

VURIGE TONGEN & ZUIDACTIE

Digitaal informatie- & inspiratieblad
Sector welzijn-buitengewoon onderwijs
Broeders van Liefde

Down in Afrika
De magie van École de Vie

februari
maart
april
2023

In onze missie zeggen we: 'We dromen van een samenleving waarin elke mens tot bloei kan komen.' Met de Zuidactie mikken we niet zomaar op onze eigen samenleving, maar op de samenleving die landsgrenzen en zelfs grenzen van continenten overstijgt! We dragen ons **steentje** bij zodat die droom geen droom hoeft te blijven, maar realiteit wordt.



IDENTITEIT & INSPIRATIE

In deze speciale editie van Vurige tongen verzamelen we impulsen voor zinzorg & pastoraat die enerzijds passen bij de Zuidactie 2023 en anderzijds een of andere link hebben met het jaarthema 'Steengoed? Keisterk!'. Uiteraard hebben deze impulsen de bedoeling uit te nodigen tot verstillings, verdieping, verbinding of verdichting.

We verzamelen impulsen rond 5 grote thema's:

Labyrint
De meest geduldige vrouw/man
School van het leven
De tent van ontmoeting
Lavastenen

ZINZORG & PASTORAAT



LABYRINT

Een labyrint is een wandelpad volgens een eeuwenoude ritmische structuur. Het is een slingerend pad dat doorloopt naar een eindpunt of beter een centraal middelpunt. Het is geen doolhof waarin je kunt verdwalen of vastlopen. Je loopt rustig naar binnen en even rustig weer naar buiten. Tijdens het lopen kun je mijmeren.

Er bestaan twee grote types van labyrinten: een klassiek labyrint met zeven paden en een middeleeuws labyrint met elf paden. Het klassiek labyrint vind je in vele tradities terug. Zeven is dan ook in vele culturen een magisch getal. Ook vandaag blijft het iets bijzonders: 7 continenten, 7 wereldwonderen, 7 dagen, 7 chakra's... Het bekendste middeleeuws labyrint is dat in de kathedraal van Chartres.

Dat we een labyrint vinden in een kathedraal is niet zo bijzonder. Het labyrint is een bekend spiritueel symbool. Eeuwenlang is het gebruikt als meditatiemiddel of als ritueel bij een overgang. De Etrusken, Egyptenaren, Kelten, Romeinen, ze kenden het allemaal. Het bewandelen van een labyrint heeft dan ook iets contemplatiefs. Je kan het bewandelen van het labyrint beschouwen als een reis naar je innerlijke, een weg naar je diepste kern. Eens je het middelpunt van het labyrint hebt bereikt, moet je natuurlijk ook weer terug. Bij het naar buiten wandelen voel je je mogelijk veranderd, bezonnen. Het bewandelen van een labyrint is zodoende een echte reis naar dichtbij.

Labyrinten bestaan in het groot en in het klein. Er zijn labyrinten die je te voet kan verkennen. Er zijn kleinere varianten, vingerlabyrinten, die je met je vinger of met een knikker kan 'bewandelen'. Er zijn ook minilabyrinten, te vinden in bijvoorbeeld juwelen. Een labyrint bouwen of vormgeven, is het creëren van een heilige plek. Een labyrint bewandelen is het vullen met kracht en betekenis.

Down
into your
soul

Maak in hout of in zoutdeeg een vingerlabyrint. Er zijn links- en rechtshandige labyrinten. Ga voor degene die voor jou het meest comfortabel voelt.

Gebruik in plaats van je vinger, een knikker in je houten vingerlabyrint. Blaas de knikker al dan niet met een rietje vooruit.

ZEVEN SUGGESTIES

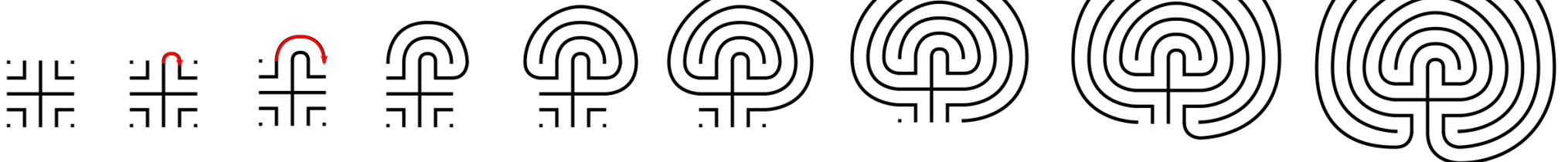
Experimenteer met het tekenen van labyrinten. Je kan je laten inspireren door het klassiek labyrint, maar laat je creativiteit gerust opborrelen om nieuwe vormen te creëren.

