

## **Strijd, nabijheid, missie (3): Alles is van ons en alles is van God**

Elke sport vraagt om inspanning, biedt ruimte voor vreugde en opent tegelijkertijd nieuwe mogelijkheden. Hetzelfde geldt voor het christelijk leven: in de geestelijke strijd kunnen we vreugde ervaren in de omgang met de Heer, groeien in ons innerlijk leven en samen met Hem nieuwe uitdagingen aangaan.

3-3-2025

“Je bent een nieuwe schepping geworden en met Christus ben je bekleed. Laat dit witte kleed het teken zijn van je waardigheid; dat je het zonder smet mag dragen tot in het eeuwig leven, geholpen door het woord en het voorbeeld van je naasten.”[1] Sinds de vroegste tijden kent de Kerk de traditie om nieuwe dopelingen in het wit te kleden: een zichtbaar teken van vreugde om één te worden met Christus, om Hem in ons te laten leven.[2] Ook de naam en het gebaar van het doopsel verwijzen naar deze werkelijkheid. *Baptizein* betekent immers: onderdompelen. In dit sacrament treden wij binnen in het leven van de Drie-eenheid, zoals een spons die zich met water verzadigt en, zonder zichzelf te verliezen, één wordt met zijn nieuwe omgeving. Zo ontstaat er

“een verwevenheid van het wezen van God en ons wezen, een wezen ondergedompeld in de Drie-eenheid – Vader, Zoon en Heilige Geest – zoals in het huwelijk twee personen één vlees worden en een nieuwe, unieke werkelijkheid vormen, met een nieuwe en unieke naam.”[3] Vanaf dat ogenblik wordt het zorgen voor dit nieuwe leven een dagelijkse opdracht, die een voortdurende geestelijke strijd vraagt. De Schrift herinnert ons eraan: “Mijn zoon, wanneer gij de Heer gaat dienen, bereid u dan voor op beproevingen. Laat uw hart de juiste weg inslaan en laat het sterk zijn, en wind u niet op als de tegenspoed komt. Houd u aan Hem vast en laat Hem niet los: dan zult gij uiteindelijk verheven worden (Sir 2,1-3).”

**Uitgangspunt: God houdt  
onvoorwaardelijk van ons**

Bij ons doopsel heeft God ons voorgoed verzekerd dat Hij van ons houdt zoals wij zijn, wat er ook gebeurt. Deze zekerheid vormt het fundament van onze innerlijke weg. Zonder haar zouden wij al snel de verkeerde richting inslaan. Het gaat niet om zelf iets te verdienen, en ook niet om onszelf te bewijzen — niet tegenover onszelf en niet tegenover anderen — maar om in vrijheid te leven en ons te verheugen in Gods liefde. “Zo hebben wij de liefde leren kennen die God voor ons heeft, en wij gelóven in haar (1 Joh. 4,16).” Hoe noodzakelijk is het daarom “de waarheden van ons geloof tot ons te laten doordringen, zodat ze heel ons leven kunnen omvormen. God houdt van ons.[4]

Toch vervangt Gods genade nooit het verstandig en volhardend gebruik van onze eigen krachten: “...onze persoonlijke heiliging is een geschenk van God; maar de mens

mag niet passief blijven”.[5] Het is waar dat ons leven door de genade een waarde krijgt die onze menselijke mogelijkheden overstijgt, maar genade vervangt de natuur niet: zij wil ermee samenwerken, ja, er zelfs mee dansen. Je zou kunnen zeggen dat in ons leven alles van ons is en tegelijk alles van God. “Over de continuïteit van de kleine dagelijkse gebeurtenissen, aangenaam of pijnlijk, voorzien of onvoorzien, loopt de parallelle reeks van de actuele genaden, die ons elk moment worden aangeboden. (...) Geleidelijk aan zal er tussen Hem en ons een bijna ononderbroken gesprek ontstaan, dat het ware innerlijke leven zal zijn.”[6]

Het zou dus kortzichtig zijn om dit leven dat zich in het menselijk hart ontvouwt, te beschrijven met woorden als ‘strijd’ of ‘gevecht’. Wat wij strijd noemen, gezien vanuit het perspectief van de weerstand die we

in en buiten onszelf ondervinden, kan in het grotere geheel, gezien worden als activiteit en beweging, als dynamiek en groei. Deze aspecten van de ontwikkeling van elk levend wezen – waaronder de strijd tegen bedreigingen of moeilijkheden van de omgeving, als onderdeel van diezelfde ontwikkeling – drukken de rijkdom van het geestelijk leven beter uit.

