

United to End Racism/ Verenigd om een eind te maken aan racisme

719 Second Avenue North • Seattle, Washington 98109 • USA
Telephone +1-206-284-0311 • Fax +1-206-284-8429 • E-mail: ircc@rc.org
Internet: <http://www.rc.org/uer>

United to End Racism (UER) is een groep mensen van alle leeftijden en achtergronden in veel verschillende landen die toegewijd zijn aan het uitbannen van racisme in de hele wereld. We begrijpen dat het noodzakelijk is voor de vooruitgang van de mensheid dat racisme uitgebannen wordt. We zijn vastbesloten racisme te beeindigen en we ondersteunen de pogingen van andere groepen om dit doel te bereiken.

Het belangrijkste werk van UER is duidelijk te maken welke schade racisme aan mensen toebrengt en deze schade ongedaan te maken op een individuele basis, gebruikmakend van de hulpbronnen en het proces van Herwaarderingscounselen. Het resultaat van dit werk is het versterken van de mogelijkheden van mensen om racisme in hun dagelijks leven te onderbreken, zich te bevrijden van de effecten van racisme, leiding te nemen, diepgaande relaties te vormen over raciale grenzen heen, onze maatschappelijke instituties te bevrijden van racisme en andere individuen en organisaties te ondersteunen in hun werk voor het beeindigen van racisme. UER onderzoekt ook hoe racisme speelt in onze maatschappelijke instellingen en moedigt zijn leden aan zich er actief bewust van te worden en nieuwe manieren te vinden om het te bestrijden. UER biedt een continu beschikbaar systeem om mensen te helpen door te gaan met hun pogingen racisme uit te bannen, en effectieve hulpmiddelen hiervoor, die aangeleerd en gebruikt kunnen worden op een een-op-een basis.

Door zijn werk heeft UER nieuw en belangrijk inzicht ontwikkeld in racisme en de relatie tussen racisme en andere soorten onderdrukking. Dit inzicht heeft ook betrekking op de manier waarop racisme en andere onderdrukkingen worden opgedrongen aan mensen, hoe ze mensen beschadigen, hoe deze schade wordt doorgegeven van generatie op generatie, hoe mensen deze schade kunnen weerstaan en hoe mensen ervan kunnen herstellen. Het werk om te herstellen van de schade die racisme toebrengt, wordt, op verschillende manieren, gedaan zowel door mensen uit groepen die het doelwit zijn van racisme, als door mensen uit groepen die onderdrukkende, racistische rollen vervullen.

UER heeft ook inzicht ontwikkeld in de manier waarop racisme verinnerlijkt wordt door diegenen die doelwit zijn; hoe deze verinnerlijkte onderdrukking speelt binnen de aangevallen groep, hoe dit het werk van deze groep aan het beeindigen van racisme moeilijker maakt; en hoe mensen zichzelf kunnen bevrijden van deze verinnerlijkte onderdrukking.

UER zal een delegatie van leden van haar internationale gemeenschappen naar de Wereldconferentie Tegen Racisme (WCAR) sturen. UER-gedelegeerden zullen leren van de ervaringen van andere organisaties die werken aan het beeindigen van racisme, zij zullen zich verstaan en verbinden met deze organisaties, en zij zullen persoonlijke relaties opbouwen. Om anderen de mogelijkheid te bieden te leren van het werk van UER, zal de delegatie workshops geven, panels voor WCAR-deelnemers leiden, zodat ze zich kunnen uitspreken over racisme in hun leven, dagelijkse steungroepen leiden voor WCAR-deelnemers, en de kennis, ervaring en praktijk van UER delen met individuen en groepen.

De Basistheorie van Herwaarderingscounselen

Waarop het Werk van United to End Racism Gebaseerd is

Herwaarderingscounselen (ook wel bekend als HC of Cocounselen) ziet alle mensen als van nature intelligent, op samenwerking gericht en goedaardig. We gaan ervan uit dat het natuurlijk is, dat mensen goede relaties hebben met andere mensen, dat ze helder nadenken, dat ze wijs en succesvol handelen en dat ze genieten van het leven.

In deze zienswijze zal een mens altijd goed handelen en samenwerken, tenzij er emotionele pijnpatronen tussenkomen. Dan wordt het aangeboren menselijke gedrag vervangen door irrationeel gedrag, negatieve gevoelens en onvermogen om samen te werken of te communiceren. Deze "pijnpatronen" zijn het gevolg van fysieke of emotionele beschadigingen, vaak nog uit de kindertijd, waarvan we nooit helemaal zijn hersteld. Deze pijnpatronen worden weer in werking gezet als er iets gebeurt dat ons herinnert aan die pijnlijke momenten van vroeger.

