

Geweld slaat nergens op

*Ontdek de kracht
van geweldloos verzet
in 5 inspirerende
bundels*

Toolkit van
de Vredesbouwer 2026

Deel 1 — Waarheid

Geweldloze kracht

In Minneapolis en St. Paul (Minnesota, Verenigde Staten) werd *One Love* in 2026 meer dan een slogan.

Het was een manier om te laten zien: wij laten onze burens niet achter wanneer ICE, die illegaal mensen deporteerde, plots opduikt.

Daarom kwam er steeds opnieuw volk op straat, in de hoop dat elke controleactie meteen zichtbaar, voelbaar en ingewikkeld wordt - niet alleen vandaag, maar ook morgen. Het "tempo hoog houden" betekende: terugkomen wanneer ICE weer kwam, op dezelfde plekken, met dezelfde mensen, met dezelfde boodschap.

De spanning was groot. Er vielen zelfs slachtoffers. Maar juist dat maakte de beweging nog breder. Meer mensen sloten aan, omdat ze zagen dat dit niet ging om politiek ver van mijn bed maar om levens hier en nu. Ook vanuit de lokale overheid kwam er steun en uiteindelijk kreeg de druk effect. Er werd door ICE zelfs gevraagd om een pauze. ICE-troepen trokken zich een week later terug uit Minnesota.



Parallel zie je in Portland hetzelfde idee, maar dan met humor als wapen: mensen in [opblaasbare kikkerkostuums](#) buiten aan een zwaarbewappende ICE-faciliteit. Die kikkeruniformen werken omdat ze de situatie ontwapenen: het maakt tegenstanders minder vrij om het verhaal van 'gevaarlijke vijanden' te vertellen, omdat je ineens een beeld krijgt dat absurd, menselijk en onschadelijk aanvoelt, waardoor spanning daalt en aandacht stijgt. Het protest wordt zo een duidelijke boodschap met een onvergetelijk beeld: geweldloos verzet hoeft niet grimmig te zijn om te landen.

***One Love* toonde dat geweldloos verzet kan schokken, schuren en veranderen.**

De *One Love*-beweging had een duidelijke methodiek. Eerst maakten inwoners de situatie concreet: ze verzamelden zich rond locaties waar ICE controle deed. Niet verstopt, maar zichtbaar. Vervolgens bleven ze dicht bij actiepunten: de plekken waar mensen werden tegengehouden of waar er het meeste risico was. Met hun aanwezigheid lieten ze zien dat ze niet zouden weggijken.

Daarna kwam het deel dat veel effect gaf: aandacht en waarschuwing met getoeter, fluitjes op weg naar school, werk, de winkel... Op straat klonk één heldere boodschap - er is geen wij vs. zij, er is een gemeenschap waar ook kwetsbare mensen bij horen. Tegelijk hielden mensen het vreedzaam: steun geven, elkaar bijstaan, niet escaleren.

Door die voortdurende, vreedzame aanwezigheid werd ICE in de praktijk minder vrij om stil te opereren. Elke nieuwe komst leverde opnieuw publieke zichtbaarheid op - waardoor de druk doorwerkte in gesprekken met lokale instanties en in berichtgeving.

Taal van vrede

Waarheid vraagt moed

Waarheid is essentieel om in vrede te leven. We worden overspoeld met tegenstrijdige berichten. Wie heeft er gelijk? "Ieder zijn waarheid!"

Het is niet makkelijk om de waarheid te achterhalen. Nochtans is het een noodzaak voor vredesopbouw.

Wanneer men overtuigd is van zijn eigen gelijk, is er maar een weg om de waarheid recht te verschaffen en dat is dialoog. Met elkaar spreken vraagt moed – zowel in kleine kring als op internationaal vlak.

Bij conflicten denken beide partijen dat ze de waarheid in pacht hebben.

Bij conflicten leren we dat de waarheid een complex geheel is met vele kanten. Waarheid is dynamisch en wij moeten allemaal groeien in waarheid.

Bij conflicten is er maar een uitweg: naar elkaar toegroeien in begrip, vertrouwen dat vrede mogelijk is, in waardering en liefde.

Dat betekent de moed hebben om ons eigen gelijk respectvol achter ons te laten.

Wijsheid kunnen we leren

Er is het gezegde: ieder heeft zijn waarheid. In welke waarheid wil ik groeien?

Enkele quotes uit het aangrijpende dagboek van **Etty Hillesum** (overleden in Auschwitz) kunnen ons op weg helpen:

Ik zie geen andere weg, dat ieder van ons inkeert in zichzelf en in zichzelf uitroeit en vernietigt al datgene, waarvoor hij meent anderen te moeten vernietigen. En laten we ervan doordrongen zijn dat ieder atoompje haat dat wij aan deze wereld toevoegen haar onherbergzamer maakt dan ze al is.

Misdadig is alleen het systeem dat deze kerels [Nazi's] gebruiken. En wanneer men het heeft over uitroeien, dan toch het kwaad in de mens en niet de mens. ([Het verstoorde leven, blz 82](#))

De **Palestijnse Arab Aramin** en **Israëlische Yigal Enahan** die beiden familie verloren, getuigden tijdens een vredeswake in het West-Vlaamse Langemark:

Wraak brengt alleen maar wraak voort.

Wraak brengt geen troost, geen verzoening en dus ook geen vergeving.

We moeten leren om samen te leven als broeders. Anders gaan we samen ten onder als dwazen (citaat van Martin Luther King)

Rechtvaardigheid en verzoening ontbranden niet zo snel als geweld en haat.

Lees Mee(r)

- [Hillesum, E. \(2022\). Het verstoorde leven: Dagboeken en brieven van Etty Hillesum 1941–1943. Uitgeverij Balans.](#)

Kijk Mee(r)

- [Pray The Devil Back To Hell](#): Vrouwen van de strijdende partijen komen samen in een vrouwenstaking totdat de verschrikkelijke burgeroorlog in Liberia tot een eind komt, met democratische verkiezingen – en een Nobelprijs voor de Vrede – als gevolg.

Je kan elke dag zelf aan vrede bouwen. Bezoek daarvoor zeker eens de websites van onze [Toolkit voor de Vredesbouwer](#) of van onze ["Vredesbouwers"-campagne](#)

Klik hier voor de andere delen