**ZELFVERLOOCHENING**

# Casus 1

Een vrouw vertelt van haar huwelijksmoeilijkheden. Ze heeft een harde, eigenwijze man. Ze geeft er voorbeelden van. Soms denkt ze dat ze bij hem weg wil gaan. Daarover voelt ze zich schuldig. Op huisbezoek bidt de pastoraal werker om vergeving van haar zondige verlangen om weg te gaan en om kracht om haarzelf te kunnen verloochenen. Het gesprek paste bij de teneur van dit gebed.

*Wat vind je van deze pastorale reactie? Hoe zou jij in zo’n situatie reageren?*

# Casus 2

‘Eert uw vader en uw moeder’ komt aan de beurt in de catechese / lessen ethiek. Keurig leg je het gebod uit. De woorden ‘zelfverloochening tegenover elkaar’ vallen. Een meisje van 17 steekt haar vinger op en zegt: ‘Ik moet van mijn ouders per se in de winkel komen werken. Hij dwingt me een administratieve opleiding te gaan volgen na de HAVO. Ik wil eerst een jaar naar het buitenland en dan de modevakschool gaan volgen. Dat mag dus niet. Ik wil per se niet in de huishoudelijke artikelenwinkel van mijn ouders gaan werken. Meent u nu echt dat ik hun hun zin moet geven? Mijn moeder preekt ook al dat ik naar hun moet luisteren. Mooi niet!’

Dit meisje lijkt betrouwbaar en is gefrustreerd. Het vijfde gebod maakt haar frustratie alleen maar groter.Jouw opmerking over wederzijdse zelfverloochening maakt het voor haar niet duidelijker. Geef je reactie weer, alsof je met het meisje persoonlijk verder praat.

De bijbel vraagt van ons dat wij onszelf verloochenen. Er staan oproepen in tot naasten­liefde en vermaningen tegen zelfzucht. Christenen dienen de ander uitnemender te achten dan zichzelf. God komt op de eerste plaats, daarna komt de naaste en dan pas kom ik zelf. Er zijn echter nogal wat mis­verstanden over wat zelfverloochening is. Is dat: altijd klaar staan voor Jan-en-alleman? Mag je dan helemaal nooit voor jezelf opkomen? Het is daarom goed om nu aan de orde te stel­len wat de bijbel onder zelfverloochening verstaat.

*1. Lees Rom. 12: 9-21. Wat vraagt Paulus van ons? Voel je je schuldig als je dit leest? Waarom dan?*

*2. Ooit zei iemand: een christen is als een kaars die licht verspreidt door zelf te verteren. Wat vind je van dat beeld? Geef ook je commentaar op de lijfspreuk van Calvijn: 'Ik mag verteren, als ik maar nuttig ben'*.

Als een gelovige man of vrouw de eis tot naastenliefde in praktijk probeert te brengen in de familiekring, de kerk en op het werk, is dat te prijzen. Toch dreigt er altijd de ontsporing dat wij onszelf te zware lasten opleggen. Er zijn mensen die proberen als een kaarsje te verteren in de dienst van anderen en tegelijk in hun hart ongelukkig zijn. Blijkbaar lukt het niet om zichzelf met een volkomen hart te verloochenen.

\* Depressiviteit en schuldgevoelens komen boven als mensen te hoge eisen aan zichzelf stellen. Ondanks alle pogingen als kind van God te leven met de medemensen, blijft het gevoel van te kort te schieten drukken. De schuldgevoelens gaan niet weg, want elke dag is er weer nieuw falen.

\* Wie onder druk van schuldgevoelens zichzelf verloochent, heeft vaak het gevoel dat er misbruik van hem gemaakt wordt. Hij doet zijn best voor ande­ren maar krijgt zelf stank voor dank. Deze mens voelt zich reddend slachtoffer. Op sommige momenten steekt dan het zelf­medelijden de kop op. Dat is een modderpoel waaruit je maar slecht ontsnapt. Op andere momenten komt boosheid boven drij­ven. Er wordt geklaagd over de eigenwijsheid en hardheid van ande­ren. 'Waarom moet ik altijd helpen?'

\* Nederige hoogmoed sluipt het hart van de mens binnen die streng probeert zichzelf te verloo­chenen. Hij alleen laat immers zien wat liefde is. Minderwaardigheidsgevoelens leven in het be­wustzijn: 'Ik doe het niet goed, ik schiet tekort in liefheb­ben.' Meerder­waardig­heidsgevoelens leven intussen in het onbewustzijn: 'Kijk ik het eens goed doen, als iedereen zo was als ik, zou er geen ruzie meer op aarde zijn!' Die meerder­waardigheids­gevoelens zijn intussen wel strijdig met de ware zelfverloochening.