Maak van de gangen en de traphallen in je school of voorziening een giga-labyrint. Vergeet zeker niet de kelder mee te nemen in je parcours. Dit kan je beschouwen als de 'diepste kern'. Zorg dat er op bepaalde plaatsen een inspirerende quote of vraag hangt die uitnodigt bij jezelf stil te staan.

Zoek een grote steen en een stevige draad. Creëer met de draad een labyrint op de steen. Wil je dat jouw labyrint bewaard blijft, vergeet dan geen lijm te gebruiken.

Creëer met een lange koord een labyrint in het gras. Bewandel jouw labyrint en verwonder je over de dingen die je op je pad tegenkomt; stenen, takken, slakken, peuken...

Maak met pindakaas een labyrint op een houten plank. Bestrooi de pindakaas vervolgens met zaden. Zet je labyrint buiten. De vogels zullen je dankbaar zijn en jij kan genieten van hun komen en gaan.



DE MEEST GEDULDIGE VROUW



DE MEEST GEDULDIGE MAN

- Wanneer gedroeg je je het laatst ontzettend geduldig?
- Wanneer werd je geduld echt op de proef gezet?
- Wat zorgt ervoor dat jij geduld wil of kan opbrengen?
- Wat maakt dat jij geen geduld wil of kan tonen?
- Hoe oefen jij jouw geduldig zijn?
- Beschouw je geduld als een kwaliteit van jezelf?
- Wie is in jouw omgeving de meest geduldige mens?
- Ken je verhalen over geduld of geduldige mensen?
- Schrijf een verhaal over geduld.

MEEST PASSEND BIJ JOU?

Geduld? Daar heb ik écht geen tijd voor!

Sinds vandaag ben ik mijn gewicht 'geduld' gaan noemen. Ik kan niet wachten tot ik weer een keer mijn 'geduld' verlies.

Nog even geduld. Mijn tijd zal komen!

Mijn prins zit niet op een wit paard, maar op een schildpad. Ik hoor hem roepen van ver: 'Heb geduld!'

Geduld? Ik heb alle tijd.

Toen God het geduld uitdeelde, ben ik weggegaan. Het duurde mij te lang.

Nog even geduld. Al onze medewerkers zijn in gesprek...

'Geduld': kalme volharding, vermogen lang te kunnen wachten zonder boos te worden
'Engelengeduld' of 'Jobsgeduld': zeer groot geduld, onuitputtelijk geduld
'Achterin de fuik zit de paling': je moet geduld hebben
'Rome is niet in één dag gebouwd': je moet geduld hebben en volharden
'Het is monnikenwerk': voor deze taak is veel geduld nodig
'Patience': frans woord voor geduld, ook een kaartspel waar veel geduld voor nodig is
Grizelda: Duitse meisjesnaam die 'eindeloos geduld' betekent
Kshama: Hindoeïstische meisjesnaam die 'geduld' betekent

ALIMA

Het verhaal van Alima, de mama van Tales is op een bepaalde manier ook een verhaal over geduld. Haar verhaal start erg triestig. Ze is teleurgesteld, bang, beschaamd. Ze voelt zich schuldig omdat haar zoon naar haar beleving behekt is. Alima verstoopt haar zoon. Ze wil niet dat iemand hem ziet. Wat zouden de mensen wel over haar denken? Ze wil dat God hem komt halen. Ze wacht. Maar Tales blijft leven.

Tales groeit op met de liefde van zijn zussen. Hij leert zelfstandig worden met hulp van de mensen van École de vie. Hij geeft betekenis aan het leven. Met geduld en uithouding verandert Alima's beeld op haar zoon en verandert ook Alima.



Feeling
down

Het verhaal van Alima roept duizenden andere verhalen op; een eigen verhaal, verhalen die we van nabij kennen, verhalen die we gelezen hebben of gehoord op de tv, zelfs verhalen die we kennen vanuit de Bijbel, de Koran of een ander religieus boek.