## **Kijk naar het landschap, niet alleen naar de grond**

Bergbeklimmers en wielrenners in het hooggebergte weten hoe essentieel het is hun krachten goed te doseren en zich volledig te concentreren op de inspanning; vaak houden ze daarom hun blik onderweg vooral gericht op de grond. Toch zou het jammer zijn als die noodzakelijke concentratie hen zou beletten te genieten van het panorama dat zich, naarmate ze

hoger komen, steeds verder ontvouwt. In de geestelijke strijd kan ons iets soortgelijks overkomen: dat wij te veel aandacht besteden aan het kwaad dat wij willen overwinnen, of alleen de prijs zien voor het verwezenlijken van het goede. Daarom is het zo belangrijk om geregeld op te kijken, zodat wij niet vergeten hoeveel rijkdom wij onderweg ontvangen.

“Laat u niet overwinnen door het kwade, maar overwint het kwade door het goede” (Rom. 12,21), schrijft Paulus in een vers dat de heilige Jozefmaria soms samenvatte als: “het kwaad verstikken in een overvloed aan goed.”<sup>[7]</sup> De christelijke strijd is dan ook niet in de eerste plaats een gevecht tegen de zonde, maar eerder een voortdurende inspanning om het leven te voeden dat ons in het doopsel is geschonken. Als wij bijvoorbeeld het beste aan anderen gunnen, kunnen wij dit zien als een

overwinning op het egoïsme of als een oefening in onthechting; maar nog vruchtbaarder is het dit te verstaan als een strijd om ons hart te verruimen, te groeien in liefde, vrijgevigheid en onbaatzuchtigheid. En dit niet uit een individueel streven naar volmaaktheid, maar omdat wij, vanuit het hart van Christus, voor anderen willen leven.

Deze twee benaderingen van de christelijke strijd hangen nauw samen met twee manieren om goede voornemens te formuleren. Het kan vaak veel vruchtbaarder zijn om ons niet enkel voor te nemen iets níet meer te doen, dan om onze blik te verheffen naar de horizon en te bevestigen wat wij wél willen doen. *In omnibus respice finem*, luidt een oud spreekwoord: “zie in alle dingen het doel”; of, in modernere bewoording, “begin met het waarom”. Om werkelijk met onze ogen op het doel gericht te leven, is

het soms nodig om even afstand te nemen van de concrete situatie; stil te staan, het te overwegen en onze indrukken met God te delen. Dan wordt onze blik helderder. We ontdekken dat het niet enkel gaat om een nabij doel of een kleine, specifieke strijd, maar om onze openheid voor Gods genade – zodat Hij van ons een andere Christus maakt, *alter Christus*.

## **Strijden is al liefhebben**

“Kinderen, wij moeten niet liefhebben met woorden en leuzen, maar met concrete daden” (1 Joh. 3,18). Niemand voelt zich werkelijk bemind wanneer liefde, plechtig bevestigd met verklaringen en beloften, vervolgens door daden wordt tegengesproken. Daarom beantwoorden wij met elk van onze keuzes de vraag die Jezus aan Petrus stelde: “Heb je Mij lief?” (Joh. 21,17). Het leven van de christen, zo schreef

de Prelaat van het Opus Dei, is een antwoord op deze vraag van de Heer: vrij, bewust en beschikbaar.[8]

Telkens wanneer wij ons egoïsme overstijgen, telkens wanneer wij ons inspannen om in een bepaalde deugd te groeien die ons beter doet dienen, telkens wanneer wij kiezen voor nederigheid in plaats van de drang om onszelf te laten gelden, zeggen wij zonder woorden tot God: Ik houd meer van U.

