



# *Dodelijke schuld, heilige woede,*

# goddelijke vergeving

Interview met Lytta Basset

*De Zwitserse protestantse theologe en psychologe Lytta Basset geniet wereldwijde bekendheid om haar werk over schuld en vergeving. Daarin stelt ze de mens die het kwaad heeft ondergaan centraal en toont ze aan hoe deze vaak onbewust de schuld voor dit ondergane kwaad bij zichzelf legt. Hoe kom je los uit dit schuldgevoel? Wanneer kan je de ander echt vergeven? Wat is vergeven eigenlijk?*

*In de vraag rond kwaad en schuld stelt u radicaal de ervaring van de lijdende mens centraal in plaats van de waarom-vraag te stellen. Hoe kwam u tot die aanpak?*

Tijdens mijn studies was ik zeer geïnteresseerd in de schuldvraag en de zonde. Ik wilde er mijn doctoraat over schrijven. Maar na het eerste jaar raakte ik volledig geblokkeerd. Ik ben dan twee jaar in het pastorale veld gaan werken. Ik werd mij ervan bewust dat die schuldvraag me existentieel intens aansprak. Ik heb toen in mezelf een verborgen zone van kwetsuren en geleden onrecht ontdekt die volledig uit mijn geheugen was gewist. Dat was een echte ontdekking. Men had ons tijdens onze studie gedurende jaren steeds verteld over de fout, over de

zonde, over het kwaad dat je zelf anderen aandeed. Maar het kwaad en het onrecht dat je had ondergaan, kwamen niet ter sprake. In het Westen ligt een grote nadruk op de schuld. Dat ik mij ben gaan toeleggen op de kwetsuur, op het ondergane onrecht kwam door mijn eigen geleefde leven en de confrontatie met mensen die gebukt gingen onder onrecht. Toen heb ik mijn doctoraatswerk opnieuw opgenomen en heb ik getracht om dieper te graven onder de schuldvraag en te zoeken naar die laag van lijden onder verborgen kwetsuren en trauma's en op die manier de thema's in de juiste orde te plaatsen.

*U zegt dat het opnemen van schuld een manier is om aan*

*het kwaad een zin te geven. U noemt dat een dodelijke gedachteconstructie waar God niet kan binnentreden. Daarom is het nodig om een bres te slaan in dat systeem. Hoe ziet u dat?*

De schuldvraag is vaak zo destructief omdat het slachtoffer het hem aangedane kwaad verdringt en reageert op het kwaad en de onmacht door te stellen: "Dit is mijn schuld." Dat is een manier om de controle terug te vinden. Maar als je zegt: "Ik had dit kunnen vermijden als ik anders was geweest," dan loopt het grondig fout. Je had het uiteraard niet kunnen vermijden... Dit schuldmechanisme start al heel vlug in ons leven. Als een kind van gescheiden ouders niet wordt uitgelegd dat de breuk niet zijn schuld is, dan denkt het dat het de breuk had kunnen vermijden door vriendelijker, gehoorzamer en braver te zijn. Hetzelfde geldt als een ouder, broertje of zusje sterft. Instinctief zoeken we een verklaring voor het ongeluk. Dat

perfectionisme is een onbewuste manier om tegen het schuldgevoel te vechten. Het verbergt een enorm schuldgevoel waarmee heel moeilijk te leven is. Dat is een echte hel. Dat blijft ronddraaien. De bres daarin ontstaat wanneer het lijden ondraaglijk wordt. Zo ontstaat een *burn-out* vaak wanneer mensen heel scrupuleus en perfectionistisch hun werk verrichten en zich in dit proces volledig uitputten. Dat houden ze niet vol en opeens klapt alles in elkaar.

