

WOORDWIJS

Wat is zelfbeproeving?

A.N. Hendriks

Wanneer de avondmaalstafel in zicht komt, worden wij geroepen tot zelfbeproeving. Paulus schrijft in 1 Korintiërs 11 dat ieder zichzelf moet beproeven om daarna van het brood te eten en uit de beker te drinken. Maar, al heeft de zelfbeproeving een bijzondere plaats op onze weg naar het avondmaal, dit betekent niet dat ze tot de week van voorbereiding is beperkt. In het verbond dat de Here met ons heeft, roept Hij ons op om steeds weer ons hart en leven te toetsen en te onderzoeken. De Here zelf is daar ook voortdurend mee bezig. Hij ‘beproeft’ (Spr. 21:2), ‘doorzoekt’ (1 Kron. 28:9), ‘doorgrondt’ (Ps. 139:23) en ‘onderzoekt’ (Ps. 17:3) de harten van zijn kinderen.

Wat nu de Here doet, mogen en moeten ook zijn kinderen doen. Zij moeten steeds weer hun wegen ‘doorzoeken’ (Klaagl. 3:40), zichzelf ‘beproeven’ (1 Kor. 11:28), zichzelf ‘onderzoeken’ (2 Kor. 13:5), hun werken ‘toetsen’ (Gal. 6:4), zichzelf ‘beoordelen’ (1 Kor. 11:31).

Deze voortdurende zelfbeproeving is noodzakelijk, omdat ons leven met de Here doorlopend bedreigd wordt door ongelof, vasthouden aan zonde, traagheid, onwaarachtigheid en nog zoveel meer.

Naar het Woord

In de oude versie van ons grote avondmaalsformulier is sprake van ‘de waarachtige’ beproeving van onszelf. Het is jammer dat dit ‘waarachtige’ in de huidige versie is weggefallen. Want juist wanneer wij de schijnwerper richten op onszelf, dreigen grote gevaren. Je kunt tot een heel verkeerde zelftaxatie komen. Mensen kunnen zichzelf overschatten, zij kunnen zichzelf ook enorm onderschatten. Niet elke beoordeling van onszelf kan doorgaan voor ‘waarachtige’ zelfbeproeving!

Van waarachtige zelfbeproeving is eerst sprake, wanneer wij onszelf zien in het licht van *onze God*. Het kennen van God en het kennen van onszelf zijn onlosmakelijk aan elkaar verbonden. Hoe meer wij de Here kennen, hoe meer wij ook ons zelf leren kennen. Voor Calvijn staat het dan ook vast ‘dat de mens nooit tot een zuivere kennis van zichzelf geraakt, tenzij hij eerst Gods aangezicht aanschouwd heeft, en van diens aanblik afdaalt tot het beschouwen van zichzelf. Want door de ons allen ingeboren hovaardij schijnen wij onszelf steeds rechtvaardig toe en rechtschapen en wijs en heilig, tenzij wij door stellige bewijzen van onze onrechtvaardigheid, verdorvenheid, dwaasheid en onreinheid overtuigd worden. Hiervan worden wij echter niet overtuigd, indien wij slechts zien op onszelf en niet ook op de Here, die het enige richtsnoer is, naar hetwelk dat oordeel moet worden afgemeten.’

Bij de ware zelfbeproeving gaat het niet om wat wij van onszelf vinden, maar om wat *de Here* van ons vindt. Wij zoeken het oordeel van GóD over ons hart en leven. En dat oordeel vinden wij in het Woord. Daarin zegt de Here, hoe Hij zijn kinderen wil zien en wat het is Hem eerbiedig te vrezen. Daarom zegt het formulier ook dat wij ons ‘naar de Schrift’ moeten beproeven. De Schrift is de norm, waaraan wij onszelf moeten toetsen en onze wegen doorzoeken. Zelfbeproeving dient altijd te gebeuren met een open Bijbel en met het gebed van Psalm 139: ‘Doorgrond mij, o God, en ken mijn hart, toets mij en ken mijn gedachten, zie, of bij mij een heilloze weg is, en leid mij op de eeuwige weg’.

Waar het om gaat

Er zijn rond de zelfbeproeving ontsporingen in de geschiedenis van de kerk geweest. Is het een angstig wroeten in jezelf om toch nog enkele lichtpuntjes te ontdekken? Maakt deze kritische taxatie van ons hart en leven een mens niet depri en misschien zelfs wanhopig?

Wij mogen er dankbaar voor zijn dat wij in het *grote avondmaalsformulier* een klare onderwijzing vinden over de ware zelfbeproeving. Wanneer wij met onszelf bezig moeten zijn, neemt de kerk ons bij de hand en wijst ze ons de weg! En dan blijkt het bepaald niet te gaan om een angstig wroeten in jezelf. Het formulier noemt alleen die zaken, die voor een christen onmisbaar zijn, die ons tot gelóvige mensen maken. Het blijkt te gaan om een beseffen van je schuld, het geloven van je verlossing en om de wil dankbaar voor de Here te leven. De drie ‘stukken’ (ellende, verlossing en dankbaarheid) van zondag 1 zijn ook aan de orde, wanneer wij onszelf voor Gods ogen beproeven!

