

de mens^{uvv}.nu magazine

April - mei - juni 2025 | 14de jaargang nr. 2 | Verschijnt driemaandelijks
V.u.: Raymonda Verdyck - Afgiftekantoor masspost Brussel X - P900224

Dossier
Voorbij het taboe

Vrijwilligers
van bij ons
Compagnon

**“Mijn ervaringen en emoties delen
en een brug naar anderen slaan”**

Jean Bosco Safari over identiteit, creativiteit en verbondenheid

vrijzinnig humanistisch tijdschrift
voor iedereen

de mens^{uvv}.nu
is vrijzinnig humanistisch



Hoofredactie

Anne-France Ketelaer

Redactie

Jérémy Celen

Dimitri De Smet

Wouter Goemaere

Bert Goossens

Joke Goovaerts

Laure Lytens

Veerle Magits

Esther Meuwis

Hilde Vandervelde

Patricia Van de Velde

Anne-Flor Vanmeenen

Kendy Wissels

Eindredactie

Hilde Vandervelde

Lay-out

Drukkerij Verspecht

Foto cover

© Jeroen Vanneste

Je kan je gratis abonneren op deMens.nu Magazine.

Hoe? Stuur een mailtje naar info@deMens.nu

OF surf naar onze website en schrijf je in

OF stuur een brief naar het federaal secretariaat van deMens.nu

Met vermelding van je naam en adres.

Wil je de digitale nieuwsbrief van deMens.nu ontvangen?

Intekenen kan via onze website.

Volg deMens.nu op



deMens.nu Magazine is een gratis vrijzinnig humanistisch tijdschrift dat vier keer per jaar verschijnt.

De redactie van deMens.nu Magazine is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de door derden geleverde artikels.

Dit magazine wordt enkel opgestuurd op uitdrukkelijke aanvraag en/of met uitdrukkelijke toestemming.

Onder auspiciën van de Unie Vrijzinnige Verenigingen vzw.

Conform de wet tot bescherming van de persoonlijke levenssfeer ten opzichte van de verwerking van persoonsgegevens (8 december 1992) en de algemene verordening gegevensbescherming (AVG - EU 2016/679) herinneren we je eraan dat een aantal van je persoonsgegevens werden opgenomen in ons adressenbestand. Dit magazine wordt enkel opgestuurd op uitdrukkelijke aanvraag en/of met uitdrukkelijke toestemming.

Via schriftelijk verzoek, gericht aan Anne-France Ketelaer, algemeen directeur deMens.nu, Auguste Reyerslaan 70 te 1030 Schaarbeek, of via privacy@deMens.nu kan je de inzage, correctie of verwijdering van je opgeslagen persoonsgegevens verkrijgen.

Reacties op dit nummer kan je steeds mailen naar info@deMens.nu



Voorbij het taboe

H

ier zitten we dan, met z'n allen rond de tafel. We zijn ons bewust van zijn aanwezigheid. Jawel, we hebben het over de olifant in de kamer. Die wil de kamer verlaten, maar het lukt hem niet door zijn omvang. Hij is te groot. Gevoed door oordeel en ontkenning, door boosheid



en onzekerheid. En tegelijk bang, want hij is de kamer nog niet uit geweest. Wat treft hij daarbuiten aan? Wat zullen ze van hem denken? Laten we van de gelegenheid gebruikmaken om alvast dat taboe te doorbreken en hem aan tafel uit te nodigen.

Herkenbaar, een onderwerp introduceren waarover mensen niet wensen te spreken? En dan? Ongemakkelijkheid. Taboe is meer dan een ongewenst onderwerp. Een taboe is dat waarover mensen liever of niet willen praten en waarover tegelijk weinig informatie te vergaren is. Iets weerhoudt ons om het taboe te doorbreken. Overmand door schaamte, want wat zullen mensen denken? Of concreter, wat zullen mensen doen? Taboes proberen te doorbreken gaat niet altijd zonder slag of stoot.

In het dossier van dit magazine lees je meer over het landschap waarover taboes zich uitstrekken; van de dood tot mentaal welzijn, van wetenschappelijk onderzoek tot spiritueel atheïsme. En meer, want taboes beperken zich niet tot één thema of één bevolkingsgroep.

Laat ons de olifant(en) erkennen. Laat hem tafelen en vragen om een luisterend oor, om een hand op de schouder. Laat ons vermijden de speld te horen vallen, zoals wanneer een gesprek bevriest. Laat onze tong niet de kans om andere onderwerpen aan te snijden, zolang oren nodig zijn om te luisteren. Laat ons trachten geen oordeel over de olifant te vellen. Laat ons hem bestuderen, zodat we hem kunnen helpen de kamer te verlaten, de wijde wereld in.

Laure Lytens

Inhoud



6



11



14



17

**Een vrijzinnig
humanistisch
magazine voor
iedereen**

Dit magazine bevat een toegankelijke mix van luchtige en diepgravende artikels over eigentijdse onderwerpen die verband houden met vrijzinnig humanisme.

Vrijzinnig humanisten geloven in de mens en plaatsen die centraal

De verantwoordelijkheid voor zin en moraal ligt voor vrijzinnig humanisten bij de mens. We bepalen zelf hoe we ons leven zin geven in het hier en nu, en dat doen we met respect voor de keuze van anderen en voor de natuur. We streven daarom ook naar een warme en solidaire democratische samenleving waar elk individu zich ten volle kan ontplooiën. Hoewel iedereen anders is, zijn we gelijkwaardig en moeten we onszelf kunnen zijn.

Vrijzinnig humanisten kijken kritisch naar de wereld en naar zichzelf

We aanvaarden niet zomaar wat anderen zeggen, maar oordelen zelf wat goed is en wat slecht. Dé waarheid bestaat immers niet en dus kan niemand die opleggen. Daarom stellen we alles in vraag tot we nieuwe inzichten hebben. Het is onze ultieme vrijheid: het mogen veranderen van mening.

Vrijzinnig humanisten zijn een bont allegaartje

Jong en oud, rijk en arm, uit alle hoeken van de wereld ... We geven allen zelf zin aan ons leven en maken er samen het beste van. Hier en nu en met vertrouwen in de toekomst.

deMens.nu Magazine is er voor vrijzinnig humanisten, maar ook voor iedereen die zich betrokken voelt bij onze samenleving en zeker ook voor nieuwsgierigen.



46



48



50



58

6 Onderhuids

Jean Bosco Safari, singer-songwriter, performer en tekenaar: "Allemaal onderweg naar hetzelfde: mens zijn"

11 Vrijzinnige barometer

Lentefeesten en feesten vrijzinnige jeugd blijven stijgen

12 Wetenschappelijk onderzocht

De paradox van generatieve AI

14 Jong.nu

Alicia Vuurstaek en Melissa Gelders, vrijwilligers van Dwaalzin: "Zich verbonden en gehoord voelen"

17 Dossier

Voorbij het taboe

45 Column Kurt Van Eeghem

En mama vond dat het goed was

46 Achter de schermen

De inzichten

47 Ingezoomd

Niet elke reis is een vakantie

48 Vrijwilligers van bij ons

Vrijwilligers van Compagnon

50 Een bank vooruit

Karolien Vos, leerkracht niet-confessionele zedenleer, over het doorbreken van taboes

51 Breinpijn

Puzzel mee en maak kans om een boek te winnen

52 Van de bovenste plank

Recensies van *Vrank en vrij, maar mens!*, *Wij zijn zwanen*, *De toekomst van de kat* en *Black Dog*

54 Actua

Nieuwsberichten en activiteiten

56 Op het terrein

Hoop is mijn houvast

57 Achter tralies

Een inventieve invulling

58 Column Tinneke Beeckman

Genuanceerd en realistisch berichten

59 Levenskunst

Illustratie van Janne van Woensel Kooy

60 Het huisvandeMens in je buurt

Adressen en contactgegevens



**“Allemaal onderweg naar
hetzelfde: mens zijn”**

Interview met Jean Bosco Safari

Jean Bosco Safari werd geboren bij de bron van de Nijl en groeide als adoptiekind op in Merksem. Als singer-songwriter, performer en tekenaar brengt hij mensen samen met zijn kunst. Zijn leven is een reis vol passie en doorzettingsvermogen. We praten met hem over identiteit, creativiteit en de weg die hij bewandelt, zonder exact te weten waar die eindigt.

Esther Meuwis - foto's © Jeroen Vanneste

Je hebt een bijzonder levensverhaal dat in Rwanda begint. Kan je ons meenemen naar je eerste herinneringen daar?

Mijn eerste herinneringen gaan terug naar 1959, toen ik vijfenhalf jaar oud was. Onze familie woonde op een heuvel in het Ruhengeri-gebied in Rwanda. Met mijn moeder, haar nieuwe man, twee halfbroers en twee halfzussen leefden we in een eenvoudig huis zonder stromend water. Ik hoedde er koeien en liep de heuvels op en af om water te halen. Het was een bestaan dicht bij de natuur. Communicatie gebeurde vaak zonder woorden. We leefden daar vredig in harmonie met de natuur. Maar op een dag moesten we halsoverkop vluchten vanwege de onafhankelijkheidsoorlog die vanuit Congo naar Rwanda oversloeg.

Je bent een kind van een Europese vader en een Afrikaanse moeder. Wat betekende dat in die tijd?

Mijn mama was Tutsi en later ontdekte ik dat mijn papa een blanke mijnningenieur was. Dubbelbloed zijn was toen een stigma. Metissen waren kinderen van Afrikaanse moeders en Belgische koloniale, industriële of geestelijken. Dat bracht problemen met zich mee, omdat men bang was dat die kinderen later aanspraak op het fortuin van hun vader zouden maken. Kerk en staat werkten toen samen om die kinderen bij hun moeder weg te halen, om hen zogenaamd een betere toekomst te bieden. Ze beloofden mijn mama dat ik in het buitenland mocht

gaan studeren en daarna naar Rwanda zou terugkeren. Maar de werkelijkheid was veel schrijnender. Ik kende mijn mama tot mijn zesde en zag haar daarna nooit meer terug.

Hoe verliep je adoptieproces?

Op een dag liep een boodschapper onze heuvel op met nieuws over een wrede en meedogenloos rebellenleger dat vanuit Congo naar Rwanda aan het oprukken was. Het was een kwestie van uren. Twee vrachtwagens brachten ons naar het vluchtelingenkamp. We sliepen in een hut gebouwd uit golfplaten en ik ging er voor het eerst naar school. Soms werd ik uit de klas gehaald om samen met mijn moeder naar een officieel kantoor in de naburige stad te gaan. Ik voelde de sfeer, de gesprekken die over mij gingen, maar er was niemand die mij iets vertelde. Mijn moeder zette een duimafdruk op papier. Ze kon niet lezen of schrijven ... Ze moet zich verschrikkelijk gevoeld hebben, wetende dat ze mij met die duimafdruk aan onbekende mensen ging afstaan.

Enkele dagen later stopte er een auto met een blank koppel en twee blanke kinderen. Mijn moeder was ook aanwezig. Ze hing een tasje gevuld met een roodfluwelen broekje en een ananas over mijn schouder. Ik kreeg een knuffel en ze gaf me mee aan het blanke koppel met de auto.



Na een dag rijden kwam ik in een klooster terecht, waar ik pas binnen mocht na een spoeddoop. Een pater goot een emmertje water over mijn hoofd. Binnen waren er een vijftiental kinderen met dezelfde huidskleur, koffie met melk, op mij aan het wachten. Het was een blijde verwelkoming. De eerste nacht ben ik door mijn knieën gezakt en ik heb twee weken in de ziekenboeg van het klooster gelegen.

In de zomer, een maand later, verlieten we het klooster en vlogen we met z'n vijftien in een vliegtuigje naar België. Nog steeds moesten we de gebeurtenissen zonder uitleg ondergaan. Niemand vertelde me sinds mijn vertrek uit het vluchtelingenkamp wat er me te wachten stond.

Toen ik in België, in Merksem, aankwam, waren mijn adoptieouders, door een communicatiefout, op het moment van overhandiging op reis vertrokken. Bijgevolg verbleef ik de eerste weken bij een tante. Ze had een parochiecafé en er waren ook twee toekomstige neefjes en drie nichtjes om mee te spelen. Daardoor kon ik al enkele woorden Antwerps spreken, toen ik tien dagen later met mijn adoptieouders kennismakte. Dat hielp me met de aanpassing in mijn nieuwe gezin.

Hoe kijk je op die adoptie terug?

Als kind begreep ik niet wat er gebeurde. Ik beleefde een rollercoaster aan emoties en kon het gebeuren niet plaatsen. Mijn adoptieouders waren liefdevolle mensen, maar er bleef een leegte.

Ik voelde me anders dan de andere kinderen in Merksem en leefde met veel vragen. Ik ben niet van hier, vanwaar kom ik? Bij wie hoor ik thuis? Waarom was ik het niet waard om bij mijn mama te blijven?

Ik vernam veel later van mijn adoptieouders dat zij alles bij elkaar ongeveer tweehonderdduizend Belgische frank, zo'n vijfduizend euro, voor mij betaalden. Het leek alsof ik als handelswaar werd verkocht.

Ik kroop in mijn schulp. Lange tijd wilde ik niets weten van Rwanda, mijn land van herkomst. Het voelde alsof het me meer pijn dan antwoorden bracht. Dat zorgde tot mijn vijfenveertigste voor heel wat zelfsaboterend gedrag.

Wanneer besloot je terug te keren naar je roots?

Op een bepaald moment besepte ik dat ik niet meer vooruitkwam. Ik stond als een flamingo in het leven, met maar één been om op te staan. Als ik er maar één had om op te steunen dan hadden mijn kinderen en kleinkinderen er ook maar één. Ik moest gaan zoeken welke bouwstenen bij mij hoorden, zodat zij daar een stevig fundament voor hun eigen levenshuis op konden leggen.

Ik was bang voor de confrontatie met mijn verleden en ging uiteindelijk in therapie. Ik leerde er mijn gedachten, gevoelens en gedrag te observeren in plaats van te veroordelen. Dat bracht me dicht bij mezelf en gaf me de moed om eerlijk te zijn tegen mezelf en me kwetsbaar te tonen aan anderen.

“Begeesteren en ontroeren, positiviteit uitstralen en doorgeven”



In 1995 veranderde ik mijn artiestennaam Kid Safari en mijn adoptienaam officieel weer naar Jean Bosco Safari, mijn Rwandese naam. Dat voelde als het terugnemen van een stuk van mezelf.

Met het Nederlandse tv-programma *Spoorloos* ging ik in 2002 op zoek naar mijn familie. Ik vond twee halfbroers, twee halfzussen en drie tantes terug. Mijn moeder en mijn zus waren overleden. Mijn moeder aan de gevolgen van slagen en verwondingen die ze tijdens de genocide opliep. Mijn zus aan een mysterieuze ziekte. Ik vernam van mijn tantes dat mijn moeder destijds uit liefde handelde en dat zij tot het einde van haar leven naar mijn terugkeer bleef verlangen. Dat gaf me rust.

Pas in 2024 vond ik de naam van mijn biologische vader. Hij was een Belgische koloniale mijnningenieur die in 1986 in Groot-Brittannië overleed. Hij had twee kinderen met mijn moeder, mijn jongere zus en ik.

Hoe begon je passie voor kunst en muziek?

Als kind tekende ik graag cowboys en indianen, en ik verzon daar verhalen bij. Ik ging naar de plaatselijke kunstacademie. Later, tussen 1976 en 1983, werkte ik bij Studio Vandersteen aan de stripreeks *Bessy*. Maar muziek werd mijn absolute voorwiel aandrijving. Drie jaar na mijn aankomst in België hoorde ik voor het eerst de Beatles. Hun gedrevenheid, passie en harmonie van samen-

zang raakten me. Ze hadden een energie die alles naar boven trok. Vanaf die dag wilde ik de vijfde Beatle worden. Zij werden een nieuwe reddingsboei.

Ik ging zelf ook muziek maken. Musiceren en tekenen helpen me sindsdien om mijn ervaringen en emoties te delen en tegelijkertijd een brug naar anderen te slaan. Ik moest mezelf een plek geven, uit de schaduw komen en in het licht durven staan.

Door verhalen te vertellen en muziek te spelen, zorg ik voor herkenning en ontroering. Ik probeer mensen mee te nemen in het moment, zodat ze hun zorgen even kunnen loslaten. Ik wil het publiek begeisteren en ontroeren, positiviteit uitstralen en doorgeven. Het is mijn manier om te zeggen: we zijn niet alleen.

In je voorstelling *Enkele reis België* vertel je je levensverhaal in kleine stukjes en verweef je het met muziek. Wat is de kernboodschap die je wil overbrengen?

Het gaat om verbondenheid. Het idee dat we samen sterker staan en dat we elkaars verhalen kunnen dragen, is essentieel voor mij. Als jongetje van vijf in Rwanda merkte ik dat kinderen naar mij toekwamen om getroost te worden, zelfs al was ik niet de oudste. Die rol voelde heel natuurlijk aan. Ik had zelf een diepe behoefte om me veilig en geaccepteerd te voelen en dat wilde ik ook aan anderen geven. Die drang naar verbondenheid is altijd een rode draad in mijn leven gebleven.



Hoe zorg je ervoor dat je zelf in balans blijft?

Ik leef hier en nu, en maak bewust tijd voor mezelf. Dat doe ik door rust in te bouwen, door te wandelen, te mediteren en diep te ademen. Ademhaling is voor mij heel belangrijk. Het brengt rust in mezelf.

Je hebt ook met faalangst geworsteld. Hoe ben je daarmee omgegaan?

Faalangst hield me lange tijd tegen om te groeien. Ik liet projecten aan me voorbijgaan uit angst om te mislukken. Ik stelde dingen uit of deed alsof het me niet zoveel kon schelen. Maar op een gegeven moment ging ik er bewust naar kijken. Ik erkende dat het een probleem was en zocht naar manieren om ermee om te gaan. Ik leerde tegen mezelf zeggen dat ik het waard was om in het leven te slagen, waard om gezien en gehoord te worden, waard om mezelf graag te zien.

Rituelen, ceremonies en familieopstellingen hielpen me ook in het omgaan met mijn adoptiegeschiedenis. In een familieopstelling koos ik intuïtief representanten voor mijn biologische ouders. Door middel van taal kon ik wat in me leefde, verwoorden en uitdrukken. Alleen al het uitspreken brengt een deel van de oplossing. Dat is zo mooi aan rituelen: ze zijn eenvoudig, maar het juiste taalgebruik en de juiste symbolieken maken ze krachtig en resultaatgericht.

Heb je het gevoel dat je ooit volledig zal begrijpen waar je drang tot verbinden vandaan komt?

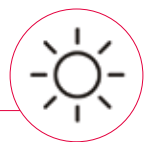
Misschien niet. Maar ik vertrouw mijn innerlijke kompas, mijn intuïtie. Er is een deur waar ik geen sleutel van heb en dat is oké. Het belangrijkste is dat ik mijn energie mag gebruiken om iets moois te delen en anderen mee te inspireren.

Met jouw ervaring, welke inzichten wil je anderen meegeven?

Omarm je wortels, hoe complex, moeilijk of onaanvaardbaar ze ook mogen zijn. Accepteer jezelf met alles wat er is. Wees vrij om te zijn wie je bent. Het is oké om kwetsbaar te zijn. Het is geen zwakte, maar het schept ruimte en inzichten voor je groei.

Zet liefde op de eerste plaats - in welke vorm dan ook, ze vindt altijd een weg. Probeer te doorgronden wat graag zien voor je betekent. Waar houd je van? Wat is de moeite om voor te gaan? Ontdek je passies en wat belangrijk voor je is. Blijf zoeken naar wat je gelukkig maakt. Door positiviteit toe te laten en leuke dingen te doen, kan je jezelf helen en versterken. Leer je angsten in de ogen te kijken. Geef niet op, ook niet als het tegenzit. Groei komt met vallen en opstaan.

Ik geef eerlijk toe dat ik zelf dagelijks aan die inzichten werk om in balans te blijven. Mijn leven kende en kent nog steeds veel contrasten, maar het leerde me om mensen met elkaar te verbinden. Uiteindelijk zijn we allemaal onderweg naar hetzelfde: mens zijn.



Aantal lentefeesten en feesten vrijzinnige jeugd blijft stijgen

Het aantal feestelingen bij lentefeesten en feesten vrijzinnige jeugd blijft stijgen. Om die tendens in de kijker te zetten, verspreidde deMens.nu op 25 maart 2025 volgend persbericht.

Voor die 'groeifeesten' bij de overgang naar een nieuwe levensfase telden we in 2024 in groepsverband 11.091 feestelingen, in 2025 zijn er 11.247 deelnemers. In 2014 ging het nog om 8.067 feestelingen.

De cijfers hebben betrekking op de groepsfeesten die georganiseerd worden door deMens.nu en zijn vijfendertig huizenvandeMens, door de feestcomités van het Humanistisch Verbond en door Hujo, de vrijzinnig humanistische jeugdorganisatie.

Daarnaast zijn er ook heel wat individuele feesten, georganiseerd door ouders en soms begeleid door een vrijzinnig humanistische consulent, of kleinere groepsfeesten met ouders, familie en/of leerkrachten niet-confessionele zedenleer, waar we geen cijfers van hebben. We krijgen bovendien vaker de vraag van ouders om de krachten te bundelen om een dergelijk feest te organiseren.

Een mogelijke verklaring voor die stijging is het toenemende belang van het vieren van overgangsmomenten in het leven. Er is een bredere maatschappelijke behoefte om betekenisvolle momenten te markeren. Initiatieven zoals de websites www.lentefeest.be en www.groeitocht.be, de brochure *Groeifeest voor doe-het-zelvers* en de gelijknamige Facebookgroep kunnen dienen ter inspiratie.



© Joachim Dewilde

Het lentefeest viert de overgang van de kleutertijd naar de lagere school, rond de leeftijd van zes jaar. Talenten, toekomstdromen, waarden of vaardigheden die het kind heeft geleerd, komen die dag in de kijker te staan.

Tijdens een feest vrijzinnige jeugd vieren we de overgang van lagere school naar secundair onderwijs, rond de leeftijd van twaalf jaar. Soms wordt dat ook het 'grote lentefeest' genoemd. Het is fijn om dan stil te staan bij de groei die de jongeren hebben gemaakt, bijvoorbeeld aan de hand van foto's, één van elk jaar. Het zijn geen kinderen meer, maar ook nog geen volwassenen. Het is een afscheid van de kindertijd en een verwelcoming van de jongvolwassenheid.

De urgentie van het waardenpakket anno 2025 is niet min. Welke waarden worden aan de feestelingen doorgegeven? Vrijheid en zelfontplooiing: het kind wordt aangemoedigd om zelfstandig na te denken en eigen keuzes te maken. Verdraagzaamheid en respect: respect voor anderen, ongeacht hun overtuigingen. Solidariteit en verbondenheid: samenleven in harmonie en zorg dragen voor elkaar. Kritisch denken en nieuwsgierigheid: kinderen worden gestimuleerd om vragen te stellen en de wereld met een open blik te ontdekken. Menselijkheid en verantwoordelijkheid: bewust omgaan met mens en natuur, en verantwoordelijkheid voor de eigen daden nemen. De leerkrachten niet-confessionele zedenleer maken die thema's en andere moeilijkere onderwerpen bespreekbaar in de les en op de speelplaats.

