**Het ik-project**

Onze generatie is er maar druk mee: nadenken over de persoonlijke ontwikkeling. Hulpverleners en pastores hebben er veel aandacht voor. Hoe leren mensen zichzelf te zijn? Hoe leren ze voor zichzelf op te komen en grenzen aan te geven? Hoe vinden ze balans in het omgaan met zichzelf? Hoe bereik je in de opvoeding dat je kinderen een positief zelfbeeld ontwikkelen? We lijken bijna allemaal bezig met het ik-project.

Nog niet zolang geleden heb ik een sing-in in een vakantiekerk bijgewoond. Het thema was: ‘Ik ben ik!’ De overdenking en de liederen gingen erover dat ik mijzelf mag zijn. Op een enthousiaste manier werd stapsgewijs duidelijk (de aanwezigen moesten dat hardop nazeggen): ‘ik ben mooi, gewild, geliefd, uniek, volmaakt, vrij!!’ Sommige aanwezigen waren zo geraakt dat ze moesten huilen.

Er gebeurde iets goeds. Communicatief was het eenvoudig en sterk. Zelfs kinderen begrepen het. Verkreukelde zielen van mensen met een laag zelfbeeld werden vertroost. De boodschap ging niet over de hoofden van de mensen heen. De mevrouw die de bijeenkomst leidde, verbond de boodschap met haar eigen, soms pijnlijke, levenservaringen. Ze was authentiek en daarmee zelf een voorbeeld van de uniciteit die ze anderen graag gunde. De boodschap was niet tijdloos, maar paste bij ónze cultuur. Er zat psychologische wijsheid in de meditatie. Moderne mensen konden zich erin herkennen. In onze dagen zijn mensen met het ik-project bezig. Ze willen het beste uit zichzelf halen en stuiten daarbij op grenzen: fouten van zichzelf of van anderen en ze stuiten op tegenslagen. Dat maakt het uitvoeren van persoonlijke levensdoelen lastig. Dat levert ook teleurstellingen op in zichzelf. Mensen gaan zich schamen want ze zien dat andere hoger scoren. Ze voelen zich falen. Dan is het weldadig als je in de kerk mag zeggen: ‘Ik ben ik en dat is best, want ik ben mooi, gewild, geliefd, uniek, volmaakt en vrij!’ Niet alleen in kerken kun je deze visie horen. De EO, ‘de vierde Musketier’ en EVA roeren deze trom ook. Het zit gewoon in de lucht. De kinderen zingen met Elly en Rikkert regelmatig dat ze een parel in Gods hand zijn. Max Lucado schrijft zijn boeken om mensen te bevestigen met titels als ‘Niemand is zoals jij’. Er zijn nog meer goed lezende christelijke boekjes te koop over ‘Mag ik er zijn?’ (Ruard Ganzevoort), ‘Je bent begaafd’ (Nynke Dijkstra), ‘Leven met jezelf en anderen’ (Wil Doornenbal).

Ik heb genoten in de sing-in. Toch denk ik dat deze niet zo gehouden kan worden in reformatorische gemeente. Ik dacht dat de bijeenkomst over God zou gaan. Ging het eigenlijk wel over Hem? Het ging over mijzelf. De vraag ‘Wie ben ik?’ leek belangrijker dan ‘Wie is God?’ Natuurlijk werd er over God gesproken, maar alleen in de zin dat God mijn ik bevestigt. Dat God kritisch is en oordeelt, waardoor mijn ik wordt afgebroken, kwam niet aan de orde. Dat wij niet vrij, maar gevangen in de zonde zijn, dat wij niet uniek, maar massamens in de afkeer van God zijn, dat wij lelijk zijn en Gods liefde niet waard, werd niet beleden. God was de God van de aai over onze bol. Daarin was deze dienst inderdaad ook eigentijds. We werden weer eens bevestigd in wie we zijn. Dat is een basis onder ons moderne ik-project.

