

26 juli 2020



Caleidoscoop Bert Megens

Een Psalm-kenner, Klaus Seybold, noemt de Psalmen een *caleidoscoop van het geloof*. Net als de patronen in een caleidoscoop worden eenvoudige ervaringen veelvoudig weerspiegeld. Regelmatige patronen worden gezien, maar bij de geringste beweging vormen nieuwe patronen met andere kleuren. Een klein stootje, en het beeld is veranderd. De caleidoscoop van de psalmen: vanaf rijke poëzie, tot de eenvoud van *hier ben ik*, tot gebeden van diepe bezinning. De patronen veranderen zoals het perspectief van de gelovige verandert. Niemand bidt tweemaal hetzelfde gebed. Vandaag bidden wij met de psalmist het *smeekgebed*.

Aansteken van de Christuskaars

Toenadering

Naar Psalm 5

God, wilt U mijn gebed aanhoren?
Luister toch naar mijn *smeken*.
U bent mijn God
en ik richt mij tot U.
Elke morgen kijk ik omhoog naar U
en wacht op uw antwoord,
en U hoort mij roepen.
Allen die hun vertrouwen op U stellen,
zullen zich verheugen
omdat U hen beschermt.
Allen die U liefhebben, zullen blij zijn.
Want U, Here, zegent uw volgelingen.
U beschermt hen met uw liefde.

Gebed

Uit: Gez 235

In *bidden* en in *smeken*,
maak onze harten één.
Wij hunkren naar een teken,

o, laat ons niet alleen.
Al dreigen nog gevaren,
al wacht ons kruis en strijd,
de Geest zal ons bewaren,
de Geest, die troost en leidt.

Lezing **Psalm 86:1-7, 11-13**

Een gebed van David.

¹ Luister naar mij, Heer, en antwoord mij alstublieft,
want ik ben in nood.

² Red mijn leven! Ik ben immers uw vriend?

Mijn God, bescherm mij, want ik vertrouw op U.

³ Heb medelijden met me, Heer.

Ik roep U de hele dag om hulp.

⁴ Maak me weer blij,

want ik geef mezelf aan U.

⁵ Want U bent goed, Heer, en U wil graag vergeven.

U bent goed en vriendelijk voor alle mensen die U aanbidden.

⁶ Heer, luister naar mijn gebed.

Hoor hoe ik U om hulp smeek.

⁷ Als ik in moeilijkheden ben, roep ik U om hulp.

Want U antwoordt mij.

¹¹ Heer, leer me hoe ik moet leven.

Ik zal doen wat U zegt.

Help me om U altijd te gehoorzamen.

¹² Heer mijn God, ik zal U met mijn hele hart prijzen.

Ik zal U voor altijd aanbidden.

¹³ Want U bent heel erg goed en liefdevol voor mij.

Gedachte

De psalmen verwoorden wat in mensen omgaat, wat hen bezielt en staande houdt. Je leert niet alleen God, maar ook zichzelf kennen. In die liederen en gebeden zien we de rijke omvang van menselijke gevoelens, ervaringen en gedachten, als een caleidoscoop van kleuren, schakeringen en patronen. We zien in de psalmen hoe, met één beweging het caleidoscoopbeeld verandert. Beweging komt wanneer de mens boven je eigen gevoel uit op God ziet. Dan krijgen de patronen van menselijke ervaring een ander perspectief, andere kleuren, een ander licht.

In de psalmen is de mens aan het woord. De mens staat voor God. De psalmist legt zijn diepste innerlijk bloot: angst en blijdschap, huiver en bewondering, dankbaarheid en opstandigheid, kennis en ervaring, vragen en antwoorden. Uit de psalmen zien we hoe een gelovig hart voelt, denkt, bang kan zijn, berouw kan hebben, vertrouwen krijgt, blij is, God looft. Ze verwoorden de diepten en noden van het hart. Ze tillen ook op tot de hoogte van

Gods hulp en heil. Opdat het hart vol kan worden van vertrouwen, blijdschap, liefde en uitzicht.

Psalmen zijn niet alleen gebeden. Ze willen ook leren bidden. Ze bevatten niet alleen een boodschap over God. Ze geven ook de taal om daarop te antwoorden, te reageren, zelf te spreken. De psalmen leren ons oprecht en intens met God spreken. Dít is bidden. Zegt de Duitse theoloog Dietrich Bonhoeffer: “Niet de armoede van ons eigen hart, maar de rijkdom van Gods Woord moet ons gebed bepalen.” Dat doen de psalmen. Ze veranderen de verwarde en wereldse klanken in ons en stemmen het hart op God in.

