

Bidden met de Psalmen (2): Psalm 57

Wat doen wij met de Psalmen? We lezen ze, bidden ze, luisteren ernaar of mediteren erover. En we zingen ze (in de kerk), maar de Psalmen lijken minder populair te worden. Een belangrijker vraag is: Wat doen de Psalmen met ons? Bieden ze ons daadwerkelijk nieuwe perspectieven? Laten we ons meenemen in de beweging van de Psalmen? Openen ze voor ons Gods werkelijkheid als nieuw? Durven we mee te klagen en te zuchten, ook als we zelf dankbaar zijn? Durven we mee te loven en te prijzen, ook als we zelf in de put zitten?

L	E	R	E	N
L	E	V	E	N
G	E	B	E	D
J	E	Z	U	S
D	E	L	E	N

Over het leven

Het is pure genade dat de Psalmen ons leren om onze nood en pijn, ons verdriet te verwoorden. Voor God hoeven we het allemaal niet te verzwijgen: Hij reikt ons zelf de woorden aan om ons te uiten. David zucht onder de achtervolging van Saul. Hij is op de vlucht en verbergt zich in een spelonk. Hij is in doodsgevaar. Voor God geeft hij er woorden aan. Ook ons leven kan worden gestempeld door moeite:

- Teleurstellingen: waarom breekt alles me bij de handen af?
- Ziekte: waarom brengt God dit in mijn leven?
- Levensmoeheid: waarvoor leef ik eigenlijk nog?
- Schuld en zonde: hoe kom ik ooit weer in het reine met God en de ander?
- Angst: hoe durf ik de confrontatie aan te gaan met onrecht of met mijn eigen tekortschieten?

Psalm 57 helpt ons dat allemaal onder

**'Luister, God, maar mijn
gebed, verberg u niet als
ik om hulp smeek.'**

(Psalm 55:2)

ogen te zien, te zoeken naar geborgenheid en te schuilen bij God. David vindt ook echt weer rust en veiligheid (8-9): dat bestaat dus in het echte leven!

Over het gebed

Psalm 57 leert ons verschillende dingen over het bidden als uiting van volkomen afhankelijkheid van God. We leren biddend genade te zoeken ('Wees mij genadig, God, wees mij genadig'). Dit gebed richt ons op God die we mogen kennen als altijd gevende en gunnende God. We leren hoe belangrijk het is om God te kénnen: Hij is de Allerhoogste, die mij beschermt (2), Hij is een en al liefde en trouw (4,11), in de schaduw van zijn vleugels kan ik schuilen (2), Hij is vol glorie (6,12). We leren daarmee ook hoe belangrijke aanbidding als aspect van ons gebed is: bidden is zeker ook vragen en klagen en verootmoediging, maar vóór alles is het aanbidding: God eren en prijzen om wie Hij is, ongeacht onze levensomstandigheden. Hij is altijd dezelfde (Heb. 13:8). Bidden betekent ook dat je je door de Geest van het gebed mee laten nemen in een beweging: van onrust naar rust; van kijken naar jezelf naar kijken naar God; van achter adem zijn naar weer op adem komen; van onafhankelijkheid naar afhankelijkheid; van gesloten naar open; van terneergeslagen naar opgericht. Psalmen willen ons niet vooral bevestigen in onze huidige situatie (vaak van teleurstelling, eenzaamheid, ziekte) maar willen ons veranderen door ons opnieuw op God te richten.

Over Jezus

Psalm 57 brengt ons in contact met het kruis van Christus en met de glorie van Christus.

Het kruis: wie God wil kennen en Jezus wil volgen, komt in de moeite. Aanvechting hoort bij het leven van een christen. Dat was volmaakt helder in Jezus' leven. En daarom zegt Hij ook: 'Wie mijn volgeling wil zijn, moet zichzelf verloochenen, zijn kruis op zich nemen en zo achter mij aan komen' (Mar. 8:34; vgl. Fil. 1:29, 3:10).

De glorie: we zien de glorie van God, die heel de aarde vervult, in zijn Zoon Christus. Alleen als we in onze moeiten en ons lijden Jezus' glorie willen zien, zal er een uitweg zichtbaar worden.

**'Ik vertrouw op de liefde van
God voor eeuwig en altijd.'**

(Psalm 52:10)

De Psalm voor Nu

Het refrein (6,12) is de kernboodschap. Het moet steeds weer herhaald worden, juist vanwege de zonde: 'Iedereen heeft gezondigd en ontbeert de nabijheid (glorie) van God' (Rom. 3:24). Laat je bidden steeds tot aanbidden worden: 'Heer, laat uw glorie heel de aarde vervullen.'

Bronwater in de kleine groep

a. Het ijs breken

Welke emotie speelt in jouw leven een hoofdrol: boos, blij, bedroefd of bang?

b. Jezus centraal stellen

Lees Psalm 57. Welk vers past op dit moment het beste bij hoe je je leven ervaart?

c. Elkaar bemoedigen

Praat samen door over de volgende punten:

- Merk je dat Psalmen je helpen om te leren omgaan met bijvoorbeeld teleurstellingen?
- Herken je de beweging die in heel veel Psalmen wordt gemaakt? Maak je die beweging mee, of blijf je meestal steken?
- Wat is volgens jou de glorie van God?
- Welke rol speelt in jouw leven Jezus' oproep om je kruis op je te nemen? Of: wat is de betekenis van lijden in jouw leven?

d. Zich naar buiten richten

Hoe zou je Psalm 57 kunnen gebruiken in een evangelisatiecontact? Denk daarbij aan bijvoorbeeld de thema's: op de vlucht zijn, een uitweg zoeken, je toevertrouwen aan iets wat veel groter is dan jouw (kleine) leven.

**'Zie, God is mijn helper, de Heer
is het die mijn leven draagt.'**

(Psalm 54:6)

