

# Genoeg van de stilte en de wrok

Zelfs een jarenlang conflict kan opklaren, als iemand maar de eerste stap doet

Jozefien VAN HUFFEL

Daar zitten ze dan aan de feestdis. Ze kijken elkaar vooral niet in de ogen. Ze zwijgen, om niet te hoeven schelden. Het cliché van de gebrouilleerde familie die zich met Kerstmis noodgedwongen in dezelfde ruimte bevindt, u kent het wellicht uit een of andere film. Ook in de werkelijkheid brengen de feestdagen echter niet zelden sluimerende conflicten aan de oppervlakte, al is het maar omdat je iemand die je al lang niet meer ziet ook dit jaar geen kerstwensen stuurt. Net zo goed kan Kerstmis het idee doen ontluiken om ook in je directe omgeving te werken aan vrede op aarde. Heeft het echter zin te zoeken naar verzoening in een vastgeroest conflict?

„Geen conflict of het kost je iets, het onthoudt je iets”, zegt Tom Rijken, predikant, bemiddelaar en oprichter van het Nederlandse oecumenische Platform Church Mediation. „Bovendien straalt er altijd iets van de onenigheid met je ouders, broer of zus door naar de volgende generatie. Je geeft het slechte voorbeeld. Ben je bovendien christen, dan is er een extra motivatie. Het is vreemd om in het Onzevader telkens te bidden om vergeven te worden, maar niet te willen ontdekken wat het kan betekenen om zelf te vergeven.” „Tegelijk moet je weten dat de kans groot is dat een conflict opgelost raakt als je eenmaal de eerste stap doet”, vult bemiddelaar Anouk Moors aan. „We verlangen allemaal naar verbinding in ons leven. Dat is een menselijke behoefte.” Rijken: „Iedere mens wil geliefd en gekend worden, zoals priester-schrijver Henri Nouwen het zei. Hij had het over God, maar het geldt net zo goed voor de mensen om je heen.”

**„Je moet luisteren om te begrijpen, niet om alvast je tegenzet voor te bereiden”**

Anouk Moors

Beginnen doe je volgens beide experts door goed naar je zelf te kijken. Moors: „Je moet je afvragen hoe het precies is gelopen. Ben je zelf duidelijk geweest over je intenties? En welke gevoeligheden van jou en de ander waren er in het spel? De ander kijkt ook naar ons, dus het is goed hem alvast in gedachten tegemoet te treden.” „Een ruzie is bovendien meestal een ijsberg. Eigenlijk draait het niet om die ene lelijke uitspraak die de ander ooit deed, eigenlijk schortte er al veel langer iets aan de relatie”, zegt Rijken. „Je moet het in de spiegel kijken oefenen en leren je eigen aandeel te zien. Een conflict ligt volgens iedereen aan de ander, maar als jij met die ene vinger naar de ander wijst, wijzen er vier terug.”

Hebt u alles zelf voldoende op een rij, dan is het tijd om naar de ander te stappen. Vanzelf-



We twijfelen om de eerste stap te doen, bang voor gezichtsverlies. © Luk Vanmaercke

sprekend is dat niet. „Soms vragen mensen ons te bemiddelen, maar gaan ze ervan uit dat wij de andere partij op de hoogte brengen. Zo werkt het niet”, zegt Moors. „Vaak zijn mensen te koppig om als eerste opnieuw contact te leggen, terwijl ze het diep vanbinnen wel willen. Ach-

ter die koppigheid gaat de angst voor gezichtsverlies schuil. Soms menen beide partijen dat de bereidheid tot verzoening enkel bij hen aanwezig is. Of de omgeving brengt mensen aan het twijfelen: „Je hebt je zo laten doen door hem. Wil jij nu op hem toestappen?”

Zijn de beide partijen bereid elkaar te ontmoeten, dan kan een neutraal persoon helpen om die bijeenkomst in goede banen te leiden. Dat kan een familielid of een buurman zijn. „Bij een echt ernstig conflict is het misschien beter iemand die de familiegeschiedenis niet kent en die straks

ook weer weg is”, weet Rijken. „Ik zeg vaak dat bemiddelaars lui, dom en dakloos zijn. We doen eigenlijk niet veel, we stellen een hele hoop vragen om de situatie te verduidelijken en we horen nergens bij.”

**„Iets van het conflict dat je hebt met je ouders, broer of zus, straalt door naar je kinderen”**

Tom Rijken

Stel dat je het toch in je eentje wilt proberen, hoe communiceer je dan? „Vertrek vanuit jezelf”, zegt Moors. „Het is jouw taak om uit te leggen wat belangrijk is voor jou, maar niet om de bedoelingen van de ander te benoemen. Verwijten laat je daarnaast beter achterwege. Je kunt ze vertalen naar verwachtingen. Dat is weliswaar een moeilijke oefening, dat geef ik toe.”

Tot slot raadt Anouk Moors ook aan te luisteren met als doel de ander te begrijpen, niet om alvast je volgende tegenzet te plannen. „Antwoord niet meteen, maar vraag door tot je echt vat waar de ander het over heeft. Dat is iets anders dan het eens zijn met elkaar, maar het is wel de basis voor een oplossing.”

Advertentie



**Stichting  
ONZE KLEINE WEESKINDEREN**  
*Schenk een kind een nieuw leven*



**Wereldouders**

**Word WereldOuder en beleef een unieke peterschapservaring!**



## PETERSCHAPSAANVRAAG

Mej.  Mr.  Mevr.

Naam + Voornaam: .....

Straat: .....

Nr ..... Bus .....

Postcode: .....

Gemeente: .....

E-mail: .....

Tel. / GSM .....

Geboortedatum: ...../...../.....

**Door de recente gebeurtenissen en de hoge noden, stellen wij u voor een peterschap aan te gaan voor een kindje uit Haïti.**

Haïti

Ander land (Mexico, Peru, Bolivia, Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua, Dominicaanse Republiek): .....

Ik aanvaard een kind met een fysieke en/of mentale beperking te steunen.

**Ik verbind mij ertoe maandelijks te storten:**

€ 28  (minimum € 28)

Ik beheers de taal:  Frans (Haïti)  Spaans  Engels

Indien u de landstaal niet kent, zorgen wij voor de vertaling.

**Terug te sturen naar onderstaand adres:**  
**Heydenberglaan 45/5**  
**1200 Brussel**

Zet de stap en verander het leven van een kind  
tel. 02 721 64 61 • www.weeskinderen.be • BE74 4317 1733 8107

Like en volg ons!