**De zin van het leven of zin in vandaag?**

Nadenken over de zin van het leven is iets voor jongeren die hun identiteit zoeken en voor volwassenen van wie de identiteit bedreigd wordt. Een jongere die niet weet welk beroep hij moet kiezen en al in een studie is vastgelopen, kan zich vertwijfeld afvragen wat het leven voor zin heeft. Een vrouw die jaren gelukkig geweest is, maar nu weduwe is geworden, kan het tegen haar pastor zeggen: ‘Wat heeft het leven nu nog voor zin?’ Filosofen zijn er ook mee bezig. Ze zijn misschien zelf voorspoedig in hun persoonlijk leven. Toch komen ze met allerlei redeneringen van achter hun bureau vrijwel allemaal tot de conclusie dat het leven geen zin heeft. Als ze nog een beetje optimistisch schrijven, brengen ze de boodschap dat we er dan maar zoveel mogelijk iets zinnigs van moeten maken.

Jongeren, volwassenen, filosofen: velen van hen zoeken naar de zin van het leven. Weet u wie zich daarmee nooit bezighouden? Kinderen! Ga naar het schoolplein en onderbreek de kinderen in hun spel. Vraag het maar: ‘Wat is de zin van jullie leven?’ Ze kijken u verbaasd, niet begrijpend aan. Ze weten niet hoe snel ze weer verder moeten gaan met voetballen. ‘Wat heb je toch een rare mensen met rare vragen’, zouden ze zomaar kunnen denken. De kinderen zijn hier wijzer dan vele geleerden.

De zin van het leven

De zin van het leven is de betekenis die het leven heeft, het doel ervan. Waarom zijn er mensen op aarde? Waarom ben ik (nog) op aarde? Dit is een vraag (een zinvraag!) die te maken heeft met onze levensovertuiging. De wetenschap kan er geen antwoord op geven. Filosofen analyseren alle mogelijke ontwerpen van zingeving. Let op dat laatste woord, dat vaak gebruikt wordt. Het leven hééft geen zin volgens de meeste mensen, we géven er hoogstens zin aan. Dat kan dan bijvoorbeeld door te proberen iets te betekenen voor mens en samenleving.

Als ik voorheen op school tijdens de godsdienstles aan leerlingen vroeg: ‘Wat is de zin van het leven?’, kreeg ik altijd wel een antwoord. Dikwijls was dat: ‘Dat wij tot eer van God leven’. Ik hoorde de catechisatieles erin terug. Of zo’n leerling de vraag begreep en zijn eigen antwoord begreep, weet ik niet. Ik ben het wel eens met het antwoord: God geeft ons het leven met de bedoeling dat ons léven lóven wordt. Psalm 33:8 zegt: ‘Laat de ganse aarde voor de HEERE vrezen!’ (SV). In de berijming van 1773 is dat: ‘Alles moet Hem eren!’.

Blijf dicht bij huis

Het antwoord van de leerlingen is goed: tot eer van God leven. De vraag is echter verkeerd. Die is veel te abstract, filosofisch. Waar komt u haar in de bijbel tegen? Ik wil die vraag graag wijzigen. Laten we om te beginnen niet nadenken over de zin van hét leven. Hét leven bestaat alleen in filosofieboeken. We denken na over de zin van óns leven. We blijven daarmee dicht bij huis. Het gaat over ons eigen bestaan. Direct erop volgt mijn volgende stap. De uitdrukking ‘zin van’ is eigenlijk Grieks denken. Daarmee belanden we in de filosofie van de Grieken van de oudheid. Zij vroegen altijd naar het doel, de zin van de dingen en gebeurtenissen om uiteindelijk bij een hoogste doel uit te komen. Bijbelser is echter om niet te spreken over ‘zin van’, maar ‘zin in’. Dat heb ik ooit gelezen in de boeken van Dr A.A.van Ruler en ik ben het nooit meer vergeten. Het gaat om zin in ons leven hebben. Zo kom ik terug bij het catechisatie-antwoord. Wanneer komt God tot Zijn eer? Als ik zin in het leven heb dat Hij mij geschonken heeft. Dat is het mooiste loflied over mijn bestaan dat ik van God ontvangen heb. Een spelend kind vraagt zich niet af wat de zin van zijn leven is. Het spéélt. En zijn toekijkende ouders staan er genietend naar te kijken. Als ik werkelijk lééf, is God blij. Wij leven ook niet om te geloven, maar geloven om te leven (Joh. 20:31). God heeft in Christus ons leven gered en mogelijk gemaakt. Het eeuwige genieten daarvan begint in het heden.