Het lijkt er soms op dat we in alle pastorale boekjes, artikelen en preken drukker zijn met ‘hoe vind ik mijzelf?’, dan met de oude reformatorische vraag ‘hoe krijg ik een genadige God?’ God wordt gepredikt als de God die ons bevestigt in wie wij zijn. God is niet zo vaak meer de God die vraagt dat wij ons tot Hem bekeren. De gedachte dat een mens afgebroken moet worden voor God, leeft zelfs in orthodoxe kringen niet erg meer. De mens en zijn ontplooiing staan centraal. God dient de mens. Wij hebben God nodig om onszelf te worden. Dit is gemeengoed om zo te denken in de humanistische pastorale psychologie. Pastoraat in die geest is er niet om mensen te doen thuiskomen bij God, maar om ze te doen thuiskomen bij zichzelf. Ook protestantse, soms ook evangelische preken en liederen zijn echter nogal op de mens en zijn gevoelens gericht. ‘Je mag er zijn’ – en helemaal ‘Je mag er zijn zoals je bent!’- sluit naadloos aan bij de moderne zelfontplooiingsidee. Nog zo’n eigentijdse uitspraak: ‘Wees jezelf, er zijn al genoeg anderen!’

Ik wil er echter geen tegenstelling van maken. God en ikzelf zijn geen tegenstelling, al is Hij de Gans Andere en ben ik minder dan een stofje op een weegschaal. We moeten het dan wel in het juiste perspectief zien. ‘Je mag er zijn!’ is op zich oppervlakkig. We kunnen echter bijbelse diepgang achter deze woorden laten zien. Ik vind God niet bij of in mijzelf. Ik vind God niet als ik zelf in balans kom. Ik vind wel mijzelf aan de voeten van het kruis van Christus. En dan is dat vinden van mijzelf bijkomende genade, want het gaat mij om het vinden van de Here God! Als wij onszelf moeten verliezen, dan is dat ook bedoeld om onszelf in Christus weer te vinden! Als we over God spreken, dan spreken we ook over onszelf. De nieuwe mens in Christus is een mens die stevig in zijn schoenen mag staan, er mag zijn dus. (Lees maar wat Paulus zegt tegen een tobberige Timotheus in 2 Tim. 1:7). Als de Here Jezus spreekt over navolging en zelfverloochening, dan komt een mens daardoor juist tot zijn bestemming. En om jezelf te kunnen verloochenen moet je toch weten dat je mooi, gewild, geliefd, uniek, volmaakt en vrij bent? Want anders is zelfverloochening slechts de bevestiging van je eigen tobberige ik!

Ik neem het op voor hulpverleners en pastores die mensen ondersteunen bij het vinden van zichzelf. Er zijn namelijk veel mensen onzeker over zichzelf, waaronder zeer veel jonge mensen. Bij hen hoort het ook bij hun ontwikkeling. Het gaat vaak om depressieve mensen maar ook anderen. Het heeft met onze chaotische cultuur en samenleving te maken. Er is veel vastheid weg die mensen vroeger wel hadden. Ik besef de gevaren, maar doe wel mee in het nadenken over ‘jezelf vinden’. Ook ik zeg tegen mensen dat God in Christus van hen houdt en dat ze daarom geen negatief zelfbeeld hoeven te hebben. Onlangs werd ik getroffen door een uitspraak van een psychiater. Hij zei: het is jammer dat de oude zondagsschool, die massaal bezocht werd, verdwenen is. Ook vroeger kwamen er kinderen uit vreemde, liefdeloze gezinnen. Op de zondagsschool hoorden ze echter dat er een hemelse Vader was, die onvoorwaardelijk van hen hield. Dat stond haaks op hun levenswerkelijkheid, maar gaf hen toch houvast. Nu komen er nog steeds kinderen uit vreemde, liefdeloze opvoedingssituaties. Ze maken echter geen kennis meer met een Vader die hen liefheeft. Veel van hen zullen blijvend onzeker zijn over zichzelf. Ook deze psychiater legde dus een koppeling tussen Godsgeloof en een gezond zelfbeeld. Die mevrouw in die zomerse sing-in zei toch niet zulke gekke dingen.