*U zegt dat 'woede' het ons mogelijk maakt om ons van anderen te onderscheiden en onze innerlijke eenheid terug te vinden. Hoe kunnen we dit psychologische en spirituele proces begrijpen?*

De psychologie leert ons dat woede een basisemotie is die ons helpt om ons te onderscheiden en af te grenzen van de anderen. Sommige christelijke milieus hebben het daar heel moeilijk mee en worden

buitengewoon belangrijke vitale energie. Wanneer in de Bijbel gesproken wordt over woede, gaat het in twee derde van de gevallen over God die in woede ontsteekt en slechts in één derde van de gevallen over de mens. Als de mens naar het beeld van God geschapen is, dan heeft de mens dus het absolute recht op woede! Woede is een levensenergie, en meer in het bijzonder een energie die toelaat ons te onderscheiden van de ander. Elke keer wanneer ik een indringing, een onrecht of een gebrek aan respect ervaar, zal ik die reactie van woede en afwijzing ervaren en zal ik een afweerreactie hebben om mijn gebied te beschermen. Dat is een heel gezonde reactie! Je ziet het normaal gezien vaak optreden bij een kind van twee jaar en ook bij een adolescent. Als dat niet gebeurt in de tienertijd, zal die persoon later moeten beseffen dat hij leeft in een versmelting en moet hij ermee leren omgaan dat zijn territorium bedreigd en ingenomen geweest is door anderen. Met die energie om anderen op afstand te houden om zijn eigen territorium te hervinden en beveiligen, leert hij zichzelf te respecteren en zal hij ook veel beter leren om de anderen in hun begrenzing en eigenheid te respecteren. Het is een uitzonderlijk belangrijk innerlijk werk dat ons toelaat onszelf te vinden in onze eigenheid, zoals we zijn in de ogen van God, in onze ondeelbare identiteit. Het laat ons toe 'ik' te zeggen en ons niet verdeeld te voelen in een deel dat 'ja' zegt en een deel dat 'neen' zegt op verwrongen en verborgen manieren omdat je niet durft 'ik' te zeggen. Heel dat werk om één te worden met onszelf, gaat via de omgang met onze woede. Sommige

## Perfectionisme verbergt een enorm schuldgevoel waarmee heel moeilijk te leven is

is geruststellend, want het geeft ons een zekere controle terug als we denken dat we anders hadden kunnen reageren. De schuldvraag neemt dan veel meer plaats in dan het ongeluk dat je moest ondergaan. De schuldvraag wordt een groot bos waarachter je de boom van het ondergane ongeluk niet meer ziet.

Daar komt nog bij dat schuld en perfectionisme een dodelijke cocktail kunnen vormen. Het

zelfs kwaad van dit idee! (lacht) Liefde en woede worden dan als onverenigbaar gezien. Als je van iemand houdt, zou je niet in conflict mogen gaan en zeker geen woede mogen voelen en uiten! Dat is een totaal fout idee van het christelijk geloof. Jezus zelf is geworteld in de Hebreeuwse Bijbel die vol staat met verhalen over mensen die in woede ontsteken! Ik heb het thema van de woede onderzocht vanuit een positieve invalshoek. Woede is een

mensen die in begeleiding komen, zeggen: "Ik ben nog steeds in de fase van de woede." Dan zeg ik: "Dat betekent dat er nog woede zit die wil geuit worden. Als je dat leert, zal je merken dat die woede progressief zal verdwijnen, zoals een abces dat mag leegstromen. De woede zal gaan liggen, je zal je kalmer voelen en je zal stilaan met geëigende middelen kunnen vechten voor rechtvaardigheid."

Jezus had zeer goede contacten met verschillende Farizeeën. Maar enkele Farizeeën hadden echt een perverse houding. Tegen hen trok Jezus behoorlijk van leer! Zijn woorden kwamen vanuit een heilige woede, daarom waren ze zeer goed op hun plaats. Hij benoemde wat aan de hand was met de juiste woorden. Het was een woede die gaat via woorden, een woede die kadert in een relatie, die niet vernedert en die leidt tot bewustwording bij de ander, die een bres slaat in een hypocriete houding.

