



Leven in balans

'Leven in balans' is een actueel thema. Je hoeft maar even deze woorden op internet in te typen en je wordt geconfronteerd met allerlei cursussen, boeken en opleidingen. Scholingen voor het bedrijfsleven, maar ook voor de individuele man en/of vrouw. Veel van deze bijeenkomsten en boeken gaan uit van bepaalde levensbeschouwingen die de onze niet zijn.

Vandaag nemen we ons uitgangspunt in de Bijbel en willen we luisteren naar wat God zegt over hoe we in balans zijn.

Al direct aan het begin van Gods Woord komen we in aanraking met de schepping van de mens. Naar Zijn Beeld schiep Hij ons, met het doel God en de naaste te dienen met de gaven die Hij ons geeft. Het Beeld van God, zo leerden we op de catechisatie, bestaat uit ware kennis (weten), gerechtigheid (oprecht) en heiligheid (zuiver). God schiep ons goed en naar Zijn evenbeeld. Paulus schrijft aan Timotheüs 'opdat de mens die God toebehoort, volmaakt zou zijn, tot elk goed werk volkomen toegerust.' (2Tim3,17). Het is deze tekst die de bekende 20^e-eeuwse theoloog Herman Bavinck gebruikt als hij het doel van de opvoeding wil formuleren. Het gaat om volmaakt en volkomen zijn oftewel volwassen worden.

Paulus laat zien dat Jezus Christus 'het Beeld van de onzichtbare God is, Hij de Eerstgeborene van heel de schepping. (...) En Hij heeft u (ons), (...) nu ook met God verzoend, (...) als u (wij) tenminste in het geloof blijft (blijven),' (Kol1,15-22) Het komt dus op het geloof aan, op die manier beantwoorden we aan doel van het leven. In Jezus Christus bereiken we de volmaaktheid, nu ten dele, straks ten volle.

Wat dit betreft zouden we welk eens meer stil mogen staan bij onze hoge afkomst en verwachting die we van de mens mogen hebben. De dichter van psalm 8 zingt het: 'Wat is de mens, Toch hebt U hem weinig minder gemaakt dan de engelen en hem met eer en glorie gekroond.'

Laten we beseffen als we laag over de mens spreken dat we dan ook oneer doen aan de Schepper en meer nog aan de Herschepper, die alles weer in Jezus Christus hersteld heeft.

Niettemin leven we nog in een gebroken wereld waar om ons heen, maar ook in onszelf, zoveel is dat onvolmaakt en onvolkomen is. We hebben daar dagelijks en ons leven lang mee te strijden.



We worden niet volwassen geboren maar er is een groeiproces. Paulus beschrijft 'Toen ik een kind was, sprak ik als een kind, dacht ik als een kind, overlegde ik als een kind, maar nu ik een man (vrouw) geworden ben, heb ik het kinderlijke tenietgedaan.' (1Kor13,11) En ook: 'Opdat wij geen jonge kinderen meer zouden zijn, heen en weer geslingerd door de golven en meegesleurd door elke wind van leer,' (Ef4,14)

Het gaat dus om volwassen worden. Dat is de centrale vraag voor vandaag: zijn we volwassen geworden?

Vanuit pedagogische literatuur worden we dan gewezen op begrippen als zelfstandigheid, zelfverantwoordelijke zelfbepaling en ook mondigheid. Vandaag wil ik het accent leggen op het begrip 'aanvaarding' (Wijngaarden) en daarin dan drie facetten onderscheiden: de 1. Aanvaarding van zichzelf, 2. Aanvaarding van de ander(en) en 3. Aanvaarding van de zin van het leven.

Van groot belang is na te gaan hoe de ontwikkeling in de jeugd was. Hier werd het fundament gelegd. Hopelijk heeft er een goede 'hechting' plaatsgevonden, was er een gezonde groei van het lichaam en van het verstand. Ik ga ervan uit dat zich in de tienerjaren een evenwichtige identiteit heeft gevormd waardoor we een volwassen positie hebben kunnen innemen in huwelijk, gezin, samenleving en kerk.

De meeste geleerden zijn het erover eens dat volwassenheid nog een doorgaand proces is. Zo zou je kunnen zeggen dat in de levensfase van 18-35jaar de mens nog volop bezig is zichzelf te aanvaarden. Aanvaarden wil dan zeggen: het er mee eens geworden zijn hoe je bent, met je gaven en met je gebreken. Juist dat laatste ook. Maar niet in de zin van dat er niet aan verandering gewerkt mag worden maar dat het een dusdanige graad van acceptatie heeft bereikt dat het je niet meer hindert in je verdere ontwikkeling. De jongvolwassene is in staat zichzelf op de juiste waarde in te schatten en te handhaven. Hij kan reflecteren, terugzien en begrijpen hoe het is gegaan. Hij/zij heeft een zekere autonomie bereikt en wordt niet meer gehinderd door bindingen aan ouders en milieu. Hij heeft een vorm van innerlijke waar-zijn gevonden en is dan ook in staat zichzelf te verwerkelijken ook door zelfverloochening heen.

