

# Heel menselijk, heel goddelijk (III): De gevoelens van Christus zoeken

In dit derde artikel dringen we door tot de kern van de deugden: wat ze zijn, hoe ze ons gevoelsleven regelen en waarom ze ons vrijer maken.

17-8-2021

Ze hadden al heel wat vragen gesteld met de bedoeling Jezus in zijn redevoering te doen struikelen. De Heer beantwoordde ze een voor een

zonder ongeduldig te worden. Aan het eind onderbreekt een Schriftgeleerde, verbaasd over alles wat hij had gehoord, Hem. Vol bewondering over de leer van de Meester, legt hij in het openbaar een twijfel voor die hem al enige tijd onrustig maakte. Wat is het belangrijkste in het leven? Hij, die gewend was zelfs de kleinste voorschriften nauwgezet uit te voeren, was soms in verwarring: hij kon er niet achter komen wat essentieel was in alles wat hij deed. En zo kwam hij met zijn vraag: “Wat is het allereerste gebod?” (Mc 12,28). Jezus wil het innerlijk van deze man, die oprecht op zoek is naar geluk, eenvoudiger maken en hij gebruikt woorden uit de Schrift die lijken op de taal van geliefden: “Gij zult de Heer uw God beminnen met geheel uw hart, geheel uw ziel, geheel uw verstand en geheel uw kracht” (Mc 12,30).

Jezus wil ons doen begrijpen dat het leven van hen die in God geloven “niet kan worden versmald tot een angstige en dwangmatige gehoorzaamheid, maar dat het de liefde als beginsel moet hebben”[1]. Liefhebben met ons hart, verstand, ziel en krachten. Maar hoe bereiken we dit? Paulus wees de Filippenzen de weg: “Die gezindheid moet onder u heersen welke ook Christus Jezus bezielde” (*Fil 2,5*); alles voelen en op alles – personen, gebeurtenissen, situaties – reageren zoals Jezus. De gevoelens van Christus zijn het uitgangspunt om de innerlijke verdeeldheid te overwinnen die de stabiliteit van de liefde in de weg staat. Als wij niet alleen de voetstappen en de woorden van de Heer volgen, maar ook trachten te *voelen* zoals Hij, zullen wij die eenvoud en dat geluk vinden waarnaar de Schriftgeleerde verlangde.

## Het belang van onze innerlijke wereld

De Catechismus van de Kerk zegt ons dat de hartstochten, de gevoelens, “natuurlijke componenten zijn van de menselijke psyche, zij vormen de plaats waar het zintuiglijke leven en het leven van de geest in elkaar overgaan en verzekeren de band tussen beide”[2]; zij zijn aanwezig in het leven van alle mensen en waren dus ook aanwezig in het leven van Christus. Wij weten dat Jezus huilde bij het graf van zijn vriend Lazarus (vgl. *Joh.* 11,35) of dat hij streng optrad tegen de handelaars die van de tempel van Jeruzalem een marktplaats hadden gemaakt (vgl. *Joh.* 2,3-17). We zien Hem ook met vreugde beschouwen hoe de eenvoudigen het Evangelie aanvaarden (vgl. *Mt* 11,25).

Om het gebied van onze affectiviteit goed te begrijpen, moeten we eerst

een onderscheid maken tussen onze *handelingen* enerzijds en onze *gevoelens of hartstochten* anderzijds; of, met andere woorden, tussen wat we doen en wat er *ons gebeurt*. Wij zeggen dat wij *handelen* wanneer wij iets op eigen initiatief plannen en uitvoeren: bijvoorbeeld wanneer wij besluiten te gaan studeren of een zieke vriend te gaan bezoeken. Op andere momenten daarentegen kunnen wij verrast worden door een onverwachte reactie op een situatie: woede over een woord dat wij beledigend vinden, droefheid over de onverwachte dood van een geliefd persoon, of afgunst over iets waardevols dat wij graag zouden willen hebben. Deze gemoedsgesteltenissen die zich voordoen zonder dat wij daarvoor kiezen, worden *gevoelens of hartstochten* genoemd.