Geduld hebben in deze verhalen heeft vaak iets van 'verduren', 'staande blijven', 'niet opgeven', 'hoopvol blijven'. Je uithoudingsvermogen wordt flink op de proef gesteld. Daarbij komt er vaak heel wat gevloek kijken. Tegelijkertijd merk je in veel van die verhalen ook dat er toch 'iets' is waardoor mensen het niet helemaal opgeven. 'lets' houdt hen in beweging. 'lets' inspireert hen. 'lets' zorgt voor blijvende verbondenheid.

Een gelijkaardig verhaal als dat van Alima is dat van Ayoeb. Ayoeb heeft een heel goed leven, maar plots gaat het helemaal verkeerd. Alles zit tegen, werkelijk alles! Maar Ayoeb geeft niet op. Hij blijft geloven dat alles goedkomt. Hoewel hij uiteraard niet gelukkig is door wat hem allemaal overkomt, blijft hij geduldig. En zijn geduld levert meer op dan hij ooit had kunnen dromen.

Lees het verhaal van Ayoeb op de volgende bladzijde.

AYOEB

Heel lang geleden in het land Syrië leefde er een man. Zijn naam was Ayoeb. Hij hield veel van Allah. Allah had Ayoeb wijs en rijk gemaakt. Ayoeb was ook een profeet. De mensen waren graag bij de profeet Ayoeb. Ze zaten altijd met hem. En ze luisterden naar al zijn verhalen. De profeet Ayoeb had vele velden in zijn bezit. Hij had veel schapen. Zijn huis was groot. En hij had veel bedienden. Zijn kinderen waren lief. De profeet Ayoeb wist dat hij alles had gekregen van Allah. Hij bad tot Allah en bedankte Allah voor de geschenken.

Allah wilde Ayoeb testen. Zou Ayoeb nog steeds zoveel van Allah houden als hij helemaal geen bezittingen meer zou hebben? De profeet Ayoeb werd daarna beproefd door Allah. Op een dag waren de schapen van de profeet Ayoeb weg. Daarna was al het water in de velden en de tuinen opgedroogd. De profeet Ayoeb werd arm. Zijn kinderen gingen dood. De profeet Ayoeb werd ziek. Toen de ziekte van Ayoeb lange tijd duurde, zorgde alleen zijn vrouw voor hem. Ze werkte zelfs om zo hun voedsel te verkrijgen.

Ayoeb had nooit zijn geloof verloren en wendde zich tot Allah. De profeet Ayoeb klaagde niet. Hij stopte niet met bidden tot Allah. Hij wist dat Allah hem zou helpen. Hij bad tot Allah: "Ik ben verdrietig, maar U bent de Meest Barmhartige van allen die barmhartig zijn." Allah hield van het geduld van de profeet Ayoeb. Allah zei tegen Ayoeb: "Stamp met jouw voet op de grond." En een waterbron vloeide daaruit. Allah beval de profeet Ayoeb om ervan te drinken en om zichzelf ermee te wassen, want dan zou de profeet Ayoeb weer gezond zijn.

De profeet Ayoeb werd weer beter. Allah gaf hem een groot huis, velden, schapen en kinderen. Allah had Ayoeb rijker gemaakt dan voorheen. Aangezien de profeet Ayoeb had laten zien aan Allah dat hij altijd geduldig bleef tijdens zijn beproevingen, had Allah Ayoeb beloond met een grote beloning in het Hiernamaals en verdubbelde Allah het vermogen van de profeet Ayoeb in dit leven op aarde.

S. Khan, Mijn Eerste Koran. Goodword Books, 2015.

Misschien kende je het verhaal van Ayoeb al of misschien deed het je denken aan een ander godsdienstig verhaal? Dat kan zeker! Het verhaal van Ayoeb komt uit de Koran. In de Bijbel staat echter hetzelfde verhaal maar wordt er gesproken over Job en God.

Het verhaal over Ayoeb in de Koran of over Job in de Bijbel is niet 'echt gebeurd', maar de schrijver doet ons wel nadenken over een belangrijk levensvraag:
waarom moeten (goede) mensen lijden, ziek zijn, verlies ervaren?

Vroeger dachten veel mensen dat ziekte, ongelukken en rampen een straf waren van God. De schrijver is het daar absoluut niet mee eens! Van een 'straffende God' moet hij niets weten. Op de vraag, waarom er lijden is, geeft de schrijver van het boek Job geen antwoord. Maar hij gelooft in een God die de mensen het lijden helpt dragen.