*Om te kunnen vergeven, moeten we dus door de woede gaan. Die doorgang helpt ons om ons te verzoenen met onszelf. Kunt u dat verduidelijken?*

Vele mensen willen niet doorheen de woede gaan om uiteindelijk aan de vergeving toe te kunnen komen. In het 18de hoofdstuk van Matteus staat: "Als iemand van je broeders of zusters een fout heeft gemaakt tegenover jou, ga dan onder vier ogen met hem praten en maak hem een verwijt!" Een verwijt is nauw verwant met woede. Alleen is de woede hier afgekoeld en kan je zeggen: "Kijk, dit is mijn verwijt. Dit heb je me aangedaan, dit heeft me diep gekwetst en dat wilde ik je zeggen, want dat is belangrijk voor onze

relatie. Doe ermee wat je wilt." Een verwijt is volgens mij van dezelfde familie als de woede. Onmiddellijk na deze tekst gaat het over vergeving. Dat betekent dus duidelijk dat het proces van vergeving verloopt via de weg van het verwijt, van de woede. Sommige mensen zeggen: "Ik heb er geen nood aan om anderen te confronteren, ik heb voldoende innerlijk werk verricht." Maar wat als de ander herbegint en me opnieuw kwetst, aangezien hij niet weet hoeveel pijn hij me heeft gedaan omdat ik het niet vertel?

*Soms kan je je verhaal niet vertellen omdat de ander er niet ontvankelijk voor is. Heeft het dan zin om de ander een verwijt te maken?*

Misschien lukt het op een dag wel, misschien komt er ooit wel een goede gelegenheid en kan ik

toch een woord spreken omdat ik voel dat het belangrijk is voor onze relatie. Het is belangrijk om zelf geen deur te sluiten. De verzoening met jezelf, de innerlijke eenheid is het allerbelangrijkste. Ik kan ten diepste in vrede zijn met mezelf, ook als ik bijvoorbeeld mijn vader of mijn moeder niet heb verteld hoe hun aanpak mij heeft gekwetst. Maar voor de relatie is het uiteraard rijker als ik wel kan uitspreken wat mijn beleving is geweest. Jezus zegt in Matteus 18: "Als je broeder naar jouw verwijt luistert, heb je hem gewonnen!" Een verwijt kenbaar maken, kan je dus tot een winnaar maken! De relatie wordt dan rijker. Sommige ouders reageren dankbaar omdat je het hen verteld hebt. Deze uitwisseling kan heel helend zijn. Geloven dat de Heilige Geest bestaat, is hier heel belangrijk, anders ga ik er reeds



op voorhand van uit dat een dergelijk gesprek nooit mogelijk zal zijn, dat vader of moeder de oren zal sluiten en niets zal horen. Dan blijf ik niet open voor wat misschien nog mogelijk is of wordt.

*Wij dromen ervan om volledige genoegdoening te krijgen na geleden onrecht. Maar u zegt dat volmaakt herstel onmogelijk is ...*

We moeten zeer realistisch zijn! Daarom hou ik van de Bijbel: die is vaak veel realistischer dan wij. Soms krijg je inderdaad geen

zegt Jezus, nog steeds in Matteus 18: "Behandel hem of haar dan als een heiden of een tollenaar." Dat betekent: laat God zich over hem of haar ontfermen, laat de kwestie los, jij hebt gedaan wat je kon. Dat is toch zeer bevrijdend! Als het gesprek niet lukt en de relatie is geblokkeerd omdat de ander de oren sluit, maak je dan niet ongerust, maar laat het dan over aan God. De Franse filosoof Jankélévitch zegt dat er één ding is waarvoor zelfs God niet kan zorgen: dat datgene wat gebeurd is,

voor deze mensen en voor heel de mensheid bij God, omdat Hij weet dat de menselijke conditie er soms kan in bestaan dat mensen totaal onbewust blijven van wat ze doen. Deze houding van Jezus is de solidariteit dwars door alles heen. Dat is geen houding die de ernst minimaliseert van wat gebeurd is. Voorafgaand aan zijn marteldood heeft Hij altijd alles bij naam genoemd en het kwaad met krachtige en heldere woorden herhaaldelijk aangeklaagd. Hij zegt daarmee: "Het is niet omdat

## Woede is een levensenergie die toelaat om ons te onderscheiden en af te grenzen van anderen

gehoor en luistert de ander na herhaalde pogingen niet naar jouw grieven of ontkent hij dat hij jou gekwetst heeft. Daarover

ongedaan gemaakt wordt. Levinas, de joodse filosoof, zegt dan weer dat het ergste hierin bestaat dat de dader niet eens beseft wat hij gedaan heeft. Dat is echt het ergste als je zo intens geleden hebt en gekwetst bent. In het beste geval erkent je gesprekspartner wat jouw beleving is en ontwikkelt er zich een dialoog. Maar het lijden en de tranen en alles wat zo moeilijk geweest is vooraleer je tot een gesprek kwam, is niet te herstellen, dat kan je niet uitwissen, het is gebeurd. De perfecte reparatie bestaat dus niet. Dus kan je niet anders dan leren loslaten. Er zal leven en vreugde zijn, maar op een ander niveau, je zal op een nieuwe manier leren leven.