Juist omdat gevoelens niet door ons gekozen worden, zijn zij noch een

verdienste noch een zonde. Dit betekent echter niet dat zij altijd neutraal zijn, want zij “krijgen een morele kwalificatie in de mate waarin zij afhangen van de rede en van de wil”[3]; dat wil zeggen, voor zover zij actief worden gezocht of we ermee instemmen door ze te aanvaarden. De spontaniteit waarmee zij in ons opkomen, betekent evenmin dat zij onbelangrijk zijn voor het christelijk leven, want in feite is het tegendeel waar: onze gevoelens veronderstellen een voorafgaand oordeel over de gebeurtenis naar aanleiding waarvan zij opkomen en ze suggereren een daaropvolgende handelwijze. En we kunnen ze geleidelijk aan vorm geven, zodat ze steeds meer in overeenstemming zijn met wat we werkelijk willen.

Bijvoorbeeld, bij een gebeurtenis die ons goed lijkt, ontstaat een gevoel als vreugde of enthousiasme, wat dan

handelingen stimuleert zoals de situatie toejuichen of tot iemand toenadering zoeken. Anderzijds ontstaat bij een gebeurtenis die wij slecht vinden een gevoel als woede of droefheid, wat dan tot daden leidt als verwijten of afstand nemen.

Logischerwijze zijn er gelegenheden waarbij een situatie niet moet worden toegejuicht, ook al is het oordeel dat aan onze gevoelens voorafgaat positief; of er zullen ook gevallen zijn waarin wij een belediging zien waar er geen is en het zou dan een vergissing zijn te reageren met een veroordelend gedrag. Men kan dus zeggen dat wanneer onze hartstochten gebaseerd zijn op een waar oordeel, zij een hulp zijn voor het christelijk leven, omdat zij het mogelijk maken spontaan het goede te doen, maar dat wanneer zij gebaseerd zijn op een vals oordeel, zij dit belemmeren.

Natuurlijk kan iemand die hartstochten voelt die gebaseerd zijn op verkeerde percepties van de werkelijkheid, toch goed handelen door zich met moeite tegen dat gevoel te verzetten. Maar je kunt niet je hele leven tegen de stroom op roeien, voortdurend vechtend tegen de aanvallen van slechte hartstochten, doen waar je geen zin in hebt, of altijd maar verwerpen waar je gevoelsleven je toe neigt. Een aanhoudende strijd tegen je eigen gevoelens kan gemakkelijk leiden tot ontmoediging of uitputting. Als je er niet in slaagt deze innerlijke wereld op te voeden, wordt het uiteindelijk moeilijk om te onderscheiden wat goed en wat slecht is, omdat je geest verduisterd is; en dan zullen we vaak zonder erover na te denken makkelijk toegeven aan de gevoelens zoals die in ons opkomen.

**De opvoeding van ons gevoelsleven**



“Opvoeden is in het leven binnenleiden en de grootsheid van het leven is het op gang brengen van processen, jonge mensen leren processen op gang te brengen en niet ‘ruimten’ in te nemen”[4]. Zo antwoordde de paus eens aan een leerkracht tijdens een ontmoeting met het onderwijzend personeel van een school. Deze aanbeveling geldt ook voor de vorming van het gevoelsleven. Deze is er niet alleen maar op gericht slechte hartstochten in te dammen of bepaalde gedragingen te verhinderen, maar om beetje bij beetje de gevoelswereld vorm te geven, zodat onze spontane neigingen ons helpen om snel en op natuurlijke wijze het goede te doen. Het opvoeden van onze gevoelens is het begin van een proces dat ons ertoe zal brengen Gods genade beter te aanvaarden en ons zo met Jezus te vereenzelvigen. Een goed geordend gevoelsleven stelt ons in staat graag te doen wat goed is; het stelt ons,

bijna altijd, in staat te *doen wat ons bevalt* en wat tegelijkertijd overeenkomt met wat God behaagt.

