

Michel Esparza

Liefde en zelfrespect



INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	9
-----------------	---

EERSTE DEEL : TROTS EN DAARMEE SAMENHANGENDE KWESTIES

1. OP ZOEK NAAR WAARDIGHEID	19
Zelfrespect en nederigheid	19
Een bekend en oeroud probleem	24
Trots leidt tot wedijver en verblinding	26
Een heel leven lang volwassen worden	31
Drie levensstadia	33
Een leven lang op zoek naar liefde	37
2. VOORUITGANG BOEKEN IN DE LIEFDE	43
Wederzijds vertrouwen	43
Vertrouwen is onmisbaar	44
Ideale liefde en de eigenschappen ervan	47
<i>Offerzin</i>	51
<i>Respect voor de vrijheid</i>	52
<i>Zuiverheid van bedoeling</i>	53
<i>Innerlijke vrijheid</i>	55
Trots en de hoedanigheid van de liefde	56
Afhankelijkheid en onafhankelijkheid	59
De kracht van het hart	62
Onbaatzuchtigheid tussen vrienden	66
Voluntarisme	72
Leren communiceren	76
Willen, weten en kunnen	87

3. DE IDEALE HOUDING TEGENOVER ZICHZELF	91
Nederigheid betekent niet zichzelf onderwaarderen of geringschatten	91
Nederigheid: het juiste midden	94
Zelfvergetelheid en zelfbedrog	98
Nederigheid en persoonlijkheid	101
Twee houdingen tegenover zichzelf en tegenover anderen	105
Trots brengt de gezondheid van geest in gevaar	109

TWEEDE DEEL : NAAR EEN DEFINITIEVE OPLOSSING

4. OMMEKEER NAAR DE LIEFDE	117
De wortel van het probleem	118
Genade die waardigheid en gezondheid geeft	123
De grootste waardigheid	127
Liefde en liefdes	129
De waarheid onder ogen zien	135
De oudste zoon uit de parabel	138
Zuiverheid van bedoeling in het leven van de christen	143
Wederkerigheid: harmonie met de beminde	147
5. BLIJKEN VAN GODS LIEFDE	155
Weten, voelen en ervaren	155
Goddelijk kindschap	157
<i>Als kleine kinderen</i>	159
<i>Wees niet bang</i>	160
<i>Liefde om niet en onvoorwaardelijk</i>	163
Wederzijdse vriendschap met Christus	165
<i>Waarlijk God en waarlijk mens</i>	165
<i>In harmonie met Christus' gevoelens</i>	168
<i>Van vriendschap tot contemplatie</i>	171

Medeverlossers met Christus	175
<i>De hoogste Liefde</i>	176
<i>Christelijke betekenis van het lijden</i>	179
<i>Medeverlossing</i>	183
<i>De heilige Mis</i>	188
<i>Een priesterlijke ziel</i>	191
6. BARMHARTIGE LIEFDE	195
Voor het gerecht van de barmhartigheid	195
Het barmhartige oordeel	196
Wat is barmhartig zijn?	197
Barmhartig van hart	201
Rechtvaardigheid en barmhartigheid	205
Ellende en grootsheid	211
Trots op eigen zwakte?	214
Twee voorwaarden	221
Geestelijk kind-zijn	225
NAWOORD	233

VOORWOORD

Dit boek is op de eerste plaats bedoeld voor gewone christenen die zich, ondanks hun tekortkomingen, dag na dag inzetten om hun liefde te verdiepen. Ook voor mensen die niet goed op de hoogte zijn van wat een christelijk leven inhoudt, kan dit boek zijn nut hebben. Wie zou niet de mogelijkheid willen aangrijpen om een stabiele innerlijke vrede te verkrijgen, zelfrespect zonder misleiding en een duidelijke toename van het vermogen tot liefhebben?

Steeds meer mensen voelen zich overweldigd door een wereld die zóveel stress oproept dat zij herhaaldelijk hun toevlucht nemen tot pillen. Men gaat zich steeds meer realiseren dat het tijd is een andere oplossing te zoeken. Kortom, ik ben van plan te laten zien dat het besef van de door Christus geopenbaarde Liefde al onze andere liefdes kan zuiveren en aan de diepste hunkering van ons hart tegemoet kan komen, waardoor we – zelfs al in dit leven – het grootste geluk verwerven.