Elk kind kan een vrijzinnig groeifeest krijgen, ook kinderen op een katholieke school kunnen buiten de schooluren deelnemen. De vrijzinnig humanistische consulenten van de huizenvandeMens begeleiden ouders bij hun vraag hoe zo'n feest te organiseren. Ze proberen individuele aanvragen zoveel mogelijk te groeperen, om het groeps karakter van de feesten te behouden.



De paradox van generatieve AI

Generatieve artificiële intelligentie is niet langer een futuristisch concept, maar is voor velen een vertrouwde hulp geworden. Van het schrijven van boodschappenlijstjes tot het creëren van gepersonaliseerde content, AI is op korte tijd uitgegroeid tot een onmisbare partner in het dagelijkse leven, aldus de recente Digimeter.

Hilde Vandervelde

De Digimeter van Imec-Mict

“2024 kunnen we omschrijven als het jaar waarin de Vlaming generatieve artificiële intelligentie heeft omarmd.” Dat besluit de Digimeter, de jaarlijkse studie over het bezit en gebruik van media en technologie in Vlaanderen, uitgevoerd door Imec en Mict. Imec is een toonaangevend, onafhankelijk onderzoekscentrum voor nano-elektronica en digitale technologie. Mict is de onderzoeksgroep voor Media, Innovation and Contemporary Technologies, onder leiding van professor Lieven De Marez, aan de Universiteit Gent.

De Digimeter biedt diepgaande inzichten in de digitale gewoonten, vaardigheden, attitudes en technologische trends van de Vlaamse bevolking. Sinds haar start in 2009 brengt de studie de digitale transformatie in de ruimste zin in kaart. Het doel is om zowel burgers als beleidsmakers, instellingen en bedrijven inzicht te verschaffen in veranderende behoeften, gewoonten en attitudes. Daarmee biedt het onderzoek een jaarlijks referentiepunt in onze snel evoluerende digitale samenleving.

Het gebruik van generatieve AI-toepassingen

Generatieve artificiële intelligentie is een vorm van AI die nieuwe content kan creëren of genereren, zoals tekst, beeld, video, muziek of spraak, door te leren van bestaande gegevens. Denk aan platformen als ChatGPT, Google Gemini en Copilot. In 2023 zagen we die generatieve AI-platformen doorbreken en die trend zet zich in 2024 door.

In 2024 zegt 93 procent van de Vlamingen het begrip AI te kennen en beweert 71 procent ook te kunnen uitleggen wat AI betekent. Het afgelopen jaar maakte 45 procent van de Vlamingen gebruik van generatieve AI-toepassingen. Het aantal actieve gebruikers of gewoontegebruikers is intussen tot 28 procent uitgegroeid.



Enerzijds is er de grote aantrekkingskracht van generatieve artificiële intelligentie en anderzijds de toenemende bezorgdheid om de potentieel negatieve impact van AI: onderzoekers benoemen het als de technologieparadox

Uit de studie blijkt verder dat artificiële intelligentie zich voor de Vlaming vooral concretiseert in de vorm van generatieve tools. En daar gaat een enorme aantrekkingskracht van uit: 77 procent is onder de indruk van wat AI allemaal kan, 61 procent wil meer te weten komen over AI en 65 procent is nieuwsgierig naar de toepassingen en mogelijkheden van de technologie, niet alleen in de professionele of schoolgerelateerde context, maar ook in het dagelijkse leven. Zo is 37 procent geïnteresseerd om AI meer in het dagelijkse leven te benutten.

Van experimenteel naar doelgericht

Het onderzoek peilt ook naar de voornaamste redenen waarom Vlamingen die platformen gebruiken. Het hoeft niet te verwonderen dat de nieuwsgierigheid naar de mogelijkheden van artificiële intelligentie zich in eerste instantie uitdrukt in experimenteren en ontdekken. Men wil AI uitproberen en begrijpen wat de technologie is en kan.

Gaandeweg zien de onderzoekers wel dat het exploratief en verkennend gebruik van AI daalt ten voordele van het habitueel en doelgericht gebruik. Voor 28 procent van de Vlamingen vertaalde dat experimenteren zich ondertussen in actief gebruik, zowel voor persoonlijke doeleinden als voor beroeps- of onderwijsdoeleinden. Het aantal actieve gebruikers van generatieve AI neemt dus toe. En binnen die groep van actieve gebruikers maakt het experimenteren en ontdekken geleidelijk aan plaats voor een meer doelgericht gebruik.

De studie gaat ook dieper in op de praktijken die de Vlaming er bij het gebruik van generatieve AI op nahoudt. Niet iedereen blijkt dat even 'mediawijs' te doen. Amper de helft maakt gebruik van verschillende prompts of vragen, of controleert het AI-resultaat op de juistheid ervan via andere bronnen. Nauwelijks achttien procent doet aan bronvermelding wanneer men AI gebruikt.

Tegenovergestelde meningen

Door de snelle verspreiding van generatieve AI gaan steeds meer Vlamingen positie ten opzichte van AI innemen, aldus nog de Digimeter. Eind 2024 is het aandeel onbeslist, zij die tussen de voor- en nadelen van AI balanceren en hun mening nog moeten vormen, naar 45 procent geslonken. Daarnaast zien de onderzoekers twee groeiende kampen met tegenovergestelde meningen, maar ze merken dat het kamp van de AI-positivo's met 32 procent toch sneller terrein wint dan dat van de AI-pessimisten met 23 procent.

De groep onbeslist twijfelt tussen de grote aantrekkingskracht van AI enerzijds en de toenemende bezorgdheid om de potentieel negatieve impact van AI anderzijds. Aan de kant van de nadelen vrezen zij onder meer: de impact van AI op de privacy, het moeilijke onderscheid tussen mens en chatbot, de verspreiding van desinformatie door AI, de ergernis aan door AI gemaakte teksten en beelden op sociale media of websites en de impact op de werkgelegenheid. Tegenover die toegenomen zorgen zien ze ook voordelen zoals: de indrukwekkende mogelijkheden en toepassingen van AI, sneller en efficiënter werken, een verbetering van de levenskwaliteit en het gebruik in het dagelijkse leven.

De onderzoekers benoemen het als de technologieparadox, een toename van de nieuwsgierigheid naar en mogelijkheden van AI, tegelijk met een toename van de bezorgdheden rond AI. Vlamingen die AI omarmd hebben, ervaren efficiëntiewinst. Terwijl diegenen die door die paradoxale gevoelens of door een gebrek aan toegang en vaardigheden de mogelijkheden van AI niet willen of kunnen benutten, achterblijven.



“Zich verbonden en gehoord voelen”

S

poken word. Daaronder valt zowat alles wat met gesproken woord te maken heeft: rap, slampoetry, zang, poëzie, proza, korte verhalen, statements enzovoort. Maar het is meer dan dat. Het gaat ook om verbinding met jezelf en de mensen om je heen. We praten erover met Alicia Vuurstaek, 25 jaar, en Melissa Gelders, 29 jaar, die zich bij Dwaalzin, de jongerenwerking van deMens.nu, als vrijwilliger inzetten voor de spokenwordavonden en cocreatiemomenten.

Kendy Wissels

“

Je perspectief op de wereld en het leven verbreden

”



Melissa Gelders



Alicia Vuurstaek

Jullie zijn de bezielers van de spokenwordavond in Hasselt. Hoe zijn jullie op dat idee gekomen?

Alicia Vuurstaek: In 2019 zijn we naar een spokenwordactiviteit in Brussel geweest. We vroegen ons af waarom zo'n avonden nauwelijks in Limburg worden georganiseerd. En dus besloten we om het gewoon zelf te doen. Ik kende Dwaalzin al van het project Keukenklets en zo zijn we samen met Jolien Reekmans, jongerenconsulent bij Dwaalzin in Hasselt, aan het brainstormen gegaan.

Melissa Gelders: Al snel vormden we een team met Jolien en dat betekent ontzettend veel voor ons. Enerzijds omdat we onze passie kunnen doorgeven en anderzijds omdat we graag willen dat meer mensen toegang tot poëzie krijgen.

Wat betekent spoken word voor jullie persoonlijk?

Alicia: Vroeger schreef ik veel en tegelijk miste ik een platform om mijn creaties te delen met mensen die daar dieper over willen

communiceren. Het creëren gebeurt door velen, maar het kunnen delen met anderen die ervoor openstaan, dat maakt het verschil.

Melissa: Spoken word is een manier om mensen samen te brengen, om hen die zich niet altijd even goed kunnen uitdrukken de kans te geven om dat wel te doen, om gehoord en geïnspireerd te worden en om anderen te inspireren. Het kan je perspectief op de wereld en het leven verbreden. Ik ben er zeker van dat het helpt om met anderen om te gaan.

Zo te horen betekent het vrijwilligerswerk bij Dwaalzin veel voor jullie. Welke verantwoordelijkheden hebben jullie zoal?

Alicia: Ik zie mezelf eigenlijk niet als vrijwilliger. Het is wel vrijwillig, maar ik houd me daar graag mee bezig en dus ervaar ik het niet zo. Ik zie het als onze activiteit die wij met plezier organiseren en ik vind het leuk om alles van a tot z uit te werken. Dankzij Dwaalzin krijgen we de kans om dat volgens onze eigen waarden te realiseren.

Melissa: Inderdaad, het is ons baby'tje. Wij brengen de ideeën aan en staan in voor de uitvoering ervan. We doen alles samen met Jolien, die ook voor het financiële luik en de praktische ondersteuning zorgt. Ik zie ons als een stelletje vriendinnen die iets superleuks organiseren. De avond zelf nemen wij de leiding. Wij zijn de twee 'gekken' die op het podium staan, de mensen entertainen en ervoor zorgen dat de sfeer goed zit.

Zijn er bepaalde thema's die speciale aandacht krijgen?

Melissa: Nee, wij vinden het belangrijk om dat niet te doen, zodat mensen vrijblijvend onderwerpen kunnen kiezen waar ze zich goed bij voelen. De enige voorwaarde die we hebben, is dat ze op de spokenwordavond iets brengen waar ze een verbondenheid mee hebben.

Dus de deelnemers bereiden thuis iets voor en brengen dat tijdens de spokenwordavond op een podium voor een publiek?

Melissa: Inderdaad, dat klopt. Los daarvan organiseren we ook cocreatiemomenten. In januari vond de eerste cocreatie plaats. Daar kon iedereen die graag met woordkunst bezig is, zichzelf en anderen bewonderen en verwonderen. Mensen die graag aan de spokenwordavond willen deelnemen, zijn op zo'n cocreatieavond ook welkom om zich te laten inspireren.

Wat mogen deelnemers van die avonden verwachten?

Alicia: We willen mensen de kans geven om hun creativiteit en gevoel te tonen, door hen te laten brengen wat ze creëren of waar ze een bepaalde verbondenheid mee voelen.

Melissa: Wij creëren een veilige, warme en comfortabele omgeving waar de deelnemers zich kunnen uitdrukken op een manier waarop ze dat in het dagelijkse leven misschien niet kunnen. We brengen hen in contact met anderen, zodat ze zich verbonden en gehoord voelen en daar ook plezier aan beleven.

Als jullie zo'n avond georganiseerd hebben, wat doet dat dan met jullie?

Alicia: Mensen bedanken ons vaak voor de fijne avond, maar wat ze met hun ogen en lichaamstaal vertellen, is nog waardevoller. Dat geeft me een warm gevoel en motiveert me om verder te doen.



Alicia en Melissa aan het werk op de spokenwordavond in Hasselt

Melissa: Dat mensen met een goed gevoel naar huis gaan en dat wij dat gevoel in gang hebben gezet, is heel mooi. Na zo'n avond blijf ik ook met een dubbel gevoel zitten. Ik voel me voldaan en warm vanbinnen, maar tegelijkertijd ben ik verdrietig omdat het er al op zit.

Wat hebben jullie zelf al geleerd of ervaren door bij de activiteiten van Dwaalzin betrokken te zijn?

Melissa: Dat is een vraag met veel antwoorden op. Je leert zoveel, net omdat iedereen een ander stukje van zichzelf inbrengt en omdat je voor en na zo'n evenement met iedereen praat. Je leert andere inzichten, hoe andere mensen hun leven in elkaar zit, maar ook hoe je bijvoorbeeld geluid en licht regelt.

Alicia: Onbewust leer je veel dingen die je niet kan benoemen en dat is net waardevol, omdat die bijdragen aan je normen en waarden. Daarnaast hebben we ontdekt dat er wél een aanbod rond spoken word in Limburg is, maar dat het niet altijd even makkelijk te vinden is. Door dit te organiseren, leg je nieuwe contacten en verbreed je je netwerk, en dat is ook mooi.

Wat zijn jullie dromen voor de toekomst?

Melissa: We willen poëzie hip maken. Poëzie wordt vaak als saai bestempeld, maar eigenlijk is dat niet zo. Daarom willen we zo'n evenementen in de toekomst blijven organiseren en misschien zelfs vaker.

Alicia: We zijn inmiddels aan de tweede editie van de spokenwordavond en misschien komt editie drie er sneller aan dan gedacht. Mijn oorspronkelijke droom was om elke maand of zelfs elke week een evenement te organiseren, maar we besteden er graag veel tijd aan om het goed te doen. En in dat geval gaat kwaliteit boven kwantiteit.

Hebben jullie nog een boodschap voor mensen die twijfelen om aan de spokenwordavonden deel te nemen of om zich voor Dwaalzin in te zetten?

Melissa: Kom zeker eens naar een cocreatiemoment. Daar kan je ons en de verschillende vormen van woordkunst leren kennen. Zo kan je je comfortabeler voelen bij het creëren en het delen van ideeën met anderen. Op de spokenwordavond kan je ook vrijblijvend komen genieten van wat anderen brengen.

Alicia: Het podium is er voor iedereen. Het gaat er niet om hoe goed de tekst is die je brengt. Het is ook net voor diegenen die nog geen ervaring hebben dat we dat podium aanbieden. Ik ben er zeker van, als datgene wat je brengt voor jou betekenis heeft, dan zit je altijd goed.

Alicia en Melissa: Als je twijfelt, neem gewoon contact met ons op. Wij overtuigen je wel.

Meer weten?

Wil je meer weten over Dwaalzin? Over de spokenwordavond in Hasselt? Of over andere projecten? Neem een kijkje op: www.dwaalzin.nu



VOORBIJ HET TABOE

18 Taboes voor (on)gelovigen

Ruimte voor vreedzame dialoog

22 Het belang van vrij onderzoek

"Wetenschap mag je niet censureren"

24 Het taboe rond spiritueel atheïsme

Een uitnodiging om grenzen te verleggen

28 Praten helpt echt, luisteren ook

Op gesprek gaan, een afbrokkelend taboe?

32 Wel of geen kinderen?

Keuze tijdelijk in de vriezer

34 Het taboe van de dood

Of de dood van het taboe?

38 De nieuwe preutsheid

Een gezond evenwicht vinden

40 Gender onder vuur

De strijd om identiteit

43 Doordacht

*Een verzameling weetjes en tips:
inspiratie voor de lessen zedenleer*

Taboes voor (on)gelovigen

Ruimte voor vreedzame dialoog

© Hadrian / Shutterstock.com



De aanslag op de redactie van het satirische weekblad Charlie Hebdo in Parijs in 2015 leidde tot wereldwijde steun voor persvrijheid, met de slogan 'Je suis Charlie', maar ook tot verhitte debatten over de grenzen van satire en religieuze gevoeligheid

Onderzoek toont aan dat atheïsme in veel delen van de wereld nog steeds taboe is. Ook andere taboes kunnen door een dominant religieus of ideologisch wereldbeeld in stand worden gehouden. In een seculiere rechtsstaat is er een wettelijke ruimte om vrij te spreken, maar het blijft essentieel om een cultuur te bevorderen waarin dialoog en meningsverschillen vreedzaam kunnen plaatsvinden.

Bert Goossens

Vrijheid van meningsuiting, met inbegrip van persvrijheid, is een grondrecht, verankerd in de Belgische Grondwet: dat recht is niet absoluut, er zijn immers wetten tegen laster en eerroof, tegen het aanzetten tot haat, discriminatie of geweld, en tegen negationisme



Vrijheid van levensovertuiging

Het *Freedom of Thought Report* van Humanists International, de wereldwijde koepelorganisatie van humanistische en seculiere organisaties, bestudeert elk jaar de situatie op het gebied van wetgeving en mensenrechten voor humanisten, atheïsten en niet-religieuzen over de hele wereld.

Daaruit blijkt dat zeventig procent van de wereldbevolking in landen leeft waar de uiting van humanistische waarden ernstig wordt onderdrukt en waar de volledige verwezenlijking van iemands recht op vrijheid van godsdienst of overtuiging onmogelijk is. In veel landen staan er sterke straffen op, tot opsluiting en de doodstraf toe.

Waarom wordt er wereldwijd zo repressief tegen ongelovigen en andersdenkenden opgetreden? Machtsbehoud speelt daarin een centrale rol. Dictaturen gebruiken religie en ideologie om de bevolking te binden en afwijkende gedachten te onderdrukken. Sociale controle is daarbij van groot belang: het breken met religieuze normen kan tot een breuk met familie en sociale netwerken leiden. Op persoonlijk niveau is levensbeschouwing vaak diep in iemands identiteit verankerd, waardoor kritiek gevoelig ligt.

Wettelijk kader

Taboes kunnen wettelijk worden vastgelegd. Wetten tegen blasfemie en het bekritisieren

van religie worden in sommige landen nog steeds actief gehandhaafd en kunnen ernstige gevolgen hebben voor degenen die zich ertegen uitspreken.

In België voorziet de wet ruimte om vrij te spreken. Vrijheid van meningsuiting is een grondrecht, verankerd in artikel 19 van de Grondwet. Dat recht is niet absoluut. Er zijn immers wetten tegen laster en eerroof, tegen het aanzetten tot haat, discriminatie of geweld, en tegen negationisme. Ook uitingen die de openbare orde verstoren, kunnen worden beperkt. De Belgische wetgeving streeft naar een balans tussen vrije meningsuiting en bescherming tegen schadelijke uitingen. In specifieke gevallen beoordeelt een rechter of iets onder het recht van vrije meningsuiting valt of in strijd met de wet is.

Een concreet voorbeeld daarvan is de recente hetze rond een ophefmakende column van Herman Brusselmans in het weekblad Humo. Het Joods Informatie- en Documentatiecentrum (JID) had Brusselmans rechtstreeks voor de rechtbank gedaagd, omdat het vindt dat de auteur in zijn column had opgeroepen tot haat en geweld tegen de Joodse gemeenschap.

Op zich is dat een gezonde manier van hoe onze democratie conflicten oplost: via een uitgebreid maatschappelijk debat en de rechtspraak. Wel is het problematisch als

er een cultuur ontstaat waarin mensen worden aangeklaagd wanneer ze een scherpe mening uiten, zeker wanneer dat binnen een satirisch format gebeurt. Dat kan immers tot een cultuur van zelfcensuur leiden.

Humor en satire hebben een belangrijke functie in een open samenleving, ze zorgen ervoor dat taboes doorbroken kunnen worden. Dat blijkt ook uit het VRT-programma *Taboe* waarin comedian Philippe Geubels gevoelige thema's aankaart en voor een breed publiek bespreekbaar maakt.

Religie en taboes

Op 7 januari 2015 drongen twee islamitische extremisten in Parijs het kantoor van het satirische weekblad *Charlie Hebdo* binnen. Ze vermoordden in totaal twaalf mensen. De aanval was een vergelding voor de publicatie van spotprenten van de profeet Mohammed, wat door de daders als godslastering werd beschouwd. De aanslag leidde tot wereldwijde steun voor persvrijheid, met de slogan 'Je suis Charlie', maar ook tot verhitte debatten over de grenzen van satire en religieuze gevoeligheid.

Wetten die de vrijheid van meningsuiting bewaken, zijn een belangrijke voorwaarde om onderwerpen bespreekbaar te maken, maar niet afdoende. Er kan ook een cultuur ontstaan waarin men bepaalde onderwerpen liever vermijdt. Sociale druk kan net zo



Levensbeschouwing biedt een taal om over diepe existentiële vragen te reflecteren: om een waardevolle en respectvolle dialoog met andersdenkenden aan te gaan, is het belangrijk om eerst de eigen levensbeschouwelijke taal te leren spreken, pas dan kunnen er stevige bruggen met anderen worden gebouwd

effectief taboes handhaven als wetgeving. Religieuze voorschriften en culturele tradities kunnen die sociale druk creëren. In West-Europa zorgde een dominante christelijke cultuur er eeuwenlang voor dat vrouwen niet dezelfde rechten als mannen genoten. Vaak werden die niet eens expliciet vastgelegd, maar sociaal opgelegd. Het was taboe voor een vrouw om ongehuwd te blijven en een eigen leven en carrière uit te bouwen. Evengoed was het een taboe om het als man voor vrouwenrechten op te nemen. Dat was ondenkbaar en onbespreekbaar.

Apostasie, geloofsverzaking of afstand nemen van het geloof dat men heeft aangehangen, is in veel religieuze gemeenschappen nog steeds een groot taboe. In haar debuutboek *Ik ga leven* geeft de Nederlandse auteur Lale Gül op openhartige wijze inzicht in haar worsteling met de islamitische en culturele verwachtingen binnen haar familie en in haar zoektocht naar vrijheid. Het leidt tot een radicale breuk met haar gemeenschap, intimidatie en doodsb bedreigingen.

Niet alle religieuze voorschriften leiden tot dergelijke conflicten. Veel moslims ver-

mijden varkensvlees en alcohol, terwijl ze wel aanvaarden dat er mensen zijn die er andere overtuigingen en gebruiken op nahouden.

Levensbeschouwelijke overtuiging als taboe

Ondanks de wettelijke ruimte waardoor in België het vrij beleven van een levensbeschouwing aanwezig is, voelen mensen zich niet altijd comfortabel om over hun diepste overtuigingen te praten.

In het online praatprogramma *#BelRiadh* getuigen jongeren dat ze scheef worden bekeken wanneer ze zeggen dat ze gelovig zijn. Spreken over geloof voelt soms aan als een coming-out. Imam Khalid Benhaddou bevestigt er dat stereotiepe beelden van gelovigen hardnekkig zijn.

Zit geloof in een seculiere samenleving in het verdomhoekje? Daar kunnen we toch enkele kanttekeningen bij maken. Religie, en het christendom in het bijzonder, blijft immers sterk verankerd in de Belgische samenleving. Ongeveer zeventig procent van de Belgische scholen is van katholieke signatuur. Ook in de zorgsector is

een christelijke visie nog sterk aanwezig, van ziekenhuizen tot woonzorgcentra. In de politiek zijn er verschillende partijen en individuen die zich uitspreken als christelijk geïnspireerd. Paus Franciscus kreeg bij zijn bezoek aan België in september 2024 een bijzondere behandeling als religieuze leider door op het Koninklijk Paleis 'de natie' te mogen aanspreken. Zo zijn er nog tal van voorbeelden te bedenken.