\* Al te lieve mensen zijn slap, angstig en onzeker in hun optreden, omdat ze denken voor iedereen lief te moeten zijn. Juist omdat ze het iedereen naar de zin willen maken en nooit duidelijk hun eigen wil uiten, zijn ze nogal eens de kop van jut. Dat trekken ze zich dan aan en daarvan worden ze weer een beetje meer depressief.

\* De mensen die te weinig voor zichzelf opkomen, missen dikwijls oprechte blijdschap. Ze spelen hun vreugde net als een clown van achter een masker. Ze willen niet chagrijnig overkomen, maar hun hart kan huilen, terwijl hun mond lacht en zingt. Ze zijn bang voor onweer en vermijden ruzies door zich telkens aan anderen aan te passen. Ze spelen dat de zon in hun leven schijnt en zijn hartelijk en vrolijk voor iedereen. Het resultaat daarvan is dat ze voor hun gevoel zelf de ganse dag door de motregen lopen.

\* Vertroebelde ellendekennis kan ook het gevolg zijn van een zwart-wit beeld van zelfverloochening. Ellende voor God (ken­nis van de eigen zonden) vraagt om oprechte schuldbelijdenis. Wie zijn schuld belijdt, is van de zonde af. God vergeeft immers. De ellendekennis van al te lieve mensen heeft te maken met hun gevoel van tekort schieten. Dat blijft maar voortsud­deren. Ze denken tekort te schieten tegenover God omdat ze permanent falen tegenover de mensen. Ze verwarren dan hun onzekerheid tegenover medemensen met hun zonden voor God. Het geloofsleven kan daardoor haar glans verliezen.

*Waar zitten de 'knopen' in deze problematiek?*

1. Principes van zelfverloochening worden door sommige mensen aangegrepen om het eigen onzekere karakter een mooie vlag mee te geven. Zelfverloochening is bij hen eigenlijk zelfhandha­ving via anderen. Ze zijn lief om daarvoor gewaardeerd te worden. Ze offeren zichzelf op om door God en mensen geprezen te worden. Zo wordt het laatste restje zelfvertrouwen gered.

 Zelfverloochening heeft in de bijbel echter niets te maken met een onzeker karakter. Zelfverloochening is uiting van kracht. Ootmoed is geen bange zelfverachting maar dappere moed om te dienen; zachtmoedigheid is geen slapte maar vastbe­raden kalmte; geduld is geen pappen en nathouden, maar rugge­graat hebben; verdraagzaam zijn is niet over je heen laten lopen, maar het goede beogen ook voor je tegenstanders. Bij dat alles is niet aan de orde of je voor de zelfverloochening geprezen zal worden.

2. Zelfverloochening is nergens in de bijbel zelfverguizing of zelfopoffering. God vraagt geen mensenoffers. Niemand hoeft uit christelijke naastenliefde in de goot te gaan liggen of te aanvaarden dat hij daarin geschoven wordt. Het ene nodige offer - Christus - is gebracht. Wij hoeven geen slachtoffer te zijn. In onze tijd is er helaas veel egoïsme. We moeten echter ook niet overdrijven de andere kant op. Niemand hoeft zichzelf geheel en al weg te cijferen voor man, vrouw, kinderen, werk of kerk. Wij zijn geroepen om licht te geven, maar wij hoeven daarbij niet zelf te verteren. Ranken ontvangen toch dagelijks nieuwe kracht van de wijnstok?

3. Mensen mogen een positief zelfbeeld hebben. Ik mag er ook zijn. Ik moet niet alleen aan anderen denken maar mag ook voor mijzelf opkomen. Ik moet anderen liefhebben. Zij moeten mij liefhebben. Ik moet anderen ruimte geven. Zij moeten mij ruimte geven en daarom mag ik ook vragen. Ik mag mijzelf aanvaarden. Ik mag mijn wil uiten. De basis van deze zelfaan­vaarding is het geloof in God Drieënig. De vader schenkt mij elke dag het leven, Christus is elke dag mijn Verlosser, de Heilige Geest is elke dag de Vernieuwer van mijn bestaan. Als de Here God mij zo belangrijk vind, hoef ik mij niet te klei­neren.