Laten we elkaar dan maar de vraag stellen: hebben wij zin – niet in ‘het’ maar – in ons leven? In ons éigen leven dus. Zijn we blij dat we er zijn? Zeggen we ‘Amen!’ op onze geboortedag? Wat een geweldig wonder van God is het dat ik leef! Het gaat nog verder. Ben ik niet alleen blij dat ik er ben, maar ook dat ik ik ben? Zodra ik als mijn buurman wil zijn, vergaat me de echte levensvreugde. Nee, ben ik blij met mezelf, zoveel jaar oud, met deze lichaamskenmerken, met eigen kwaliteiten, met eigen gebreken, met een eigen verleden, met eigen relaties? Misschien zijn we jong en gelukkig. Ik hoop dat het geluk blijft. Het kan anders. Misschien zijn we 20 jaar en gehandicapt. Misschien 45 en maken we een midlifecrisis door. Misschien zijn we 60 en net ontslagen op ons werk. Misschien zijn we 80 en kijken we terug op sombere jaren. Hebben we dan zin in ons leven? Die vraag is moeilijk te beantwoorden voor sommigen van ons. Zin in mijn leven? Hoe ver moeten we kijken? Slaat dat op de promotie die ik volgend jaar hoop te maken? Slaat dat op de last die ik vanuit het verleden met me meedraag? Slaat dat ook op de medische behandeling die ik moet ondergaan? Het leven is niet altijd spelen, zoals de kinderen doen en er dan toch zin in hebben, hoe kan dat?

Denk klein

Ik ga nog één correctie aanbrengen. ‘Zin van het leven’ werd in een paar stappen ‘zin in mijn leven’. Het eerste is abstract en het tweede is, zeg ik nu, toch wel heel groot. Laten we het dan beperken. Laten we het hebben over ‘zin in vandaag’. Wat de dag van morgen brengt, weten we niet (Matth. 6:34). Ik weet wel dat de zorgen voor morgen de kracht voor vandaag wegnemen, zonder daarbij te verdwijnen. Ik weet ook dat het net zo weinig helpt om te piekeren over de dag van gisteren. Laten we ons richten op vandaag. Heb ik vandaag zin in mijn leven? Geluk begint vandaag. Veel foute beslissingen komen voort uit het feit dat mensen op jacht zijn naar het geluk van morgen. Intussen vergeten ze vandaag te genieten. Dat maakt depressief.

Hoe concentreer je je op vandaag? Dat begint ’s morgens. David heeft in Psalm 143 woorden te weinig om zijn ellendige omstandigheden te beschrijven. ‘Zin in het leven’ kunnen we daar nauwelijks mee verbinden. Hoe staat het met ‘vandaag’? Dat geeft hij zelf aan. In mijn eigen woorden luidt zijn gebed (vers 8-10): ‘Laat mij in de morgen van uw liefde horen, op U vertrouw ik. Wijs mij de weg die ik moet gaan. Ik verlang naar U. Red mij. Ik schuil bij U. Laat mij doen wat U wilt dat ik doe. Leid mij op een begaanbare weg’.

De morgen is in de bijbel vaker het moment om contact te hebben met God (Ps. 5:4, 59:17, 88:14, 90:14, 92:3, 143:8, Jes. 50:4). Hoe wij de dag beginnen is voor een belangrijk deel bepalend voor hoe wij de dag beleven. Als wij ’s morgens al doordrongen zijn van Gods geduldige goedheid voor ons en daarom ons vertrouwen op Hem stellen, krijgen we toch zin in de dag? Hij gaat mee de dag in. Hij is erbij in de vreugde en in de zorg die op ons afkomt. In afhankelijkheid van Hem, willen wij de weg gaan die Hij wijst. Zijn goede Geest is onze gids voor de komende 24 uur.

