

opusdei.org

# **Strijd, nabijheid, missie (6): Groter dan je hart – Berouw en verzoening**

Alleen God is groter dan ons hart – daarom kan alleen Hij het genezen en het volledig verzoenen. Zesde artikel van de serie 'Strijd, nabijheid, missie'.

6-6-2025

Een belangrijk deel van de aantrekkingskracht die Jezus op zijn tijdgenoten uitoefende, was te danken aan zijn vermogen om

ongeneeslijk zieken te genezen. De belangstelling voor hem werd ook gewekt door de verrassende aard van sommige wonderen, de kracht en originaliteit van zijn prediking, zijn innemende sympathie en opgewekte aard, en het feit dat hij verscheen als de beloofde Messias uit de Schriften... Toch kwamen velen vooral naar hem toe vanwege de genezingen die hij verrichtte onder de zieken. Er werd verteld hoe melaatsen, lammen, blinden, doofstommen en mensen met andere lichamelijke beperkingen genezing vonden door zijn woorden en gebaren.

Maar die mysterieuze arts schonk lichamen hun gezondheid terug om iets diepers te openbaren: zijn vermogen om zielen te genezen. Jezus verzoent zoals alleen God dat kan: Hij daalt af tot in de diepste diepten van ons hart om daar heling te brengen. “Wat is gemakkelijker te

zeggen: uw zonden zijn u vergeven; of te zeggen: sta op en loop? Welnu, opdat ge zult weten dat de Mensenzoon macht heeft op aarde zonden te vergeven” – en Hij richtte zich tot de lamme – “Ik zeg u, sta op, neem uw bed op en ga naar huis.” (Lc 5, 23-24). De Heer richt zich allereerst op het genezen van onze innerlijke blindheid: de blindheid die ons verhindert te zien hoeveel we van Hem ontvangen. Hij wil onze stomheid genezen – ons onvermogen om het kwaad in ons onder woorden te brengen; onze doofheid, waardoor we de stem van God en de nood van onze naaste niet horen; onze verlamming, die ons weerhoudt om te gaan naar datgene wat ons werkelijk bevrijdt; en de melaatsheid die ons doet geloven dat we Gods liefde niet waard zijn, terwijl Hij ons nooit ophoudt te zoeken. In elk moment van Christus’ leven – en in het bijzonder in zijn lijden en verrijzenis – wordt zijn verlangen

om te genezen zichtbaar. Hij heeft slechts één ding nodig: datzelfde verlangen in ons. Genezing wordt pas mogelijk wanneer wij onze wonden niet langer verbergen voor Degene die de kracht heeft om ze te helen.

## **God is groter dan ons hart**

“En dit alles komt van God. Hij heeft ons door Christus met zich verzoend en ons de dienst van die verzoening toevertrouwd”, schrijft de heilige Paulus aan de Korintiërs. “God was het die in Christus de wereld met zich verzoende: Hij telde de fouten van de mensen niet en ons gaf Hij de boodschap van de verzoening mee” (2 Korintiërs 5,18-19). De eerste christelijke gemeenschappen begrepen – misschien juist in contrast met de harde sociale logica van hun tijd – dat verzoening, met God én met elkaar, een gave was die alleen van boven kon komen. Zij

beseften dat Gods vergeving niet kan worden ‘verdiend’ door boetedoening of door daden van herstel. Het is en blijft een gratis geschenk van ‘genade’, dat wij slechts met een dankbaar hart kunnen aannemen.