4. Velen passen de bijbelse oproepen tot naastenliefde toe op zichzelf met de woorden 'Ik moet...' Daarmee maken ze liefhebben tot een lot, tot een vroom automatisme. Ze menen dat ze vrome robotjes moeten zijn. Zo is het niet. God zegt wel 'Gij zult', maar daarmee schakelt Hij onze wil niet uit maar in. Als 'ik moet' een tegenstelling blijft tot 'ik wil', dan volgt gespletenheid. We gaan dingen doen of zeggen omdat het moet, terwijl wij eigenlijk iets anders willen. Dat roept weer schuldgevoelens op.

 'Ik moet' is bovendien een uiting van het ontlopen aan de eigen verantwoordelijk­heid. Het lijkt alsof wij ons verschui­len achter Gods gebod en of we niet met plezier liefhebben. God vraagt een oprecht beamen van zijn wil. Dan is zijn wil ook onze wil geworden en zullen we MET VREUGDE onszelf, waar­nodig, verloochenen. Dan klagen we niet. Zelfverloochening moet niet. Dat is geen zelf­verloo­chening. Zelfverloochening mag, als keuze van een gelovig hart.

*De uitleg van Rom. 12:21*

In Rom. 12:21 staan de woorden 'Overwin het kwade door het goede!' Dat zijn woorden die boven elk bed, bij elke tafel en in elke werkkamer moeten hangen. Ze verdienen het om concreet gemaakt te worden voor de opvoeding en andere inter­menselijke processen.

 Overwin het kwade door het goede is: overwin het kwade door de zichzelf verloochenende liefde (vers 2,9). Kwaad mag niet winnen, maar mag ook niet met ander kwaad bevochten worden. Dan heeft het kwade nog gewonnen. Als het kwade wint, is dat een nederlaag voor de betrokkenen en voor de gemeente en is dat tot oneer van Gods Naam.

 Indirect laat Paulus zien dat de christelijke levenswandel alles met strijden te maken heeft. Het is niet vanzelfsprekend dat wij op de goede wijze met onszelf en anderen omgaan. Dat kan een dagelijks gevecht zijn dat wij te voeren hebben.

Wat leren we uit dit vers over zelfverloochening.?

 *Zelfverloochening heeft een element van fierheid.* Ze is niet zwak maar sterk. Zij vecht, overwint. Wie zichzelf ver­loochent staat zijn mannetje, knokt voor de goede zaak.

 *Er zit een element van overgave in, van liefde*. Wie zich­zelf verloochent, vecht met het wapen van de liefde tegen het kwade. Hij heeft lief en kent belangeloze overgave zonder aanspraak op verdienstelijkheid.

 *Er zit een element van gehoorzaamheid in.* Paulus spreekt in de gebiedende wijs. Wij hebben zijn oproep tot strijd tegen het kwade door de liefde na te volgen. Wie zichzelf verloo­chent en zo vecht tegen het kwade is gehoorzaam aan het gebod van God.

 *Er zit een element van vrijheid in.* Gal. 5:13 zegt: 'Want gij zijt tot vrijheid geroepen broeders!' Zonder vrijheid valt er niet te vechten. Met een verkramp­te houding lukt het even­min. Wie vecht, bukt niet voor het kwade, maar slaat het af. Be­vrijd door Christus, mag de gelo­vige zich vrij voelen. Gal. 5:13 voegt wel iets toe: 'Alleen gebruikt de vrijheid niet tot een oorzaak voor het vlees; maar dient elkander door de liefde. Wij zijn geroepen om frank en vrij lief te hebben en zo het kwade te verslaan. Wie dat doet heeft een echte ge­loofskeuze gemaakt.

 Samenvattend, zelfverloochening kent deze vier elementen:

- weten wat je wilt (zelfstandig zijn, wie geen zelf heeft, kan het niet verloochenen),

- overgave aan anderen (in liefde willen handelen)

- gehoorzaam zijn aan het gebod van God (bereid zijn omwille van de gehoorzaamheid van eigen belang af te zien)

- een vrije keuze maken (geen slaafse verloochening, maar in volle vrijheid liefhebben)

Dit is geen wensdroom van Paulus, maar realistisch spreken. Het kwade kan overwonnen worden door de liefde, omdat Christus het kwade reeds overwonnen heeft door het offer dat Hij brac­ht. Hij schonk zichzelf weg. Daarom kunnen en mogen wij dat ook doen. Wij kunnen door onszelf te verloochenen het kwade bevechten. Onze zelfverloochening is verbonden met de zelfver­loochening van Christus (Ef. 5:2). Zij komt niet uit ons karak­ter voort maar uit geloof. Liefde is vrucht van geloof. Liefde is gave van God. Zij is daarbij ook opgave. Dagelijks mogen wij daarom genieten van de werkelijkheid van Gods liefde en met vreugde proberen die liefde door te geven. Dat is zelfver­loochening.