Vader, Zoon en Heilige Geest

Ik weet niet of wij onze dag met een half uur stille tijd moeten beginnen om in dit vertrouwen te leven. Er zijn overigens gelovigen die dat doen en dat tijdstip voor concentratie op God heeft zijn voordelen. Het gaat mij nu om de gerichtheid van onze gedachten en het gebed dat we uitspreken. Dat mag ook het gebed bij het ontbijt zijn. Als we wakker worden, bepaalt dan het nieuws van de dag onze stemming? Is van doorslaggevend belang of wij goed geslapen hebben? Is de spiegel, waarin we ons verlepte gezicht zien, de bron van onze verwachting voor de dag? Nee, het draait om ons contact met God. ’s Morgens mag ik denken en danken: ‘Lieve Vader, U bent mijn Schepper en geeft mij in Uw goedheid een nieuwe dag! U leidt mijn gangen. U kent mij door en door. U bent erbij als ik kom te vallen en richt mij ook weer op. Here Jezus Christus ook vandaag mag ik weten dat U mijn Heer en Heiland bent. Ik wil U volgen. Ik vrees niet voor zonden en oordeel, ik leef uit Uw genade. U bevrijdt mij uit banden waarmee ik ooit gebonden ben. U behoedt mij ervoor dat ik krampachtig mijn stand wil ophouden. Heilige Geest, U woont in mij. U weet raad met mij. U schakelt mij niet uit maar in bij de komst van Gods Koninkrijk. Ook vandaag wilt U mij gebruiken als instrument van God in dienst van andere mensen! Drieënige God U bent alle eer waard vandaag!’ Dan is mijn dag al goed, vanaf het ontwaken. Dan heb ik zin in vandaag, terwijl die dag waarschijnlijk even gewoon is als de meeste andere dagen.

Ook als je depressief bent?

Als u filosofeert over de zin van het leven, of van uw leven, stop daar dan maar mee. Lééf! Wordt als de kinderen en leg de last van uw ernst af, spéél het leven! Ik weet echter dat dat niet kan als je al depressief bent. Dan zit je zo gevangen in somberheid dat zelfs de boodschap van God je op dat moment niet kan bereiken. Je gebed verstomt, ’s avonds én ’s morgens. Probeer u te concentreren op vandaag en als dat zelfs te veel is op een deel van de dag. ‘Ik heb geen zin in vandaag, maar het is goed dat mijn zoon vanavond langs komt!’ Laat voor u en met bidden, al voelt u er zelf weinig bij. Geloof het Woord van God, al dringt het nauwelijks tot u door. Filosofen hebben het over zingeving. Dat kunnen wij proberen, maar lukt ons niet. Wij krijgen ons bestaan niet opgekrikt uit het gevoel van zinloosheid. God kan het wel. Hij geeft ons leven zin door ons vroeg of laat nieuwe vreugde te schenken. Gebeden, medicijnen, therapie, de trouw van mensen en in dat alles de trouw van God, kunnen daaraan allemaal bijdragen. Ook sombere mensen zijn uiteindelijk voor de vreugde geschapen. En die begint… vandaag.

*Bijbelleessuggesties: Prediker 9:7-10 Matthëus 6:19-34*

*Gespreksvragen*

1. *Wat is het: als u niet vandaag durft te leven, wordt u depressief. Of: als u depressief bent, durft u vandaag niet echt te leven? Is het een cirkel? Of kunt u beide gedachtes verdedigen?*
2. *Volgens mij was het ook Van Ruler die zei: ‘Je verjaardag vieren, is amen zeggen op je geboortedag’. Bent u het daarmee eens? Wat zegt dat dan van mensen die niet graag hun verjaardag vieren?*
3. *Hoe kunt u anderen helpen die geen zin in hun leven hebben?*