Toch is het gemakkelijk om, vaak onbewust, op Gods vergeving de maatstaven van menselijke vergeving toe te passen. In een strikt juridische denkwijze staat het betalen van een boete centraal, het herstellen van het geleden verlies, het streven naar een hersteld evenwicht. Maar juist deze logica – die stilletjes wanhoop kan zaaien bij wie geen middelen heeft om genoegdoening te geven – is het die Jezus komt doorbreken. “Beschouw hoe barmhartig Gods gerechtigheid is. – Wie schuld bekent, wordt door het aardse gerecht bestraft; door het goddelijk gerecht wordt hem vergeven.”[1]

Ook de eerste brief van Johannes brengt dit troostvolle nieuws, met woorden die vrede in ons hart kunnen brengen: “Voor zijn aanschijn mogen wij ons geweten geruststellen, ook als het ons veroordeelt, want God is groter dan ons hart en Hij weet alles.” (1 Joh. 3,19-20). Jezus herhaalt telkens weer dat Hij gekomen is om ons te redden, niet om ons te veroordelen.[2] Toch kunnen er gemakkelijk innerlijke stemmen opkomen die ons verontrusten: de stem van een wankele hoop, die ons influistert de moed op te geven omdat we diep vanbinnen twijfelen of God écht alles kan vergeven; of de stem van trots, die weigert te erkennen dat wij kwetsbaar en gebroken zijn.

Paus Franciscus nodigt ons uit om boven deze stemmen uit te stijgen: “Dierbare zuster, dierbare broeder, als uw zonden u beangstigen, als uw verleden u zorgen baart, als uw

wonden niet helen, als uw voortdurende tekortkomingen u ontmoedigen en u de hoop lijkt te hebben verloren, wees dan niet bang. God kent uw zwakheden en is groter dan uw fouten. Hij vraagt van u maar één ding: dat u uw zwakheden en uw lijden niet voor uzelf houdt. Breng ze bij Hem, leg ze voor Hem neer en in plaats van redenen tot wanhoop, zullen ze kansen tot herrijzenis worden.”[3]

In diezelfde geest moedigt de heilige Jozefmaria ons aan om te kijken naar de mensen die Jezus benaderden in het diepe besef dat ze geen enkele mogelijkheid hadden om de prijs van hun genezing te betalen – noch lichamelijk, noch geestelijk. Maar juist dát besef opent de deur naar het ware geestelijke leven: het domein van de vrij en onverdiende gave, waar ‘genade’ het laatste woord heeft: “Bent u bang, dat uw zonden zo talrijk zijn, dat de Heer u niet kan

aanhoren? Dat is niet zo, omdat de Heer vol barmhartigheid is. (...) Luister goed wat Mattheüs ons vertelt, wanneer men een lamme bij Jezus brengt. Die zieke weet niets te zeggen. Hij is daar alleen maar, in Gods aanwezigheid. Christus is ontroerd door dat grote berouw, door de pijn van de man die weet niets waard te zijn. Hij reageert meteen met zijn gewone barmhartigheid: Heb goede moed, mijn zoon, uw zonden zijn u vergeven.”[4]

## **Genees mij, Heer, van wat voor mij verborgen is**

De overtuiging dat God altijd bereid is te vergeven, weerklinkt diep in het hart van de psalmist: “Tot ik U mijn zonde bekend heb, mijn kwaad niet langer verzwegg, [ik] wist: de Heer biecht ik mijn overtreding. Toen vergaf Gij mijn zonde, mijn schuld” (Psalm 32,5). Met diezelfde houding naderen wij het mysterie

van de Heilige Mis. We komen om ons te verenigen met het kruis van Jezus, om binnen te treden in zijn liefdevolle omvorming van al het kwaad dat de geschiedenis heeft getekend. En dat begint met het nederig erkennen van onze schuld. Daarbij slaan we onszelf op de borst — een gebaar alsof we ons hart willen wakker schudden.[5]