Iedereen wordt geconfronteerd met lijden, ziekte, pijn, verlies, verdriet... Sta eens stil bij wat jij allemaal al hebt moeten verdragen.

Heb jij je toen de vraag gesteld:

'waarom ik?'

Wat was jouw antwoord?

Wat heb je toen gedaan?

Durf je de vraag nu om te draaien:

'waarom ik niet?'



LIED VAN JOB: NULPUNT Stef bos

Nu ik alles heb verloren
En de stilte mij verwacht
En ik mijzelf heb teruggevonden
Daar waar ik dacht dat ik niet was
Nu ik alles los moet laten
En het donker mij omarmt
Alle grond is weggeslagen
Moe gevochten en gestrand
Sta ik in de open vlakte
Weet niet wat nog te geloven
En ik heb niets meer te verliezen
Dus ik geef me beter over
Nu ik de grens heb leren kennen
Tot waar mijn handen kunnen gaan
Nu ik weet wat mij te doen staat
Gebouwd op wat ik heb gedaan
Nu ik zie hoe op het nulpunt
Ik door de leegte wordt gered
En verbaasd ben hoeveel liefde
Zich altijd weer naar buiten vecht
Ik sta hier in de open vlakte
Weet niet wat nog te geloven
En ik heb niets meer te verliezen
Dus ik geef me beter over

SCHOOL VAN HET LEVEN

De belangrijkste dingen in het leven zijn geen dingen. Je kunt ze bovendien ook niet zomaar leren op school, je moet ze leren door te leven. Je leert ze en hoe je ermee moet omgaan in de 'school van het leven'.



HET LEVEN IS EEN BITTERBAL Toon Hermans

École de vie

Ik heb niet lang op school gezeten
Vrijwel altijd dacht ik: Och
Als ik straks heel veel zal weten
Wat weet ik dan eigenlijk nog
Nimmer had ik de ambitie
Ik heb 't anderen nooit misgund
Maar altijd weet je maar 'n pietsie
Van alles wat je weten kunt
Het leven is 'n bitterbal

Jan weet alles van de lever
Wat hij 'r maar van weten kan
Maar vraag 'm nooit iets van jenever
Daar weet Jan de ballen van
Henk weet alles van bacillen
Elk microobje zegt hem iets
Maar twee magistrale billen
Zeker weten: die doen hem niets
Het leven is 'n bitterbal

Kees weet alles van de Grieken
Sophocles en Oedipos
Hij weet alles van klassieken
Maar weet niets van appelmoes
Ans weet alles van hormonen
Verder weet ze ook geen moer
Weet geen barst van bruine bonen
En geen zak van kippenvoer
Het leven is 'n bitterbal

Weet je; in die clevere kringen
Voel ik mij soms aardedom
Ook al gaan de grootste dingen
Buiten alle weten om
Mijn ietwat bekomen kreten
Zet ik dus maar niet meer voort
Want zij, die 't allerminste weten
Zijn vaak 't langste aan 't woord
Het leven is 'n bitterbal
Niemand weet hoe die rollen zal

- Wat is voor jou, in jouw leven, het allerbelangrijkste?
- Volgens een grootschalig onderzoek zijn er tien belangrijke pijlers in ons leven die bijdragen tot geluk of die ons gelukkig maken. Je zou ze kunnen beschouwen als de belangrijkste 'dingen' in ons leven.

Goede gezondheid
Relaties met andere mensen en dieren
Doelen stellen en die realiseren
Jezelf aanvaarden
Delen met anderen

Zin vinden en betekenis geven
Je mening en je gevoelens uiten
De wereld verkennen
Dingen uitproberen
Gezien en gewaardeerd worden

- Rangschik deze tien 'dingen' volgens jouw prioriteit. Geef bij elk 'ding' een persoonlijk voorbeeld.

In welke levenslessen kun jij nog stevig groeien?

Er zijn een aantal levenslessen waarin elke mens kan groeien.

