

DIGITAAL  
BEZINNEND  
AANBOD  
2022



# RUIMTE VOOR HERSTEL

DAG 5  
RUIMTE  
VOOR  
BEVRIJDING

# RUIJITE VOOR BEVRIJDIJG

Na ruimte voor gevoelens, reflectie, herstel en verbondenheid komen we terecht bij de laatste stap, namelijk bevrijding.

In werkelijkheid lopen deze vijf stappen vaak door elkaar. Schuld, woede, verdriet, eenzaamheid... kunnen terug de kop opsteken.

Telkens moeten we die terug accepteren om er vrij van te worden en een nieuw leven te kunnen beginnen. Het is een oefening in onderscheid maken tussen daden met onomkeerbare gevolgen en het unieke van ons wezen.

Vanuit spiritueel oogpunt is het juist dit unieke dat ons bestaansrecht geeft en onze eigenwaarde bekrachtigt. Het middelpunt van ons unieke zijn is een onverwoestbare levenskern die we God mogen noemen. Vertrouwen in deze levenskern maakt het ons mogelijk om het leven vastberaden recht in de ogen te kijken.

*(naar Lytta Basset)*

foto: Bénédicte Kusendila







## Het verhaal van Elsa

De meeste mensen die in de gevangenis terecht komen hebben een erg fragiel netwerk. Als er al een netwerk is ... Door de detentie komen de weinige en kwetsbare relaties die mensen hebben nog meer onder druk te staan.

Bij Elsa is dat niet anders.

Het leven heeft Elsa niet gespaard. In haar directe omgeving had ze veel verlies ervaren en ongewild had ze afscheid moeten nemen van de mensen die haar het meest dierbaar waren. En zo verzeilde ze stilaan in isolement en... in de criminaliteit. Wanneer Elsa bij ons binnenkomt is ze 61 en moederziel alleen op de wereld. Of toch niet...: om de zoveel tijd heeft ze een videocall met een Afrikaanse jongeman die ze via via heeft leren kennen. Aan de medege-detineerden vertelt ze daar de meest fantastische verhalen over... De realiteit is echter veel rauwer: hier in België is er, de dag dat ze de gevangenis verlaat, niemand die op haar wacht.

Elsa is dan ook niet bijzonder gemotiveerd om naar buiten te gaan en hoewel ze onder voorwaarden vervroegd kan vrij komen, kiest ze voor 'einde straf'. Naarmate die einddatum in zicht komt, krijgt Elsa UV's -uitgaansvergunningen- om o.a. haar identiteitskaart en bankkaart, haar ziekteverzekering in orde te brengen, te solliciteren, ....

In de ogen van de medege-detineerden heeft ze geluk want Sofie, die binnen PSD - de psychosociale dienst- haar dossier opvolgt, heeft veel vertrouwen in haar. Ze schrijft de UV's doorgaans ruim uit. Dat betekent dat er naast tijd voor de geplande afspraken, ook nog wat extra tijd wordt toegekend om een koffietje te drinken, eens 'iets leuks' te doen,... Maar Elsa komt steevast kort na de middag terug binnen. Binnen de muren voelt ze zich veiliger. Buiten de muren overvalt haar de angst voor het leven na de gevangenis: waar zal ze terecht komen, zal ze op haar leeftijd nog werk vinden, zal ze ooit nog het gevoel kennen ergens thuis te horen?

PSD schakelt een versnelling hoger en Sofie schrijft nog wat meer UV's uit zodat Elsa 'aan haar netwerk kan werken'. Als ze dat wil mag ze zelfs eens per maand op penitentiair verlof - 36 uur buiten met één overnachting-, alleen... Elsa kent niemand bij wie ze één nacht in de maand welkom is. De angst om opnieuw in isolement terecht te komen verlamt haar en ontnemt haar elke hoop op een nieuwe, betere toekomst na haar detentie.