Allereerst moeten wij *onze zonden* ‘overdenken’, zegt het formulier. Wij moeten dus nadrukkelijk bij ons kwaad stilstaan. Bepaald geen overbodige aanwijzing. Want gehaast en oppervlakkig als wij zijn, gaan wij vaak te vlug aan onze zonden voorbij. Maar de Here wil dat wij voor Hem echt in de schuld komen. Wij moeten beseffen, hoe vreselijk wij Hem tekort

doen en niet ophouden Hem te bedroeven. Daarbij kan de uitleg die de Catechismus van de Tien Geboden in zondag 34-44 geeft, ons helpen. Wie die uitleg op zich laat inwerken, gaat ontdekken hoe erg het met hem is gesteld. En mochten we dan nog niet zwaar aan ons kwaad tillen, dan moeten we maar naar het kruis van de Here Jezus kijken. Als God zijn eigen Zoon zo bitter laat lijden, hoe verschrikkelijk moet dan mijn zonde zijn! Juist het lijdensevangelie laat niets van mij over. Bij het kruis van Christus leer ik hoe groot mijn zonden en ellende zijn. Is er bij ons duidelijk aanwijsbare zonde en was er een verkeerde praktijk, dan zullen wij ook met de Here daarover moeten spreken. 'Mijn zonde maakte ik U bekend, en mijn ongerechtigheid verheelde ik niet', zegt David in Psalm 32. Het hoge woord moet er bij ons echt uit komen. Wat verkeerd was, moet ook beléden worden.

Maar bij de ware zelfbeproeving gaat het niet alleen om verootmoediging, belijden en oprecht berouw, ons onderzoek richt zich ook op onze verhouding tot het evangelie dat wij elke zondag horen verkondigen. Het formulier zegt dat wij ons moeten onderzoeken, of wij Gods vaste belofte van vergeving om Jezus' wil ook *geloven*. Is ons geloof 'waar' geloof, zoals zondag 7 het tekent? Vertrouwen wij dat de Here Jezus ook onze zonden droeg en geloven wij dat er ook voor ons vrijspraak is? Luther zei eens: het ware geloof kent de woordjes 'mij' en 'mijn'. En zo is het ook. Gelovig is hij die zegt: niet alleen anderen, maar ook *mij*; Jezus is *mijn* trouwe Heiland.

Ons zelfonderzoek moet zich dan ook op die woordjes toespitsen. Geloof ik dat de vergeving ook mij geschonken is en is de Here Jezus ook mijn Redder en Koning?

Wanneer wij zo onszelf onderzoeken, zullen wij nog veel zwakheid en kleingelovigheid ontdekken. Calvijn zegt dat de gelovigen een voortdurende strijd hebben met hun eigen gebrek aan vertrouwen. Ook het formulier spreekt daarvan, wanneer het zegt dat wij nog geen volkomen geloof hebben en getuigt van de strijd tegen de zwakheid van ons geloof. Heel vertroostend is dan ook dat het formulier het woordje 'vast' niet zet bij 'geloven', maar bij 'Gods beloften'. Wij moeten Gods vaste belóften geloven. Wanneer wij tot die beloften vluchten met al onze strijd en zwakheid, staan wij in de houding die de Here bij zijn kinderen wil zien.

Ons beproeven van onszelf heeft tenslotte ook te maken met de vraag: willen wij echt *voor de Here leven*? Er kan heel wat aan ons christelijk leven ontbreken. Wij kunnen het met bepaalde boezemzonden nog behoorlijk te kwaad hebben. Beslissend is: hoe staat het met ons hárt? Het formulier spreekt over onze 'gezindheid' en over ons 'begeren'. En zondag 30 gaat in dezelfde lijn: 'die ook begeren hoe langer hoe meer ... hun leven te beteren'.

Op die gezindheid en dit begeren komt het aan. Wanneer dat ons hart beheerst, komen de daden vanzelf, groeit er bij ons die dankbare gehoorzaamheid, die de Here met zijn verlossing beoogt.

Tenslotte

Paulus roept de Korintiërs toe: 'Stelt uzelf op de proef, of gij wel in het geloof zijt; onderzoekt uzelf' (2 Kor. 13:5). De apostel zal wel bedoelen dat de Korintiërs bij zichzelf moeten nagaan, of zij zich wel door Christus en zijn heil laten beheersen. Of zij geloven, zoals zij mogen en moeten geloven.

Dit onderzoek voor de ogen van God blijft noodzakelijk en zal steeds weer gebeuren moeten, willen wij 'ware gelovigen' zijn. Want ons leven met de Here moet voortdurend gereinigd worden van kleingeloof, sleur, traagheid en schijn. Het is onontbeerlijk voor wie groeien wil in geloof en bekering!

Dr. A.N. Hendriks te Amersfoort is emeritus-predikant van de kerk van Amersfoort-C. Hij schreef veel over de Heilige Geest en over de ambten; over zelfbeproeving in zijn boek In de school van Christus, Kampen 1995, p.7v.

Voor de bespreking

1. Is zelfbeproeving vooral nodig als je geloofsleven in een 'dip' zit of zou je ook op de 'toppen' van je geloof jezelf moeten blijven onderzoeken?
2. Vaak vinden wij onszelf zo slecht nog niet. Welke concrete punten kunnen we samen aanwijzen, die de Here zou afkeuren in ons leven?
3. Wilt u voor uzelf aangeven wat u zo verschrikkelijk vindt als u naar het kruis van de Here Jezus kijkt? Leg dat eens aan elkaar voor, dan komt u misschien nog tot opmerkelijke verschillen.
4. We hebben geen volkomen geloof en vallen dagelijks in zonde. Waarom mogen we dan toch geloven dat God ons in genade wil aannemen?
5. Wanneer we 'gezind zijn God de Here te dienen en begeren naar alle geboden van God te leven', komen de daden

vanzelf. Wilt u daar eens over doorpraten?