Terwijl ik dit schrijf, denk ik in het bijzonder aan de vele mannen en vrouwen die snel ontmoedigd raken wanneer ze zich bewust worden van hun mislukkingen, zowel in hun christelijke leven als wat betreft andere aspecten van hun bestaan. Meestal gaat het om mensen met een goed hart die een neiging tot perfectionisme hebben. Daardoor zijn ze voortdurend ontevreden, of in elk geval niet helemaal tevreden. Zij hebben een afkeer van zichzelf, omdat zij geen geduld voor hun fouten kunnen opbrengen. Zelfs hun successen lijken nooit op te wegen tegen de negatieve mening die zij over zichzelf hebben. Alles wat zij doen wordt een zware verplichting en zo blijft er voor hen weinig

ruimte om te genieten van wat hen ook maar bezighoudt. Ze weten wat lijden is, maar geluk is iets wat zij uitstellen tot er in de toekomst aan bepaalde voorwaarden is voldaan. Deze innerlijke onrust maakt de verhouding met de mensen om hen heen vaak lastig. Ik zou die mensen graag willen helpen om hun te laten inzien dat de overtuiging dat zij kinderen van God zijn, de beste hulp is om in vrede met zichzelf en met anderen te leven. Wanneer ik hun uitleg dat een christelijk leven, mits goed begrepen, hen kan helpen hun eigen onvolkomenheden te aanvaarden en een einde aan hun ontevredenheid te maken, vragen zij me soms of ik een boek kan aanraden waarin deze ideeën verder worden uitgewerkt. Een antwoord op die vraag is niet gemakkelijk, want veel van de mij bekende boeken over dit onderwerp, van eenvoudige zelfhulpboeken tot diepgaande teksten over de problematiek van zelfaanvaarding, behandelen deze kwestie slechts zijdelings (de autobiografie van de heilige Theresia van Lisieux is hiervan een voorbeeld). Dit was een van de redenen om dit boek te schrijven en te publiceren.

De menselijke en de goddelijke dimensie zijn met elkaar verweven om zo tot een succesvol leven te komen. Het is dus belangrijk als mens volwassen te zijn – wat eigenlijk niets anders is dan mentaal in orde zijn en gezond verstand hebben – en tegelijkertijd ook als christen de volwassenheid te hebben bereikt, wat gepaard gaat met een bovennatuurlijke visie op de dingen. Aangezien bovennatuurlijke volwassenheid de beste aanvulling is op menselijke volwassenheid, volgt dit boek hetzelfde stramien.

In het eerste deel stel ik kwesties van antropologische aard aan de orde die ook toegankelijk zijn voor lezers die weinig bekend zijn met het christelijk geloof. In deze context benadruk ik het belang van het verwerven van een positieve houding tegenover zichzelf zonder daarbij de waarheid geweld aan te doen. Deze positieve en realistische houding heb ik *'nederig zelfrespect'* genoemd. Ik laat zien hoe de tegenovergestelde houding, aangeduid met de term

'trots', een reeks problemen doet ontstaan en de kwaliteit van al wat wij aan liefde te bieden hebben ter discussie stelt.

Het tweede deel van het boek richt zich op de christelijke spiritualiteit als een manier om problemen op te lossen die voortkomen uit trots. We gaan die aspecten van Gods liefde behandelen die onze persoonlijke waardigheid duidelijk naar voren brengen en die ons daardoor kunnen helpen een gezonde houding tegenover onszelf aan te nemen.

Het gaat hierbij niet om een handboek voor zelfhulp vol kant-en-klaar oplossingen voor onzekere mensen. Ik richt mij eerder op voor iedereen toepasbare *principes* dan op recepten die maar voor enkele mensen bruikbaar zijn. Onveranderlijke waarheden wijzen de weg naar het *doel* dat bereikt moet worden; zij geven ons handgrepen om onze eigen weg naar dit doel te vinden, maar schrijven niet elke stap voor die we zetten. Er zijn zowel *vaste* principes nodig als *soepelheid* bij de toepassing ervan op elke concrete situatie. Bij het openen van een deur moeten we niet vergeten dat elk slot zijn eigen sleutel heeft. Dus, als ik oplossingen voor algemene problemen suggereer, zullen sommige lezers zich hierin herkennen, terwijl andere zullen vinden dat dit alles in de verste verte niet op hen slaat. Hoe dan ook, er is een basis waaraan iedereen iets kan hebben (ieder naar eigen inzicht); iedereen heeft immers te maken met problemen die voortkomen uit trots. We moeten allemaal de waarheid over onszelf onder ogen leren zien.