Maar plots gaat de bal aan het rollen. In een opvanghuis van Don Bosco in de buurt van de gevangenis, blijkt een plaats vrij te komen. Tijdens het intakegesprek lijkt het al meteen te klikken tussen Elsa en de verantwoordelijke. Vrij snel nadien krijgt Elsa bericht dat ze er de eerste maanden na haar detentie terecht kan om op adem te komen en stilaan de draad van het leven weer op te nemen.

Elsa begin voorzichtig te dromen van een plek waar ze welkom is, een plek waar ze zich thuis mag en kan voelen. De daaropvolgende UV's krijgen plots een heel andere kleur. Elsa gaat op zoek naar spulletjes om haar kamer in te richten, af en toe springt ze al eens binnen in het opvanghuis om er een koffietje te drinken, hier en daar een handje te helpen als dat nodig is,... Op de dag van haar vrijlating wordt ze opgehaald door een vrijwilliger. In het opvangtehuis staat de koffie al klaar. Er heerst een uitbundige sfeer.

En zo wordt het verhaal van Elsa tegen alle verwachtingen in een succesverhaal. Zes maanden na het einde van de straf verlaat Elsa het opvangtehuis en gaat ze als conciërge inwonen in een B&B in de buurt. Maar wekelijks gaat ze minsten nog één keer middagmalen in het opvanghuis.

*Zinvolle detentie zou maximaal moeten inzetten  
op het versterken van de relaties van gedetineerden:*

*De relatie met zichzelf,  
relaties met de anderen,  
relaties met de omgeving,...*

*Op die manier zouden de slaagkansen van re-integratie aanzienlijk verhogen!*

V.G.  
aalmoezenier

God, als ik aan U denk  
Voel ik me verwend  
Wat me blij stemt

Als ik aan U denk  
Voel ik me niet alleen  
Ondanks dat alles verdween

Als ik aan U denk  
Voel ik hoop  
die U me brengt

Als ik aan U denk  
Voel ik zoveel liefde  
Die U me schenkt

Zodat ik ondanks alles  
En mijn lange gevangenisstraf  
Nog om mijn leven geef.

W.M.

# HOOR MIJ

## Psalm 126

*Toen de HEER het lot  
van Sion keerde,  
was het of wij droomden,  
een lach vulde onze mond,  
onze tong brak uit in gejuich.*

*Toen zeiden alle volken:  
'De HEER heeft voor hen  
iets groots verricht.'  
Ja, de HEER had voor ons  
iets groots verricht,  
we waren vol vreugde.*

*Keer ook nu ons lot, HEER,  
zoals U water doet weerkeren  
in de woestijn.*

*Zij die in tranen zaaien,  
zullen oogsten met gejuich.*

*Wie in tranen op weg gaat,  
dragend de buidel met zaad,  
zal thuiskomen met gejuich,  
dragend de volle schoven.*

Psalm 126, NBV-21





**INDIA.ARIE - I AM LIGHT - 2013**

**Aum**

**Aum**

**Ik ben licht,**

**Ik ben licht**

**Ik ben licht**

**Ik ben licht**

**Ik ben niet wat mijn familie deed**

**Ik ben niet de stemmen in mijn hoofd**

**Ik ben niet de stukjes gebrokenheid in mij**

**Ik ben licht, ik ben licht**

***Koor: 3x***

***Ik ben licht, ik ben licht***

**Ik ben niet mijn begane fouten**

**Niets van wat me pijn deed**

**Ik ben niet de dromen die ik achterliet**

**Ik ben licht, ik ben licht**

***Koor: 3x***

***Ik ben licht, ik ben licht***

**Ik ben niet de kleur van mijn ogen**

**Ik ben niet mijn huid aan de buitenkant**

**Ik ben niet mijn leeftijd**

**Ik ben niet mijn ras**

**Mijn ziel van binnen is niets dan licht,**

**niets dan licht**

**Oh licht, alles licht**

**Ik ben licht, ik ben licht**

**Ik ben wel omschreven goddelijkheid**

**Ik ben de God binnen in mij**

**Ik ben een ster, een deel van alles,**

**Ik ben licht**

## EVEN STILSTAAN

Heb je je ooit al eens  
echt vrij gevoeld?  
In welke context?