Om onze gevoelens op te voeden is het nodig ze te begrijpen, te weten waardoor ze opkomen. Wij zijn geschapen met een natuurlijke neiging naar wat goed voor ons is: het instinct om te overleven, de seksuele neiging, het verlangen naar kennis, de noodzaak om te werken en vrienden te hebben, de redelijke behoefte aan erkenning en respect van de mensen om ons heen, het zoeken naar zingeving en transcendentie, enzovoort. Al deze natuurlijke neigingen zijn als een kracht die uit ons voortkomt op zoek naar wat we nodig hebben. Wanneer de neiging vervuld wordt, ontstaat er een positieve innerlijke weerklank, en dit is een gevoel: vreugde, dankbaarheid, sereniteit... Maar wanneer de neiging gefrustreerd wordt, ontstaat er een negatief

gevoel: woede, verwarring,  
pessimisme...

Er zijn echter twee factoren die de wereld van onze gevoelens vervormen en belemmeren dat onze ziel harmonieus functioneert. De eerste is de wanorde die de zonde in het systeem van onze neigingen teweeggebracht heeft: de genade van de rechtvaardiging in Christus neemt wel de schuld weg, maar zij heeft niet onmiddellijk de ongeschondenheid van onze verlangens hersteld: het is een weg die geleidelijk moet worden afgelegd. De tweede factor verschilt van persoon tot persoon: afhankelijk van de genoten opvoeding, het sociale milieu en de persoonlijke zonden, kan het organisme van onze neigingen verder misvormd worden. Om deze wanorde te corrigeren en te voorkomen dat er negatieve gevoelens opkomen, zullen wij moeten afdalen tot de diepste laag

van onze persoonlijkheid en deze op het goede richten. En dit wordt bereikt door de deugden.

## **Wat zijn de deugden**

Aan het begin van de 14e eeuw vulde Giotto de binnenkant van een kapel in Padua met fresco's, die vandaag de dag worden beschouwd als een van de belangrijkste kunstwerken ter wereld. Aan de zijkanten stelt elk schilderij een scène voor uit het leven van Jezus en Maria, van de Aankondiging tot de Hemelvaart. Ze komen allemaal samen op de achterwand, die het einde der tijden voorstelt: de scène van het Laatste Oordeel, met de gelukzaligen aan Christus' rechterzijde en de verdoemden aan zijn linkerzijde. Maar er is nog meer: op de zijmuren, in het onderste gedeelte, het gebied het dichtst bij de toeschouwer, staan twee reeksen van zeven afbeeldingen die niet echt tot de heilsgeschiedenis

behoren: het zijn personificaties van zeven deugden en zeven ondeugden. In deze opeenvolging van beelden, die aan beide zijden de Heer in zijn majesteit tonen, schijnt de kunstenaar de menselijke medewerking aan deze goddelijke geschiedenis te hebben willen uitbeelden: onze mogelijkheid om het werk van de genade te vergemakkelijken of te bemoeilijken. In die zin, zo heeft de heilige Jozefmaria eens opgemerkt, zijn er veel mensen “die misschien het goddelijk woord nooit gehoord hebben, of het vergeten zijn. Maar hun aard is menselijk gesproken oprecht, trouw, meelevend, eerlijk. En ik durf te stellen dat, wie deze karaktertrekken in zich verenigt, er heel na aan toe is God een eerlijke kans te geven, want de natuurlijke deugden vormen het fundament van de bovennatuurlijke deugden.”<sup>[5]</sup> Maar wat zijn deugden? Kunnen we ze bezitten op dezelfde manier als

wij iets in onze handen houden, een pak dragen of schoenen aan hebben? In zekere zin wel: de intelligentie en de wil, die onze geestelijke vermogens zijn, en ook de lichamelijke streefvermogens, hebben het vermogen om te bezitten. Het gaat niet om materiële objecten, maar het zijn kwaliteiten die, wanneer ze aangeleerd zijn totdat we ze bezitten, goede gewoonten of deugden worden genoemd. Deze kwaliteiten zijn niet zichtbaar zoals vormen en kleuren, maar hun aanwezigheid in een persoon wordt gemakkelijk opgemerkt. Een wiskundige voert bijvoorbeeld gemakkelijk bewerkingen en berekeningen uit die iemand die geen wiskunde heeft gestudeerd niet eens kan begrijpen. Deze wiskundige *bezit* een wetenschap, en dat is een intellectuele deugd. Iemand die matig is, om een ander voorbeeld te geven, eet en drinkt zonder veel moeite alleen wat redelijk is, omdat

hij een morele deugd *bezit*, die de matigheid heet. Wie deze gewoonte niet heeft, zal er slechts met moeite in slagen zich te beperken tot wat redelijk is; en wie daarentegen de ondeugd bezit die tegen de matigheid ingaat, de gulzigheid, zal gemakkelijk meer eten dan hij zou moeten.