Religie speelt dus wel degelijk nog een belangrijke rol in onze samenleving. Wel wordt er niet altijd makkelijker over gepraat. Geloofsovertuigingen zijn diep verankerd in onze identiteit en kunnen daardoor gevoelig liggen. Net zoals politieke discussies in sommige kringen worden vermeden om de vrede te bewaren, wordt ook levensbeschouwing vaak terzijde geschoven. Terwijl dialoog net zeer verrijkend kan zijn.

Dialoog vanuit de eigenheid

Een wettelijk kader en voldoende ruimte voor kritische columns en scherpe satire zijn cruciaal om levensbeschouwelijke taboes te doorbreken, maar even belangrijk is het om als samenleving voldoende dialoog en uitwisseling te voorzien.

Atheïstische spiritualiteit, een vorm van spiritualiteit zonder geloof in een god of bovennatuurlijke krachten, hoeft geen taboe te zijn: het biedt een alternatief voor religieuze zingeving door verwondering, ethiek en verbondenheid op rationele en wetenschappelijke inzichten te baseren



Het officieel onderwijs zet daar het jongste decennium sterk op in. Interlevensbeschouwelijke competenties zijn binnen het officieel onderwijs een verplicht onderdeel van de levensbeschouwelijke vakken, zoals zedenleer en godsdienst. In de derde graad van het GO! onderwijs van de Vlaamse Gemeenschap wordt sinds september 2024 een van de twee lessen levensbeschouwing ingericht als interlevensbeschouwelijke dialoog. Met die initiatieven worden bruggen geslagen tussen denkbeelden en gemeenschappen.

Je zou denken dat het goed is om nog een stapje verder te gaan, zoals de Vlaamse regering wil doen, en een vak interlevensbeschouwelijke dialoog in te voeren (en de aparte levensbeschouwelijke lessen af te schaffen). Dat zou echter diepgang missen, omdat gevoelige onderwerpen vaak beter vanuit een eigen levensbeschouwelijk referentiekader besproken kunnen worden. Levensbeschouwing biedt immers een taal om over diepe existentiële vragen te reflecteren. In het vak niet-confessionele zedenleer is er bijvoorbeeld ruimte om het over gender- en transrechten te hebben, thema's die elders vaak gevoeliger liggen. Om een waardevolle

en respectvolle dialoog aan te gaan, waarin moeilijke onderwerpen bespreekbaar worden, is het belangrijk om eerst de eigen levensbeschouwelijke taal te leren spreken. Pas dan kunnen er stevige bruggen met andersdenkenden worden gebouwd. De rol die de leerkrachten levensbeschouwing daarbij spelen, mag niet worden onderschat.

Taboes voor atheïsten

Vrijzinnig humanisten staan voor het principe dat alles bespreekbaar moet zijn. Toch hebben ook zij rode lijnen, zoals de bescherming van mensenrechten en een correcte toepassing van de scheiding tussen kerk en staat. In België is het secularisme stevig ingebed, maar ook bij ons is er nog werk aan de winkel, bijvoorbeeld op het vlak van een gelijke behandeling van levensbeschouwingen.

Voor sommige militante atheïsten betekent secularisme niet alleen de scheiding van kerk en staat, maar ook het volledig terugdringen van religie uit de publieke sfeer. Zij begrijpen moeilijk hoe mensen, ondanks de overvloed aan kennis en wetenschappelijke inzichten, nog steeds in een god geloven. De zogenoemde nieuwe atheïsten, met Richard Dawkins als een van de prominente verte-

genwoordigers, wijzen religie radicaal af. Dat kan leiden tot een vereenvoudigde analyse, waarbij wereldproblemen volledig aan religie worden toegeschreven.

Ook voor atheïsten kan interlevensbeschouwelijke dialoog verrijkend zijn. Het vergroot wederzijds begrip en kan ook inspireren tot nieuwe vormen van zingeving. Ook vormen van spiritualisme hoeven voor vrijzinnigen namelijk geen taboe te zijn.

Atheïstische spiritualiteit, een concept ontwikkeld door de Belgische filosoof Leo Apostel, verwijst naar een vorm van spiritualiteit zonder geloof in een god of bovennatuurlijke krachten. Het biedt een alternatief voor religieuze zingeving door verwondering, ethiek en verbondenheid op rationele en wetenschappelijke inzichten te baseren.

Secularisme en interlevensbeschouwelijke dialoog hoeven elkaar niet uit te sluiten. Integendeel, beide zijn nodig om een samenleving te creëren waarin we vrij kunnen spreken over onze diepste overtuigingen.

Het belang van vrij onderzoek

“Wetenschap mag je niet censureren”

© Shutterstock.com



G

Gustaaf Cornelis over wetenschappelijk onderzoek: “Neem de tijd om dingen grondig te bestuderen en reflecteer over je onderzoek. Wees transparant. Laat je niet ideologisch sturen. De kern van het humanisme en het Verlichtingsdenken is net de autonomie van het denken.”

Gustaaf Cornelis is hoogleraar wetenschapsfilosofie aan de Vrije Universiteit Brussel. Nadat rond 2010 een aantal gevallen van wetenschapsfraude de media haalde, verdiepte hij zich in het thema. Van het gebruik van generatieve artificiële intelligentie tot niet grondig gevoerde onderzoeken, in onderstaand gesprek opent hij de deur van wetenschappelijke taboes. Tegelijkertijd pleit hij voor ‘betrouwbare traagheid’.

Esther Meuwis

Wanneer spreken we van een taboe?

Als het om een thema gaat waarover mensen niet willen praten en waarover je weinig informatie kan inwinnen. Zodra iemand het aankaart, merk je in de wandelgangen dat de tongen loskomen. Zeg je ermee naar buiten

te willen treden, dan gaan de lippen weer op slot. Zo gaf ik aan de VUB een lesmarathon voor jongeren over seksualiteit. Tijdens een debat ging het over verliefdheid op een leerkracht. Leerlingen en leerkrachten vonden het moeilijk om openlijk over het thema te spre-

ken, maar uiteindelijk kwamen de verhalen aan de oppervlakte. Nadien wilde een student lerarenopleiding een doctoraatsonderzoek voeren naar hoe zo’n situatie ontstaat en hoe je daarmee kan omgaan; ze kreeg echter niemand officieel voor de microfoon.

Heb je zelf een taboe?

Nee, filosofen hebben daar lak aan. Doorgaans gaan wetenschappers geen taboe uit de weg en willen ze controversiële thema's bestuderen. Hoe gevoelig bepaalde onderwerpen ook zijn, je mag wetenschap niet censureren, want dat is het einde van het vrij onderzoek.

Vroeger werd er in wetenschappelijke studies weinig rekening gehouden met sensibiliteiten van individuen of groepen in de maatschappij. Vandaag zijn burgers mondiger, waardoor er meer gevoeligheden naar boven komen. Toch moeten we ook leren omgaan met ideeën die niet bij het wereldbeeld passen. Wel mogen wetenschappers niet bruuskeren en moeten ze hun onderzoeksresultaten op een empathische manier verwoorden. Onderzoek uit de weg gaan of resultaten achterhouden, is echter een brug te ver.

Zijn er taboes in de wetenschap?

Samen met onderwijsfilosoof Marijke Van Vlasselaer werk ik rond het gebruik van generatieve AI bij studie en onderzoek. (Generatieve AI is een vorm van artificiële intelligentie die nieuwe content kan creëren of genereren, zoals tekst, afbeeldingen, video's en audio, door te leren van bestaande gegevens, red.) Universiteiten nemen daarin een voorzichtige houding aan en geven liever niet toe dat de outputs het wetenschappelijk onderzoek bedreigen. Alle universiteiten claimen tegenwoordig dat ze aan vrij onderzoek doen, maar als puntje bij paaltje komt, is dat niet zo. Ook dat potje blijft vaak gedekt.

Door een te hoge prestatie-, excellentie- en publicatiedruk ontstaat er slordige wetenschap. De beoordeling van een curriculum vitae gebeurt vaak alleen op de hoeveelheid publicaties en projecten die op iemands naam staat. Als wetenschapper word je gedwongen om opportunistisch te zijn, anders haal je de quota niet. Dat maakt dat mensen fouten maken, te kort door de bocht gaan of te snel conclusies trekken. Er zijn daardoor veel wetenschappers met een burn-out of onderzoekers die er de kantjes aflopen. Een sterk geweten is essentieel voor wetenschappers.

Tachtig tot negentig procent van de onderzoekers en studenten gebruikt generatieve AI en chatbots in meer of mindere mate. Dat is nefast. Het is een taboe waar veel wetenschappers over zwijgen.

Elk element van een onderzoek kan door generatieve AI gebeuren. Ik overloop even de fasen: "Ik kan niets nieuws bedenken en vraag ideeën aan generatieve AI. Vervolgens laat ik AI onderzoeksvragen bedenken en koppel ik daar methoden aan om een experiment uit te voeren. Na afloop van het experiment vraag ik AI die resultaten te analyseren, in grafieken te gieten en verwijzingen naar gelijkaardige onderzoeken te geven. Met die informatie stel ik een wetenschappelijk artikel op. Het eindresultaat stuur ik naar reviewers. Die gaan het artikel uit tijdsbesparing niet zelf nalezen, maar vragen aan generatieve AI om het te beoordelen. De auteur ontvangt het onderzoek terug met suggesties voor verbeteringen. Die vraagt weer aan AI om de aanpassingen door te voeren. Uiteindelijk verschijnt het artikel in een wetenschappelijk tijdschrift en op het internet. Daar gaat AI dan weer mee aan de slag." Nu vraag ik je, waar is er in die cirkel nog een rol voor de mens?

Ik heb de indruk dat men het probleem niet onder ogen wil zien. Als je een onderzoek uitbesteedt aan generatieve AI en het volledig controleert, kost het evenveel tijd als het hele onderzoek zelf te voeren. Dus gaan wetenschappers slechts deeltjes controleren en zo sluipen er fouten in. Er verschijnt dan een enorm aantal artikels die we niet meer gelezen krijgen. En waarvan we niet meer weten of ze betrouwbaar zijn. Bovendien leert ook generatieve AI niets bij als we onze onderzoeken niet zelf doen.

Zijn er dan geen ethische commissies?

Tien jaar al zijn er ethische commissies aan de universiteiten. Die bestaan uit juristen en ervaren onderzoekers uit het vakgebied. Er zetelen zelden ethici of filosofen in - dat is overigens ook niet verplicht. De ethische commissies gaan na of het aangevraagde onderzoek ethisch verantwoord is. Ze geven adviezen en controleren of het in overeenstemming met de regelgeving is.

Tegen een wetenschapper die wat kort door de bocht gaat en voor de deadline nog snel een projectaanvraag inzendt, wordt dan bijvoorbeeld gezegd: "Je statistiek is niet in orde. Je gaat iets uit de taboesfeer halen, maar wie wordt er beter van? Stond je stil bij de gevolgen van je studie? Leidt ze niet tot stigmatisering van de doelgroep?"



Wetenschapsfilosoof Gustaaf Cornelis

Heb je een suggestie voor de toekomst?

Heb vertrouwen in wetenschappers en in wat ze doen. Dat is het enige wat enige zekerheid oplevert en de wereld hopelijk wat beter maakt.

Aan wetenschappers geef ik de boodschap: neem de tijd om dingen grondig te bestuderen en reflecteer over je onderzoek. Geef de burgers goede redenen om te vertrouwen op de resultaten van wetenschappelijke publicaties. Wees transparant over het onderzoek. Laat je niet ideologisch sturen.

Let op met AI. Het gebruik van gespecialiseerde artificiële intelligentie die je traint om problemen in een onderzoeksdomein op te lossen, is oké - los van de ecologische bezwaren. Maar je kan als humanist niet achter het gebruik van generatieve AI staan. De kern van het humanisme en het Verlichtingsdenken is net de autonomie van het denken.

Wetenschappers mogen fouten maken. We weten dat ze er soms naast zitten, maar er is niets beters. Kijk naar alles wat we leerden over de natuur, de sterren, de mens zelf ... AI die mooie en bruikbare kennis kwam voort uit de koker van wetenschapsmensen die vrij waren om te denken.

Het taboe rond spiritueel atheïsme

Een uitnodiging om grenzen te verleggen



Spiritueel atheïsme verwijst naar een visie waarbij individuen een existentiële zoektocht ondernemen, zonder de noodzaak van een god of andere bovennatuurlijke entiteiten: dat kan zich uiten in een diepgaande waardering voor het universum, het zoeken naar betekenis in het leven of het ervaren van verbondenheid met anderen en de natuur

Hoewel het vrijzinnig humanisme kritisch staat tegenover allerhande taboes binnen de samenleving, zijn er toch ook een aantal thema's die op weerstand stuiten, zoals het 'spiritueel atheïsme'. Wat houdt spiritueel atheïsme echter in? Waar komt het taboe vandaan en kunnen we het ontkrachten?

Patricia Van de Velde

Een existentiële zoektocht

Het begrip 'spiritueel atheïsme' is een gelaagd begrip. Het woord 'spiritueel' betekent letterlijk 'geestelijk' en refereert aan een zelfbewustzijn in verbinding met de totaliteit van het leven, de wereld enzovoort. Spiritueel atheïsme verwijst naar een visie waarbij indivi-

duen een existentiële zoektocht ondernemen, zonder de noodzaak van een god of andere bovennatuurlijke entiteiten. Die zoektocht kan zich uiten in een diepgaande waardering voor het universum, het zoeken naar betekenis in het leven of het ervaren van verbondenheid met anderen en de natuur. Het belangrijkste

kenmerk is dat er geen geloof in een hogere macht aanwezig is. In plaats daarvan wordt spiritualiteit geïnterpreteerd als een manier om de menselijke ervaring in al haar complexiteit en schoonheid te begrijpen, zonder te verwijzen naar religieuze dogma's of bovennatuurlijke verklaringen.

Bij het zoeken naar auteurs die zich in dat thema verdiepen, kom je vaak uit bij een introductie vanuit een eigen beleving en een eigen kijk op het leven. Waarom het thema mij precies aanspreekt, is te kaderen binnen mijn eigen levensfilosofie en het ontstaan ervan. Mijn vader is een uitgesproken atheïst en mijn Taiwanese moeder is een protestantse, beïnvloed door het boeddhisme en het taoïsme. Antropoloog Rik Pinxten heeft me als kunstwetenschapper met het vak 'Vergelijkende studie van religies' op weg geholpen om vandaaruit mijn eigen levensbeschouwing te definiëren.

Nadenken over het grotere geheel

Ik vraag me vaak af wat het leven, de dood, geluk en menselijkheid betekenen binnen het grotere geheel van deze *global village*. Ik ben praktisch en geestelijk aangetrokken tot een verruiming van mijn niet-gelovig zijn. Ervaringen die me daarin gesterkt hebben, zijn bijzondere momenten van ontmoeting en verbinding met onbekenden, bijvoorbeeld tijdens een rondleiding in het VolXmuseum in Deurne met kinderen die zeggen 'dit is de mooiste dag van mijn leven', bij een groepsgezing in India naast een boom die het hele dorp stutte en bij een rondleiding in het MAS in Antwerpen waarbij jongeren hun krachtoBJECTEN tekenen en erover vertellen.

Ik geloof in de kracht van bezinning, meditatie en kritisch denken. Overgangsmomenten waar samenhang, bezieling, passie en liefde aan te pas komen, raken mij diep. Ik ben ontroerd door kunst, muziek, erfgoed, bergen en natuur. De natuur kan me bijvoorbeeld verrassen in mijn moestuin en me vervullen met dankbaarheid voor het leven. Ik kan ook ontroerd raken door stoeten, fakkeltochten, rituelen en plechtigheden. Zo heb ik voor mijn dochters een speciaal lentefeest georganiseerd dat bij hen en de familie nog lang nazinderde. Het deed hen met verwondering stilstaan bij die bijzondere levensfase.

Na het lezen van het boek *Goddeloos: waarom we atheïsme nodig hebben* van Stine Jensen, filosoof en bekroond met de prijs 'Atheïst van het jaar 2024', kan ik met zekerheid stellen dat ik wil pleiten voor wat zij een baldadig en teder atheïsme noemt, een nieuwe vorm van spiritueel atheïsme. Over die tedere dimensie schrijft ze: "Dat inzicht verruimt je denken en maakt het mogelijk om ook de samenwerking met gelovigen vaker op te zoeken en daar lol in te hebben; immers, de atheïst is vaak gepreoccupeerd met dezelfde zaken als de theïst: zingeving, god(deloosheid), het goede en het kwade, de rol van het esthetische en cultuur." Zij heeft "eigenlijk geen taboe, een heel enkele keer wat hoon"

ervaren. "De term opent zelfs wat deuren naar mensen die atheïsme associëren met iets hards en kils. Maar niet gelovig zijn." Naast die tederheid heb je ook baldadigheid nodig, aldus Jensen, "omdat er nog altijd veel wanpraktijken plaatsvinden in naam van God." En ze preciseert: "Als atheïst moet je opkomen voor het recht om niet te geloven, want dat is niet gegarandeerd."

Spirituele zorgverleners

Als we filosoof Leo Apostel volgen, de grondlegger van het begrip 'spiritueel atheïsme', hoeft dat geen negatieve connotatie te dragen, maar gaat het over verwondering, de aandacht buiten jezelf plaatsen en een verruiming van het bewustzijn door stilte, meditatie en zonder dogma's. Karen François, hoogleraar filosofie aan de Vrije Universiteit Brussel, geeft aan dat Leo Apostel een denkkader heeft willen bieden waarin ook vrijzinnigen zich voor een verruimde belevingservaring kunnen vinden.

Wellicht doet de term te veel aan esoterie denken, maar dat hoeft niet zo te zijn. Misschien is het zoeken naar een betere term voor die strekking, want daar wringt het bij sommige vrijzinnigen. Het woord 'spiritueel' doet aan 'religiositeit' denken en dat wil men vermijden. Terwijl het gaat om een existentiële bezinning op jezelf en de wereld zonder godsbeeld.

Het taboe rond spiritueel atheïsme binnen de vrijzinnigheid komt voort uit de lange geschiedenis van verzet tegen religieuze dogma's en de wens om wetenschap en rationaliteit voorop te stellen: het vraagt om een heroverweging van wat we onder spiritualiteit verstaan en hoe we die in een moderne, op kennis gebaseerde samenleving kunnen integreren



© United Archives / WHA, Germany

Dat onderwerp komt ook regelmatig aan bod in gesprekken met vrijzinnig humanistische consulenten in de huizenvandeMens. Voor de meesten van hen is existentiële expertise hét uitgangspunt van hun dagelijks werk. In 2024 organiseerden ze een studiedag rond het thema 'spiritueel atheïsme' om het taboe te doorbreken, hoewel ze aangeven in de praktijk zelf geen taboe meer te ondervinden. Een eerdere studiedag over spiritualiteit, in 2007, leidde tot het boek *De kunst buiten het zelf te treden: naar een spiritueel atheïsme* met bijdragen van onder anderen Gily Coene, Jean Paul Van Bendegem, Eddy Borms en Daniel Acke.

Vrijzinnig humanistische consulenten helpen anderen als spirituele zorgverleners bij plechtigheden en zingevingsgesprekken, net zoals moreel consulenten in gevangenissen, ziekenhuizen, woonzorgcentra en bij Defensie ook doen. Samen met de andere levensbeschouwingen geven ze op die manier betekenis aan ieders levensvragen. De leuze 'ken jezelf' werd al in de Griekse oudheid gebruikt. 'Kom tot jezelf' zijn dan

weer woorden die je tegenwoordig in de *happy business* tegenkomt, in zelfhulpboeken, bij retraites, coaching allerhande en therapieën. Heel wat mensen zoeken morele steun bij de uitdagingen van het leven en de dood. Ze vinden niet altijd hun weg naar de vrijzinnigheid. Misschien rust daar nog een taboe op? Het atheïsme en het vrijzinnig humanisme geven nochtans, net als religies en godsdiensten, betekenis, zin en woorden aan het moeilijk uitspreekbare. Is dat niet de essentie van een levensbeschouwing? Het doet ons nadenken over welke zingevende kaders er voor niet-gelovigen zijn. Welke rituelen en gebruiken zijn er voor de atheïst?

Achter het taboe

Het taboe op het begrip 'spiritueel atheïsme' berust op het gegeven dat spiritualiteit vaak met het verlaten van rationaliteit, wetenschap en ethiek wordt geassocieerd. Vrijzinnig humanisten benadrukken het wetenschappelijk denken, het bewijs en het menselijk vermogen om betekenis te scheppen in een wereld die geen inherente goddelijke bestemming heeft. Spiritualiteit

associeëren ze met een geloof in het boven-natuurlijke. Die visie zorgt ervoor dat heel wat vrijzinnige denkers zich ongemakkelijk voelen bij de gedachte dat spiritualiteit en atheïsme verenigbaar kunnen zijn. Evenwel zijn sommige vrijzinnigen ook vrijmetselaars en behoren ze tot een loge, een vereniging van 'spirituele bouwvakkers', rijk aan rituelen en symboliek.

Er kan ook de angst voor het verlies van gemeenschappelijke grond zijn. Sommige vrijzinnige gemeenschappen delen de overtuiging dat spiritualiteit, als die al bestaat, noodzakelijkerwijs rationeel en gestoeld op wetenschap en ethiek moet zijn. Het idee dat spiritualiteit los van een georganiseerd systeem van geloof kan bestaan, kan als een bedreiging voor de identiteit van de gemeenschap zelf worden gezien. Vrijzinnigen die stevige kritiek op religie en mysticisme hebben, kunnen spiritueel atheïsme als een soort terugkeer naar de vage en onzekere gebieden van religieuze ervaring beschouwen, iets wat ze liever vermijden.

© Shutterstock.com



Vrijzinnig humanisten benadrukken het wetenschappelijk denken, het bewijs en het menselijk vermogen om betekenis te scheppen in een wereld die geen inherente goddelijke bestemming heeft, terwijl spiritualiteit vaak met het verlaten van rationaliteit, wetenschap en ethiek wordt geassocieerd

Spiritueel atheïsme kan een brug slaan tussen verschillende wereldbeschouwingen: in een tijd waarin de wereld steeds meer gepolariseerd raakt, biedt het de mogelijkheid om gemeenschappelijke menselijke waarden te vinden zonder dat men het rationalisme of de wetenschap hoeft los te laten



Een weg naar verbinding

Toch heeft het spiritueel atheïsme veel te bieden aan de bredere vrijzinnig humanistische gemeenschap. Het geeft de mogelijkheid om een dieper gevoel van verbinding te ervaren. Het moedigt mensen aan om hun eigen betekenis te zoeken in het leven en de wereld om hen heen, wat tot een grotere mate van zelfreflectie en persoonlijke groei kan leiden. Dat kan bijzonder waardevol zijn voor mensen die zich niet met traditionele religies willen identificeren, maar wel naar een vorm van spiritualiteit verlangen die hen helpt om met het grotere geheel van het bestaan om te gaan.