Zoals C.S. Lewis schreef: "Er is één kwaad waar geen mens ter wereld vrij van is, waar ieder die dit bij een ander ziet van walgt, en waarvan de mensen, behalve christenen, bijna nooit denken dat zij zich er zelf schuldig aan maken. Ik hoor mensen wel eens bekennen dat ze humeurig zijn, of dat ze zichzelf niet kunnen beheersen met vrouwen of drank, of zelfs dat ze laf zijn. Maar van dit kwaad heb ik geloof ik nooit iemand die geen christen was, zichzelf horen beschuldigen."¹

1 C.S. Lewis, *Onversneden christendom* (Baarn: Ten Have, 1999), p. 142; (Utrecht: Kok, 11^{de} druk 2016). Ned. vert. van *Mere Christianity*, 1952.

Iedere mens is in meer of mindere mate getekend door kleinzieligheid en grootsheid. Wij allemaal moeten leren onze persoonlijke onvolmaaktheden met de waardigheid van ons goddelijk kindschap te verzoenen. Wordt zij goed begrepen, dan verzoent christelijke nederigheid onze armzaligheid met onze waardigheid. Volgens de heilige Jozefmaria is nederigheid “de deugd die helpt ons tegelijkertijd zowel van onze armzaligheid als van onze waardigheid bewust te zijn.”² Op het eerste gezicht lijkt dit tegenstrijdig. Ik hoop dat dit boek de lezer kan helpen om deze schijnbare tegenstelling te begrijpen en de vreugde te ervaren zich zowel armzalig te weten als intens door God bemind. Ik denk dat “tegelijkertijd zowel onze armzaligheid als onze waardigheid erkennen” de sleutel tot christelijke nederigheid is.

Nederigheid is een van de moeilijkste en belangrijkste deugden. Een goede verstandhouding met zichzelf verwerven is geen gemakkelijke opgave. Maar het is wel de moeite waard hieraan te werken, want niet alleen onze innerlijke vrede, maar ook het geluk binnen onze contacten met anderen hangt ervan af. In feite wijst de ervaring uit dat de kwaliteit van iemands verstandhouding met zichzelf de kwaliteit van de contacten met anderen bepaalt. Dit was al bij denkers uit de Oudheid bekend. Aristoteles zei bijvoorbeeld dat als men een goede vriend van anderen wil zijn, men eerst een goede vriend van zichzelf moet zijn.

Sommige mensen vinden het vreemd dat hier de liefde tot zichzelf aan de orde komt, alsof het om een soort egoïsme zou gaan, om iets wat duidelijk onverenigbaar is met de idee die zij van de deugd van nederigheid hebben. Hoe het ook zij, wij stellen vast dat een juiste liefde tot zichzelf en een egoïstische eigenliefde omgekeerd evenredig zijn aan elkaar. Zoals we zullen zien houdt een egoïstisch persoon niet teveel, maar *niet genoeg* of *slecht* van zichzelf. Weten dat er iemand is die van ons houdt, maakt

² J. Escrivá, *Vrienden van God*, nr. 94. De in dit boek genoemde werken van de heilige Jozefmaria Escrivá zijn alle uitgegeven bij De Boog.

dat wij ons bewust zijn van onze waardigheid. Er is ook een verband tussen de houding die we tegenover onszelf aannemen en de kwaliteit van de liefde voor anderen. Om met de mensen om ons heen in vrede te kunnen leven, moeten we eerst vrede hebben met onszelf. Niets maakt de afstand tot onze naaste zo groot als ontevredenheid over onszelf. Uit ervaring weten we dat de grootste criticasters meestal mensen zijn die afwijzend tegenover zichzelf staan. Het is logisch dat een gespannen houding tegenover zichzelf de goede verstandhouding met anderen verstoort. Ten eerste, omdat het onwaarschijnlijk is dat iemand die vooral met zijn eigen zorgen bezig is, veel aandacht aan die van anderen zal besteden. Ten tweede, omdat iemand die ontevreden is met zichzelf, de neiging heeft overgevoelig op anderen te reageren. De omgang met anderen is lastig als we moeite hebben om met onszelf in het reine te komen.