1. leef voluit: accepteer jezelf, niet alles moet perfect zijn, soms is goed goedgenoeg
2. kom uit je hoofd: soms moet je gewoon springen, niet alles moet geoveranalyseerd worden
3. ontdek jezelf: ontdek je eigenaardigheden, ze leiden je tot bijzondere ontmoetingen en plekken
4. verbind vanuit je hart: stel je kwetsbaar op, dan zal de ander zich ook kwetsbaar tonen
5. spreek je uit: zeg wat je nodig hebt
6. verwezenlijk je droom: ga voor datgene waar je hart naar uitgaat
7. ga op plaats één: baken je grenzen af en zeg 'nee'
8. keer naar binnen: stel jezelf de vragen: is dit wat ik wil, past dit bij mij, is dit goed voor mij?
9. geef aan jezelf: zorg voor jezelf, alleen zo kan je ook zorgdragen voor anderen
10. trek vertrouwen aan: geef vertrouwen, soms ook tegen beter weten in
11. sta voor jezelf: wees eerlijk met jezelf
12. maak je los: durf de 'dingen' te beschouwen als een geschenk, een gave, genade

Tot welke levensles voel jij je aangetrokken? Ga over deze levensles met jezelf een engagement aan. Formuleer een haalbaar doel met een realistische timing. Noteer wat je zal doen en bekijk aan het einde van die timing waar je op dat moment staat.

Teken een hartslag uit. Noteer bij elk dal een dieptepunt in jouw leven. Noteer bij elke piek een hoogtepunt in jouw leven. Sta stil bij wie of wat jou van diept- naar hoogtepunt heeft gebracht. Je kan deze lijn ook met een groep uittekenen. Iedereen krijgt één diepte- en hoogtepunt toegekend. Ontdek wat jullie telkens weer heeft opgetild en haal er inspiratie uit.

TENT VAN ONTMOETING

Er wordt verteld dat toen de Israëlieten gepakt en gezakt rondreisden, ze een 'tent van ontmoeting' bij zich hadden. Deze tent werd opgesteld in het midden, tussen de andere tenten waarin geslapen en gegeten werd. Het was een bijzondere plek. Hier werd samengekomen om open met elkaar te kunnen communiceren over wat er werkelijk toe doet.

Stel op een bijzondere plek in jouw school of voorziening een tent op. Nodig iedereen uit zich in te schrijven voor een bijzondere ontmoeting. Koppel twee deelnemers (die elkaar helemaal niet of niet zo goed kennen) aan elkaar. Bezorg hen een briefje met het tijdstip waarop zij in de tent worden verwacht. Je kan hun gesprek faciliteren door in de tent enkele kaartjes met onderwerpen (bijvoorbeeld over de Zuidactie) of vragen als gespreksstarter te voorzien.

Mag het een beetje gewaagder? Nodig de mensen in de tent uit om 1 minuut in elkaars ogen te kijken. Voorzie een zandloper of keukenwekker om de tijd in de gaten te houden. Laat ze nadien met elkaar in gesprek gaan over wat deze ervaring met hen gedaan heeft.

In het midden van de tent van ontmoeting van de Israëlieten werden twee grote stenen bewaard. In deze twee stenen stonden de 10 wetten gekeerd waaraan elke Israëliet zich diende te houden. Deze 10 wetten zijn heilig voor hen.

Nodig de deelnemers van de ontmoeting in de tent uit om een boodschap achter te laten in de tent. Dit kan een wijsheid zijn, een suggestie of tip, een bijzondere gedachte of vraag, iets wat ze ontdekt hebben tijdens het gesprek... Voor de volgende bezoekers van de tent zal het zeker een inspiratiebron zijn om zelf over in gesprek te treden.

Taber-
nakel

SNOEZELMOMEN- SNOEZELVIERING

Zet op een rustige plek een tent op. Kies voor een plaats waar het warm genoeg is om even te vertoeven. Versier de tent aan de binnenkant. Zorg voor comfortabele kussens, voor lichtjes, kleur, spiegeltjes... Eventueel kan je wat materiaal voorzien om te kleuren of te tekenen

Kies voor rustige, instrumentale muziek of voor een gepast lied. Hieronder vind je enkele suggesties.

- Kom hier dat ik u draag – Kommil Foo
- 'k Heb je lief – Free Souffriau
- Bouwt ip mie – Het zesde metaal
- Hemel – Bart Peeters
- Kan het niet alleen – Stef Bos

Probeer per twee of drie in gesprek te gaan over wat deze ervaring oplevert. Is een gesprek niet mogelijk, vertel dan aan de ander wat jij zo bijzonder aan haar of hem vindt.

Is een tent nogal moeilijk omdat de ruimte erg beperkt is of er deelnemers in een rolstoel zitten? Neem een grote paraplu, versier de paraplu aan de binnenkant. Vergeet geen lichtjes. Zoek een donkere ruimte op en verken samen de binnenzijde van de paraplu.