Een spiritueel atheïsme doet geen afbreuk aan de atheïstische strijd van secularisering en neutraliteit. Ook voor het wetenschappelijk denken staat de deur open, want er zijn recente onderzoeken op het gebied van tijd en ruimte, van kwantumfysica en andere disciplines die het immateriële bestuderen. Hoe staat de academische (westerse) wereld tegenover de Chinese geneeskunde en begrippen als 'chi', levensenergie en energetisch bewustzijn? Nick Jankel, auteur van *Spiritual Atheist: a Quest to Unite Science and Wisdom into a Radical New Life Philosophy to Thrive in the Digital Age*, verwijst in zijn boek onder meer naar natuurkundige Roger Penrose en anesthesioloog Stuart Hameroff die suggereren dat

de dubbele aspecten van spiritueel atheïsme - materie en bewustzijn - op kwantumniveau 'verstrengeld' zouden kunnen zijn in zogeheten microtubuli, kleine eiwitstructuren in de zenuwcellen in de hersenen.

Spiritueel atheïsme kan ook een brug slaan tussen verschillende wereldbeschouwingen. In plaats van de kloof tussen religie en wetenschap te verdiepen, kan het ertoe bijdragen om beide te verzoenen op een manier die ruimte geeft aan persoonlijke ervaring en collectieve verantwoordelijkheid. In een tijd waarin de wereld steeds meer gepolariseerd raakt, biedt het de mogelijkheid om gemeenschappelijke menselijke waarden te vinden zonder dat men het rationalisme of de wetenschap hoeft los te laten.

Grenzen verleggen

Vrijzinnig humanisten kijken doorgaans met een open blik naar andere levensbeschouwingen en religies. Dat is het uitgangspunt van auteur Sander Herremans geweest in zijn boek *De gelovige atheïst*. Als leerkracht niet-confessionele zedenleer ziet hij hoe leerlingen met elkaar in een interlevensbeschouwelijke dialoog gaan en hoe religies ons kunnen helpen om te leren stilstaan, om te kijken naar waar we mee bezig zijn. Volgens hem waren Boeddha, Mohammed

en Jezus progressieve rebellen die kritisch naar het onrecht in de maatschappij keken. Ze gingen tegen de dogma's van hun tijd in en zorgden voor een positieve verandering. Het woord 'geloven' plaatst hij in een breder (taalkundig) perspectief. Hij werd uitgenodigd voor lezingen en workshops in heel Vlaanderen, maar ondervond weinig steun en weerklank binnen de georganiseerde vrijzinnigheid. Die schrok ervoor terug om hem uit te nodigen.

Het taboe rond spiritueel atheïsme binnen de vrijzinnigheid is dus een complex fenomeen. Het komt voort uit de lange geschiedenis van verzet tegen religieuze dogma's en de wens om wetenschap en rationaliteit voorop te stellen. Toch ligt hier een interessante kans voor de vrijzinnig humanistische gemeenschap, door een manier van spiritualiteit voor te stellen die niet afhankelijk is van bovennatuurlijke overtuigingen. Het vraagt om een heroverweging van wat we onder spiritualiteit verstaan en hoe we die in een moderne, op kennis gebaseerde samenleving kunnen integreren. Het is een uitnodiging om niet alleen de grenzen van het atheïsme, maar ook die van de spiritualiteit zelf te verleggen.

Praten helpt echt, luisteren ook

Op gesprek gaan, een afbrokkelend taboe?

© Shutterstock.com



M

Hulp zoeken voor mentale klachten doen we tegenwoordig al iets gemakkelijker, maar er open en bloot over praten, blijkt vaak nog taboe te zijn; en dat is jammer, want onderzoek toont aan dat één persoon op drie ooit met psychische problemen te maken krijgt

Misschien komt het volgende je bekend voor? Je zit met iets waar je zelf niet uit raakt. Erover praten zou helpen, alleen durf je die stap niet zo goed te zetten. Want wat zullen 'ze' wel niet denken als ze weten dat je naar een psycholoog gaat? Nochtans helpt een open en eerlijk gesprek om taboes rond mentaal welzijn te doorbreken, om begrip te creëren en om steun in je omgeving te vinden. Praten kan het begin van je mentale herstel zijn.

Veerle Magits

De schaamte overwinnen

Je zit niet helemaal goed in je vel door bijvoorbeeld je werk-, school- of thuissituatie. Je hebt het gevoel dat je hulp nodig hebt om wat er ook speelt te doorbreken of er op een of andere manier mee te leren omgaan. Je beseft dat hulp nodig is, dat je er alleen niet uitkomt, maar toch blijft het moeilijk om

de stap naar de hulpverlening te zetten. En eenmaal die hindernis genomen, durf je er vaak niet openlijk voor uit te komen.

Hulp zoeken doen we de laatste jaren al iets gemakkelijker, maar er open en bloot over praten, blijkt vaak nog taboe te zijn. En dat is jammer, want onderzoek toont aan dat

één persoon op drie ooit met psychische problemen te maken krijgt.

Waarom durven we daar nauwelijks voor uitkomen? Waarom lijkt hulp zoeken voor je mentale welzijn toch net dat tikkeltje moeilijker dan advies vragen voor om het even welk ander medisch probleem? Het

Op sociale media krijgen we al te vaak een perfect en ideaal beeld voorgeschoteld; gelukkig zijn er ondertussen ook heel wat bekende en minder bekende mensen overgestapt op het brengen van 'echte' verhalen en getuigenissen, ook over hun mentale welzijn



antwoord op die vraag is eenvoudig: omdat een psychisch probleem niet zichtbaar is. Wanneer je een verkoudheid hebt, dan is dat duidelijk te merken aan je nies- en snottergedrag. Wanneer je je arm breekt, dan heb je daar letterlijk zwart op wit bewijs van via een radiografie en het gipsverband rond je arm. Mensen zien dat er iets met je aan de hand is, er is 'bewijs'. Wanneer je met een burn-out of een depressie kampt, dan is dat uiterlijk niet aan je te merken. Er is geen tastbaar bewijs, terwijl jij daar natuurlijk wel de gevolgen van ondervindt.

Net omdat het niet zichtbaar is, zorgt dat er bij heel wat mensen voor dat het moeilijk is om aan te geven hoe ze zich echt voelen. Vaak heerst er schaamte of vrezen ze reacties van anderen, in de trant van 'ze gaan denken dat ik gek ben als ik zeg dat ik naar een psycholoog ga'. Met als gevolg dat ze hun besognes niet durven te delen met een buitenstaander, met iemand van hun familie of met een van hun vrienden, want 'die ga je toch niet zomaar met je probleem lastigvallen'.

Toch zijn het net die mensen die een rol van betekenis bij het herstelproces kunnen spelen. Het is immers van belang dat je met je probleem bij iemand terecht kan die je vertrouwt. Sommige mensen hebben er misschien voldoende aan om eens te ventileren tijdens een babbel met een vriend of vriendin. Bij anderen zit het probleem dieper en dient er andere hulp gezocht te worden. Een psy-

choloog kan dan een duwtje in de rug geven, nieuwe inzichten bijbrengen en verandering teweegbrengen, vanuit een niet-betrokken situatie. Of wanneer de psychische problemen het vereisen, kan ook de hulp van een psychiater, een arts, nodig zijn.

Naar meer openheid

De laatste jaren is het steeds meer sociaal aanvaard om psychologische hulp te zoeken en te krijgen. Het taboe om bij een psycholoog op gesprek te gaan, is sterk afgenomen en bij heel wat psychologen zijn er ondertussen (lange) wachtlijsten. Al speelt de terugbetaling door de ziekenfondsen daar waarschijnlijk wel een zekere rol in. Hoe dan ook is dat een stap in de goede richting.

Ook wat betreft de openheid over en het bespreekbaar maken van ons mentale welzijn, werd er een sprong voorwaarts gemaakt. Een van de factoren die daartoe heeft bijgedragen, zijn de sociale media.

Het valt niet te ontkennen dat we, wanneer we op sociale media scrollen, al te vaak een perfect en ideaal beeld voorgeschoteld krijgen. Gelukkig zijn er ondertussen al heel wat bekende en minder bekende mensen overgestapt naar het brengen van 'echte' verhalen en getuigenissen, ook over hun mentale welzijn. Door hun relaas op Instagram, Snapchat, TikTok ... te delen, trachten ze anderen die met dezelfde issues kampen of worstelen, te inspireren en op die

manier het taboe rond psychische problemen te doorbreken.

In 2020 maakte het weekblad Flair in een artikel melding van zo'n negentien internationale bekendheden die met hun mentale problemen naar buiten traden. Zo hadden ze het over Lady Gaga die aan PTSS, een posttraumatische stressstoornis, lijdt als gevolg van een verkrachting op negentienjarige leeftijd. Daardoor worstelt de zangeres al haar hele leven met angst en depressie. Door er openhartig over te praten, wil ze dat jonge mensen weten dat ze niet alleen zijn met hun gevoelens. Shawn Mendes zingt in zijn hit *In My Blood* dan weer over zijn angststoornis. Daarmee naar buiten treden was een van de engste, maar tegelijk belangrijkste onthullingen die hij ooit heeft gedaan. Actrice en zangeres Selena Gomez nam in 2017 wat tijd voor zichzelf om zich op haar angstproblemen te concentreren. Die angst, de paniekaanvallen en haar depressie bleken bijwerkingen te zijn van de ziekte lupus die bij haar werd vastgesteld. In 2020 kreeg ze ook de diagnose bipolaire stoornis. Daarvoor ging ze in therapie, waardoor ze zichzelf beter leerde kennen, wat haar dan weer hielp om haar problemen beter te begrijpen.

Het nut van voorbeeldfiguren

Uiteraard zijn het niet alleen internationale celebrity's die openlijk voor hun mentale problemen uitkomen. Ook een aantal BV's

is er openhartig over. Zo gebruikt Selah Sue haar muziek als een manier om haar psychische problemen met het grote publiek te delen. In haar nummer *Pills* uit 2022 zingt ze over haar ervaringen met antidepressiva en het afbouwen van haar medicatie. Actrice en schrijfster Leen Dendievel heeft het in haar boek *Asem* over haar paniekaanvallen. Ze neemt de lezer mee in haar eigen proces en vertelt hoe ze daar sterker is uitgekomen. Sinds 2021 gaat ze in scholen over mentale gezondheid spreken, iets wat door de jongeren enorm wordt geapprecieerd.

Daarnaast wordt er ook op andere manieren aandacht aan mentale gezondheid besteed. Zo maakte comedian Philippe Geubels in 2018 in de eerste reeks van het VRT-televisieprogramma *Taboe* een aflevering over mensen met een psychische kwetsbaarheid.

Jongeren hebben op verschillende gebieden voorbeeldfiguren, dus waarom niet op het vlak van mentale gezondheid. Door er openlijk over te praten, normaliseren die

rolmodellen de gesprekken erover en vergroten ze de bewustwording dat iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht of achtergrond, kan te maken krijgen met uitdagingen op het gebied van mentale gezondheid.

Ondersteunende initiatieven

Niet alleen sociale media en getuigenissen van bekende personen dragen bij aan het bespreekbaar maken van mentale gezondheid bij het brede publiek. Sinds 2004 worden in Vlaanderen informatieve en taboedoorbrekende campagnes rond mentale gezondheid en psychische problemen door de organisatie Te Gek!? opgezet. Die campagnes hebben tot doel het taboe te doorbreken en het belang van praten over mentale gezondheid onder de aandacht te brengen. De organisatie krijgt daarbij hulp van een peter en een meter, namelijk muzikanten Guy Swinnen en Selah Sue. Maar Te Gek!? laat ook andere BV's en artiesten over hun eigen kwetsbaarheid vertellen.

In de podcast *Durven mensen het tegenwoordig zeggen als ze naar een psycholoog*

gaan? van de Universiteit van Vlaanderen, opgenomen in november 2024, gaat presentator Koen Fillet in gesprek met Inez Germeys, psycholoog en hoogleraar psychiatrie aan de KU Leuven. Zij stelt dat "onderzoek aantoonde dat veertig procent van de bevolking zelf te kampen heeft met een psychische aandoening en dat tachtig procent van de mensen iemand in zijn omgeving kent die worstelt met een psychische aandoening. Hallucinante cijfers die het belang van mentale gezondheid benadrukken. Toch blijft er een zekere terughoudendheid bestaan om er openlijk over te spreken, het lijkt af te hangen van de problematiek. Burn-out en depressie zorgen voor een zekere herkenbaarheid; psychose, zelfverwonding en zelfmoordgedachten zorgen meer voor angst, oordeel en onbegrip."

Professor Germeys benadrukt bovendien in die podcast dat het normaliseren van praten over mentaal welzijn essentieel is om het stigma te verminderen, naast het belang van educatie en voorlichting, empathie en begrip, en een ondersteunende maatschappij.



© A.PAES / Shutterstock.com

Wanneer bekende mensen en rolmodellen en celebrity's, zoals singer-songwriter Selah Sue, openlijk over hun mentale problemen praten, vergroten ze de bewustwording dat iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht of achtergrond, kan te maken krijgen met uitdagingen op het gebied van mentale gezondheid

Een van de plekken waar je voor een ondersteunend gesprek terecht kan, is het huisvandeMens, overal te vinden in Vlaanderen en Brussel; naast individuele begeleidingsgesprekken worden er ook tal van praatgroepen rond bepaalde thema's en/of voor lotgenoten ingericht



Er is behoefte aan een cultuur waarin het bespreken van psychische problemen net zo gewoon wordt als het praten over fysieke gezondheid. Dat vereist inspanningen op verschillende niveaus, zoals in het onderwijs, op werkplekken en in de bredere samenleving.

Psychische aandoeningen hebben immers een enorme impact op onze maatschappij (naast de impact op de persoon zelf en de familie), zo toont onderzoek van Sciensano aan. Helaas is de financiering van het wetenschappelijk onderzoek en van de zorg niet in verhouding. Met andere woorden, er zijn veel te weinig middelen. Eveneens van belang is dat de hulp toegankelijk én laagdrempelig is, zodat iedereen die het nodig heeft, de juiste ondersteuning kan krijgen, maar zeker ook kan vinden.

Een van de plekken waar je terecht kan voor een ondersteunend gesprek, is het huisvandeMens, overal in Vlaanderen en Brussel. Volwassenen en jongeren vanaf zestien jaar kunnen er kosteloos aankloppen voor een individueel begeleidingsgesprek, een

luisterend oor. Daarnaast worden er in heel wat huisvandeMens praatgroepen rond bepaalde thema's en/of voor lotgenoten ingericht. Bij SOS Nuchterheid vind je dan weer specifieke ondersteuning en begeleiding bij verslavingen, zoals alcohol, drugs, pillen, gokken ... In heel wat regio's kan je er terecht om met lotgenoten te praten en om informatie en steun te vinden.

Tips om het taboe te doorbreken

Vragen wij wel voldoende aan elkaar hoe het gaat? Hoe het écht gaat? En luisteren wij ook echt naar het antwoord? Aandachtig luisteren en erkenning geven wanneer iemand met problemen bij je komt aankloppen, kunnen soms al voldoende zijn om die persoon er weer bovenop te helpen. Het is in zo'n geval zeer waardevol om eerlijk te zeggen: "Ik weet niet wat ik moet zeggen, maar ik ben er voor je." In eerste instantie wil die persoon dat er gewoon iemand een luisterend oor biedt, steun geeft en begrip toont. Je hoeft niet meteen een oplossing te zoeken.

Hoe voer je nu zo'n gesprek? Hoe reageer je als iemand je iets vertelt? Of hoe begin

je zelf een gesprek over je innerlijke worstelingen?

Wanneer je zelf het gesprek over je probleem wil aangaan, praat dan met iemand die je vertrouwt - een ouder, broer, zus, familielid, vriend, vriendin, vertrouwenspersoon ... Neem de tijd om je verhaal te doen in een rustige omgeving waar je je op je gemak voelt. Geef aan dat je het best wel spannend of moeilijk vindt om je zo open te stellen. Bepaal je eigen grenzen en denk vooraf al even na over wat je wil delen (en wat niet). Geef ook duidelijk aan wat je van de ander verwacht.

Wil je graag een luisterend oor bieden aan iemand die het gesprek met je wil aangaan? Geef dan aan dat je er bent voor die persoon. Stel open vragen, zodat je de ander de ruimte geeft om zelf te bepalen waar die het over wil hebben en wat die wel of niet kwijt wil. Neem een open houding aan, toon begrip, oordeel niet en vraag gerust door, maar met respect voor de grenzen van de ander.

Wel of geen kinderen?

Keuze tijdelijk in de vriezer

© Shutterstock.com



Mensen beslissen steeds vaker om na hun dertigste kinderen te krijgen, ook kiezen meer mensen voor een leven zonder kinderen: waar kinderen krijgen ooit als een sociale plicht werd gezien, daar is nu plaats voor een individuele keuze

Vanuit tram drie zwaai ik de twintigers op perron twee uit. Rondom mij zie ik veel jonge gezinnen, een groep workaholics die met een burn-out flirt, een hoop dartelende flierefluiters en een enkele bijna-veertiger die de vaart probeert tegen te houden. En om de hoek loert de conducteur die hen weldra bij de kraag zal vatten om hen perron vier op te werpen. Eén ding brengt ons allen samen: het spoor dat naar vraagtekens leidt. En de onvermijdelijke vraag: wat met kinderen?

Laure Lytens

Tijd voor zelfreflectie

Het is zoals die grap van de twee zandkorrels die door de woestijn lopen. "Help," zegt de ene tegen de andere, "we zijn omsingeld!" Zo lijkt het soms ook met baby's. Als ik om mij heen kijk, zie ik veel koppels aan kinderen beginnen of hoor ik ze hun kinderwens uitspreken. Spontaan ontstaan er zelfreflecties. Wil ik kinderen? Wanneer moet ik dat weten? En wat betekent dat voor mij als ik geen relatie heb en nog geen beslissing heb genomen?

Wanneer het getal drie vooraan staat, hoeft er volgens mijn gynaecoloog nog niet gepanikeerd te worden. Mensen beslissen steeds vaker om na hun dertigste kinderen te krijgen. Ook kiezen meer mensen voor een leven zonder kinderen. Het taboe om uit vrije keuze kinderloos te zijn, wordt alsmat vaker doorbroken. Waar kinderen krijgen ooit als een sociale plicht werd gezien, daar is nu plaats voor een individuele keuze.

Een blik op het bevolkingsregister

Uit het bevolkingsregister blijkt dat het geboortecijfer in België daalt. Sinds 2010 is het met bijna zestien procent gedaald, maar die trend is al eerder ingezet. Wanneer we 2025 vergelijken met het jaar 1900, is het geboortecijfer bijna gehalveerd. En dat terwijl het aantal Belgen bijna verdubbeld is ten opzichte van toen. Statbel, het Belgische statistiekbureau, wijt dat aan een combinatie van factoren. Het dalende geboortecijfer is te verklaren door de vergrijzing, door het feit dat mensen op steeds latere leeftijd kinderen krijgen, door de stijging van het aantal hogeschoolden en door de toenemende economische onzekerheid bij jonge mensen. De afgelopen twintig jaar is migratie de belangrijkste motor van de bevolkingsgroei.

Nu mensen later kinderen krijgen, speelt leeftijd in sociale zin minder een rol. Dat ervaar ik zelf ook, nu ik dertig ben. En toch voel ik een spanningsveld. Het is niet zozeer de sociale druk die mij persoonlijk zorgen baart. Wel plaagt mij het besef dat een biologische klok geen uitvinding is zoals de gloeilamp. Een kind groeit in de baarmoeder uit een bevruchte eicel die aan celdeling doet. Hoe ouder de eicellen, hoe moeilijker de celdeling verloopt. Dat verhoogt de kans op miskramen en afwijkingen. Dankzij de ontwikkeling van onze geneeskunde leven

we met z'n allen langer, maar onze vruchtbare periode evolueert niet zo snel mee.

Een persoonlijke keuze

De huidige geneeskunde staat ons toe om bewust kinderloos te zijn, met behulp van verschillende anticonceptiemethoden. Wie doelbewust geen kinderen wenst, heeft veel mogelijkheden om ouderschap te voorkomen.

De andere keuze kent ook een plan B. Als spontaan zwanger raken niet lukt, betekent het niet meteen dat je onvruchtbaar bent. Koppels of alleenstaanden kunnen bij een fertiliteitscentrum aankloppen voor een vruchtbaarheidbehandeling. Er bestaan verschillende behandelingen, waarvan in-vitrofertilisatie (ivf) en intracytoplasmatische sperma-injectie (icsi) er maar enkele zijn. Dat is toch wat mijn gynaecoloog mij telkens verzekert: "Oh, maar wij hebben nog een hele trukendoos indien het niet meteen vanzelf lukt. Ik zou me er nu nog geen zorgen over maken."

Op goed vertrouwen

Onze maatschappij vertrouwt sterk op medische kennis en artsen. In die zin dat mensen bepaalde verwachtingen van de geneeskundige mogelijkheden hebben. Er heerst een soort zelfsprekendheid. Als dertiger kan ik me bijvoorbeeld geen tijd meer inbeelden waarin anticonceptie en abortus niet mogelijk zijn.

Onze geneeskunde staat zo ver dat het soms op toveren kan lijken. We verwachten dat elke kwaal een oorzaak kent die door een arts of medisch team kan worden opgespoord. Vijf dagen pillen slikken, bij wijze van spreken, en nadien kunnen we de normaliteit weer aanvatten.

En dan worden we af en toe toch met beide benen op de grond gezet, want geneeskunde is geen toverkunst. Artsen trachten te onderzoeken en genezen, maar zijn noch alwetend noch almachtig. Want niet iedereen die kinderen wenst, krijgt goed nieuws.

Onvervulde kinderwens

Het proces om bewust niet zwanger te worden, is makkelijker dan dat om bewust kinderen te krijgen. Sommige mensen krijgen zelfs te horen dat hun onvruchtbaarheid

onomkeerbaar is. Hun hele leven geloofden ze in de keuze die ze feitelijk nooit hadden.

Een kinderwens start zelden op de dag van de eerste poging. Er gaan overwegingen aan vooraf. Zou ik wel of zou ik niet? Is mijn wens zo groot dat ik voor de rest van mijn leven verantwoordelijk wil zijn voor een ander mensenleven? Het is een proces dat moet rijpen. En als je na al die vragen en overwegingen besluit om ervoor te gaan, dan komt de klap zwaar aan als het keer op keer mislukt. Kinderen krijgen, de bestaansverzekering van de menselijke soort, blijkt ineens niet 'de normaalste zaak van de wereld' te zijn. Hoe ga je om met het verlies van een van de grootste dromen in je leven?

Er wordt te weinig geapplaudisseerd voor mensen die de kracht vinden om hun dromen een nieuwe invulling te geven. Een droom verliezen kan zeer pijnlijk zijn en het vergt moed om je voor nieuwe perspectieven open te stellen. Maar eerst moet er ruimte zijn om te rouwen, op je eigen manier. Iedereen heeft het recht om zulke pijnlijke ervaringen intern te verwerken. En tegelijk heeft iedereen het recht om het taboe te doorbreken en te praten over wat ze verloren.