Niets helpt beter onszelf op waarde te schatten dan de ervaring onvoorwaardelijk te worden bemind. Als we dat nooit hebben ervaren, hoe zouden we dan van onszelf kunnen houden, gezien de vele tekortkomingen die we hebben? Minderwaardigheids- of superioriteitscomplexen verslechteren onze innerlijke vrede en onze contacten met anderen; zij verdwijnen alleen in de mate waarin wij houden van iemand die van ons houdt zoals we zijn.

Maar kan iemand van een medescheepsel liefde ontvangen die zo onwankelbaar en onvoorwaardelijk is? Is God niet veeleer de enige die dit soort liefde kan geven? Weliswaar is menselijke liefde tastbaarder, maar zij is van een 'kwaliteit' die ver bij de goddelijke Liefde achterblijft. De liefde van een moeder geeft enigszins een beeld van wat de goddelijke liefde zou kunnen zijn, maar geen enkele moeder staat haar hele leven naast haar kind, evenmin is zij altijd even vergevingsgezind ten aanzien van al diens gebreken. De liefde van ouders of van goede vrienden is een hulp bij het zetten van de eerste stappen in ons leven, maar de ervaring leert dat deze liefde op de lange duur onvoldoende blijkt.

Uiteindelijk moeten we de conclusie trekken dat ons vermogen om op een stabiele en onvoorwaardelijke wijze lief te hebben, uiteindelijk afhangt van de ontdekking van Gods Liefde. Om in alle oprechtheid van onszelf te houden zoals we zijn, moeten we de voordelen van onze eigen kwetsbaarheid tegenover een barmhartige Minnaar ontdekken.

Louter in theorie iets over Gods liefde weten is niet genoeg. We hebben iets tastbaars nodig, een *doorleefde ervaring*. En daartoe is een speciale genade nodig. Natuurlijk is er geen enkele geestelijke vooruitgang mogelijk zonder de hulp van Gods genade. Grote veranderingen in ons leven zijn de vrucht van een hechte samenwerking tussen Gods genade en de vrijheid van de persoon in kwestie. Leven vanuit de nederige trots een kind van God te zijn, vraagt echter om een diepgaande en drastische mentaliteitsverandering. Door de warmte van de genade, soms te midden van bijzonder pijnlijke levensomstandigheden, komt een groeiende en mysterieuze innerlijke verandering tot stand, die de ziel gevoelig maakt voor Gods invloed hierbij.

Net als alles in dit leven betekent geleidelijke vooruitgang, waarbij we onze eigenwaarde in Gods handen leggen: *willen, weten en kunnen*, anders gezegd: goede wil, vorming, en vaardigheid. Gods hulp vergemakkelijkt deze drie aspecten: zij versterkt onze wil, verlicht ons verstand en geneest ons onvermogen. God, die onze vrijheid respecteert, wil echter altijd op onze medewerking kunnen rekenen: onze inspanningen om beter te worden en te leren nederig te zijn.

Dat was de reden waarom ik besloot te gaan schrijven: ik hoop dat het de onvervangbare werking van Gods genade in de ziel van elk van mijn lezers mag ondersteunen.

De heilige Jozefmaria hield ervan om te zeggen dat boeken nooit af zijn; zij worden alleen onderbroken.³ Zonder de onschatbare hulp van mijn broer Rafa, en mijn vriend

³ V. Messori, *Hipótesis sobre María* (Madrid: Libros libres, 2007), p. 411. Spaanse vert. van *Ipotesi su Maria*, 2005.

Jos Collin, zou ik veel moeite hebben gehad deze bladzijden te 'onderbreken'. Ik ben hun dankbaar voor hun opbouwende kritiek, het beste bewijs van hun genegenheid voor mij.

Logroño, 28 november 2008