Het is belangrijk te beseffen dat als deze opgave: het aanvaarden van zichzelf niet goed bereikt wordt dat dit dan ook grote belemmeringen kunnen zijn voor de volgende opgave: aanvaarding van de ander(en).



We zien vaak ook dat er overgangsfasen zijn te ontdekken van deze fase van aanvaarding van zichzelf naar de fase van de aanvaarding van de ander(e). Zo is de 'mid-life crisis' (die niet altijd een crisis is) vaak een tijd waar de balans wordt opgemaakt er een evaluatie plaatsvindt op de (levens)doelen die gesteld zijn. De mate waarin die evaluatie negatief uitvalt kan de crisis heftiger zijn. Het leidt vaak tot het (bij)stellen van nieuwe doelen.

De fase van de midden volwassene (35-55) wordt gekenmerkt door een bloeitijd, het komen in 'de kracht van je leven'. Taak en roeping in kerk, gezin en samenleving zijn ingenomen. Men *consumeert* niet meer alleen maar *produceert* ook. De volwassene is steeds meer gericht op de ander. Dat betreft in de eerste plaats de ander in het huwelijk en gezin (partner en kinderen), maar in de tweede plaats ook de ander in de samenleving die ook een 'mens Gods' is met eigen gaven en een eigen bestemming. Die midden volwassene heeft bereidheid zijn eigen roeping en bestemming te volgen. Dat volgen wordt gekenmerkt door een mate van 'overgave' aan elkaar als man en vrouw bijv. (agapè). Het is een 'dienen' van de ander.

Ook in het geloof wordt besef dat de enige weg naar God, van God naar de mens is. Aanvaarding van de ander(en).

De derde fase (55+) wordt gekenmerkt door rijpheid. De psycholoog Erikson spreekt over generativiteit (het doorgeven van wijsheid) en van ego-integriteit (innerlijke stabiliteit). We zien in deze fase vaak enerzijds een terugkijkende bezinning en anderzijds een eschatologisch verlangen naar eenheid en heilheid. Deze oudere volwassene is nuchterder ten aanzien van de eigen beperktheid, ziet meer de zinvolheid van het leven. De liefde tot God is voor hem/haar van een andere orde dan de liefde tot mensen. Scherp gezegd: de Goddelijke vergeving is belangrijker dan de zonde.

Ook hier zijn we overgangsfasen. Genoemd wordt wel 'het lege nestsyndroom' als overgang naar de laatste fase. Als verwerkt is dat een belangrijk doel in het leven (kinderen grootbrengen) voorbij is, ontstaat er een heroriëntatie op andere doelen in het leven waar wijsheid en bezonnenheid een grotere rol in spelen. Vaak zien we dat de periode van pensionering ook zo'n overgangsfase is. We moeten ook realistisch zijn en inzien dat gebreken die zich in de ouderdom kunnen voordoen, kunnen hinderen om 'nog fris en groen te zijn' (Ps92).

Wat nu te doen als dit alles niet in balans is en we niet tot ons doel komen?



Ook dan geldt dat we tot aanvaarding zullen moeten komen. Aanvaarding van onze tekorten, aanvaarding ook dat we in een gebroken wereld leven waar het niet volmaakt kan zijn. Dit betekent niet dat we niet aan verbetering kunnen werken, dat is zelfs de opgave. Mijns inziens begint verbetering met het verkrijgen van inzicht (reflectie) op de tekorten: wat is het, waarom is het zo, hoe zou het ander kunnen enz. Vervolgens is het belangrijk dat we de zaken gaan erkennen, niet ontkennen of wegstoppen. Pas daarna kunnen we eraan proberen te werken. Dan blijven er zaken waarop we geen invloed hebben, dan geldt: accepteren en loslaten, overgave en aanvaarden.

Ik wil eindigen met een woord wat nog niet gevallen is, maar wat een samenvatting zou kunnen zijn van het bovenstaande: de liefde.

'Wees niemand iets schuldig dan elkaar lief te hebben; want wie de ander liefheeft, heeft de wet vervuld. Want dit: U zult geen overspel plegen, u zult niet doden, u zult niet stelen, u zult geen vals getuigenis geven, u zult niet begeren, en welk ander gebod er ook is, wordt in dit woord samengevat, namelijk hierin: U zult uw naaste liefhebben als uzelf. De liefde doet de naaste geen kwaad. Daarom is de liefde de vervulling van de wet.' (Rom13,8-10)