Diep in de dingen, hoor ik je zingen,
Voel ik jouw hartslag, lees ik jouw naam.
In duizend kleuren, vormen en geuren,
Klanken en smaken, grijp jij mij aan.
Zon, maan en sterren, wolken en regen,
Bergen en zeeën leven jouw naam,
Waar ook ter wereld, proef ik jouw zegen,
Kruis jij mijn wegen, raak jij mij aan.
Boordevol leven zindert jouw vreugde,
Glinstert jouw glimlach, trilt jouw bestaan.
Vlinders en vogels, planten en dieren,
Bloemen en kruiden, eren jouw naam.
Aarde en hemel, zomer en winter,
Morgen en avond, prijzen jouw naam.
Ik zou wensen dat ook de mensen
Zouden getuigen van jouw bestaan.



LAVASTEEN

Nyiragongo is de naam van de actieve vulkaan gelegen nabij de stad Gomo. De laatste 100 jaar is deze vulkaan al meer dan 20 keer uitgebarsten. Het hete magma dat uit de vulkaan spuit, wordt lava zodra het op de aarde terechtkomt. Een lavasteen ontstaat vervolgens uit die gestolde lava. De kleur van lavasteen varieert tussen rood, bruin en zwart.

Hoewel hete lava allesverwoestend is, kan gestolde lava juist levengenevend zijn. Lava is namelijk een bron van allerlei mineralen en metalen. Bovendien is de steen zowel solide als zeer poreus wat haar heel bijzonder maakt. Haar poreuze karakter maakt dat ze voldoende water kan vasthouden maar het teveel aan water makkelijk draineert. Dit maakt dat steeds meer mensen lavasteen beginnen gebruiken in hun tuin. Lavasteen is ecologisch, duurzaam en voedingsrijk.



Niet alleen in de tuin is lavasteen van bijzondere waarde. Voor mensen die geloven in de kracht van edelstenen en mineralen is lavasteen zelfs een beetje magisch.

Water, lucht, aarde en vuur bestaan uit energie. Lavasteen draagt in zich de energie van vuur en van aarde. Door een lavasteentje dragen, bijvoorbeeld als sieraad, kan die energie van het steentje op jou overgedragen worden. Het vurige component van de lavasteen zorgt ervoor dat je wilskracht vergroot, je doorzettingsvermogen versterkt wordt en je moedig dingen durft opnemen. De aardse component zorgt ervoor dat je teveel aan impulsen verzacht worden.

Er zijn verschillende modellen of manieren om mensen te typeren. Deze modellen dragen geen oordelen in zich. Ze zijn bedoeld om mensen te helpen zichzelf en anderen beter te leren kennen en zodoende beter te kunnen communiceren. Een van deze modellen typeert mensen als water-, lucht-, aarde- of vuurtypes. In welk type herken jij jezelf?



WATER symboliseert leven, gevoel, stroming. Watertypes zijn gevoelsmensen.

Deze mensen zoeken harmonie, zijn zorgzaam, mensgericht en communiceren graag.

Deze mensen zijn soms angstig, passen zich te veel aan anderen aan, ten koste van zichzelf.

LUCHT symboliseert ruimte en vrijheid. Luchttypes zijn denkers.

Deze mensen kunnen goed analyseren, verbanden leggen en objectief blijven.

Deze mensen komen soms afstandelijk over, kletsen graag zonder ophouden.

Rituelen geven enerzijds rust om dingen een plaats te kunnen bieden. Anderzijds geven ze energie om verder te gaan of aan iets nieuws te beginnen.

Bouw een ritueel uit gebaseerd op de energie (water, lucht, aarde, vuur) waar jij je het meest in herkent.

Voer jouw ritueel regelmatig uit. Merk welk effect het op jou heeft. Deel jouw ritueel met anderen

AARDE symboliseert houvast. Aardetypes zijn resultaatgericht.

Deze mensen zoeken structuur en zekerheid. Ze houden zich aan de regels.

Deze mensen zijn soms star en dwangmatig wat kan leiden tot bekrompenheid.

VUUR symboliseert warmte, licht en energie. Vuurtypes zijn vrolijk en direct.

Deze mensen zijn passioneel, hebben veel inspiratie en nemen gemakkelijk initiatief.

Deze mensen hebben soms een gebrek aan zelfbeheersing waardoor ze ongewild kwetsen.



ERVARINGEN...

&

...IDEEËN