

Vrede, heel dichtbij en in de wereld

Geliefd mens,

Vanmorgen was het alweer in het nieuws: mensen die elkaar de meest verschrikkelijke dingen aandoen. Dat roept gevoelens van onzekerheid en angst bij me op. Soms kan ik het niet meer horen en doe ik alsof het er niet is.

Op de website van het Vredesmuseum lees ik een uitspraak van Martin Luther King Jr.: 'Voor het slagen van het kwaad is niets anders nodig dan dat goede mensen niets doen.' Het is een zin die me wakker schudt: ik wil een goed mens zijn, maar doe ik wel genoeg tegen het kwaad als ik zie wat er gaande is? Waarin vind je bemoediging om door te gaan als het niet lijkt uit te maken? In het PAX-magazine van dit jaar met als thema 'Meer dan het gewone' staat daarover:

Jij kunt verschil maken, ook door alledaagse vrede na te streven in je dagelijks leven. Als we het hebben over een verandering teweeg brengen, klinkt het misschien alsof we allemaal groter, harder, zichtbaarder moeten zijn. Maar wat we vaak vergeten is dat échte vrede gebouwd wordt in het klein. We hebben vredesvechters nodig, absoluut. Mensen die met lef, toewijding en doorzettingsvermogen op de barricades staan. Maar als dat het enige beeld is van verandering, dan sluiten we zo veel andere mogelijkheden af.

Mensen die denken: wat kan ik nou doen? Meer dan het gewone betekent dat je bewust kiest om niet weg te kijken. Om niet te wennen aan onrecht. We mogen niet vergeten: vrede is niet de afwezigheid van oorlog, maar de aanwezigheid van menselijkheid. En menselijkheid zit in kleine dingen – de daden die zo gewoon lijken, dat ze juist bijzonder zijn. Voor iedereen voor wie de machteloosheid te groot voelt: doe iets. Al is het groot. Al is het klein. Al is het iets.¹

We kennen allemaal situaties waarin vrede en menselijkheid danig onder spanning komen te staan en waarin we de weg om uit de impasse of naar meer begrip te komen, niet zien. Je hoopt op een vriendelijk gebaar of wil graag met een schone lei beginnen. En als je dan voorzichtig op pad durft te gaan, blijkt het willen doen van het goede, fragiel. In alle kwetsbaarheid wil je iets geven wat zomaar onderuit geschoffeld kan worden. Er kan aan je intenties getwijfeld worden en er kunnen over en weer pijnlijke dingen worden gezegd.

En toch...

Als ik niets doe, wie dan? Je denkt ook vast weleens: 'moet het dan weer van mij komen?' Ja, dat zou zomaar kunnen. Want ik wil het echt: moedig zijn en doen wat nodig is, daar waar ik ben. Om te zorgen voor vrede door zelf bij te dragen aan menselijkheid en heelheid.

Wat ik kan doen voor alledaagse vrede is

- woorden kiezen die bijdragen aan heling en die niet verwonden.
- op een passende manier in verbinding blijven, ook als het schuurt.
- delen wat er in me omgaat in plaats van mezelf verdedigen of met verwijten komen.
- kiezen voor compassie en zachtheid, terwijl we elkaar niet begrijpen.
- blijven uitgaan van de waardigheid van de ander, ook als de relatie vijandig is.
- goed kijken en niet gelijk oordelen.

En wat zou jij hier op aanvullen?

*Waar mensen meer gaan voelen
hun diepste bedoelen
en nieuw beginnen, als nieuw
daar vind je de hemel op aarde, zo komt er vrede onder ons*

*Waar mensen zelf gaan schenken,
de liefde laten wenken
en nieuw beginnen, als nieuw
daar vind je de hemel op aarde, zo komt er vrede onder ons*

*Waar mensen zich verbinden
de haat overwinnen
en nieuw beginnen, als nieuw
daar vind je de hemel op aarde, zo komt er vrede onder ons²*

Met mijn hartelijke groet, graag uw zuster,
Nanda Ziere



We brengen een saluut aan alle vredewerkers

¹ PAX Vieren, Meer dan het gewone, vredesweek.nl

² Waar mensen meer gaan voelen, *Ronald de Waal*, www.apgen.nl/vredesweek2025