*Jezus droomt niet van genoegdoening, maar blijft ondanks alles wat Hem werd aangedaan, solidair met de mensen ...*

Solidariteit dwars door alles heen: dat is de houding van Jezus op het kruis. Hij zegt: "Vader, vergeef het hen, want ze weten niet wat ze doen." Jezus pleit

ik deel in jouw menszijn en omdat ik heel goed weet dat je je onbewust bent van wat je doet, dat ik je daden zal minimaliseren en dat ik het geweld dat je uitoefent zal verbergen, ook al verwacht ik niet dat je me zult begrijpen en beluisteren." Hij aanvaardt om solidair te blijven met de boosdoeners. In deze houding is hij tegelijkertijd niet gewelddadig en niet leugenachtig. Niet gewelddadig, dat betekent dat hij het kwaad niet met kwaad vergeldt, en niet leugenachtig, dat betekent dat hij de waarheid spreekt, dat hij het kwaad niet banaliseert, maar bij naam noemt.

*Jezus lukt dat wel, maar hoe kunnen wij, eenvoudige mensen, erin slagen om solidair te blijven met de boosdoeners?*

In de mate dat ik zorg draag voor mijn kwetsbaarheid, dat ik ze benoem en in de eerste plaats aan het licht breng, kan er genezing gebeuren aan mezelf en mijn omgeving. Wanneer ik mij buig over mijn eigen kwetsbaarheid,



kan ik mijn innerlijke eenheid terugvinden en zo ook recht doen aan anderen, zelfs aan de boosdoeners. Dat betekent dat de lijdende dienaar in mij kan zeggen: "Ja, de boosdoeners hebben verschrikkelijke dingen gedaan, maar nu ben ik ook in staat om hen niet te vereenzelvigen met hun misdaden en daarnaast ook het gekwetste deel in hen te zien."

Ook mensen kunnen deze Christus-houding van solidariteit beoefenen! We hebben hiervan vele voorbeelden. Denk maar aan

Maarten Luther King, aan Gandhi, aan de monniken van Tibhirine, aan de ontelbaren in Latijns-Amerika of China. Al deze mensen vochten voor de mensenrechten en benoemden het onrecht om er een halt aan toe te roepen. Net daarom werden ze vaak het slachtoffer van geweld en werden ze soms zelfs ter dood gebracht.

*Is het mogelijk om nog tot verzoening te komen met mensen die al overleden zijn?*

Ik heb daar heel veel over nagedacht en gemediteerd na de

zelfdoding van onze zoon Samuel. Vele mensen hebben nog onafgewerkte zaken met dierbare overledenen. Ik denk aan een vrouw die zich haar incestverleden herinnerde na de dood van haar vader. Ze had reeds veel innerlijk werk verricht rond deze kwetsuren. Op een bepaald ogenblik ervaaarde ze het verlangen om zich te bevrijden van haar vader. Ze schreef hem in een brief alles wat op haar hart lag en bracht die naar het kerkhof. In de dagen die daarop volgden, veranderde iets in haar innerlijke beleving. Ze heeft toen helder

# Vergeving is niet goedkoop

- Pierre-Yves Brandt

*In een spiritueel traject riskeert men te vergeten dat men in de eerste plaats moet luisteren naar de ernst van de wonde. Men zegt al te snel: als je maar wil, zul je kunnen vergeven, het hangt van jou af, van je wilskracht... Vergeving is niet goedkoop, anders zou je jezelf en de ander niet ernstig nemen. De kernvraag is: wat is er te vergeven? Wat is mij overkomen en wat heb ik ermee gedaan? Wat me is aangedaan, kunnen benoemen, helpt me om me bewust te worden van wat mij is overkomen en in mij wil getroost worden.*

