

In de bajes komt er veel op je af. Er gebeurt van alles. Je mist de greep op je eigen leven. Dat kan je boos maken, of wanhopig. Je kunt ook bezig zijn met hoe het verder moet.

Dit boekje heet Believe in Life. Het wil je helpen om na te denken over je leven. Believe in Life. Geloof in je eigen leven. Misschien ook met behulp van je geloof in God. Maar ook als je niet gelovig bent, kan dit boekje je verder helpen. Laat je tijd in de bajes niet verloren gaan, maar doe er iets mee.

Dit boekje is bedoeld als 'levensboekje'. Je kunt het in de achterzak van je broek bij je houden. Jouw leven staat er in. Tenminste: een heleboel van wat je meemaakt als je gevangen zit. Op elke bladzij kun je jezelf erbij schrijven. Zo wordt het echt van jou. Het is geen dagboekje voor 365 dagen van het jaar: er staan zeven weken in. Iedere dag heeft één thema, dat zeven weken doorgaat. Steeds een stapje verder of dieper. Je kunt ermee beginnen wanneer je wilt. En dan zeven weken doorlezen. Niet meer dan per dag een stukje, want teveel is nooit goed, ook niet bij geestelijk voedsel. Je kunt ook onderbreken en het na een tijdje weer eens oppakken. Het blijft van jou.