Keuze bevriezen

Zelfs na het neerschrijven van deze overdenkingen voel ik schroom om over het onderwerp te praten. Dit intern beleven bracht me niet echt rust. Die kwam er pas toen ik erover begon te praten. Op de vraag of ik een kinderwens heb, weet ik nooit helemaal wat te zeggen. Ik ken het antwoord nog niet. Op dit moment vraag ik me eerder af wat het voor mij betekent, geen relatie en geen uitgesproken wens.

Mannen kunnen tot het einde van hun dagen procreëren, waardoor de tijd hen biologisch minder druk oplegt. Sinds enkele jaren bestaat er een manier voor vrouwen om zichzelf opties te geven qua vruchtbaarheid. Het proces waarmee ze hun eicellen voor niet-medische redenen kunnen laten invriezen, heet 'social freezing'. Dat biedt vrouwen een kans om hun keuze te bevriezen door de tijdsdruk te verlagen. Dat onbeantwoorde vragen nog even onbeantwoord mogen blijven. We zien wel.

Het taboe van de dood

Of de dood van het taboe?

© Shutterstock.com



In een seculiere samenleving krijg je nieuwe vormen van transcendentie: herinneringsdozen of huisaltaartjes met speciale objecten zijn heel normaal geworden, bijvoorbeeld met de fotocamera waarmee mama altijd vakantiekiekjes vastlegde

De zon en de dood kan men niet lang recht aankijken.” Dat is al een eeuw of vier een populaire uitspraak van schrijver François de La Rochefoucauld. Net zoals de zon te fel is voor onze ogen, zou de dood te intens zijn voor onze geest. Er is iets van aan. Comfortabel is het meestal niet om stil te staan bij je eigen einde of het nakende verlies van anderen. Maar staat ongemak gelijk aan taboe? ‘Niet weten hoe’ gelijk aan ‘niet mogen’?

Anne-Flor Vanmeenen



Het is erg paradoxaal hoeveel moeite we nog steeds met de dood hebben en hoe er tegelijkertijd ontelbare tv-series, boeken, voordrachten en zelfs beurzen rond sterven en rouw bestaan, zoals de uitgebreide rouwbeurs 'De dood leeft!'

De paradox

Het is moeilijk te verzoenen. Hoe de dood nog steeds zo'n moeilijk onderwerp is. Hoe ze eenzaamheid en stilte creëert. Hoe het thema véél te weinig deel uitmaakt van opleidingen in de zorg, laat staan daarbuiten. Maar ook, hoe de boeken over sterven en rouw elkaar verdringen. Hoe op televisie de ene reeks na de andere verschijnt, of het nu rond terminale personen of uitvaartondernemers is. Hoe de uitvaart- en levenseindebeurzen als paddenstoelen uit de grond schieten. Kan je je dat voorstellen over andere taboes? Een praatshow rond incest? Zelfs slachtoffers van incest krijgen amper spreekruimte, de plegers dus zeker niet. Of een boek met interessante weetjes rond kannibalisme? We trekken het in het belachelijke om een punt te maken natuurlijk. De dood is een netelig onderwerp, maar is het een taboe?

Het is een hele tijd in zwang geweest om de dood als taboe te benoemen. De dood was onbespreekbaar en werd, voor zover mogelijk, compleet genegeerd en weggestopt. Begraafplaatsen verschoven van

het centrum naar de rand van de stadskern. Stervenden gingen het ziekenhuis in en daarna het mortuarium. Thuis sterven of opgebaard worden, was compleet ondenkbaar geworden - ook al hadden we dat eeuwenlang gedaan. Kinderen werden fabeltjes op de mouw gespeld over lange reizen of een mysterieus lange slaap. De dood leek de hete aardappel die niemand kon vasthouden. 'The pornography of death' klonk het in sociologische kringen. Academici en historici werkten druk aan modellen om de verschuiving naar de taboestatus te verklaren. Pioniers als Cicely Saunders, arts en grondlegger van de palliatieve zorg, en Elisabeth Kübler-Ross, psychiater en stervensbegeleider, streden intussen voor een zorgzamere omgang met sterven en rouwen.

Het nieuwe sterven

Dat we grofweg sinds de jaren zestig, zeventig in een scharniertijdperk zitten, is absoluut duidelijk. Overgangperiodes zijn echter deel van een continu proces, aldus de prikkelende kritiek van socioloog Lyn Lofland. Dat we op bepaalde momenten

naar nieuwe gebruiken en invalshoeken moeten zoeken, wijst niet per se op een taboe. Het is een logisch proces in die zin dat de veranderingen in de wereld ook veranderingen binnen een doodscultuur met zich meebrengen. Hoe wij het levenseinde benaderen, heeft veel te maken met wat de 'standaarddood' binnen een bepaalde context is.

Hoe wij sterven, is effectief ingrijpend veranderd. De maatschappij is veel meer seculier geworden en dat kleurt onze visie op het afscheid. Nu is het vaak de identiteit van de overledene die de vorm van de uitvaart bepaalt, eerder dan dat er één vast concept is dat iedereen moet volgen. Troost wordt steeds minder in een hiernamaals gevonden, maar veeleer in het voorbije, geleefde leven en de betekenis daarvan. De uitvaart is nu overigens meer een overgangsritueel voor de nabestaanden dan voor de dode zelf. Doodsrituelen zijn eigenlijk rouwrituelen geworden.

Ook opvattingen over onsterfelijkheid zijn, hoewel niet verdwenen, sterk van inslag



De dood wordt steeds meer een overgangsfase in plaats van een kantelpunt, er ontstaan nieuwe grijze zones waarin je levend maar ook stervend bent. En wanneer ben je eigenlijk écht dood? Als je hart ermee ophoudt of als je hersenen dat doen?

veranderd. In plaats van op theologische vormen van onsterfelijkheid ligt de focus steeds meer op genetische, creatieve en sociale nalatenschap. Op de sporen die je achterlaat, zeg maar 'de steen die je hebt verlegd'. Dat idee van een 'postself', een (deel van je)zelf dat blijft nadat je bent verdwenen, is zingevend voor zowel stervenden als nabestaanden. In de rouwtheorie vertaalt zich dat bijvoorbeeld in concepten als 'continuïng bonds' (blijvende verbondenheid) en 'linking objects' (voorwerpen die je symbolisch met de overledene verbinden).

Dat soort van transcendentie is wellicht zelden poëtischer verbeeld dan in de korte animatiefilm *Negative Space* van Max Porter en Ru Kuwahata die maar liefst meer dan honderdtwintig prijzen won. Een zoon leert er van zijn vader hoe hij optimaal een reiskoffer inpakt. Iets banaals dat ongelofelijk betekenisvol blijkt en de vader-zoonband gaat definiëren. Het wordt iets dat de zoon tot voorbij de dood zal koesteren en honoreren. Zo simpel en uniek kan een 'voortbestaan na de dood' zijn.

Een langgerekt gebeuren

Religie werd dus een persoonlijke zaak en domineert niet langer hoe we als maatschappij het levenseinde benaderen. Dat geldt ook voor onze wetgeving of voor het beleid van zorginstellingen. Die zorginstellingen op zich kenden eveneens een radicale

ontwikkeling. Dat men vroeger vooral thuis stierf, betekent niet per se dat dat een bewuste keuze was. Er waren gewoon weinig ziekenhuizen, laat staan woonzorgcentra. Door de vooruitgang binnen de zorg zijn dat nu eenmaal de hedendaagse plaatsen geworden waar kwetsbare mensen zich het vaakst bevinden. Dat heeft voor- en nadelen, maar in elk geval is één gevolg dat het levenseinde sterk gebureaucratiseerd, geprofessionaliseerd en geïnstitutionaliseerd is.

Een ander gevolg van de medische evoluties is dat het sterven nu veel langgereker en dus veel minder afgelijnd is dan vroeger. Ben je dood als je hart stopt of als je hersenen stoppen? Ben je levend, stervend of eigenlijk al min of meer dood als je alleen nog door machines in leven wordt gehouden? Was je écht dood als je nog gereanimeerd kan worden of telt die term alleen als het niet meer lukt?

We sterven nu ook veel vaker aan langdurige ziekten zoals kanker dan aan acute infectieziekten. Tel daarbij nog de impact van vroegdetectie en er ontstaan weer nieuwe grijze zones waarin je levend maar ook stervend bent. En dan hebben we nog niets gezegd over spraakmakende mogelijkheden als cryogene suspensie (het invriezen na je dood) of het uploaden van je brein. De dood wordt steeds meer een

overgangsfase in plaats van een kantelpunt. De vele mogelijkheden die erbij kwamen, doen nieuwe vragen rijzen en verplichten ons onze meningen te herzien.

De zoektocht

De 'vertrouwde' manier van sterven is bijgevolg radicaal veranderd in de loop van enkele decennia. Geen wonder dat we op zoek moesten naar nieuwe denkbeelden en omgangsvormen. De tijdspanne waarin we sterven is nu veel langer en complexer geworden. Bovendien bemoeide niemand er zich vroeger mee, behalve de geestelijken. Socioloog Lyn Lofland beschrijft treffend dat sterven meer improvisatietheater dan een traditioneel drama is geworden.

We hebben nu de mogelijkheid of noodzaak ons van alles af te vragen. Wat is waardig voor mij, waar trek ik de grens? Wie vertel ik over mijn dood en wanneer? Bereid ik zaken voor of ga ik net vechten voor mijn leven tot de laatste snik? Regel ik wilsverklaringen? Met betrekking tot voorbeelden in de media tot wie we ons verhouden, zou ik het ook zo aanpakken? Ben ik het daarmee eens of niet? Sterven wordt een soort 'rol', met allerlei keuzes en vragen. Weliswaar met de uitdrukkelijke kanttekening dat we hier steeds in grote lijnen spreken. De dood blijft grillig en onbeheersbaar - niet iedereen krijgt keuzes en wie ze kreeg, kan ze daarom nog niet altijd waarmaken ...

We sterven vaker binnen de muren van een zorginstelling, maar die zijn niet ingericht als 'sterfplek': de palliatieve beweging verzette bergen om een aangename omgeving te creëren waarin meer mogelijk is, bijvoorbeeld een speciale maaltijd of het bezoek van een huisdier



Dezelfde vragen krijgen we niet alleen als persoon, maar ook als samenleving voorgeschoteld. Zorginstellingen waren niet ontworpen als sterfhuis. De beweging van de palliatieve zorg heeft enorm veel werk moeten verzetten om een menswaardige sterfplek te creëren en/of om thuiszorg opnieuw mogelijk te maken. Ook de wetgeving, beleidsvisies, ethische codes, opleidingen ... moesten worden herdacht. Boeken, films, cursussen, lezingen enzovoort werken aan bewustmaking. Organisaties lobbyen en pleiten voor bepaalde rechten. Denk bijvoorbeeld aan RWS, Recht op Waardig Sterven, al actief sinds de jaren tachtig. Of aan LEIF, LevensEinde InformatieForum, opgericht in 2003. Intussen verschijnen nu ook doula's (oorspronkelijk een bevallings- of geboortecoach) ten tonele die persoonlijke coaching en ondersteuning bij het levenseinde bieden. Rouwgoeroes als psychiater Uus Knops en psycholoog Manu Keirse bieden educatie en inspiratie rond omgaan met verlies. Er beweegt voortdurend van alles.

Als antwoord op de leegte kwam dus een niet-gestroomlijnde en zeer diverse sociale beweging op gang. Weliswaar vooral blank en intellectueel. De nieuwe idealen en normen die vorm kregen, kaderen binnen onze huidige context. Medische wetenschap, educatie en legislatuur zijn manieren om te ordenen, te kanaliseren, handvaten te

scheppen. Onze manier om de veranderde dood opnieuw te kunnen begrijpen en bevatten. Ook therapeutische aspecten zoals praten en expressie staan hoog aangeschreven. Denk aan 'death cafés', lotgenotengroepen, de (terechte) aandacht voor het sociaal-existentiële luik binnen palliatieve zorg ... Al kwamen ze organisch en versnipperd tot stand, langzaam maar zeker tekenen zich de krijtlijnen van een nieuwe ideologie en normativiteit af. Een bezwering van de chaos die niet kon uitblijven, maar die tegelijk een potentieel keurslijf inhoudt. Wat als je de dood níét wil accepteren? Of er níét over wil praten? Kan je ook mislukken in de dood?

Leve het taboe

Om te overtuigen, moet je natuurlijk goede argumenten hebben. Denkbeelden die motiveren en verenigen. En wat werkt beter dan een gemeenschappelijke vijand? Verschijnt dus ten tonele, het taboe rond de dood. Eigenlijk is er veel discussie over dat concept en is de wetenschappelijke evidentie niet zo sterk. Maar het concept bekte goed en het zette aan tot actie. De ontkenning en verdringing van de dood was niet zozeer een kwestie van waarheid, maar van bruikbaarheid.

Door een taboe rond de dood te poneren, kon je daar een nieuwe vaardigheid tegenover zetten, een nieuw soort 'ars moriendi' of kunst van het sterven. Manieren over hoe

het wél moet of anders kan. Ironisch maar waar, het idee dat er een taboe op de dood rust, blijft dus bestaan 'dankzij' de beweging rond sociale dood en niet 'ondanks'. Waar het je vroeger een chic, kritisch aura gaf om met dat taboe te schermen, lijkt het nu eerder op (goedbedoelde) stemmingmakerij.

Betekent het dan dat het ongemak en onvermogen om met de dood om te gaan, verzinsels zijn? Laat dat zeker niet de conclusie zijn. De hiaten, de zoektocht, de valkuilen - ze zijn realiteit. We komen ze in elk huisvandeMens, maar ook in ons persoonlijk leven dagelijks tegen. En toch gloort er licht aan de horizon. Langzaam maar zeker vinden we een weg naar een rouwen sterfcultuur passend bij de situatie hier en nu. Met vallen en opstaan.

Een taboe is er niet meer en is er dus wellicht nooit geweest. Wel een intensief worstelen en zoeken in een tijdperk waarin leidraden niet meer toereikend waren en tradities niet meer adequaat. De wereld is veranderd, de dood dus ook en dat betekent dat wij mee moesten veranderen. Een pittige opdracht waarbij we op onze hoede moeten zijn voor een té strakke ideologie, maar tegelijk dank verschuldigd zijn aan de vele kleine en grote helden binnen die rouwrevolutie.

De nieuwe preutsheid

Een gezond evenwicht vinden

© Shutterstock.com



Niet alleen in sportclubs kennen we een nieuwe golf van preutsheid, we gedragen ons over het algemeen veel voorzichtiger als het op publiek naakt aankomt: de alomtegenwoordige aanwezigheid van de smartphone blijkt daar een grote rol in te spelen

Tegenwoordig horen en lezen we het wel vaker, we worden preutser. Terwijl men vroeger in de sportschool met zijn allen naakt onder de douche stond, duiken nu steeds vaker aparte hokjes op. Waar in de jaren zeventig topless zonnebaden een opmars maakte, blijkt dat fenomeen intussen veelal van de zonnige stranden verdwenen te zijn. Worden we met zijn allen al jaren preutser? Wat is er aan de hand?

Dimitri De Smet

Digitalisering

Enkele jaren geleden deed Het Laatste Nieuws een rondvraag bij vijftig voetbalclubs. Daaruit bleek dat heel wat jongeren niet langer naakt douchen na het sporten, maar met onder- of zwembkleding aan. Vooral bij de leeftijdscategorie van elf tot en met zeventien jaar was die evolutie duidelijk zichtbaar. De voornaamste redenen daarvoor volgens de jongeren was angst dat er foto's van hen in hun blootje op Snapchat of Facebook zouden opduiken of omdat hun ouders niet willen dat ze zich naakt in het openbaar tonen.

En wat blijkt? Niet alleen in de sportclubs kennen we een nieuwe golf van preutsheid, we gedragen ons over het algemeen veel voorzichtiger als het op publiek naakt aankomt. Ook de voorheen populaire publieke sauna's kennen een terugval. Het geven van borstvoeding doen vrouwen vaak niet meer op publieke plaatsen, onder meer omdat ze daar regelmatig heel wat vragen over krijgen, aldus seksuoloog Wim Slabbinck in *De ochtend* op Radio 1.

We lijken die 'nieuwe preutsheid' steeds meer te ontwaren in de publieke ruimte, en de alomtegenwoordige aanwezigheid van de smartphone en de vergesloopte digitalisering van onze samenleving blijken daar op tal van manieren een grote rol in te spelen.

Online naakt

Al jaren is de consumptie van porno in opmars. Zo lazen we in 2021 in *De Morgen* dat het pornografische videoplatform Pornhub wereldwijd een toename van het aantal dagelijkse bezoekers met elf procent kende. Volgens onderzoek van de KU Leuven zou één op de tien mannen zelfs verslaafd zijn aan het kijken naar porno. We zagen ook de sterke opmars van online platformen als OnlyFans tijdens de coronacrisis. Die vaststellingen staan dus in schril contrast met de toename van de preutsheid in het openbaar.

Maar in hoeverre speelt de digitalisering een kwalijke rol als het op die nieuwe preutsheid aankomt? Op sociale media worden we om de oren geslagen met volmaakte lichamen. Meer dan ooit zitten jongeren massaal in de fitness voor de perfecte 'summerbody'. Om een idee te geven, momenteel circuleren zo'n 521 miljoen video's op TikTok alleen al met

het thema 'gym'. Maken al die onrealistische beelden ons onzeker over ons doorsnee lichaam en durven we het daardoor niet meer te vertonen?

Cosmetische industrie

Een mogelijk gevolg daarvan en een andere trend die we online vaststellen, is het normaliseren van steeds extremere ingrepen op het vlak van plastische chirurgie. Influencers zoals de Kardashians, een Amerikaanse familie van realitysterren, zorgen voor een stijging in het aantal plastische ingrepen bij jonge mensen.

Tijdens een interview in *De wereld van vandaag* op Radio 1 zei plastisch chirurg Jan Vermeylen, auteur van het boek *Fillers zijn killers*, daar het volgende over: "Ik merk dat het taboe om behandelingen te laten uitvoeren, helemaal verdwenen is. Plastische chirurgie is een statussymbool geworden."

God zit in de lift

Steeds meer jongeren en jongvolwassenen ruilen yoga, meditatie en ademwerk in voor het bidden tot God, dat stond vorig jaar dan weer in *Knack* te lezen. Op TikTok is 'catholic core' trending: jongeren tonen er hun rozenkransen, sluiers en habijten. Soms is het niet meer dan een modestatement, maar steeds meer jongeren en volwassenen bekeren zich ook effectief. Het is evenmin een geheim dat de nieuwbakken Amerikaanse president Donald Trump graag met zijn geloof uitpakt. Zo bracht hij een eigen uitgave van de Bijbel op de markt.

We kunnen stellen dat een meer praktiserende en gelovige maatschappij ook een preutsere maatschappij is. In het verleden deed zich het omgekeerde voor: de seksuele revolutie in de jaren zeventig liep gelijktijdig met de ontkerkelijking van onze maatschappij.

Tegenbeweging

Toch zien we online ook vaak bewegingen verschijnen die tegen die trends ingaan. Zo is er de #FreeTheNipple Movement die ontstond naar aanleiding van een aantal door Facebook verwijderde topless beelden van actrice en regisseur Lina Esco. Sterren als Miley Cyrus, Lena Dunham, Chelsea Handler, Rihanna en Chrissy Teigen reageerden toen met het posten van foto's uit protest tegen die censuur en tegen het seksualiseren van het vrouwenlichaam.



Borstvoeding geven doen vrouwen vaak niet meer op publieke plaatsen, omdat ze daar regelmatig vragen over krijgen

Er zijn ook heel wat online én offline initiatieven rond bodypositivity. Zo hadden verschillende huizenvandeMens de tentoonstelling *No Babes* van fotografe Morgane Gielen over de vloer. Met haar projecten stelt Gielen de heersende schoonheidsidealen in de maatschappij in vraag en geeft ze een stem aan mensen die vaak niet worden gehoord.

Bodypositivity is een maatschappelijke beweging die streeft naar het accepteren en vieren van alle lichamen, ongeacht hun vorm, grootte, kleur of beperkingen. Het gaat erom dat mensen zich goed voelen in hun eigen lichaam en dat er een einde komt aan het veroordelen van anderen op basis van hun uiterlijk. Hoewel die beweging niet nieuw is en haar oorsprong in de jaren zestig kende, zien we vandaag dat ze meer dan ooit een ingrediënt kan zijn tegen het preutser worden van de maatschappij.

Zijn we met zijn allen preutser geworden? Het antwoord is zeker niet eenduidig of eenvoudig. Op vele vlakken brengt de digitalisering van de maatschappij meer naakt met zich mee dan ooit tevoren. Toch zorgt diezelfde evolutie tegelijkertijd voor meer preutsheid en ongemak bij de gebruiker. Elke vooruitgang brengt onvermijdelijk ook nieuwe uitdagingen met zich mee. Het vinden van een gezond evenwicht lijkt daarbij, zoals wel vaker het geval is, een zeer belangrijke oefening.

Gender onder vuur

De strijd om identiteit

© Michael F. Hiett / Shutterstock.com



De hervorming van de Amerikaanse president Donald Trump geeft een zorgwekkende boost aan rechts-extremisme wereldwijd, ook in Europa: extreemrechtse partijen wakkeren haat en polarisatie aan tegenover iedereen die afwijkt van de heteronormatieve standaard

Tijdens zijn inauguratie verklaarde de Amerikaanse president Donald Trump dat er in de Verenigde Staten alleen mannen en vrouwen zijn. Het geslacht is louter afhankelijk van de geslachtscellen die men bij conceptie produceert en is bovendien onveranderlijk, aldus zijn decreet. Trans personen worden uitgewist, programma's die lgbtqia+-jongeren ondersteunen gaan op de schop en gender is voortaan een valse ideologie die niet gepromoot mag worden.

Wouter Goemaere

De VS versus de Wetenschap

Dat dit nieuwe beleid de wetenschap miskent, staat buiten kijf. Het gerenommeerde wetenschappelijke tijdschrift *Nature* publiceerde in 2018 al dat geslacht veel complexer is dan

alleen man en vrouw. Louter uitgaan van de geslachtscellen bij de conceptie of bevruchting, is problematisch, in de eerste plaats omdat zij op dat moment nog niet gevormd zijn. Het uiteindelijke geslacht is een complex samenspel

van allerlei seksekenmerken zoals de mate waarin men testosteron en oestrogeen produceert, de chromosomen (XX, XY ...) en de geslachtsorganen. De biologie zal niet plooiën omdat de president van de VS het anders ziet.

De obsessie van extreemrechtse en ultrareligieuze bewegingen om de scheiding tussen mannen en vrouwen te handhaven, duwt een hele groep mensen die zich daar niet thuis voelt naar de marge en net daar worden zij weer kwetsbaar: gender als een taboe behandelen, is een miskenning van de realiteit



© Ringo Chiu / Shutterstock.com

Ondanks dat de nieuwe regering het belang van gender ontkent, plant ze in haar onderwijsprogramma een uiterst strikt genderbeleid. In plaats van vrijheid en zelfbeschikking voorop te stellen, moeten jongeren in strakke genderpas lopen. Met het decreet 'Ending Radical Indoctrination in K-12 Schooling' wil Trump de verspreiding van 'gelijkheids- en gendertheorie' in het basis- en secundair onderwijs tegenhouden. Scholen die daarover lesgeven, kunnen fluiten naar hun federale financiering. Het decreet legt zelfs de basis voor de vervolging van leerkrachten die jongeren in hun 'sociale transitie' bijstaan. Sociale transitie kan bijvoorbeeld inhouden dat een leerling een nieuwe naam aanneemt (Jane/James), andere voornaamwoorden gebruikt (hij/haar/hun) of zich anders kleedt dan 'normaal' voor het geboortegeslacht. Jongeren die met hun genderidentiteit in de knoop liggen, staan er meer dan ooit alleen voor.

