik, keer terug naar je land.  
Woorden van pesterijen zijn al pijnlijk  
Maar geschopt, geslagen, geduwd worden is ook pijnlijk  
Het ergste is : diegenen die gepest worden,  
durven er niet over praten  
omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden.  
De pesters zouden zich eens gepest moeten voelen  
dat ze beseffen wat ze anderen aandoen.  
Dan stopt het pesten misschien.  
Als je iemand niet zo goed kan verdragen,  
laat ze gewoon gerust of, ten hoogste,  
een goede dag en een salut.  
Wat zou de wereld er anders uitzien  
met veel minder verdriet en pijn.

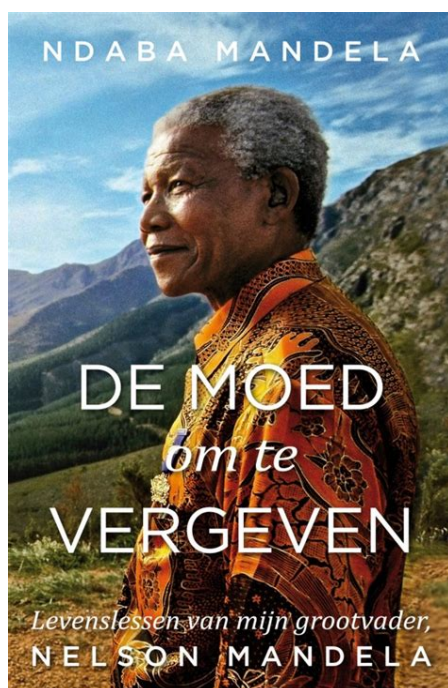
*Uit: Jan De Cock, Hotel Prison, Lannoo, 2014*



RUIMTE  
VOOR  
GEVOELEN

RUIMTE VOOR HERSTEL

LEES MEER  
KLIK OP DE AFBEELDING



# RUIMTE VOOR HERSTEL

Bezinnend aanbod over straf en detentie

Ontdek [hier](#) het aanbod.

Verdient iedereen een tweede kans?  
Schuilt er een misdadiger in elk van ons?  
Hoe laat je voelen dat iemand weer welkom is?  
Kunnen we de ruimte opzoeken waar we voor alles mens zijn?  
Een ruimte waar we verder gaan dan handelen en oordelen.  
Waar je je aanvaard voelt, ondanks wat gebeurd is.  
Een plaats om te herstellen van wat je zover heeft gebracht.

**DAG 1 - RUIMTE VOOR GEVOELENS**

**DAG 2 - RUIMTE VOOR REFLECTIE**

**DAG 3 - RUIMTE VOOR HERSTEL**

**DAG 4 - RUIMTE VOOR VERZOENING**

**DAG 5 - RUIMTE VOOR BEVRIJDING**



samenstelling: Werkgroep Vredesspiritualiteit

© 2022, Pax Christi Vlaanderen