In het aandringen op de erkenning van onze zonden hebben sommigen, bewust of onbewust, een mogelijke psychologische onevenwichtigheid willen zien — of een neiging om onnodige lasten op de ziel te leggen. Natuurlijk bestaan er scrupuleuze neigingen die de groei van het innerlijke leven kunnen blokkeren. Maar er bestaat ook een gezond schuldgevoel, dat juist onmisbaar is om de vleugels van het hart uit te slaan. Ware vrijheid bestaat alleen waar verantwoordelijkheid wordt genomen, waar onze daden serieus

worden genomen. Elk proces van spirituele groei vraagt om een realistische blik op onszelf — ook op die daden waarbij we ons ongemakkelijk of berouwvol voelen. Samen met God moeten we kijken naar onze gedachten, woorden, daden en nalatigheden:[6] om te herkennen waar we misschien anderen of God hebben gekwetst — of, misschien nog erger, onverschillig zijn geweest. Waar we onszelf schade hebben berokkend door het onkruid in onze ziel te laten groeien. Want alleen de waarheid maakt ons vrij (vgl. Joh 8,32) — vooral de waarheid over ons eigen leven.

Bij deze taak moeten we waakzaam zijn voor drie verleidingen. Ten eerste: het minimaliseren van onze schuld — bijvoorbeeld door een oppervlakkig gewetensonderzoek te doen of door de innerlijke stilte te vermijden waarin de Heilige Geest ons opwacht, om ons liefdevol de

waarheid over onszelf te laten zien. Ten tweede: de neiging om schuld af te schuiven — op anderen of op de omstandigheden. Hierdoor presenteren we onszelf vaak als slachtoffers, of alsof wij nooit iemand pijn hebben gedaan. En ten slotte is er een verleiding die tegengesteld lijkt aan de vorige, maar die uiteindelijk tot dezelfde onvruchtbare zelfgenoegzaamheid leidt: de verleiding waarbij ons berouw zich niet richt tot God of de ander, maar alleen op ons gekwetste ego — het gekrenkte gevoel dat we wéér niet aan onze eigen idealen hebben voldaan.

“Doch afdwalingen – wie onderscheidt ze? De ongewetene scheld ze mij kwijt. Wil uw knecht ook voor hoogmoed bewaren: nimmer krijgen die over mij macht! Zo zal ik dan zijn ongeschonden, van vele overtredingen vrij.” (Psalm 19,13-14). Aan de basis van een

gezond schuldgevoel ligt niet de houding van “een krampachtige verzamelaar van smetteloze bewijzen van goed gedrag”[7], maar de nederigheid van iemand die wil ontdekken wat hem van God verwijdert, wat verdeeldheid zaait in zijn ziel en in zijn omgeving, wat hem belemmert om liefde te geven en te ontvangen. We belijden niet onze onvolmaaktheid, maar onze onverschilligheid, ons tekort aan liefde, zichtbaar geworden in heel concrete details: “Was er iets in mij dat U, mijn Heer en mijn Liefde, pijn kan doen?”[8] Vanuit deze houding kan het licht doorbreken dat ons helpt om in alle sereniteit onze eigen waarheid onder ogen te zien — in de diepte van ons hart, waar het Koninkrijk van God reeds aanwezig is en zijn weg in ons zoekt te banen (vgl. Lucas 17,21). Een gezond schuldgevoel is dan een bondgenoot: een metgezel op onze weg om steeds meer van God te worden. Het is een

katalysator voor onze  
'opeenvolgende bekeringen'[9], op  
voorwaarde dat we niet vergeten dat  
we zonder schuldgevoel niets  
kunnen doen.

## **Een sacrament dat de wereld haar schoonheid teruggeeft**

De heilige Augustinus zei dat “de  
Kerk de met God verzoende wereld  
is.”[10] Met andere woorden: de Kerk  
is voortdurend bezig de wereld met  
God te verzoenen. “Dit is de grote  
apostolische zending van allen in de  
Kerk.”[11] In die grote beweging van  
vernieuwing, verzoening en  
vergeving speelt het sacrament van  
de verzoening een centrale rol — het  
is een van de zenuwcentra van deze  
missie van verzoening. Het is de plek  
bij uitstek waar we afstand kunnen  
nemen van onze schuld; waar we  
leren dat we wel zondaars zijn, maar  
niet onze zonde zijn. Daar beseffen  
we dat we, voor het gelaat van een