De morele deugden hebben drie fundamentele dimensies. De eerste is intellectueel van aard: aangezien de deugden een reactie moeten regelen, wordt er kennis van een levensstijl voorondersteld, nl. die van iemand die Christus navolgt. De deugd van de armoede bijvoorbeeld vooronderstelt kennis van de rol die de economische goederen spelen in het leven van een christen. De tweede dimensie van de deugden is gevoelsmatig van aard: ze zetelen in de neigingen en ze verbeteren deze beetje bij beetje waardoor ze steeds spontaner overeenkomen met de levensstijl van een christen. Dit

bereiken we door het herhalen van handelingen die vrij zijn en deugdzzaam, en die worden verricht juist omdat ze goed zijn.

Handelingen die goed *lijken*, maar gesteld worden uit vrees, wenselijkheid of andere motieven die niets met het goede te maken hebben, zullen onze menselijke neigingen niet deugdzzaam maken, omdat ze ons gevoelsleven niet verbeteren. De derde dimensie van de deugden is tenslotte dat ze in ons een aanleg voor het goede scheppen: de deugdzame persoon bezit een bijzonder gemak en inzicht om te onderscheiden tussen wat goed en slecht is, zelfs in complexe of onvoorziene situaties.

## **De deugden maken ons vrij**

Jezus, die van zichzelf zegt dat Hij de goede herder is, een beeld dat bij zijn toehoorders de komst van de redder van het volk oproep, zegt: “Ik ben



gekomen opdat zij leven zouden bezitten, en wel in overvloed” (*Joh 10,10*). Dat overvloedige en volle leven wordt ons geschonken door Gods genade, gesteund door ons verlangen om het beste van wat ons omringt te ontdekken en te kiezen. Het bezit van deze gewoonten maakt ons dus vrijer; het maakt ons geleidelijk aan tot meer flexibele mensen, die weten te ontdekken hoe zij goed kunnen doen in zeer verschillende situaties. De deugden bevrijden ons omdat zij ons in staat stellen te kiezen tussen de verschillende goederen die ons worden voorgehouden. De ondeugden daarentegen zijn star omdat zij automatismen opwekken, reacties die moeilijk op te geven zijn.

De vereenzelviging met Christus, waartoe de Heilige Geest ons inspireert, houdt in dat wij de deugden die Jezus ons heeft geleerd, zowel de theologische als de morele

deugden, verwerven en bestendigen. Wij hebben stilgestaan bij de morele, die onze innerlijke gevoelswereld, zo belangrijk voor het christelijk leven, opnieuw ordenen. De drijvende kracht en de wortel van al deze deugden is echter de naastenliefde. Zonder deze zou heel de rest gezien worden als een gewicht dat de vrijheid onderdrukt. Wanneer we oprecht wensen te leven tot eer van de Vader, zoals Christus leefde, dan leidt die liefde vanzelf onze keuzes, zodat die meer en meer op die van Jezus gaan lijken. Het gebod waarmee Jezus de Schriftgeleerde antwoordde – God lief te hebben met geheel zijn hart en met al zijn krachten – kent geen dwangmatige gehoorzaamheid: het heeft kinderen nodig die in vrijheid handelen, omdat zij voelen zoals Jezus voelt.

*Ángel Rodríguez Luño*

---

[1] Paus Franciscus, *Angelus*, 25 oktober 2020.

[2] *Catechismus van de Katholieke Kerk*, nr. 1764.

[3] *ibid.* nr. 1767.

[4] Paus Franciscus, toespraak, 6 april 2019.

[5] Heilige Jozefmaria, *Vrienden van God*, nr. 74.

Ángel Rodríguez Luño

---

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/  
article/heel-menselijk-heel-goddelijk-iii-  
de-gevoelens-van-christus-zoeken/](https://opusdei.org/nl/article/heel-menselijk-heel-goddelijk-iii-de-gevoelens-van-christus-zoeken/)  
(2-6-2025)