“Dit is onze bestemming op aarde: vechten, uit liefde, tot het laatste moment,” noteerde de heilige Jozefmaria eens bij het opmaken van de jaarbalans.[9] Maar strijden uit liefde is veel meer dan enkel achteraf een motief van liefde toevoegen aan onze inspanningen: “En toen je in je gebed sprak met de Heer, heb je nog duidelijker begrepen dat strijd hetzelfde is als Liefde en heb je Hem om een grotere Liefde gevraagd.”[10] Daarom is de geestelijke strijd zelf

belangrijker dan de uiteindelijke overwinning. Want “zolang er strijd is – geestelijke strijd – is er innerlijk leven. Dat is wat de Heer van ons verlangt: de wil om Hem met daden te beminnen, in de kleine alledaagse dingen.”[11] Wat de strijd tot liefde maakt, is het doel ervan: waarom ik strijd en voor wie ik strijd. Het zijn deze antwoorden die de strijd haar vorm geven en haar tot een weg van groei maken.

Wanneer we lezen over het leven van heiligen, kunnen we ons de geestelijke strijd gemakkelijk voorstellen als een heldhaftige worsteling: een strijd van helden die zich tot het uiterste inspannen en taken volbrengen die een buitengewone innerlijke kracht en moed vereisen. De heilige lijkt dan haast “een soort ‘acrobaat’ van de heiligheid, die oefeningen uitvoert die voor gewone mensen onbereikbaar zijn.”[12] Toch raakt

dit beeld niet de kern van het geheim van de heiligen. Wat werkelijk telt – en dat op elk moment van de weg – is de liefde, de naastenliefde die haar oorsprong vindt in God. “Zelfs het martelaarschap ontleent zijn grootsheid niet aan een daad van kracht, maar bovenal aan een heroïsche daad van wonderbaarlijke liefde. De drie eeuwen van vervolging in de vroege Kerk waren ongetwijfeld tijden van moed en heldhaftige kracht, maar nog meer van een brandende liefde voor God.”[13]

Soms kan een overdreven drang naar zekerheid ons verleiden tot een kwantitatieve benadering van de geestelijke strijd, alsof we onze vooruitgang kunnen meten, zoals iemand die een persoonlijk trainingsplan volgt om zijn conditie te verbeteren. Natuurlijk is het waardevol om te streven naar groei, jezelf op vele vlakken te overstijgen

en offers te brengen. Maar dit alles is niet vanzelfsprekend een teken van vooruitgang waar het werkelijk om gaat. Heiligheid, zo zei de heilige Jozefmaria, “bestaat er niet in elke dag moeilijkere dingen te doen, maar in elke dag dezelfde dingen met meer liefde te doen.”<sup>[14]</sup> Wat werkelijk geestelijke vruchten voortbrengt, is niet de moeilijkheid van wat we ondernemen, maar de liefde in ons antwoord op die eerste liefde waarmee God ons heeft bemind. Heiligheid betekent niet dat iemand “op eigen kracht grote dingen heeft verricht, maar dat in zijn leven werkelijkheden verschijnen die hij niet zelf heeft gedaan, omdat hij eenvoudig beschikbaar was om God te laten handelen.”<sup>[15]</sup> Omdat alles begint met de vrije wil van God, die ons de gave van het doopsel en het christelijk leven heeft geschonken, begrijpen we beter wat de Schrift ons leert: “Het hangt dus niet af van de wil of de inspanning van de mens,

maar van Gods ontferming (Rom. 9,16).”

