

interview

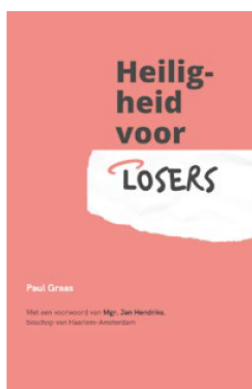
‘Zelfs iemand die ‘gewoon’ is, kan buitengewoon heilig worden’

DOOR EMMA KOEVOETS

Hij begon zijn zoektocht naar heiligheid met een focus op perfectie, maar ontdekte dat heiligheid draait om Gods genade en liefde. Het boek *Heiligheid voor losers* van Paul Graas (35) richt zich op jongeren die zichzelf als ‘gewoon’ beschouwen, maar verlangen naar een diepere relatie met God.



Paul Graas: “Ik merk dat veel jongeren moeite hebben met het traditionele beeld van heiligheid.” | Foto: Eigen foto



Paul Graas,
Heiligheid voor losers
Uitgever: De Boog/Betsaida
Pagina's: 112 | € 12,00
ISBN: 9789062571444

Wie zijn de 'losers' in de titel van je boek?

“Met de titel bedoel ik eigenlijk dat dit boek zich richt op gewone mensen zoals ikzelf, die zich realiseren dat ze niet buitengewoon zijn, niet bijzonder getalenteerd en niet behoren tot een spirituele elite binnen de Kerk. Het woord ‘loser’ gebruik ik vriendelijk om aan te geven dat ik net als anderen op aarde mijn eigen strijd en tekortkomingen heb. Soms voel ik me zo omdat ik fouten maak, dingen niet altijd lopen zoals gehoopt, en omdat ik altijd wil blijven groeien en mezelf wil blijven verbeteren.

Zelfs iemand die zichzelf als ‘gewoon’ beschouwt, kan buitengewoon heilig worden. Mijn favoriete definitie van heiligheid komt van Paulus in zijn brief aan de Galaten, waar hij zegt: ‘Ik leef niet meer, Christus leeft in mij’. Heiligheid is voor mij de ervaring van Jezus die in mij en door mij buitengewone dingen doet.”

Wat motiveerde je om een boek hierover te schrijven?

“Mijn motivatie komt voort uit mijn persoonlijke ervaringen en een verschuiving in mijn denken over heiligheid. Als tiener voelde ik sterk de roeping om heiligheid na te streven. Ik was vastberaden om deze weg te volgen. Naarmate ik ouder werd, besepte ik dat mijn groei op het gebied van deugdzaamheid niet zo snel verliep als gehoopt, ondanks mijn inspanningen en de valkuilen die ik tegenkwam.

De echte omslag kwam toen ik een artikel las van toenmalig kardinaal Joseph Ratzinger [de latere paus Benedictus XVI, red.]. Hij zei dat heiligheid niet draait om perfectie, maar om Gods werk in ons, ondanks onze beperkingen. Dit inzicht veranderde mijn perspectief volledig: God kent en accepteert mij met al mijn tekortkomingen.

In mijn boek deel ik deze persoonlijke ontdekkingen en ervaringen in elk hoofdstuk. Ik merkte ook op dat veel jongeren moeite hebben met het traditionele beeld van heiligheid. Het lijkt vaak onbereikbaar of te veeleisend. Ik bewonder Carlo Acutis bijvoorbeeld enorm, maar volgens zijn biografie was hij net een perfect engelkje, terwijl ik mezelf betrap op tijdverspilling aan het doel-loos kijken van YouTubevideo's. Wat ik wil overbrengen is dat ware heiligheid niet draait om perfectie, maar om de radicale navolging van Jezus. Door deze weg te gaan, ontdek je een diepere vreugde in het leven, ondanks depressies of verslavingen. Heiligheid is toegankelijk voor iedereen die bereid is te groeien en samen te werken met de Heilige Geest.”

Is dit boek alleen voor jongeren?

“De primaire doelgroep is jongeren van ongeveer 17 tot 35 jaar oud, maar de inzichten in het boek zijn zeker ook nuttig voor andere levensfasen. Zelfs als je vijftig bent, denk ik dat de boodschap van het boek nog steeds relevant is. Jongeren zitten in een leeftijdsfase waarin ze belangrijke keuzes maken over de richting van hun leven. Daarom focus ik in eerste instantie op hen, maar de suggesties aan het einde van elk hoofdstuk zijn toepasbaar op elke leeftijdsgroep.”

Heb je ook een boodschap voor jongeren die zich losers voelen in de huidige samenleving?

“Het belangrijkste om te onthouden is dit: God is gek op je. Echt waar, Hij houdt zielsveel van je. Wanneer je je verdrietig en verloren voelt, is Jezus bij je. Hij huilt met je mee en wil je omhelzen en zijn liefde met je delen. Daarnaast wil ik je op het hart drukken dat, hoewel je je soms een ‘loser’ kunt voelen, het belangrijk is om niet te vervallen in middelmatigheid. Dat je niet de moeite neemt om iets waardevols van je leven te maken. God heeft je je leven en talenten gegeven en het is aan jou om deze ten volle te benutten. Iedereen heeft tekortkomingen, maar het is belangrijk om te streven naar het beste dat je kunt zijn. Wees ook geduldig met jezelf. Veranderingen gebeuren niet in één dag en het leven kent zijn ups en downs. Geduld is essentieel. Vermijd de verleiding van *instant gratification*; zoek in plaats daarvan naar langdurige voldoening. Hoewel bepaalde ervaringen, zoals aanbidding of het helpen van anderen, onmiddellijke vreugde kunnen geven, is het belangrijk om te streven naar blijvende bevrediging.”

Welke tips heb je voor mensen die streven naar heiligheid, maar uitdagingen tegenkomen in de moderne samenleving?

“Een belangrijke tip is om regelmatig gewetensonderzoek te doen. Dit kan dagelijks voor het slapengaan, waarbij je jezelf vragen stelt over je gedachten, gevoelens en daden van die dag. Ook helpt het om één klein voornemen te maken voor de volgende dag, iets waar je bewust aan wilt werken. Een andere waardevolle tip is om tijd te maken voor diepgaande een-op-eengesprekken met mensen die je respecteert en liefhebt. Neem de tijd om echt te luisteren en oprechte vragen te stellen, zonder afleidingen zoals telefoons. Dit kan bijvoorbeeld tijdens een lange wandeling of op een rustig terrasje. Deze gesprekken helpen om verbinding te verdiepen en jezelf beter te begrijpen.” ●