Vader die ons onvoorwaardelijk liefheeft, niets hoeven te verbergen. In de biecht worden we uitgenodigd om onze zwakheden, tegenstrijdigheden en wonden onder ogen te zien — en ze toe te vertrouwen aan de enige Geneesheer die ze werkelijk kan helen. De heilige Paulus getuigde hiervan met diepe zekerheid: “Dus zal ik het liefst van alles roemen op mijn zwakheden. Dan zal de kracht van Christus in mij wonen” (2 Korintiërs 12,9).

Dit vertrouwen gaat hand in hand met berouw — het lijden van het hart voor het kwaad dat het in zichzelf aantreft: “Zuiver mij geheel van mijn zonde, reinig mij van wat ik misdeed. Want ik ben mij bewust dat ik schuld heb: steeds ziet wat ik begaan heb mij aan.” (Psalm 51,4-5). De katholieke traditie maakt doorgaans onderscheid tussen twee soorten berouw. Ten eerste is er het berouw dat voortkomt uit liefde voor

God — het berouw over het feit dat ik de liefde van de Drie-eenheid, dat wil zeggen van de belangrijkste Personen in mijn leven, heb afgewezen. Dit wordt ‘volmaakt berouw’ genoemd: hierdoor vergeeft God ons onze zonden, zelfs ernstige, op voorwaarde dat we besluiten naar het sacrament van de verzoening te gaan wanneer dat mogelijk is. Ten tweede is er het berouw dat indirect voortkomt uit het besef van de schade die de zonde aanricht, zowel geestelijk als moreel, of uit vertrouwen in de wijsheid van de Kerk.<sup>[12]</sup> Dit wordt ‘onvolmaakt berouw’ genoemd. Het is eveneens een geschenk van God dat ons op een spirituele reis zet, doordat het ons voorbereidt om vergeving te ontvangen in het sacrament van de verzoening. Akten van berouw — die korte, geïmproviseerde gebeden kunnen zijn gedurende de dag, zoals ‘Vergeef me, Jezus’ — wekken die pijn in het hart op. Ze bereiden ons

voor om Gods barmhartigheid  
overvloediger te ontvangen en te  
delen.

De Katechismus van de Katholieke  
Kerk herinnert ons eraan dat we,  
naast het sacrament van de boete —  
de enige plaats waar Jezus ons van  
ernstige zonden bevrijdt — ook op  
andere manieren verzoening kunnen  
ontvangen voor minder ernstige  
zonden. De Heilige Schrift en de  
Kerkvaders wijzen onder andere op  
inspanningen om verzoening te  
bereiken met onze naaste, de tranen  
van berouw, de bezorgdheid om het  
heil van anderen (vgl. Jakobus 5,20),  
de voorspraak van de heiligen en de  
praktijk van naastenliefde, want: “de  
liefde bedekt tal van zonden” (1  
Petrus 4,8).<sup>[13]</sup> Toch laat de Kerk niet  
na om voor deze minder ernstige  
fouten ook de sacramentele biecht  
aan te bevelen, die ons helpt om het  
volledige herstel van de genade te  
ontvangen. De Heilige Paulus VI

herinnert er ons aan dat “de veelvuldige biecht een bevoorrechte bron blijft van heiligheid, vrede en vreugde.”[14] En de heilige Jozefmaria: “Neem wekelijks — en altijd als het nodig is, zonder scrupuleus te zijn — uw toevlucht tot het sacrament van de boetvaardigheid, het sacrament van de goddelijke vergeving. (...) en we zullen de wereld met een vreugdevol perspectief herontdekken, omdat die mooi en zuiver uit Gods handen is voortgekomen. Wij zullen Hem haar even mooi teruggeven, als wij leren echt berouw te hebben.”[15]