Weten dat elke daad van heiligheid begint met een goddelijke impuls, dat het God is die zijn werk is begonnen en dat hijzelf het zal voltooien: dat is wat ons begrip van de geestelijke strijd kenmerkt. Wij ‘verdienen’ geen punten bij God, om zo zijn liefde te verdienen: hij geeft zich voortdurend aan ons, wat er ook gebeurt. “Het onderricht van de katholieke Kerk wijst er herhaaldelijk op dat we niet door onze werken of inspanningen gerechtvaardigd worden, maar door het initiatief en de genade van God. (...) Zijn vriendschap overstijgt ons mateloos. Wij kunnen haar niet kopen door onze goede werken en zij kan alleen maar een gave zijn van zijn liefdesinitiatief. (...) Net zoals het hoogste gebod van liefde zou deze waarheid onze levensstijl moeten kenmerken. Ze vloeit voort uit het Evangelie. Ze vraagt niet alleen om

met ons verstand aanvaard te worden, maar tevens om tot een aanstekelijke vreugde omgevormd te worden.”[16]

## **Als sport**

Waar kunnen we het beste ‘beginnen en opnieuw beginnen’?[17] Op welk concreet gebied van ons innerlijk leven vangt deze strijd aan? Het antwoord verschilt voor ieder van ons, maar een goede leidraad kan gevonden worden in het onderzoeken van onze terugkerende tekortkoming of zwakheid – het is vaak iets dat nauw samenhangt met onze aard. Zo kan een vurig temperament gemakkelijk ontaarden in bruuskheid, terwijl wie van nature vriendelijk is, kan vervallen in overmatige toegeeflijkheid of verlegenheid. De geestelijke strijd richt zich allereerst op het vermijden van alles wat onverenigbaar is met de liefde tot God – dat wil zeggen: de

doodzonde. Vervolgens op het overwinnen van datgene wat ons hart verhindert zich te openen voor de Heer en voor onze naaste – de dagelijkse zonden. En ten slotte, en altijd, op het bestrijden van ons tekort aan liefde; de middelmatigheid. Een levensprogramma dat de heilige Nikolaus van Flüe in enkele verzen wist te vatten: “Mijn Heer en mijn God, verwijder alles wat mij van U verwijdert. Mijn Heer en mijn God, geef mij alles wat mij dichterbij U brengt. Mijn Heer en mijn God, bevrijd mij van mijzelf, opdat ik mij geheel aan U kan geven.”[18]

De heilige Jozefmaria vergeleek de geestelijke strijd graag met sport: “De ascetische strijd is geen negatieve en dus ook geen trieste strijd; het is een blijde bevestiging. Het is een sport.”[19] Elke sport vraagt inspanning, maar biedt tegelijkertijd vreugde: door de interactie met

anderen, door nieuwe ervaringen, door het plezier jezelf te overtreffen... Op dezelfde manier kunnen we, met wat oefening, beginnen vreugde te vinden in de omgang met de Heer te midden van de geestelijke strijd. Zo zullen we in de objectieve moeilijkheden niet alleen obstakels zien, maar ook kansen om ons leven in God te verdiepen. Wie de uitdagingen als een uitnodiging aanvaardt, laat zich veel minder ontmoedigen. Ook onze blik op de mensen om ons heen verandert, vooral op degenen met wie we misschien minder affiniteit hebben: “Zeg niet: die persoon werkt me op de zenuwen. - Denk: die mens heiligt mij.”[20]

Een belangrijke factor bij sporttraining is volharding. Grote overwinningen worden niet in één dag behaald; vaak zijn vele pogingen nodig. “De atleet zet door, de goede atleet besteedt veel tijd aan trainen

en voorbereiden. Als het om springen gaat, probeert hij het keer op keer.”[21] Kleine stapjes, uitgevoerd met vasthoudendheid en doorzettingsvermogen, leiden uiteindelijk tot succes. Op dezelfde manier is het meestal effectiever om kleine, concrete voornemens te maken en deze consequent na te leven, dan grote voornemens te formuleren die we vaak niet kunnen waarmaken. In de geestelijke strijd is het bovendien essentieel om rekening te houden met tijd, door middel van het geduld: te beginnen en opnieuw te beginnen, onze voornemens met nederigheid en creativiteit te herzien, telkens wanneer dat nodig is. Zo groeit een antwoord van liefde op discrete wijze gedurende het hele leven.