Wat betekent  
bevrijding  
voor jou?

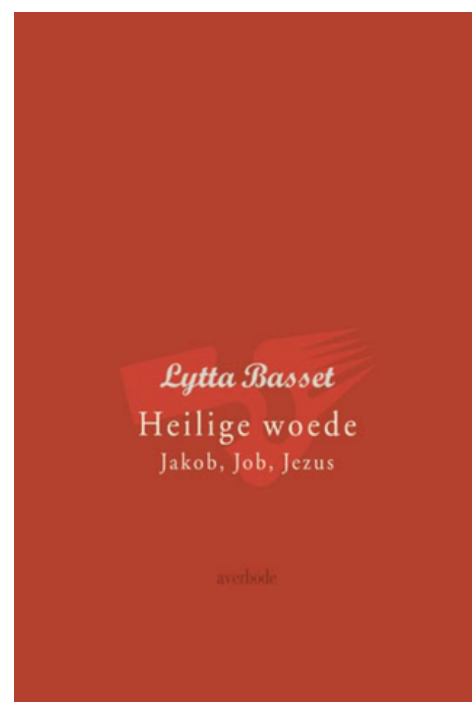
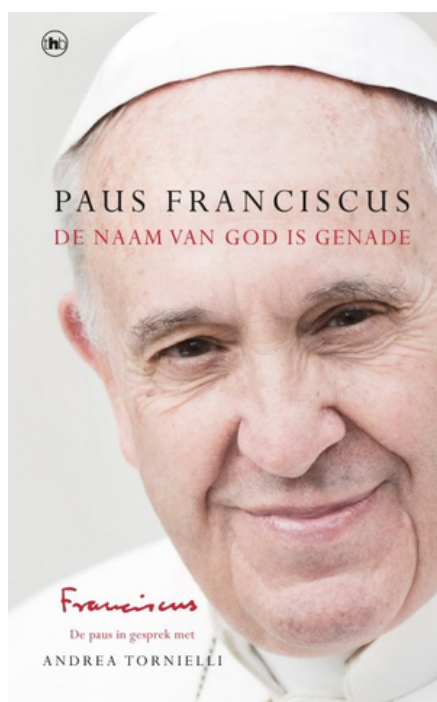
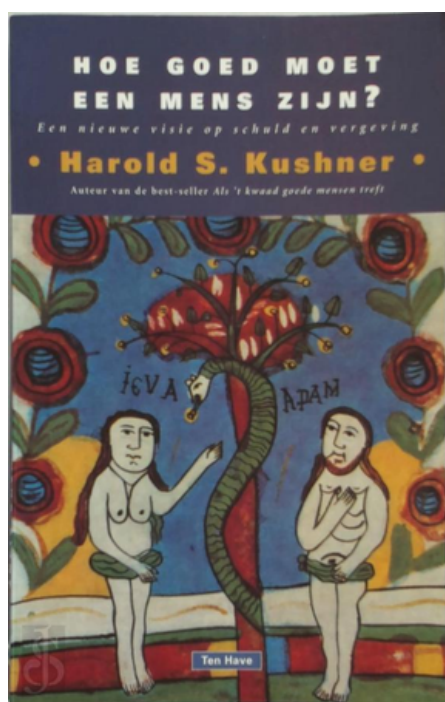
Wat heb je nodig  
om vrij te worden  
van wat je beknelt?

Welke impact kan dit  
hebben op jouw  
relaties met anderen?



LEES MEER

KLIK OP DE AFBEELDING



Klik op de afbeelding voor de documentaire over [compassionprisonproject.org](https://compassionprisonproject.org)

(7 min <https://vimeo.com/398088783>)

# 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 GEVOELEN**

**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