De conservatieve weerstand tegen genderdiversiteit is niet verrassend. Mensen die losbreken van de sociale begrenzings van hun geslacht, vormen namelijk een gevaar voor de sociale orde. Al eeuwen houdt de binaire man-vrouwspplitsing een hiërarchie in stand. In 2022 verdienen vrouwen in de VS gemiddeld 18% minder per uur dan hun mannelijke collega's, aldus cijfers van

het Pew Research Center. In Europa is dat 12,7% minder en in België een betere, maar nog steeds significante 5%, zie Statbel, het Belgische Statistiekbureau. Ook buiten het werk krijgen normuitdagers vaak met spot en verzet te maken. Een sterke Algerijnse vrouw die uitblinkt in het boksen, een trans vrouw die aan een dartscompetitie voor vrouwen meedoet, een man die in het weekend als drag optreedt of een non-binaire persoon, ze voelen als een bedreiging voor zij die de binaire standaard gebruiken om aan de top te blijven.

Extreemrechts in de wereld

De hervervorming van Trump geeft een zorgwekkende boost aan rechts-extremisme wereldwijd. In zijn kielzog neemt hij immers de vaandeldragers van Big Tech met zich mee. De eigenaars van Amazon, Meta, Google, X en Apple kochten zichzelf een ereplaats bij de inauguratie van de nieuwe president. Intussen kondigde Meta al aan dat het zijn samenwerking met factcheckers stopzet en extreme meningen en haatdragende taal veel minder zal modereren. Niet veel later bracht Elon Musk, eigenaar van X en vurig antitransactivist, een nazigroet op Trumps inauguratierally. Het digitale klimaat dreigt op korte tijd immens op te warmen voor kwetsbare groepen als de lgbtqia+-gemeenschap.

Die conservatief-reactionaire beweging heeft ook haar evenknie in Europa. In Polen verklaarde ongeveer een derde van het land zich tot lgbt-vrije zone onder de vorige regering. In 2021 voerde premier Viktor Orbán in Hongarije een wet in die het 'promoten' van homoseksualiteit verbiedt. Ook het onderwijs is er genuilekorf door een verbod op lesmateriaal dat gender- en seksuele diversiteit bespreekt. De Hongaarse premier schuwt daarbij de oorlogsretoriek niet. In 2023 sprak hij over een lgbt+-offensief dat de christelijke identiteit van Europa bedreigt. In Italië diende een openbare aanklager, eveneens in 2023, een verzoek in om het ouderschap van 33 koppels van hetzelfde geslacht te schrappen. Extreemrechtse partijen wakkeren haat en polarisatie aan tegenover iedereen die afwijkt van de heteronormatieve standaard.

De reactionaire beweging wordt gestuurd door een enorme geldmachine. Een uitgebreid netwerk van conservatieve en religieuze organisaties en politici probeert achter de schermen de publieke opinie te beïnvloeden. Het Europese 'Tip of the Iceberg'-rapport bracht voor het eerst een deel van die financiering in kaart, over de periode van 2009 tot 2018. Het onderzoek traceerde geldstromen vanuit Rusland, de Verenigde Staten en van binnen Europa.



Vandaag staat België derde op de Rainbow Index, een statistiek die de wettelijke bescherming van lgbti+-personen in 49 Europese landen meet, maar die positie is geen garantie voor een inclusieve samenleving, getuige de erg verontrustende cijfers over geweld tegen lgbtqia+-personen

De opstellers van het rapport, het Europees Parlementair Forum voor Seksuele en Reproductieve Rechten, identificeerden 117 organisaties waarvan ze er 54 grondig uitspitten. Voor de onderzochte periode kwam men uit op een totaal van 707,2 miljoen dollar die in de strijd tegen seksuele en reproductieve rechten in Europa werd ingezet. En dat is volgens de onderzoekers een uiterst conservatieve schatting. De beperkte dataset, een gebrek aan transparantie, onduidelijke financieringsstromen en niet-financiële steun verbergen wat er nog dieper onder de oppervlakte schuilt.

Ondertussen in België

België is ook niet immuun voor politieke beïnvloeding, zoals bleek uit de 'Evras'-protesten in Franstalig België in 2023. Evras staat voor *éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle*. De regering van de Franse Gemeenschap, de Federatie Wallonië-Brussel, besloot om van seksuele voorlichting een verplicht onderdeel van het schoolcurriculum te maken, en dat voor twee uur in het zesde leerjaar en het vierde middelbaar. Ten behoeve van die lessen bracht men een (niet-verplichte) Evras-gids voor opvoeders, begeleiders en leerkrachten uit. De gids biedt hen handvaten om vragen van kinderen en jongeren te beantwoorden. Ook gender en identiteit komen daarin aan bod. Een leerkracht moet bijvoorbeeld kunnen uitleggen dat gender en geslacht niet hetzelfde zijn, dat er ook meisjes zijn

die voetballen of jongens die liever met een pop spelen, enzovoort. Maar al snel verspreidde een massa desinformatie zich als een olievlek over sociale media. Leerkrachten zouden kinderen leren hoe ze moeten masturberen of hen aansporen om van geslacht te veranderen. Dat ontspoorde in protestmarsen in Brussel en zelfs brandstichtingen in scholen in Charleroi. Gelukkig hield de regering voet bij stuk en kwamen de verplichte lessen en de gids er.

Het genderdebat kreeg ook een centrale plaats tijdens de verkiezingen van 2024. In het VRT-programma *Eerste keus* vertelde Tom Van Grieken, voorzitter van Vlaams Belang, aan een trans jongen dat wanneer een man zich als vrouw verkleedt of omgekeerd, het niet zo erg is dat daarmee wordt gelachen. Als hij een belachelijk kostuum aantrekt, zouden ze hem immers ook uitlachen. De jongen zelf werd daarna online belaagd tot op het punt dat hij zijn sociale media moest afsluiten. Op een andere school vroeg een leerling zich af of er in de klas überhaupt over gender en geaardheid moet worden gesproken. Een standpunt dat in ieder geval op bijval van Vlaams Belang-kopstuk Chris Janssens kon rekenen. De grote meerderheid van de leerlingen deelde zijn mening.

Vandaag staat België derde op de Rainbow Index, een jaarlijkse statistiek die de wettelijke bescherming van lgbti+-personen in

49 Europese landen meet, opgemaakt door ILGA-Europe. Die positie is echter nog geen garantie voor een inclusieve samenleving. Getuige de erg verontrustende cijfers over geweld tegen lgbtqia+-personen. Een bevraging van het UZ Gent en het Transgender Infopunt uit 2020 biedt ons een nulmeting. Kort samengevat, meer dan één op drie respondenten heeft in de twee jaar voor de bevraging fysiek geweld ervaren. Dat gaat van trekken, sleuren en duwen tot zware agressie. Van de bevraagden gaf 93% aan slachtoffer van verbaal en psychologisch geweld te zijn geweest. Maar liefst 65% heeft in dezelfde periode met seksueel geweld te maken gehad. De impact van dat geweld blijkt ook uit de prevalentie van zelfmoordgedachten: 70% zou daar ooit ernstig over hebben nagedacht.

Alarmbellen

Wanneer politici zich uitspreken over waar de wetenschap wel of niet gelijk heeft, moeten er alarmbellen afgaan. De obsessie van extreemrechts om op die manier de scheiding tussen mannen en vrouwen te handhaven, duwt een hele groep mensen die zich daar niet thuis voelt naar de marge. En net daar worden zij weer kwetsbaar. Gender als een taboe behandelen, leidt tot meer uitlachen, meer geweld en uiteindelijk een verschraling van de realiteit. Want door het te ontkennen, gaat het niet verdwijnen.

Gezegd

"Taboevoorschriften waren het eerste recht."

- Sigmund Freud, Oostenrijks-Hongaarse arts, grondlegger van de psychoanalyse.

"Ik haat privileges en monopolies. Wat niet met de massa gedeeld kan worden, is voor mij taboe."

- Mahatma Gandhi, Indiase denker en politicus.

"Het strengst gehandhaafde van alle bekende taboes is het taboe tegen het weten wie of wat je werkelijk bent achter het masker van je schijnbaar afgescheiden, onafhankelijke en geïsoleerde ego."

- Alan Watts, Britse filosoof, schrijver en anglicaanse priester.

"Het is waarschijnlijk dat taboewoorden in de rechterhersen helft worden opgeslagen. Massale beroertes in de linkerhersen helft of de volledige chirurgische verwijdering van de linkerhersen helft kunnen mensen achterlaten met geen enkel gearticuleerd spraakvermogen, behalve het vermogen om te vloeken, clichés en songteksten te spuien."

- Steven Pinker, Canadees-Amerikaanse taalkundige en experimenteel psycholoog.

"Niets is zo uitdagend als het verbod en het taboe - bedoeld om ons af te weren, trekt het ons juist aan."

- Ger Groot, Nederlandse schrijver en filosoof.

"We leven in deze vreemde schizocultuur, waar seks overal in de media is en je tegelijkertijd niet met je vrienden gaat zitten praten over wat je gisteravond in bed hebt gedaan. Ondanks de alomtegenwoordigheid van seks, is het nog steeds een taboe als het om alledaagse gesprekken gaat."

- Mary Roach, Amerikaanse journaliste en schrijfster.

Humor

Praten over taboes is niet altijd makkelijk. Humor kan helpen, zo bewijst comedian Philippe Geubels in het VRT-programma *Taboe*.

Kan jij met alles lachen? Moet je met alles kunnen lachen? Welke onderwerpen voelen voor jou 'taboe' aan? En hoe kan je dan het taboe rond die onderwerpen doorbreken?

Oorsprong

Wist je dat het woord 'taboe' pas in 1780 in West-Europa in gebruik is genomen? Het woord stamt uit Polynesië, waar 'tapu' of 'tabu' staat voor een religieus verbod op bepaalde plaatsen, voorwerpen, personen of acties. We vinden het voor het eerst terug in de geschriften van de Britse ontdekkingsreiziger en cartograaf James Cook.



Bert Goossens en Christophe Van Waerebeke

In de klas

Onderzoeksopdracht: Kies een taboe uit een bepaalde cultuur of tijdperiode en onderzoek hoe en waarom het ontstond, of het nog steeds bestaat, en wat de gevolgen zijn van het doorbreken ervan.

Debatopdracht: Verdeel de klas in twee groepen en laat hen debatteren over de stelling: 'Niet alle taboes moeten worden doorbroken.' Elke groep bereidt argumenten voor en verdedigt het standpunt van de groep.

Reflectieopdracht: Beschrijf een taboe dat in je omgeving speelt, bijvoorbeeld op school, thuis of in je cultuur. Hoe beïnvloedt dat taboe je gedrag en het gedrag van mensen uit je buurt? Vind je dat het taboe behouden of doorbroken moet worden? Waarom?

Bevrijding

Wist je dat de opvatting om ons in het Westen van taboes te bevrijden, pas in de jaren zestig en zeventig van de negentiende eeuw in zwang raakte? In die tijd werd opgeroepen tot het verwerpen van taboes, vanuit het idee om het individu te bevrijden van de onderdrukkende samenleving. Twee protagonisten daarvan waren John Stuart Mill met zijn liberalisme en Sigmund Freud met zijn psychoanalytische ideeën.

John Stuart Mill thematiseerde de sociale dwang die uitgaat van de heersende denkbeelden en gevoelens eerder dan via politieke onderdrukking, en hield een pleidooi voor individuele vrijheid en ontplooiing.

Sigmund Freud waarschuwde voor een teveel aan taboes in een samenleving, wat bij mensen tot neuroses kan leiden. Om taboes te doorbreken verwees Freud naar de sublimerende kracht van dromen, humor en fantasieën.

Lees meer in *Over vrijheid* uit 1869 van John Stuart Mill en in *Totem en taboe* uit 1912 van Sigmund Freud.

KAN EEN DEMOCRATISCH VERKOZEN REGERINGSLEIDER

EISEN STELLEN AAN DE MEDIA VAN ZIJN LAND?

Al sinds 2015 maakt Difference Day jaarlijks voor een breed publiek de stand van zaken op inzake vrijheid van pers en van meningsuiting. Telkens aan de hand van boeiende debatten, panelgesprekken en screenings. Telkens met journalisten en professionals uit de mediawereld. En telkens in Bozar. Dit jaar meer bepaald op vrijdag 2 mei, van 12 tot 19 uur. U wordt verwacht.

DIFFERENCE DAY **2 MAY** **WORLD PRESS FREEDOM DAY**
DIFFERENCEDAY.COM

Steun de vrijheid van pers en
meningsuiting.
Kom naar Bozar op 2 mei.



INSCHRIJVEN



Bozar



Kurt Van Eeghem

Kurt Van Eeghem is presentator, acteur en schrijver



© Isabelle Pateer

En mama vond dat het goed was

Ik was zestien en wist niet beter dan dat ik ging trouwen met het meisje van mijn dromen. Er bewogen zich uitzonderlijk leuke meisjes in mijn omgeving; meisjes met wie ik ooit zo'n afspraak 'voor het leven' zou maken. Dat je daar eerst grondig over nadenkt, was bijkomstig; ik was jong, energiek, de hormonen stroomden door mijn lijfje. Nadenken werd overruled door fantasieën met als gevolg massa's vervormde sokken naast mijn bed.

Van homoseksualiteit had ik amper gehoord. Het bestond ergens, maar waar? In het verborgene? Daar wilde ik niet verblijven. En toch, ik slaagde in mijn ingangsexamen aan de Studio Herman Teirlinck en wat mijn vader in een lange preek voorspelde, kwam uit: het theaterwereldje is een poel van verderf.

Er was die jongen die plots naast me lag na een vrolijk feest, zijn blik bracht mij in verwarring. Er waren spanningen waar ik niets van wist, maar die uiteindelijk in een wonderlijke uitbarsting van geluk ontploften. Alles wat ik tot dan toe had ervaren, verdween in een dichte mist. Dit was wat ik was en het was goed. Zet het uit je hoofd, dacht ik een weekend later toen ik met mijn meisje door de duinen van mijn kustdorp struinde op zoek naar een plaats waar we alleen konden zijn. Maar net daar eindigde het verhaal. Het zou geen huisje, tuintje, kindje worden maar iets anders, iets waarvan ik het taboe kende en verder niets. De uitkomst van mijn zoektocht was onvermijdelijk.

Niet dat ik meteen toegaf, tenslotte was ik normaal, gezond, aardig om te zien, best wel verstandig en dus gewoon normaal. En dat meisje was het mooiste en liefste wezen dat dit land ooit had voortgebracht. En, dacht ik, mijn ouders verdienden het niet om met een perverse artiest in wording opgezadeld te worden.

Het gezond verstand nam het bij me over. Ik werd verliefd op een jongen en we hadden het enorm naar onze zin. Dat verhaal eindigde en er kwam een andere jongen in beeld. Jongens waren als

tram 4, er kwam steeds een andere. Soms moest je wat wachten in de regen, dan was het lijden omdat ik alleen achterbleef, maar na wat huilebalken sleepte ik mij naar het perron, liefdesverdriet of niet. Nu ben ik dertig jaar samen met de liefste man ten westen van de Chinese Muur, we zijn zelfs twintig jaar gelukkig getrouwd en hebben een huisje, een tuintje en wat petekinderen.

Toen ik thuis mijn eerste echte vriendje voorstelde, was ik negentien en kreeg ik van mama na een kort moment van nadenken die onvergetelijke zin cadeau: als het met liefde te maken heeft, is het goed. 's Avonds wandelden we naar de duinen en terug thuis vond ik op de eettafel een extra kussen met een briefje erop gespeld, waarop mama had geschreven: dit ga je nu wel nodig hebben. Ik heb geen bijzondere inspanningen moeten doen om het taboe achter mij te laten. Al meteen, diep in de vorige eeuw, vond mijn mama dat het goed was.

Ik werd wereldberoemd in Vlaanderen en tijdens mijn eerste interview met Humo vertelde ik vrijuit over mijn geliefde, een jongen. Tientallen tieners penden een briefje naar de toenmalige BRT, naar het blad of naar mij om me te bedanken.

Wellicht hadden zij allen een ander soort mama dan ik. Verbleven ze in een minder tolerante omgeving of voerden ze een moeilijk gevecht met zichzelf, met de kerk, met een ander instituut of gewoon met de heersende mores.

Het taboe is nog lang niet overwonnen. Jongeren halen elkaar het bloed onder de nagels vandaan wanneer het 'mietje' in beeld komt. Op straat krijgen ze klappen en in tienerkamers blijft er angst. Het zelfmoordpercentage ligt aanzienlijk hoger bij wie zich uitgesloten voelt of zichzelf uitsluit omdat ... ja, omdat wat? Komaan, mama's van deze wereld, hou van je kind en maak het duidelijk met die prachtige zin: als het met liefde te maken heeft, is het goed.

De inzichten

In 2025 zijn er nieuwe afleveringen van *De inzichten* te zien op VRT 1 en VRT MAX. Filosoferen op zondag met Nic Balthazar en vier uiteenlopende gasten, namelijk schrijfster Lize Spit, kinder- en jeugdpsychiater Peter Adriaenssens, voorzitter van deMens.nu Raymonda Verdyck, en schrijver en presentator Kurt Van Eeghem.

Joke Goovaerts

De inzichten op VRT 1 is een reeks van diepgaande gesprekken met inspirerende gasten over hun levensinzichten. Mensen die filosoferen over het leven, met Nic Balthazar als presentator en luisterend oor. Het programma werd samen met deMens.nu ontwikkeld als vrijzinnig humanistisch alternatief op de televisie naast de erediensten.

De opnamen vinden plaats in de Gentse Boekentoren. Op 9 maart 2025 was het openhartige gesprek met schrijfster Lize Spit al te zien. De aflevering met kinder- en jeugdpsychiater Peter Adriaenssens wordt op zondag 13 april uitgezonden, die met Raymonda Verdyck, voorzitter van deMens.nu, op zondag 4 mei, en die met schrijver en presentator Kurt Van Eeghem op zondag 8 juni, telkens in de voormiddag op VRT 1.

Alle vorige afleveringen van *De inzichten* zijn online beschikbaar. Ze zijn integraal te bekijken op VRT MAX of te beluisteren als podcast. Ook op de website van deMens.nu vind je meer informatie over de uitzendingen.

Gasten tot nu toe waren: zanger en muzikant Wannes Cappelle, regisseur en scenarist Charlie Dewulf, acteur, regisseur en schrijver Mathias Sercu, muzikante Meskerem Mees, moraal- en techniekfilosoof Katleen Gabriels, criminoloog Christophe Busch, chef-kok Seppe Nobels, bio-ingenieur Valerie Trouet, fotografe Lieve Blancquaert, acteur en regisseur Johan Heldenbergh, documentairemaakster Karine Claassen, stand-upcomedian William Boeva, mensenrechtenactivist, kunstenaar en schrijver Fleur Pierets, acteur Frank Focketyn, actrice Maaïke Cafmeyer, actrice en regisseuse Maaïke Neuville, schrijver en cultuurhistoricus David Van Reybrouck, schrijver en politicus Jan Terlouw, triatleet Marc Herremans, klimaatexperte en weervrouw Jill Peeters, actrice en juriste Lien Van de Kelder, politicoloog Jonathan Holslag, filosoof en wiskundige Jean Paul Van Bendegem, strafpleiter Christine Mussche, fertiliteitsexperte Petra De Sutter, oorlogsverslaggever Rudi Vranckx, humorist Geert Hoste, oncoloog Wim Distelmans, gynaecologe Marleen Temmerman en VUB-rector Caroline Pauwels.



Lize Spit



Nic Balthazar



Raymonda Verdyck



Peter Adriaenssens



Kurt Van Eeghem

foto's © Joke Goovaerts

Niet elke reis is een vakantie

Op 31 maart 2025 is er een nieuwe campagne gelanceerd over Compagnon, een initiatief van deMens.nu en Antorcha Humanista dat ondersteuning biedt aan zwangere personen die een abortus overwegen na twaalf weken zwangerschap. Op 3 april is een open brief aan de beleidsmakers van dit land gericht, in het kader van vijfendertig jaar abortuswetgeving.

deMens.nu



foto's © Lieve Blancquaert

te normaliseren, publieke steun te mobiliseren en politieke besluitvormers onder druk te zetten om snel actie te ondernemen.

Een ander doel is het verminderen van het stigma rond abortus door de nadruk te leggen op autonomie en waardigheid. Eén op de vijf vrouwen maakt in haar leven een abortus mee. Wij geloven dat elke persoon de vrijheid moet krijgen om te beslissen over het voldragen of het beëindigen van een zwangerschap. Elke passagier van

Eén op de vijf vrouwen die je kent, zal ooit kiezen voor een abortus. Jaarlijks reizen vierhonderd vrouwen naar Nederland voor een zwangerschapsafbreking na twaalf weken. Vrijwilligers van Compagnon begeleiden die personen. Deze nieuwe campagne is een kans om niet alleen de Belgische abortuswetgeving te hervormen, maar ook om fundamentele rechten zoals de zelfbeschikking van de vrouw te versterken.

De nieuwe campagne 'Niet elke reis is een vakantie' wordt via de sociale media verspreid. Het gaat onder andere om een video en foto's van Lieve Blancquaert, met de medewerking van Jan Jaap van der Wal.

Ook de website www.mijnlichaam.be sluit daarbij aan. We roepen eenieder op om een brief naar lokale politici te schrijven met de vraag: hanteer de parlementaire vrijheid en maak de Compagnons overbodig.

Op 3 april, de dag dat de Belgische abortuswetgeving vijfendertig jaar bestaat, is er ook een open brief met dezelfde boodschap gericht aan zij die ons land besturen. Momenteel hebben al meer dan zeventig organisaties (lidverenigingen van deMens.nu, abortuscentra van Luna vzw, maar ook studentenverenigingen, zorgverstrekkers enzovoort) de brief ondertekend.

Urgentie van het probleem

De campagne heeft een helder doel: de Belgische abortuswetgeving moderniseren door de wettelijke termijn te verlengen naar het niveau van Nederland en de verplichte reflectietermijn volledig af te schaffen. Daarnaast is het cruciaal om abortus maatschappelijk

Compagnon heeft bovendien een eigen verhaal met persoonlijke beweegredenen.

"We willen ervoor zorgen dat vrouwen tijdens die moeilijke tijd niet alleen staan. Deze oplossing kan geen vervanging zijn voor broodnodige hervormingen", aldus Anton Van Dyck, coördinator van Compagnon.

Jaarlijks reizen gemiddeld vierhonderd Belgische vrouwen naar Nederland voor een abortus, omdat de Belgische wet na twaalf weken zwangerschap geen ingreep meer toestaat. Ondanks een politieke meerderheid sinds 2014 voor hervorming, blijven wetsvoorstellen geblokkeerd. Vrouwen betalen de prijs voor die politieke stilstand. Met het begeleidende project Compagnon klinkt de roep om hervorming eens zo luid.