Net zoals in de sport horen, ook in het spirituele leven, nederlagen erbij. Maar zoals Jezus zegt: “Zo zal er in de hemel meer vreugde zijn over één

zondaar die zich bekeert, dan over negenennegentig rechtvaardigen die geen bekering nodig hebben (Lc 15,7),” zo kunnen we ons voorstellen dat de Heer zich over elk van onze kleine overwinningen, over elk van ons ‘opnieuw beginnen’, evenzeer – misschien zelfs meer – verheugt dan over alles wat ons gemakkelijk afgaat. Ook al hebben we nog veel te doen, we mogen na een overwinning niet zomaar verdergaan. Een overwinning moet worden *beleefd*: elke stap vooruit is een moment om God te danken en nieuwe kracht te putten. Tegelijkertijd mogen we niet vergeten dat we onze strijd niet alleen voeren. Net zoals atleten mensen om zich heen hebben die hen helpen trainen en zichzelf te overtreffen, zo plaatst God ook in ons leven mensen die ons ondersteunen. We kunnen rekenen op onze broeders en zusters in het geloof, op hun gebed en hun steun; op degenen die ons zijn voorgegaan en ons

vanuit de hemel begeleiden; en natuurlijk op onze beschermengel en de heilige Maria.

---

[1] Ritueel voor de doopviering van kinderen.

[2] Vgl. Rm 13,14; Gal 2,20.

[3] Benedictus XVI, Lectio Divina, 11-VI-2012.

[4] Heilige Jozefmaria, Christus komt langs, nr. 144.

[5] Ibíd., nr. 176.

[6] R. Garrigou-Lagrange, Las tres edades de la vida interior, Tomo I, p. 184ss.

[7] Heilige Jozefmaria, De Voor, nr. 864.

[8] F. Ocariz, Pastorele Brief, 9-I-2018, nr. 5.

[9] Heilige Jozefmaria, En diálogo con el Señor, nr. 83.

[10] De Voor, nr. 158.

[11] Heilige Jozefmaria, De Kruisweg, 3e statie.

[12] J. Ratzinger, «Dejar obrar a Dios» (traducción del original en L'Osservatore Romano, 6-X-2002; disponible en [www.opusdei.org](http://www.opusdei.org)).

[13] R. Garrigou-Lagrange, Las tres edades de la vida interior, Tomo I, blz. 167.

[14] Heilige Jozefmaria, Nota's van zijn prediking (AGP, P10, n. 25), cit. door E. Burkhart y J. López, Vida Cotidiana y santidad en la enseñanza de san Josemaría, Rialp, Madrid 2013, vol. II, blz. 295.

[15] J. Ratzinger, «Dejar obrar a Dios».

[16] Franciscus, Gaudete et exsultate, nrs. 52, 54, 55.

[17] De Heilige Jozefmaría sprak vaak zo over het innerlijke leven. Vgl. Bijvoorbeeld De Weg, nr. 292; De Smidse, nr. 384; Christus komt langs, nr. 114.)

[18] Dit gebed is bijvoorbeeld opgenomen in het gebed dat Johannes Paulus II uitsprak bij het graf van de heilige op 14 juni 1984. De heilige Jozefmaria bad met soortgelijke woorden: «Verwijder van mij, Heer, wat mij van U afkeert!» (cfr. A .Vázquez de Prada, El Fundador del Opus Dei, Rialp, Madrid, 2003, vol. 3, blz. 462).

[19] De Smidse, nr. 169.

[20] De Weg, nr. 174.

[21] In dialoog met de Heer, nr. 32.

Maria Schörghuber

---

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/  
article/strijd-nabijheid-missie-3-alles-is-  
van-ons-en-alles-is-van-god/](https://opusdei.org/nl/article/strijd-nabijheid-missie-3-alles-is-van-ons-en-alles-is-van-god/) (4-4-2026)