Soms gaat de psalm dwars tegen het eigen gevoel in. Het geloofsleven is niet leven vanuit de gevoelens en stemmingen in onszelf. We hoeven geen gevangenen te zijn van het eigen gevoel of de eigen stemming. De psalm toont hoe een mens uit Gods kracht en rijkdom kan putten om vrede, rust, veiligheid, zekerheid en vreugde in het hart te ontvangen.

Bidden is niet saai, altijd maar hetzelfde prevelementje. De psalmen leren dat álles erbij hoort: vragen, smeken, klagen, danken, vertrouwen, schreeuwen, fluisteren, twijfel bekennen, aanbidden, prijzen, zekerheid uitjubelen. De psalmen tonen hoe een rijk gebedsleven eruitziet – met hoogten en diepten, om het hart persoonlijk en echt open te leggen en God álles te vertellen.

De *Smeekpsalmen*, óf van een individu óf van de groep, zijn voortgekomen uit concrete toestanden waarin gelovigen zich bevinden. Is er gevaar, smeekt de gelovige “help mij”. Is er ziekte, is het smeekgebed: “genees mij”. In al die omstandigheden komt de psalmist tot God met een smeekgebed. Smeekpsalmen geven uiting aan ervaringen en gevoelens van verdrukking, angst, verlatenheid, onmacht, de vraag of er nog gerechtigheid is. Ze getuigen van wanhoop en verwijt (“slaapt Gij soms?”). Ze roepen God op een bijzonder directe, soms bijna rauwe manier aan. Ze klinken niet altijd voldoende nederig: “Sta op! Bevrijd mij! Geef antwoord! Word wakker! Verschaf mij recht!” Zo spreekt een mens eigenlijk niet tegen God, zouden we denken. Maar zo spreken mensen wel tegen wie zij vertrouwen, tegen hen van wie ze het durven verwachten in hun uiterste onmacht. Dit is bidden uit een echt, onversierd menszijn. Veel mensen zijn terughoudend als het gaat om dit soort ervaringen en gevoelens. De Psalmen troosten: deze gedachten en gevoelens zijn gewoon menselijk.

Het patroon van een *smeekgebed* bestaat uit vier elementen:

Het eerste is net als wanneer wij een gesprek met iemand zouden beginnen – we roepen de naam van de persoon om zijn of haar aandacht te krijgen. Dan kunnen we beginnen te vertellen wat we te zeggen hebben. De psalmist spreekt God aan, roept Gods naam, krijgt Gods aandacht.

Het tweede is het vertellen van de situatie, tot in de kleinste details, heel er direct. De psalmist zoekt Gods medelijden. God moet horen hoe het hier gaat. Dit uitstorten van het hart heeft vaak het effect dat de spanning vermindert en de mens zich opgelucht voelt, nieuwe moed krijgt. Dit “uitspreken” kan bevrijdend werken.

Dan volgt de smeekbede: “Verhoor mij; help mij; bewaar mij; red mij; ontferm U over mij; luister naar mij; geef mij antwoord; zend hulp of kom zelf; richt mij weer op; kom mij tegemoet; haast U!”

Aan het einde beweegt de focus naar God. Waarom zou God horen en verhoren? De reden is Gods hele bijzondere eigenschappen. God is namelijk barmhartig, goed, rechtvaardig, betrouwbaar. Waar er liefde is en deernis, daar is God, de Heer, zegt het oude lied, *Ubi caritas*. Uit de geschiedenis weten we dat God een God *van* en *voor* mensen is. Daarom.

De vier elementen van een smeekgebed zijn dus: 1) God, 2) hier is mijn zaak, 3) help/red mij, 4) ik vertrouw dat U zult helpen want U bent wie U bent.

Het Hebreeuws *yasha* is het smeeke-woord dat vertaald wordt met “verlos mij, red mij, help mij, verhoor mij”. De smeking is de mineur-toon van het lied. De psalmist ontdekt dat *smeking* vanuit de diepste nood, of vanuit een moeilijke situatie, of een gevoel van verlorenheid of weerloosheid, door de kracht van geloofsvertrouwen, de patronen van de caleidoscoop van emoties en ervaring kan veranderen. De *smeking* brengt beweging, verandering. Dan mondt het uit in een lied van lofprijzing en vreugde in een majeure-toon:

Zingt voor de Here een nieuw lied,
want God rechterhand *yasha*/brengt verlossing.