De afgelopen tien jaar werden al duizenden personen door die beleidsimpasse getroffen. Het wettelijke kader in België is aan een herziening toe. Mensen moeten vaak ver reizen en de kosten voor een behandeling in Nederland kunnen oplopen tot 1.400 euro. Bovendien biedt het Nederlandse systeem slechts een beperkte psychosociale omkadering. Vaak gaat het om mensen die zich net dan op een broos ogenblik in hun leven bevinden.

De missie van Compagnon is mensen in een kwetsbaar moment discreet, waardig en veilig begeleiden. Compagnon is een netwerk van mensen die geloven in keuzevrijheid, menselijkheid en solidariteit. Onze overbodigheid is ons hoogste doel.

Meer informatie vind je op: www.mijnlichaam.be

Vrijwilligers

van bij ons

Compagnon biedt praktische ondersteuning aan personen die ongewenst zwanger zijn en na twaalf weken nog een abortus willen laten uitvoeren in Nederland, omdat de Belgische wet dan geen ingreep meer toestaat. Soms is er behoefte aan een chauffeur en dan staan onder meer deze twee vrijwilligers klaar om cliënten een veilige rit met begeleiding aan te bieden.

Jérémy Celen

Sarah

Waarom koos je voor vrijwilligerswerk bij Compagnon?

Ik had een artikel over Compagnon in De Standaard gelezen en ik wist meteen dat ik aan het project wilde meewerken. Exact vijftig jaar geleden was ik zelf ongewenst zwanger en toen stond ik er helemaal alleen voor. Ik moest alles zelf uitzoeken en alleen met de trein op en af reizen. Ik kon er met niemand over spreken. Dat is de reden waarom ik mij voor dit project wil inzetten.

Wat houdt je vrijwilligerswerk bij Compagnon precies in?

De aanvragen verlopen via de abortuscentra van Luna vzw. Die verkennen alle opties, samen met de aanvrager. Als blijkt dat het nodig is om naar Nederland te gaan, dan wordt de vrijwilligerspool van Compagnon aangesproken. Wanneer ik de naam en het telefoonnummer van de cliënt heb ontvangen, contacteer ik de persoon in kwestie om een tijdstip en locatie af te spreken waar ik die zal oppikken.

De dag van de ingreep ga ik de cliënt met de wagen ophalen en breng ik die naar de kliniek in Nederland. Daar wacht ik tot die persoon uit de kliniek is ontslagen en dan breng ik de cliënt terug naar het gewenste adres.

Wat hoop je met je vrijwilligerswerk te bereiken?

Niemand ondergaat een abortus als het echt niet moet. Het is zowel lichamelijk als psychologisch een erg ingrijpende procedure. Daarom is het belangrijk dat de persoon zo goed mogelijk omringd is. Als chauffeur de cliënt naar Nederland voeren, is maar een kleine schakel in het proces, maar het helpt.

Voor mezelf is het eveneens relevant dat ik dit kan doen. Op die manier heb ik het gevoel dat de cirkel ook voor mij rond is.

Kan je dit werk makkelijk combineren met je activiteiten?

Ik ben sinds enkele jaren met pensioen. Niets doen staat echter niet in mijn woordenboek. Ik zet me daarom ook nog in voor ander vrijwil-



© Shutterstock.com

ligerswerk, ik volg les, ik doe aan sport, enzovoort. Maar ik kan me meestal wel organiseren, zodat ik ten minste één keer per maand een cliënt naar Nederland kan brengen.

Hoe zou je mensen die nog twifelen om vrijwilligerswerk op te nemen, willen overtuigen?

Het is essentieel dat je volledig achter het project van Compagnon staat. Je voelt je nuttig en je weet dat je de persoon die zich op dat moment in een hachelijke situatie bevindt, toch een beetje een goed gevoel geeft.

Het wordt niet altijd uitgesproken, omdat er zoveel in die persoon omgaat, maar je voelt de dankbaarheid echt aan. Dat geeft mij een vredig gevoel. Als ik na een rit thuiskom, ben ik moe, zelfs uitgeput, maar gelukkig.

Vrijwilliger worden bij Compagnon?

Compagnon is een initiatief van deMens.nu en Antorcha Humanista dat ondersteuning biedt aan zwangere personen die een abortus overwegen na twaalf weken zwangerschap. Aangezien abortus na die termijn in België niet meer mogelijk is, begeleidt Compagnon de personen bij het regelen van een veilige reis naar Nederland, waar de ingreep nog wel kan plaatsvinden. De vrijwilligers van Compagnon staan klaar met een rit en een stevige portie warmte.

Wat als je zelf behoefte aan hulp hebt? We raden je aan om eerst bij een abortuscentrum langs te gaan. Daar verkennen ze samen met jou alle opties. Misschien hoef je zelfs niet naar Nederland. Blijkt dat toch nodig te zijn, dan wordt Compagnon gecontacteerd.

Meer informatie vind je op: www.abortus.be, www.mijnlichaam.be, www.deMens.nu en www.antorcha-humanista.com

Marnix

Hoe ben je als vrijwilliger bij Compagnon beland?

Het vrijwilligerswerk is eerder naar mij gekomen. Ik ken de initiatiefnemer, Anton Van Dyck, die in de beginperiode van Compagnon een oproep had gelanceerd. Ik heb daarop gereageerd, want ik heb vertrouwen in hem en het initiatief. In het verleden heb ik ook al vrijwilligerswerk gedaan en ik was op zoek naar een manier om mijn engagement tegenover de samenleving op te nemen.

Hoe combineer je dit vrijwilligerswerk met je job?

Ik ben zelfstandige. De weken waarin ik naar een deadline toewerk, zijn natuurlijk erg druk, maar de flexibiliteit van mijn beroep is een voordeel. Om als individu zelf een initiatief op te starten, heb ik onvoldoende tijd, daarom is het handig dat ik mijn vrije momenten wel voor een initiatief als Compagnon kan inschakelen.

Ik werk vaak door tijdens de weekends, waardoor er tijdens de week ook rustigere momenten zijn. Die kan ik dan inzetten voor Compagnon. Het is soms een kwestie van timing, maar als ik vrij ben en er is een oproep voor vrijwilligers, sta ik zeker paraat.

Hoe was je ervaring tot nu toe als vrijwilliger?

Ik ben tot op heden één keer met een cliënt naar Nederland gereden en ik moet zeggen dat het mentaal veel uitputtender was dan ik had gedacht. We vertrokken om vijf uur 's ochtends en waren pas tegen zes à zeven uur 's avonds opnieuw thuis. Dat moet een tijdje bezinken. En dan beseft je ook dat je dat niet elke dag kan doen, want de emotionele lading van zo'n reis naar Nederland valt niet te onderschatten.

In principe ben je alleen chauffeur, maar er komt veel meer bij kijken. Je probeert wel neutraal te zijn, maar je voelt mee met je medemens en je wil dan ook dat het goed verloopt. Je zit toch in de 'personal space' van de cliënt en je zoekt een balans voor de manier waarop je handelingen stelt bijvoorbeeld. Je voelt het



© Shutterstock.com

verdriet en de stress van de persoon bij je in de wagen en dat moet je een plaats kunnen geven.

Wat wil je met dit vrijwilligerswerk bereiken?

Ik zie het als een kleine bijdrage aan de maatschappij. Een initiatief zoals Compagnon hangt veelal af van de goodwill van mensen. Bovendien heb ik hier als vrijwilliger een rol die mij ligt. Het achter de schermen opereren spreekt mij aan.

Die discretie is een zekere geruststelling in tijden waarin engagement voor mensenrechten niet altijd vanzelfsprekend is. Je voelt toch dat niet alleen de vrouwenrechten onder druk staan, maar dat het een algemene tendens in de maatschappij is. Ik vind het belangrijk om in deze tijden niet aan de zijlijn te blijven staan. Daarom is het fijn dat ik op zo'n manier aan een betere wereld kan bijdragen.

Een bank vooruit

Leerkrachten niet-confessionele zedenleer over hun vak



Naam: Karolien Vos

Aantal jaren voor de klas: 10

Scholen: GBS Het Anker, GBS De Gobbel, BSGO Pee & Nel,
BSGO De Bijenkorf

Jaren: 1ste tot en met 6de leerjaar

Hoe kunnen de lessen niet-confessionele zedenleer ertoe bijdragen om taboes te doorbreken?

Ik kan me goed voorstellen dat er binnen een samenleving of groep bepaalde onderwerpen zijn waarover niet wordt gesproken. Dat hangt af van verschillende factoren. Toch ben ik tot een verrassende conclusie gekomen wanneer het over taboes en stereotypen in de klas gaat: jonge kinderen lijken daar veel minder gevoelig voor te zijn.

Door aan een open en veilige klassfeer te werken en aandacht aan diversiteit te besteden, heb ik gemerkt dat kinderen in de lagere school weinig terughoudendheid ervaren bij taboeonderwerpen. Het lijkt erop dat de gedachte dat sommige onderwerpen 'onbespreekbaar' zijn, wordt aangeleerd. Gelukkig is dat proces nog niet voltooid op jonge leeftijd. De openheid en eerlijkheid van kinderen vind ik fantastisch, net als hun nieuwsgierige blik op de wereld.

Een interessant voorbeeld daarvan is hoe kinderen reageren op diversiteit. Als je hen een foto van verschillende mensen toont en vraagt wie er anders is, dan zullen ze vaak extra uitleg nodig hebben vooraleer ze begrijpen dat je op uiterlijke kenmerken doelt. Dat geldt volgens mij ook voor taboeonderwerpen: iets wordt pas als taboe ervaren wanneer het expliciet als zodanig wordt benoemd.

Ik las ooit over intergenerationele overdracht - het doorgeven van bepaalde kwaliteiten, eigenschappen of problemen aan de volgende generatie - en denk dat er op dat vlak verandering plaatsvindt. Er is tegenwoordig veel meer informatie beschikbaar en de vertrouwensband tussen ouders en kinderen, leerkrachten en leerlingen, en volwassenen en kinderen in het algemeen lijkt te verschuiven. Daarnaast wordt er in de media steeds meer aandacht aan diversiteit besteed. Jonge kinderen komen daardoor al vroeg in aanraking met verschillende perspectieven. Zo laten tv-programma's als *Brandweerman Sam* en *Tik Tak* mensen met een beperking, diverse huidskleuren en andere opvallende kenmerken zien.

Als leerkracht zedenleer zet ik in op een open en veilige klassfeer, waarbij ik thema's bespreek op een manier die bij de leeftijd van de leerlingen aansluit. Dat hoeft niet ingewikkeld te zijn: kleine acties maken al een groot verschil. Ik zorg voor een veilige omgeving door duidelijke afspraken te maken. Bijvoorbeeld, dat wat in de klas wordt besproken, in de klas blijft, en dat leerlingen mogen aangeven als ze ergens niet over willen praten. Daarnaast bouw ik vertrouwen op door af en toe informele gesprekken met hen te voeren en een-op-een aandacht te geven. Ik oordeel niet over de antwoorden van mijn leerlingen en stel me socratisch op.

Wanneer ik rond specifieke thema's wil werken, maak ik gebruik van lesmateriaal van organisaties zoals Pimento, Sensoa en Çavaria. Die bronnen bieden laagdrempelige en leeftijdsgerichte ideeën die helpen inschatten welke onderwerpen voor welke leeftijdsgroep geschikt zijn. Want openheid is belangrijk, maar dat betekent niet dat er geen grenzen of beperkingen zijn.



Breinpijn

© De Puzzelaar

		1				7		
3	9			2			5	
				6		2		1
7		8				1		
			8					
5			3		1			
6	2		4		9			
			7	1			4	
	8		2	3		9		

Speel mee en maak kans op een prijs

Vul de sudoku en/of de Zweedse puzzel in en stuur je oplossing voor **18 mei 2025** naar info@deMens.nu (vermeld in het onderwerp: Oplossing Breinpijn) of met de post naar deMens.nu, Auguste Reyerslaan 70 te 1030 Schaarbeek.

Vermeld volgende gegevens: je volledige naam en adres, zodat wij je kunnen contacteren als je tot de winnaars behoort, en de oplossing, namelijk de gele lijn in de sudoku en/of het sleutelwoord van de Zweedse puzzel.

Uit de juiste inzendingen worden zes winnaars getrokken: drie voor de sudoku en drie voor de Zweedse puzzel. Ieder van hen krijgt het boek *Vrank en vrij, maar mens!* van Peter Algoet (zie Van de bovenste plank, p. 52). In het volgende nummer publiceren we de oplossingen. De winnaars worden persoonlijk gecontacteerd.

Oplossingen vorig nummer

Gele lijn sudoku: 742.983.561

Sleutelwoord Zweedse puzzel: verbondenheid

De winnaars ontvingen elk het boek *Quo vadis, democratia?* van Alain Leemans.

gif	verbruiks-belasting	collectieve arbeids-overeen-komst	niets	babyslaap-plaats	telwoord	vulkanisch gesteente	kleine zeis	groep spelers	daar	16	uitgestorven dier
tijdvak		meisjes-naam		volmaakt-heden							
	2	leeg		donkere kamer							
lichaams-deel						conflict	middelpunt				voertuig
milieu-vriendelijk (voorvoeg-sel)	14		redeneer-kunde				kon. atheneum		11		
riv. in Afrika			Oude Testament (afk.)	afstands-maat	oude lengtemaat		onwetend		lofdicht		
puntig voorwerp					eng	proef-opname	6				geloofte
		land in het Midden-Oosten			15	koraaleiland		muzieknoet			
chef-staf (afk.)		eb en vloed		meisjes-naam		netwerk-computer		erg			
nauwelijks		pad	onguur	Griekse drank		getal	hap	Griekse kaas	3		
	kleverige stof		toga	8			muzieknoet			lidwoord	
			bezzittelijk voornaam-woord		jij en ik	eet-gelegenheid	voegeluid			iglo	
snavel	ik		7	van dezelfde soort	zege	binnen		5	groente		
vaccin					bevel				afbeelding	spoedig	
10		streven naar				bevestiging					
stijf	mand	draagband		bouwstijl	haarkrul	Chin. lengtemaat		houten vat			1
	ad interim					goud					
			laagtij		schuif		kever	jongens-naam			
gebergte (Spaans)			zonnegod		uitvoer						
grondtoon				9	bevroren water				bovenste dakrand	tovergodin	
	veel					Japans bordspel	reeds	niet klaar			
	noot					13		wiskundig getal			
Zweedse munt			godin van de dageraad		poets				in orde		
12											
harts-tochtelijk			individu-aliteit		rivier in Italië		4	boksschoot			

© De Puzzelaar

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----



Vrank en vrij, maar mens!

Vrijzinnig humanisme uitgelegd en uitgediept

Peter Algoet

Acco, 2024

ISBN 9789464674422

Vrank en vrij, maar mens! van Peter Algoet is een toegankelijke en tegelijk diepgaande verkenning van het vrijzinnig humanisme; het boek is een aanrader voor wie die levensbeschouwing verder wil verkennen en kritisch wil doordenken

Met *Vrank en vrij, maar mens!* biedt Peter Algoet een toegankelijke inleiding tot het vrijzinnig humanisme. Het boek is een herwerkte versie van *Vrijzinnig humanisme: een kennismaking & uitdieping* uit 2014 en is bedoeld als een diepgaande verkenning van die levensbeschouwing.

Algoet kent het vrijzinnig humanisme van binnenuit: vijftien jaar lang was hij actief aan de slag bij de educatieve dienst en studiedienst van het Humanistisch Verbond en gedurende een decennium gaf hij les als leerkracht niet-confessionele zedenleer en filosofie aan de IVG-School in Gent.

Vier kernvragen

De auteur neemt de lezer mee in het vrijzinnig humanisme aan de hand van vier dimensies. In navolging van de achttiende-eeuwse Duitse Verlichtingsfilosoof Immanuel Kant stelt hij zichzelf (en de lezer) vier vragen: wat kan ik kennen, wie is de mens, wat moet ik doen en wat mag ik hopen? Door die vragen te beantwoorden, kom je als vrijzinnig humanist tot een wereldbeeld, een mensbeeld, een maatschappijbeeld en een zingevingsbeeld.

In het wereldbeeld gaat de mens als kennend en begrijpend wezen op zoek naar kennis en

tracht hij te vatten hoe dingen in elkaar zitten. Voor gelovigen kan waarheid uit een goddelijke openbaring komen, voor vrijzinnigen kan je waarheid alleen vinden met behulp van kritisch denken en wetenschappelijk onderzoek. In de tweede dimensie, het mensbeeld, stelt de mens zich vragen over wie of wat hij zelf is: wat zijn mijn talenten, hoezeer kan ik vrije keuzes maken? In het maatschappijbeeld zien we de mens als een moreel handelend wezen dat - onvermijdelijk - ethische keuzes moet maken. Tot slot is de mens op zoek naar de zin voor het én zijn bestaan. Hij stelt zich vragen over de betekenis van een groter geheel en over welke plek hij daarin inneemt.

Aan de hand van die vier invalshoeken en bijbehorende hoofdstukken krijgt de lezer zicht op wat vrijzinnig humanisme als levensbeschouwing inhoudt. Algoet pretendeert daarmee niet hét vrijzinnig humanisme eens en voor altijd gedefinieerd te hebben. Hij nodigt de lezer meermaals uit om zelf zijn opinies te formuleren, volledig in lijn met de geest van de levensbeschouwing.

Verdieping en perspectieven

In het tweede deel van zijn boek gaat Algoet dieper in op verschillende begrippen en hun onderlinge samenhang. In het bijzonder heeft hij aandacht voor 'spiritueel atheïsme', een begrip

ontleend aan de Gentse filosoof Leo Apostel. Hier laat de auteur de strakke structuur van het eerste deel los en verkent hij uiteenlopende thema's: de betekenis van 'vrijheid', gelukkig zijn zonder god, en de historische wortels van zowel 'humanisme' als 'vrijzinnigheid'. Dat maakt van het boek niet alleen een inleiding, maar ook een waardevol naslagwerk voor wie over specifieke onderwerpen wil nadenken, schrijven, lesgeven of debatteren.

Algoet doorspekt zijn betoog met persoonlijke ervaringen en observaties. In het derde en laatste deel reflecteert hij over vrijzinnig humanisme in het onderwijs en hoe dat als pedagogisch project vorm kan krijgen.

Kritisch doordenken

Het werk van Peter Algoet is het interessantst voor lezers die al enige kennis van het vrijzinnig humanisme hebben en dieper willen nadenken over de geschiedenis, het heden en de toekomst ervan. Het boek focust op theorie en concepten - minder op de praktijk en de pioniers van het vrijzinnig humanisme of de werking van instellingen zoals het huisvandeMens, de categoriale diensten en de verschillende vrijzinnige verenigingen.

[bg]

Wij zijn zwanen

Lise Surmont

Roeselare, 2024

Uitgegeven in eigen beheer

Verkrijgbaar bij De Reyghere Boekhandel in

Brugge of via lise_surmont@hotmail.com



Soms vallen vorm en inhoud samen. Een apart formaat, geen titel, geen auteur - alleen een ambachtelijke linnen kaff, zacht en ruw tegelijk, met twee gouden zwanen erop, in reliëfdruk natuurlijk. Zo stelt *Wij zijn zwanen* van Lise Surmont zich aan je voor. Met mysterie en precisie tegelijk. De zinnelijkheid die de cover uitademt, strookt met de aard van de dichtbundel, meteen ook het debuut van de auteur.

Woorden over verlies en verlangen, verandering en verbinding rijgen zich even organisch aan elkaar als een vertakkende boomkruin. Met het openen van het boek stap je een rijke zintuiglijke wereld binnen vol filosofische reflecties en diepmenselijke gevoelens. Poëzie op haar best: je herkent haar en tegelijk had je haar nog nooit zó bekeken.

Artistieke duizendpoot Lise Surmont werkt deels in de culturele sector, deels in een bloementuin. Ze was onder meer cultureel ambassadeur van de stad Roeselare. Als vrijwilliger werkte ze ook meermaals samen met het huisvandeMens - haar talent was dus al bekend, haar publicatie langverwacht. En die stelt niet teleur. De bundel is sfeervol, puur, esthetisch, uniek ...

[afv]

De toekomst van de kat Over vraagstukken waar katten ons voor plaatsen

Rutger Lazou

Houtekiet, 2019

ISBN 9789089247865



Rutger Lazou, moraalwetenschapper en voormalige leerkracht niet-confessionele zedenleer en filosofie, buigt zich in zijn boek over de toekomst van onze trouwe vierpotige metgezel. Hij benadert de kat vanuit wetenschappelijk en filosofisch perspectief. Is er nog een toekomst voor de kat als huisdier? Hoe ethisch is het om voor een kat te kiezen? Wat is nu precies de impact van de kat op onze omgeving? Dat zijn enkele van de vragen die Lazou in *De toekomst van de kat* naar voren schuift en tracht te beantwoorden.

We leren ook meer over de verschillende types katten en wat hen van elkaar onderscheidt. Wat gedaan met zwervkatten en hoe zijn die anders dan de gedomesticeerde? We komen meer te weten over de geschiedenis van die domesticatie. Wat is de impact van de kattenvoerindustrie op de totale vleesconsumptie en op het milieu. Zijn katten binnenkort ook allemaal vegan of dienen we toch ons heil bij kweekvlees te zoeken? En hoe houd je als baasje het geluksniveau van je kat op pijl? Dit boek blijft een must-read voor de geïnteresseerde dierenvriend of voor wie een weloverwogen keuze wil maken alvorens een kat als huisdier te adopteren.

[dds]

Black Dog

Regisseur: Guan Hu

Met: Eddie Peng, Tong Liya, Jia Zhangke, Zhou You, Zhang Yi e.a.

Land: China - Jaar: 2024 - Duur: 110 min.

In de bioscoop en op dvd, blu-ray en VOD



In zijn film *Black Dog* vertelt de Chinese regisseur Guan Hu het aangrijpende verhaal van Lang die na een gevangenisstraf van tien jaar terugkeert naar zijn geboorteplaats aan de rand van de Gobiwoestijn. De plek is onherkenbaar veranderd. De inwoners worden uit hun huizen verdreven en de vele zwervhonden moeten uit de stad verdwijnen voordat de Olympische Spelen van 2008 in China beginnen. Lang wordt ingeschakeld als hondenvanger en vindt al snel een bondgenoot in een zwarte, gevaarlijke hond. Beide zijn eenzaam en op zoek naar een nieuw begin. Dit prachtige verhaal verkent de bijzondere relatie tussen mens en dier.

Dit filmdrama is niet alleen bijzonder spannend, het verkent ook op subtiële wijze thema's als eenzaamheid, menselijk lijden, herintegratie en de zoektocht naar zingeving in een gewelddadige wereld. *Black Dog* toont de verwoestende effecten van het verleden op het heden en onderzoekt het menselijke verlangen naar vrijheid en verlossing. Met visueel rauwe en grijze, maar adembenemende beelden wordt de krachtige thematiek treffend in beeld gebracht. Bekroond met de prijs 'Un certain regard' op het Filmfestival van Cannes. Ook op het Filmfestival Oostende viel de film in de prijzen.