Regelmatig biechten stelt ons in staat ons hart te verfijnen en voorkomt dat we ons wennen aan onze kilte, aan onze weerstand tegen Gods liefde. Zoals Benedictus XVI eens zei: “Het is waar dat onze zonden bijna altijd dezelfde zijn, maar we maken ons huis, onze kamer, minstens eenmaal per week schoon, ook al is het vuil

altijd hetzelfde. We doen dit om op een schone plek te leven, om opnieuw te beginnen. Anders wordt het vuil misschien niet opgemerkt, maar het stapelt zich op. Iets dergelijks geldt ook voor de ziel, voor mijzelf: als ik nooit ga biechten, wordt de ziel verwaarloosd en ben ik uiteindelijk altijd zelfvoldaan. Ik begrijp dan niet meer dat ik moet streven naar verbetering, dat ik vooruit moet gaan. Deze reiniging van de ziel, die Jezus ons schenkt in het sacrament van de biecht, helpt ons niet alleen om een meer bewust en open geweten te hebben, maar stelt ons ook in staat om spiritueel en als mens volwassen te worden.”[16]

“Het Sacrament van de verzoening moet zijn centrale plaats in het christelijk leven terugvinden”[17], aldus paus Franciscus. Naast het genezen van de grote wonden, is het een noodzakelijke bondgenoot in ons dagelijks christelijk leven. Het helpt

ons om onszelf steeds beter te leren kennen en om vertrouwd te raken met het barmhartige hart van God. We zullen niet onmiddellijk alle routines of neigingen overwinnen die ons naar het kwade leiden: de genade rekent op onze geschiedenis, en die moet zich verwezenlijken binnen onze eigen levensweg.[18]

Laten we daarom, zonder onrealistische verwachtingen die ons kunnen doen wanhopen over onze zwakheid — of zelfs over de genade zelf — altijd onze ogen gericht houden op Jezus. Laten we niet nalaten ons te wenden tot Hem die ons wil en kan genezen. Het geestelijk leven is immers “een voortdurend begin en een opnieuw beginnen”. Opnieuw beginnen? Ja! Elke keer als je een akte van berouw bidt begin je opnieuw.”[19]

---

[1] Heilige Jozefmaria, *De Weg*, nr. 309.

[2] Vgl. bijvoorbeeld Joh 3,17; 12, 47.

[3] Paus Franciscus, Homilie, 25-III-2022.

[4] Heilige Jozefmaria, *Vrienden van God*, nr. 253.

[5] Vgl. Romeins Missaal, openingsriten.

[6] *Ibid.*

[7] Heilige Jozefmaria, *Christus komt langs*, nr. 75.

[8] Heilige Jozefmaria, *De Smidse*, nr. 494.

[9] Heilige Jozefmaria, *Christus komt langs*, nr. 57.

[10] Heilige Augustinus, Preek 96, nr. 8.

[11] Fernando Ocariz, Pastoraal bericht, 21-X-2023.

[12] Vgl. Katechismus van de Katholieke Kerk, nrs. 1452-1453.

[13] *Ibid.*, nr. 1434.

[14] Heilige Paulus VI, *Gaudete in Domino*, nr. 52.

[15] Heilige Jozefmaria, *Vrienden van God*, nr. 219.

[16] Paus Benedictus XVI, Catechese, 15-X-2005.

[17] Paus Franciscus, *Misericordia et misera*, nr. 11.

[18] Vgl. paus Franciscus, *Gaudete et exsultate*, nr. 50.

[19] Heilige Jozefmaria, *De Smidse*, nr. 384.

Andrés Cárdenas Matute

.....

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/  
article/strijd-nabijheid-missie-6-groter-  
dan-je-hart-berouw-en-verzoening/](https://opusdei.org/nl/article/strijd-nabijheid-missie-6-groter-dan-je-hart-berouw-en-verzoening/)  
(21-3-2026)