Op dat moment ervaar ik dat mij dat niet uit de mensheid uitsluit, maar dat er iemand is die mij beluistert. Het is een werk van rouw dat tijd vraagt, een soort incarnatie eigenlijk. Jezus is niet geboren op 30 jaar, het heeft een hele tijd gevraagd om klaar te zijn voor zijn taak. Zo ook moet je mensen tijd geven om tot vergeving te komen. Je kunt dat niet voorschrijven. Vergeving is een act van bevrijding. Het is een werk dat ik moet doen. Zolang ik dat gewicht van het kwaad draag, kan ik niet goed leven. Als ik het proces gegaan ben, valt er een zware last van mij af. Maar ik kan slechts vergeven omdat ik weet dat een ander mij ook kan vergeven, zoals in het Onze Vader wordt gezegd. Vergeven is één van de meest grootse dingen die de mens kan doen. Door te vergeven bevrijdt hij zichzelf en de ander. Daardoor word je beeld van God: je stelt dan een goddelijke daad! (JVdV)



*Pierre-Yves Brandt is godsdienstpsycholoog en decaan van de faculteit theologie en godsdienstwetenschappen van de universiteit van Lausanne.*

ervaren hoe, door haar eigen innerlijk werk, haar vader in het hiernamaals een verandering doormaakte, hoe hij ook bevrijd werd van die onafgewerkte zaken. Hier zitten we duidelijk middenin het Rijk der Hemelen en ervaren we het werk van de Heilige Geest. In Matteus 18,18 wordt ook hierover verteld: "Wat gij zult losmaken op aarde, zal ook in de hemel losgemaakt worden ..." Dit opent buitengewone horizonten voor onze relatie met mensen die heel hun leven opgesloten bleven in zichzelf. Er zijn mensen die sterven terwijl ze nog gesloten zijn. Ik ben er absoluut van overtuigd dat na onze dood aan de overkant, aan de andere kant van de sluier, ons innerlijk werk om meer open te komen, verder gaat. De orthodoxe traditie is daarover heel duidelijk: ook na onze dood blijven wij verder evolueren. Alles wat hier op aarde nog in het duister bleef, komt aan de overkant in het volle licht, want de overkant is één en al Licht. Wie gesloten bleef, deed dat omdat hij in de totale duisternis bleef. De vrouw over wie ik sprak, had een intense band met haar vader. Wat zij vanuit haar verleden met zich meedroeg, was heel zwaar. Zij was ervan overtuigd dat haar vader bevrijd was omdat zij zichzelf bevrijd had. Ook na de fysieke dood van een dierbare is het dus nog mogelijk om een bres te slaan in de geslotenheid. ❖



*De Franse kardinaal Philippe Barbarin en moslimleider Azzedine Gaci bidden bij de graven van de vermoorde monniken.*

## De monniken van Tibhirine

*Op kerstavond 1993 vallen gewapende mannen het Trappistenklooster Onze-Lieve-Vrouw van de Atlas in Tibhirine binnen. De monniken blijven ongedeerd en besluiten toch om te blijven uit solidariteit met de moslims en, als dat nodig is, ook hun leven voor hen te wagen. De broeders ontdekken gaandeweg waartoe ze geroepen zijn: tot geweldloze getuigenis van radicale trouw en liefde die anderen inspireren tot een geweldloos antwoord. In de nacht van 26 op 27 maart 1996 worden zeven monniken uit het klooster ontvoerd. Na twee maanden van onzekerheid, vertwijfeling en bang afwachten, worden ze op 21 mei van datzelfde jaar onthoofd teruggevonden. De gewelddadige dood van de vreedzame broeders schokt de hele wereld.*

Kort na hun dood wordt het geestelijke testament van prior Christian openbaar gemaakt. Zijn boodschap over geweldloosheid, samen leven ondanks culturele verschillen, samen bidden over de grenzen van de eigen religie heen, over verrijzenis en liefhebben ontroert mensen wereldwijd en wordt één van de sterkste spirituele teksten van onze tijd. Hijzelf wordt sindsdien beschouwd als één van de pioniers van de interreligieuze dialoog tussen christenen en moslims. (IC)