

## Bidden met de Psalmen III (Psalm 119)

Met maar liefst 172 verzen is dit de langste Psalm en het langste hoofdstuk in de bijbel. Daarom heeft de Psalm de naam 'eindeloos' te zijn. Maar is de Psalm saai? Is een sterrenhemel saai? Of een veld vol bloemen? Of de aanrollende golven op het strand als het vloed wordt? Het is de moeite waard om deze Psalm te leren waarderen als De Gouden Psalm. Vers 127: 'Ik heb uw geboden lief, meer dan goud, zuiver goud'.

### Alfabet

Psalm 119 is een alfabetisch gedicht (net als bv. 9-10, 25, 111, 112). Bij de 22 letters van het alfabet zijn steeds 8 verzen gecomponeerd. Spurgeon noemt deze Psalm dan ook het Gouden Alfabet. De dichter heeft zichzelf dus grenzen gesteld: gezien zijn onderwerp had hij eindeloos door kunnen gaan met dichten, maar hij besluit zich in te houden.

### Thora

Het onderwerp van dit gedicht is eindeloos mooi: de thora. Bij de vertaling 'wet' denken we al snel aan (knellende) regels, beperkte ruimte, moeten, prikkeldraad om ons leven. Maar thora is veel meer! Het is Gods Wegwijzende Woord: Hij laat zien hoe het leven opbloeit. Een mooi opschrift zou kunnen zijn (i.p.v. 'de heerlijkheid der wet'): 'Uw wegwijzende Woord is wonderbaar!' Vers 129: 'Uw richtlijnen zijn voor mij een wonder, daarom volg ik ze met heel mijn hart'. De Psalm gebruikt acht verschillende uitdrukkingen: wet, getuigenissen, wegen, bevelen, inzettingen, geboden, verordeningen, woord.

### Uw woord

Overal in de Psalm staat het woordje 'uw'. Want nooit moeten we het woord, de geboden, de bevelen los zien van degene die ze spreekt. Woord is niet tekst, maar aanspraak. Achter het woord en de richtlijnen en regels

**Psalm 119 is het Gouden  
ABC van de christenen.**

(Luther)

## De wet van de HEER is volmaakt: levenskracht voor de mens. (Psalm 19:8)

klopt het hart van de God die in Christus liefdevol naar ons kijkt. Woord is: God kijkt ons aan en spreekt ons aan. Je aan zijn regels houden zonder zijn hart te kennen en in zijn ogen te kijken wordt wetticisme. Psalm 119 is een en al biddende, lofprijzende, bewonderende, getuigende en eerbiedige meditatie over de kostbare werkelijkheid van Gods Woord!

### Mooie woorden

Lees Psalm 119 meditatief en pluk hier en daar een bloem om er wat langer aan te ruiken. Vers 11: 'Uw belofte heb ik in mijn hart geborgen, zo zal ik niet tegen u zondigen'. Vers 18: 'Neem de sluier van mijn ogen - dan zal ik zien hoe wonderlijk mooi uw wet is'. Vers 32: 'Ik zal voortgaan op de weg van uw geboden, want u geeft mij ruimte'. Vers 55: 'Zelfs in de nacht denk ik aan uw naam, HEER, en houd ik mij aan uw wet'. Vers 98: 'Uw gebod maakt mij wijzer dan mijn vijanden, ik ben er eeuwig mee verbonden'. Vers 130: 'Als uw woorden opengaan, is er licht en inzicht voor de eenvoudigen'. Vers 161: 'Machtigen vervolgen mij zonder reden, maar alleen voor uw woorden huivert mijn hart'. Vers 167: 'Ik houd mij aan uw richtlijnen, mijn ziel heeft ze innig lief'.

## Herhaling is niet vervelend maar verdiepend.

### Psalm 119 als gebed

Heel deze Psalm (behalve vers 1-3) is een gebed. Met daarin dus veel herhaling. Het nut van de herhaling is dat het gehoorde dan steeds dieper kan doordringen in ons hart en in ons leven. Dat geldt ook voor herhalend gebed. Psalm 119 is wel vergeleken met een parelsnoer. De Rooms-katholieke traditie van de rozenkrans (een kralenketting) heeft ermee te maken. Misschien is het bidden van een gereformeerde rozenkrans een goed idee: Onze Hulp, Apostolicum, Eer aan de Vader, Onze Vader, Psalm 23, Lofzang van Maria (ds. J.J. Burger).

### In Christus

Jezus Christus verheugde zich op aarde in het woord van zijn Vader (Joh. 4:34). Hij is zelfs het Woord van de Vader (Joh. 1:1). Werkelijke verbondenheid met Gods Wegwijzende Woord ervaren we doordat Christus gaat wonen in ons hart (Efe.3:17).

## Laat Christus' woorden in al hun rijkdom in u wonen.

(Kolossenzen 3:16)

### Bijbelrooster

Zie: 'de 150 Psalmen in 30 dagen' (ook op: [www.josdouma.nl/biddenmetdepsalmen](http://www.josdouma.nl/biddenmetdepsalmen)).

### Bronwater in de kleine groep

#### a. Het ijs breken

Wat lijkt je erger: doof zijn of blind zijn?

#### b. Jezus centraal stellen

Lees Psalm 119:129-136. Welk vers raakt je het meest? Hoe verbindt je dat vers met Christus?

#### c. Elkaar bemoedigen

Praat samen door over deze gesprekspunten:

- Vind je het een uitdaging om Psalm 119 als De Gouden Psalm te leren kennen?
- Wat zijn jouw associaties bij het woord 'wet'? Herken je de gevaren van wettisch leven?

- Praat hierover door: Woord betekent dat God je aankijkt en aanspreekt.

- Kies een vers uit Psalm 119 en proef dat vers. Denk erover na wat het betekent voor de dagelijkse praktijk.
- Wat vind je van het bidden van een gereformeerde rozenkrans?

#### d. Zich naar buiten richten

Wat is de waarde van wat we besproken hebben voor onze niet-gelovige familieleden, vrienden, burens en collega's?