Psalm 98:1

Wanneer we het moeilijk hebben zoeken we hulp – van een deskundige of van familie en vrienden. We zijn dankbaar wanneer we gepaste hulp vinden. Gelovigen zoeken ook hulp bij God. De weg daarvoor is gebed. In het gebed leggen ze hun nood of verwarring aan God voor en vragen om hulp. Psalm 86 is zo'n gebed om hulp. We horen emoties als verwarring, klacht over moeiten, maar ook blijdschap – een mengeling van gevoelens in één gebed samengekomen. Het is een psalm vol beweging van emoties en van gedachten. De caleidoscoop verandert van patronen en kleuren.

Een gelovige zit soms vast, heeft het soms moeilijk. Het smeekgebed kan dan iets zijn als: Here, luister toch, ik kom er zelf niet uit. Ik zie geen uitweg. Ik voel me ongelukkig. Er komt zoveel op mij af. Ik weet niet waar ik moet beginnen. Soms lijkt alles donker. Ik kan er niet tegen. Mijn hoofd is suf van het piekeren. Ik ben moe. Alles ligt me zwaar. Ik begrijp niet wat gebeurd is. Here, luister en antwoord mij.

In dit leven weten we niet wat zal gebeuren en waarom dingen gebeuren. Wij weten niet hoe het in ons eigen leven verder zal gaan. Dat geeft onzekerheid, angst en spanning. Dan mogen we God om hulp vragen. Het geloof in Gods goedheid maakt de moeilijkheden in het leven niet meer begrijpelijk, maar in gebed kunnen we al onze vragen, verwarring en vermoeidheid voor God leggen. Het gebed hoeft niet perfect te zijn, voordat God luistert. Daarvan getuigt de psalmen.

Psalm 86 wijst de weg. De richting is: naar God toe. De gelovige zoekt naar God. Problemen zijn niet in één keer weg, na gebed. Soms gaat er een lange tijd overheen voor er weer ruimte komt, voordat het lichter wordt. Maar met elk gebed raakt de bidder toch een stukje van de last kwijt. Zo leert de gelovige overgave.

Aan het begin is het gebed een en al ellende en verwarring. Maar dan komt er beweging en het caleidoscoopbeeld gaat veranderen. Het gaat het niet meer om de situatie, maar om de relatie tot God. De smeking "help mij, red mij" verandert naar de smeking "leer mij". Leer mij hoe ik moet leven. Leer mij overgave. Leer mij in uw nabijheid leven. Dan kan de gelovige ook beter omgaan met de praktische problemen die er altijd zullen zijn.

Het gebed verandert tijdens het bidden. Het beeld, de patronen, de kleuren, het licht veranderen. De gelovige voelt zich niet meer zo alleen, vastgevangen, uitgeleverd. Niet meer de situatie, maar de relatie komt in beeld. Er is licht. Dan is het gebed: Zélf *kan* ik het niet, *weet* ik het niet, *wil* ik het niet. Uw licht heb ik nodig als een lamp voor mijn voeten, zodat ik niet ronddool en verdwaal. Uw weg is goed. U bent goed. Wijs mij, Here, úw weg.

Dan kan de lof beginnen. De moeilijkheden blijven misschien, maar iets is veranderd. In het nieuwe beeld, de veranderde patronen, is er iets te merken van rust en in innerlijke vrede. Het gebed dat is begonnen als een smeking om hulp is verandert tot een gebed om met God te leven en alles van God alleen te verwachten: *Ik zal U voor altijd aanbidden. Want U bent heel erg goed en liefdevol voor mij.* Het licht doorbreekt de donkerheid. Geloofsvreugde is mogelijk, ondanks alles.

Gebed *Naar Psalm 25* *Huub Oosterhuis (2011)*

Naar U, Levende,
klimt mijn ziel.
U vertrouw ik:
dat Gij zijt.
U verlang ik ooit te zien.
Door de nacht heen
zien uw ogen mij.
Van mijn ellende
keer U niet af.
Mijn vertrouwen
beschaam het niet.
Op u wachtte ik levenslang.
Elke dag weer
zoeken mijn ogen jou.
Laat je nu vinden
liefde.
Keer je niet af.

Zegenwens

Hoe ben jij gestemd?
Hoe is jouw toonzetting?
Welk lied zingt in jou?
Welke zielenroerselen zing je uit?
Eindigt jouw lied met licht en hoop,
met dank aan de Eeuwige?
Verklank wat in je leeft,
bezing wat je beleeft in psalmen.
Dat jij je gevoed, getroost,
aangeraakt mag weten
gesterkt voor onderweg.
Dat zegen op ons mag rusten. Amen.