[lg]

Freedom of Thought Report

Focus op blasfemie en apostasie

Humanists International, de wereldwijde koepel van humanistische verenigingen, lanceerde op 30 januari 2025 de dertiende editie van het Freedom of Thought Report. Dat jaarlijkse rapport onderzoekt de situatie op het gebied van wetgeving en mensenrechten voor humanisten, atheïsten en niet-religieuzen over de hele wereld. Dit jaar ligt de focus op blasfemie of godslastering en op apostasie of geloofsverzaking.

De onderzoekers van Humanists International gaan ervan uit dat in België meer dan veertig procent van de bevolking zich als ongelovig, agnostisch of atheïstisch identificeert, dus geen religieuze overtuiging heeft. Wel rekening houdend met het gegeven dat België geen officiële statistieken bijhoudt waarin religieuze gezindheid wordt vermeld.

Verschillende vormen van discriminatie

In 186 landen over de hele wereld worden atheïsten gediscrimineerd. Ongeveer zeventig procent van de wereldbevolking woont in landen waar de uiting van humanistische waarden ernstig wordt onderdrukt. Dat kan verschillende vormen aannemen. Sommige landen zijn theocratieën met een staatsreligie en verplicht godsdienstonderwijs.

Het rapport onthult dat wetten op godslastering - zij het expliciet of de facto wetten tegen 'het kwetsen van religieuze gevoelens', vaak bedoeld om geweld tussen gemeenschappen te beteugelen - in ten minste negenentachtig landen over de hele wereld bestaan en zevenenvijftig procent van de wereldbevolking treffen.

In ten minste tien landen waar geloofsverzaking strafbaar is, staat er zelfs de doodstraf op, namelijk in Afghanistan, Brunei, Iran, Maleisië, Malediven, Mauritanië, Nigeria, Qatar, Saudi-Arabië en Jemen. In sommige landen kan alleen al de beschuldiging van godslastering je leven in gevaar brengen, nog voordat er een rechtszaak aankomt. Drieënzestig andere landen schrijven gevangenisstraffen voor, variërend van maanden tot jaren. In negentien landen heb je kans om een boete of een andere administratieve sanctie te krijgen.

De wetten op godslastering en geloofsverzaking worden dus wereldwijd in verschillende mate toegepast en hoewel de zwaarte van de straf kan variëren, blijft het effect hetzelfde: het smoren van dialoog, kritiek en vrije meningsuiting.

Discriminatie van atheïsten neemt soms ook subtielere vormen aan, bijvoorbeeld door een discriminerende financiering of door de oprichting van een humanistische organisatie te bemoeilijken.

Verworven vrijheden onder druk

Volgens de monitoring van Humanists International blijft België een van de veiligste landen voor vrijdenkers. Toch zijn er ook bij ons belangrijke aandachtspunten. Zo neemt het extreemrechtse gedachtegoed toe, waarbij men zich op de christelijke identiteit beroept en andere levensbeschouwingen minderwaardig acht.

Als humanistische organisatie dienen we waakzaam te blijven dat verworven vrijheden - denk onder meer aan vrij onderzoek, abortus en euthanasie - niet worden teruggedraaid. De extreemrechtse ideologie heeft de mensenrechten van vrijdenkers en bij uitbreiding van alle burgers in het vizier. Als humanisten nemen we de huidige normalisering van extreemrechts zeer ernstig.

Meer informatie op:

humanists.international en fot.humanists.international



Meer activiteiten en nieuwsberichten op: www.deMens.nu

Stoicon-X Gent



Hoe krijg je meer controle over je leven? Hoe ga je om met moeilijke omstandigheden? Hoe stop je met piekeren? Wat is er belangrijk in het leven?

Ook dit jaar organiseren het Geuzenhuis en het huisvandeMens Gent een Stoicon-X Gent, al voor het vijfde jaar op rij. Op zaterdag 26 april 2025 kan je in het Geuzenhuis terecht voor een namiddag- en/of avondprogramma vol stoïcijnse inspiratie en praktische inzichten.

Naast vier lezingen kan je ook aan twee workshops deelnemen. Voorkennis is niet nodig, iedereen kan van de stoïcijnse levenskunst proeven.

Het stoïcisme is een praktische filosofie die gericht is op een goed leven, voor jezelf en voor anderen. Een filosofie met meer dan tweeduizend jaar ervaring, niet alleen voor denkers maar ook voor doeners, die toepasbare inspiratie en houvast voor de praktijk biedt.

- Van 13.00 tot 14.00 uur: De kunst van goed ruziemaken, lezing door Serge Ornelis.
- Van 14.20 tot 15.20 uur: Piekertraining, workshop.
- Van 15.40 tot 16.40 uur: Stoïcijns ouderschap, het innerlijke kompas van de opvoeder, lezing door Dennis de Gruijter.
- Van 17.00 tot 18.00 uur: Stoïcijnse veggie maaltijdsoep, vooraf in te schrijven.
- Van 18.00 tot 19.00 uur: Stoïcisme als antigif voor ons ongelukkige denken, lezing door Michael Vlerick.
- Van 19.20 tot 20.20 uur: Redelijk of onredelijk, workshop door Dennis de Gruijter.
- Van 20.40 tot 21.40 uur: Creativiteit & stoïcisme: de kunst van verwondering, lezing door Glenn D'Hondt.

Meer informatie, programma en tickets op:

www.geuzenhuis.be/evenement/stoicon-x-gent-2025

Reactie deMens.nu en CAL

De Centraal Vrijzinnige Raad, het overkoepelende orgaan van deMens.nu en het Centre d'Action Laïque, heeft kennisgenomen van het federale regeerakkoord dat op 31 januari 2025 door de regering De Wever I werd gesloten. De Centraal Vrijzinnige Raad reageerde met volgend perscommuniqué.

Zoals premier De Wever bij de bespreking van het regeerakkoord terecht stelde, gaat er achter ieder cijfertje ook een mens van vlees en bloed schuil. Als koepel van alle vrijzinnige verenigingen in België verwachten we dan ook dat de nieuwe regering een dam opwerpt tegen die steeds snellere verharding en 'ontmenselijking' van onze samenleving.

Als vrijzinnig humanisten maken we ons zorgen. De welvaart van toekomstige generaties veiligstellen is cruciaal. Maar in een tijd waarin zowel wereldwijd als in eigen land de verruwing in politiek en maatschappij de boventoon voert én het meer extreme gedachtegoed als gemeengoed wordt beschouwd, blijft het verdedigen van de mensenrechten te allen tijde noodzakelijk. Zonder enige toegeving.

Het humane karakter van het beleid en het respect voor de mensenrechten zijn twee belangrijke aandachtspunten voor de Centraal Vrijzinnige Raad.

Met bijzondere aandacht voor ethische dossiers stelt de Centraal Vrijzinnige Raad met de nodige voorzichtigheid vast dat de regeringspartijen in de Arizona-regering komaf willen maken met de stilstand in de ethische dossiers, namelijk euthanasie, abortus en draagvrouwschap, die de vorige regeerperiode kenmerkte. We hopen dat het niet bij een intentie blijft en dat het aanpassen van de wettelijke kaders zal gebaseerd zijn op wetenschappelijke bevindingen, zoals het verslag van de experts van het multidisciplinaire wetenschappelijke comité voor de evaluatie van de abortuswetgeving, en dat aan ieder parlements lid de vrijheid wordt gegeven om in eer en geweten een stem uit te brengen.

**FEDERAAL
REGEERAKKOORD**

2025-2029

Op het terrein



Alexandra Rondas



© Defensie

Moreel consultants bij Defensie nemen de pen op en geven een inkt in hun werk en werkomgeving

Hoop is mijn houvast

Woensdagmorgen 29 januari 2025 brak de zon zachtjes door het grijze wolkendek boven onze Vlaamse velden, terwijl ik van de Oostkust naar de Westhoek reed. Het was de dag waarop vele uren voorbereidend werk tot één geheel zouden samenvloeien.

Het was een bijzondere week, want die maandag waren in onze hoofdstad, waar de NAVO haar hoofdkwartier heeft, meer dan honderdtwintig militaire opperaalmoezeniers samengekomen. Vertegenwoordigers van maar liefst dertig verschillende levensbeschouwingen afkomstig uit meer dan veertig landen. Een aantal maanden daarvoor ontvingen zij een officiële uitnodiging vanwege de Belgische divisie Dienst voor Religieuze en Morele Bijstand waarin stond: "In samenwerking met de United States European Command (USEUCOM) zijn wij vereerd om u uit te nodigen op de jaarlijkse International Military Chiefs of Chaplains Conference (IMCCC). Het centrale thema is: de rol van mondiale, interlevensbeschouwelijke dialoog voor wereldvrede."

Mijn collega - een diaken - en ik - een moreel consultant - werden gevraagd om één dag in het programma te organiseren in de vorm van een culturele uitstap. We zijn beiden woonachtig en werkzaam in militaire kwartieren in West-Vlaanderen en twijfelden niet lang over de invulling ervan. Ons vlakke landschap is immers een stille getuige van de talloze slachtoffers van oorlog en conflict. De Spaanse schrijver-filosoof George Santayana (1863-1952) zei het al: "Wie zijn geschiedenis niet kent, is gedoemd haar te herhalen." En dus trokken we naar de Westhoek.

Na een bezoek aan het Passchendaele Museum in Zonnebeke ontvingen we de militaire opperaalmoezeniers, maar ook de lokale militaire en civiele autoriteiten en vaderlandslievende verenigingen voor een interlevensbeschouwelijke ceremonie op Tyne Cot Cemetery, de grootste Commonwealth-begraafplaats op het vasteland.

De zon was inmiddels verdwenen en er stak een gure wind op, waardoor de zakdoekjes met een interval van drie minuten uit de broekzak werden gehaald. Rechts van de Stone of Remembrance stonden zeventien vaandeldragers en links ervan het zestienkop-pige Ypres Male Voices koor. Op de trappen van de Stone of Remembrance stond een eredetachment van de Marine met witte handschoenen, witte riem en wapen in de hand. Schuin voor hen twee trompetters van de Koninklijke Muziekkapel van de Gidsen die de Last Post door hun koperen instrumenten bliezen. Statig en sereen.

Nadat de onderofficier aan het eredetachment het bevel gaf om in 'geef acht' te staan en het geweer te schouderen, namen de padre en ik het woord. In ons discours lag de nadruk op Tyne Cot als plaats van herdenking voor alle slachtoffers van oorlog en conflict, of het nu meer dan honderd jaar geleden of vandaag gebeurde, of het nu militairen of burgers betreft, of ze religieus of niet zijn.

Wat de ceremonie enorm veel symbolische kracht gaf, waren de bijdragen van de Canadese, Britse, Zuid-Afrikaanse en Malawische aalmoezeniers en van een Duitse rabbijn. Ook zij benadrukten allen vanuit hun context het belang van wederzijds begrip en van dialoog om wereldvrede te promoten.

In de onvoorspelbare wereld van vandaag met geopolitieke spanningen is het onze plicht om - samen met vele anderen - onvermoeid aan dat doel te blijven werken. Vanuit onze rol als militaire aalmoezeniers en moreel consultants hebben we een voorbeeldfunctie als het op interlevensbeschouwelijke dialoog aankomt. Samenleven in vrede is niet louter een ideaal, maar een essentieel fundament voor onze toekomstige generaties. En hoop is mijn houvast.

Achter tralies



© Shutterstock.com

Jürgen De Weweire

Moreel consultants van de Stichting voor Morele Bijstand aan Gevangenen getuigen over hun ervaringen. Om privacyredenen zijn alle namen van gedetineerden schuilnamen

Een inventieve invulling

Mark was een cliënt wiens vegetarische levenswijze regelmatig onderwerp van gesprek was, omdat in de gevangenis waar hij verbleef het vegetarische menu niet volledig vegetarisch was. Zo kreeg hij wekelijks een paar keer vis aangeboden, maar die wilde hij niet en dus nam hij die ook niet aan tijdens de etensbedeling.

Op een dag zag ik dat de deur van het inrichtingshoofd van de gevangenis openstond en ik besloot binnen te springen om die kwestie uit te klaren. De eerste reactie van de directeur was dat er toch mensen zijn die zich vegetariër noemen en die wel vis eten. Ik wees hem erop dat zo iemand eigenlijk een pescotariër is, geen vegetariër. Waarop de directeur verder toelichtte dat, indien vis van het vegetarische menu zou moeten verdwijnen, dat een rits dominnosteentjes zou doen vallen die de vegetarische optie om financiële redenen zou doen sneuvelen.

Toen ik Mark daarna zag, vertelde ik over mijn gesprek met de directeur en waarom vis niet meteen van het vegetarische menu zou verdwijnen. Dat maakte hem niet echt blij, maar nu wist hij in ieder geval waar hij aan toe was. De vis zou blijven komen en verder aandringen zou, in het slechtste geval, zelfs het einde van het 'vegetarische' aanbod kunnen betekenen.

Een tijd later ontving Mark me echter met een brede glimlach en meldde hij me dat hij voortaan alle dagen vegetarisch at. Hij had er met een penitentiair beambte over gesproken en die had hem gezegd dat hij simpelweg een briefje naar de keuken moest schrijven met de melding dat hij allergisch is voor vis en schaaldieren. Het gevolg zou zijn dat men hem dat niet meer zou mogen serveren en ter compensatie voor iets anders zou moeten zorgen. Ik vroeg Mark of dat echt wel zo'n goed idee was. Misschien zou de dokter hem nu bepaalde medicatie onthouden. Maar de medische dienst werkt onafhankelijk van de keuken, dus dat vormde geen probleem.

Ook in een gevangenis krijgen de regels wel eens een inventieve invulling. En wat ik in die situatie nog het fijnst van al vind, is dat het iemand van het bewakend personeel was die zijn vondst met een gevangene had gedeeld.

Mensen voor wie de gevangenis een verre en onbekende plek is, veronderstellen al gauw dat er wel een grote afstand tussen bewakers en gevangenen zal bestaan. In de praktijk is het echter zo dat het bewakend personeel vaak dichterbij de gedetineerden staat dan om het even welke andere dienst. Een nabijheid die soms onder spanning staat, maar die veel vaker op een gemoedelijke manier verloopt.

Dagelijks zie je in gevangenissen beambten en gevangenen met elkaar praten. Over ditjes en datjes, over iets dat ze op het nieuws hebben gezien of dat recent in de gevangenis is gebeurd. Iets waar beide partijen een mening over hebben. Dat ongedwongen contact wordt door het beleid nogal stijfjes omschreven als 'dynamische veiligheid', maar ik denk dan gewoon bij mezelf dat waar mensen samen zijn, mensen elkaar zullen ontmoeten. En dus wil het wel eens gebeuren dat tijdens zo'n ontmoeting een chef en een gedetineerde samen tot een oplossing komen.

Aan de slag als vrijwillig moreel consultant?

Interesse om als vrijwillig moreel consultant actief te zijn in een gevangenis of een detentiehuis? Stuur je motivatiebrief en curriculum vitae via jobs@smbg-famd.be naar de Stichting voor Morele Bijstand aan Gevangenen.

Momenteel zoekt SMBG kandidaten voor het detentiehuis in Olen en voor de gevangenissen in Ruislede, Dendermonde, Hoogstraten, Wortel en Merksplas.

Tinneke Beeckman

Tinneke Beeckman is filosoof en schrijfster



© Bob Van Mol

Genuanceerd en realistisch berichten

Een taboe is een sociaal verbod dat samenhangt met een verlangen naar zuiverheid. Als je bepaalde uitspraken doet of daden stelt, bezoedel je de groep. Je brengt de groep in gevaar en je mag een straf verwachten. Vroeger werd die straf door God (of door Goden) voltrokken; de pleger kreeg pech, werd waanzinnig of ziek, of kon zelfs overlijden. Tegenwoordig bestaan taboes nog steeds. De sociale straf - uitsluiting - wordt door mensen uitgevoerd.

Een recent voorbeeld van een taboe - al valt dat woord niet - las ik in het boek *Morning After the Revolution: Dispatches from the Wrong Side of History* van de jonge, progressieve journaliste Nellie Bowles.

Bowles werkte sinds 2017 voor The New York Times. Ze beschrijft hoe de sfeer na de moord op George Floyd in 2020 veranderde. Met Black Lives Matter en de antifascistische beweging Antifa ontstonden overal protesten. Het debat werd erg gepolitiseerd, ook in de media.

Activisten pleitten onder meer om de politie af te schaffen - *Defund the police*. In sommige steden stemden lokale bewindvoerders daarmee gedeeltelijk in. Bowles trok als reporter naar Seattle om die hervormingen in een bepaalde wijk van nabij mee te maken. Ze moest echter vaststellen dat het machtsvacuüm tot nieuwe problemen leidde; dat de criminaliteit, het geweld en de chaos overal toenamen (intussen is de politie overal opnieuw actief). Maar toen ze daarover wilde publiceren, kwam haar dat op felle kritiek te staan, vooral van jongere collega's. Het leek taboe om genuanceerd en realistisch over de keerzijde van de intense protesten te berichten - Bowles dreigde als extremist of racist te worden weggezet.

Tegelijkertijd voelde Bowles druk - van sommige collega's en van vrienden - om zich publiek voor de 'goede zaak' in te zetten. De tijd vroeg om heldere stellingnames en dat betekende dat wie een foute opmerking maakte of wie een onwenselijke stelling verdedigde, gecanceld moest worden. Bowles geeft daarvan heel wat concrete voorbeelden.

En ze is ontwapenend eerlijk over haar eigen rol. Ze ervoer die periode eerst als een prachtige tijd. Gewillig cancelde ze een witte schrijfster nadat die een zwarte vrouw fout had geciteerd. Die daad gaf Bowles naar eigen zeggen een zalig gevoel: ze had de goede zaak gediend door de vrouw openlijk te veroordelen en ze voelde zich ook erg geliefd binnen de groep. Maar stilaan begon de twijfel te knagen. Het verlangen naar zuiverheid had ook een lelijke kant. Uiteindelijk overkwam Bowles wat Franse revolutionairen tijdens de periode van de Terreur meemaakten: je voert anderen genadeloos naar de guillotine tot je er zelf op belandt. Want onvermijdelijk schiet je vroeg of laat tekort in de vereiste ideologische ijver. Bowles' exit uit de groep werd door vriendschap ingegeven: via privéberichten in WhatsApp werd ze aangemaand om een jonge vriend op het toenmalige Twitter te excommuniceren. Bowles kon het echter niet meer opbrengen. Haar Twitter-stilte klonk oorverdovend luid en ze nam ontslag.

Bowles' getuigenis levert een scherpe analyse van het sociale spel op. Binnen de groep leeft een duidelijke eis: je moet publiek afstand nemen van wie het taboe overtreedt of je wordt zelf onzuiver. Maar het taboe werkt alleen binnen de groep. Zodra het je niet meer kan schelen of je nog tot die groep behoort, verliest het taboe zijn beklommende werking. En kan je schrijven wat je wil.

Voorbij het taboe



Illustratie © Janne van Woensel Kooy

WIJ ZIJN ER VOOR JOU!



In een huisvandeMens kan je terecht voor: informatie (o.a. waardig levenseinde) - gesprekken - vrijzinnig humanistische plechtigheden - gemeenschapsvormende activiteiten - vrijwilligerswerk

Provincie Antwerpen

Jan Van Rijswijcklaan 96
2018 Antwerpen
03 259 10 80
antwerpen@deMens.nu

Lantaarnpad 20
2200 Herentals
014 85 92 90
herentals@deMens.nu

Begijnhofstraat 4
2500 Lier
014 85 92 90
lier@deMens.nu

Grote Markt 14
2800 Mechelen
015 45 02 25
mechelen@deMens.nu

Laar 2 bus 2
2400 Mol
014 85 92 90
mol@deMens.nu

Begijnenstraat 53 bus 6
2300 Turnhout
014 42 75 31
turnhout@deMens.nu

Brussels Hoofdstedelijk Gewest

Saintelettesquare 17
1000 Brussel
02 242 36 02
brussel@deMens.nu

Campus Etterbeek VUB
Pleinlaan 2
Site Willy Van Der Meeren
Lokaal P3.0.DE10, gele units
1050 Brussel

Provincie Limburg

Klokkestraat 4 bus 1
3740 Bilzen
089 30 95 60
bilzen@deMens.nu

Opitterstraat 20
3960 Bree
089 73 05 00
bree@deMens.nu

Grotestraat 10
3600 Genk
089 51 80 40
genk@deMens.nu

Albrecht Rodenbachstraat 18
3500 Hasselt
011 21 06 54
hasselt@deMens.nu

Koningstraat 49
3970 Leopoldsburg
011 51 62 00
leopoldsburg@deMens.nu

Hertog Jan Plein 24
3920 Lommel
011 34 05 40
lommel@deMens.nu

Rijksweg 380
3630 Maasmechelen
089 77 74 21
maasmechelen@deMens.nu

Kazernestraat 10 bus 1
3800 Sint-Truiden
011 88 41 17
sinttruiden@deMens.nu

Vlasmarkt 11
3700 Tongeren-Borgloon
012 45 91 30
tongeren@deMens.nu

Provincie Oost-Vlaanderen

Koolstraat 80-82
9300 Aalst
053 77 54 44
aalst@deMens.nu

Boelare 131
9900 Eeklo
09 218 73 50
eeklo@deMens.nu

Kantienberg 9
9000 Gent
09 233 52 26
gent@deMens.nu

Zuidstraat 13
9600 Ronse
055 21 49 69
ronse@deMens.nu

Stationsplein 22
9100 Sint-Niklaas
03 777 20 87
sintniklaas@deMens.nu

Hoogstraat 42
9620 Zottegem
09 326 85 70
zottegem@deMens.nu

Provincie Vlaams-Brabant

Leuvensestraat 28
3200 Aarschot
013 32 53 09
aarschot@deMens.nu

Koning Albertstraat 87
3290 Diest
013 32 53 09
diest@deMens.nu

Molenborre 28 bus 2
1500 Halle
02 383 10 50
halle@deMens.nu

Brusselsestraat 203
3000 Leuven
016 23 56 35
leuven@deMens.nu

Beauduinstraat 91 bus 1
3300 Tienen
016 81 86 70
tienens@deMens.nu

Frans Geldersstraat 23
1800 Vilvoorde
02 253 78 54
vilvoorde@deMens.nu

Provincie West-Vlaanderen

Hauwerstraat 3C
8000 Brugge
050 33 59 75
brugge@deMens.nu

Esenweg 30
8600 Diksmuide
051 55 01 60
diksmuide@deMens.nu

Korte Torhoutstraat 4
8900 Ieper
057 23 06 30
ieper@deMens.nu

Galloperstraat 48
8670 Koksijde
058 52 08 94
koksijde@deMens.nu

Overleiestraat 15A
8500 Kortrijk
056 25 27 51
kortrijk@deMens.nu

Godshuislaan 94
8800 Roeselare
051 26 28 20
roeselare@deMens.nu



De huizenvandeMens zijn
een initiatief van deMens.nu

Meer info op
www.deMens.nu