De gevolgen van pijnlijke ervaringen hadden, op het moment dat we pijn gedaan werden, snel en voorgoed afgeschud kunnen worden langs de natuurlijke weg van emotionele ontlading (bijvoorbeeld door huilen, lachen en bibberen). Na emotionele ontlading kan iemands brein helderder denken en herwaarderen wat er tijdens de pijnlijke gebeurtenis plaats vond.

In plaats daarvan kregen we als kinderen de sociale conditionering tegen emotionele ontlading over ons heen, die kenmerkend is voor onze cultuur, ("Niet huilen," "Je bent toch een grote jongen," enzovoorts). Dit heeft ons belemmerd en verhinderd dat we konden herstellen van onze pijn en het heeft geleid tot een opeenhoping van pijn en spanning. Tegen de tijd dat we volwassen zijn, vormt dit een ernstige beperking van onze oorspronkelijke mogelijkheden om goede relaties tot stand te brengen, succes te hebben en te genieten van het leven. Het staat ook onze vooruitgang in de weg naar een samenleving die alle mensen helpt om op te bloeien in relaties van samenwerking en respect.

In het Herwaarderingscounselen wordt het natuurlijke vermogen om te herstellen van pijn teruggewonnen. De belangrijkste voorwaarde hiervoor is een luisteraar en counselor die oprecht geïnteresseerd is, die ontspannen blijft bij het zien van onze spanning, en die begrijpt hoe het emotionele ontladingsproces werkt.

Veel van onze verwarring is het resultaat van door de samenleving opgedrongen pijnlijke ervaringen, die we onderdrukking noemen (racisme is een voorbeeld); deze ervaringen zijn schadelijk voor iedereen. Iedere volwassene in iedere huidige samenleving is geconditioneerd, door pijnpatronen die ons worden opgelegd, om zowel de rol van onderdrukte als die van onderdrukker te vervullen. (Bijvoorbeeld: dezelfde

persoon kan onderdrukt worden door racisme en tegelijk de onderdrukkersrol hebben met betrekking tot seksisme).

Onderdrukking is niet onvermijdelijk en niet aangeboren bij mensen. Het ontstaat en is alleen werkzaam op basis van pijnpatronen. Niemand zou ermee akkoord gaan zich te onderwerpen aan onderdrukking, tenzij een pijnpatroon van onderwerping op een eerder moment geïnstalleerd was terwijl die mens pijn had. Niemand zou ooit akkoord gaan met, of deelnemen aan, het onderdrukken van een ander mens tenzij een pijnpatroon op een eerder tijdstip was geïnstalleerd. Wanneer deze patronen eenmaal aangebracht zijn, kan iemand zich gemakkelijk irrationeel en onderdrukkend gaan gedragen naar anderen, inclusief mensen uit de eigen groep, en naar zichzelf. (Mensen halen zichzelf en hun eigen mensen alleen omlaag, wanneer racisme hen zo pijn heeft gedaan dat ze het onbewust verinnerlijkt hebben.)

Individuele mensen kunnen bevrijd worden van de effecten van racisme en andere onderdrukkingen, door de processen van emotionele ontlading. Dit herstelproces geeft mensen de kracht zich te organiseren en de strijd te leveren die noodzakelijk is om racisme uit te bannen uit instellingen en uit de maatschappij.



Herwaarderingscounselen is een proces om mensen en de samenleving in zijn geheel, te bevrijden van pijnpatronen, zodat ze weer volledig intelligent kunnen functioneren. Herwaarderingscounselen wordt gedaan in tweetallen, door mensen die naar elkaar luisteren en elkaar helpen pijnlijke emoties te ontladen. Omdat mensen die elkaar in deze tweetallen counselen elkaar geen geld betalen, kan Herwaarderingscounselen gebruikt worden door elk individu, ongeacht zijn of haar economische omstandigheden.

Leden van de Herwaarderingscounseling Gemeenschappen hebben sinds de jaren zeventig gewerkt aan het uitbannen van racisme. Om het werk aan het uitbannen van deze onderdrukking te versnellen, hebben de Internationale Herwaarderingscounseling Gemeenschappen in 1999 het uitbannen van racisme tot hun centrale onderwerp gemaakt, waardoor het werk aan het uitbannen van racisme versneld is. Binnen de HC-Gemeenschappen nemen mensen deel aan bijeenkomsten en workshops, waarin ze elkaar counselen om zichzelf te bevrijden van de effecten van racisme. Sommige van deze bijeenkomsten en workshops zijn voor mensen van verschillende afkomst, andere zijn voor groepen mensen van dezelfde afkomst (mensen met Afrikaanse afkomst, inheemse mensen, enzovoorts).

Herwaarderingscounselen wordt op dit moment gedaan in 92 landen. Meer informatie over Herwaarderings Counselen kan worden gevonden op de United to End Racism webpagina: <<http://www.rc.org/uer>>.