

## Bidden met de Psalmen (4): Psalm 130

Iemand vertelde een keer: 'Het lijkt wel alsof ik in een diepe put zit. Het is er donker en ik weet werkelijk niet hoe ik eruit moet komen. Soms zie ik een paar treetjes naar boven, maar die breken vaak weer af. En nooit reiken die treetjes tot helemaal bovenaan.' Psalm 130 is bekend als de Psalm uit de diepte. Het is een Psalm voor mensen die in de put zitten, speciaal vanwege zonde en schuld in hun leven.

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

(vers 1-4) Het is vaak vanuit de diepte (de profundis) dat mensen gaan zoeken naar God (gloria in excelsis). De diepte van Psalm 130 is niet die van lijden en tegenslag, maar van schuld en zonde. Daardoor kunnen we zo terneer worden gedrukt (Ps. 32:3-4) dat we het gevoel hebben in diepe duisternis te zitten. Het is van belang dat we onze zonden dan niet algemeen en vaag aanduiden ('we zijn nu eenmaal allemaal zondig'), maar dat we ze benoemen, ze door God zelf laten aanwijzen (1 Kor. 6:9-10; Gal. 5:19-21). Voorbeelden: haat en wrok, egoïsme, seksuele verslaving, afgoderij, jaloezie. Onze zonden maken ons geestelijk zwak, omdat ze een belemmering vormen in de levende omgang met God. Voor geloofsgroei hebben we echt vergeving en reiniging nodig. Soms lopen we die zegen mis, omdat we bang zijn dat God er niet bij wil zijn, in de diepte. We denken dat we er alleen zijn. Maar God is er bij! 'In hoogheid en heiligheid zal ik tronen met hen die verslagen en onaanzienlijk zijn, opdat de onaanzienlijke geest herleeft, opdat het verslagen hart tot leven komt' (Jes.

**'Wie kan al zijn fouten kennen? Spreek mij vrij van mijn verborgen zonden.'**

(Psalm 19:13)

57:15). Ook de diepte kan ons niet scheiden van de liefde van God (Rom. 8:38-39)!

Daarom ontvangen we midden in ons leven, waar altijd weer de vraag naar schuld aan de orde is, van God deze Psalm om te leren roepen om genade. Nergens anders is genade te vinden dan alleen bij Hem.

### Over het gebed

(vers 5-6) Bidden is uitzien naar de Heer zelf. Acht keer wordt in deze Psalm zijn Naam herhaald. We willen zo vaak iets van God hebben, en vergeten dat het om Hemzélf gaat. Bidden is daarom ook 'therapie': een manier om genezing te vinden in de nabijheid van God. We denken soms dat er ook wel andere wegen zijn om in het reine te komen met onze schuld:

- we kijken niet (we ontkennen, negeren de zonde, stoppen die diep weg; we blijven hangen in vaagheid)
  - we kijken naar onszelf (het valt wel mee, iedereen doet het; ik wil mezelf straffen voor deze zonde)
  - we kijken naar anderen (we geven anderen de schuld; we zoeken hulp bij anderen die ons gerust moeten stellen of die via een therapie onze problemen aanpakken)
- Bidden is: uitzien naar God zelf als de enige weg van genade ontvangen (vergeving, genezing, bevrijding). We mogen leren om voor God te gaan staan, ons door Hem te laten aankijken en Hem te horen zeggen: 'Welkom, mijn geliefd kind, ik ken je zonde en je schuld, ik ken de diepte waarin je bent, maar nu ben je thuis: Ik vergeef je je zonden, Ik reinig je, je bent in mijn ogen weer helemaal nieuw.'

### Over Jezus

(vers 7-8) Altijd als het in de Schriften gaat over bevrijding en verlossing, gaat het over Gods Zoon, Jezus Christus. Psalm 130 eindigt bij Zondag 11: 'Waarom wordt Gods Zoon Jezus, dat is Verlosser, genoemd? Omdat Hij ons verlost van al onze zonden, en omdat er bij niemand anders enig behoud te zoeken en te vinden is.' Steeds opnieuw moeten we dat horen. Telkens weer moet dat tegen ons worden gezegd, omdat we het zo snel vergeten. Nooit zullen we in eigen kracht in het reine komen met onze zonde en schuld. Er is maar één Naam: Jezus.

**'Tegen u, tegen u alleen heb ik gezondigd.'** (Psalm 51:6)

### De Psalm voor Nu

Alle mensen worstelen met schuld en zonde (verbroken relaties, afwijzing, verslavingen). De gemeente van Christus, die de Psalmen bidt, is de plek waar we vergeving en genezing en bevrijding ontvangen. Dichtbij Jezus is er telkens weer een nieuw begin.

### Bronwater in de kleine groep

#### a. Het ijs breken

Schrijf allemaal voor jezelf een omschrijving van 'genade' op en deel dat vervolgens met elkaar.

#### b. Jezus centraal stellen

Lees Psalm 130. Welk vers treft je het meest?

#### c. Elkaar bemoeidigen

Praat samen door over de volgende punten:

- Welke levensthema's komen er in Psalm 130 aan bod? Welk thema speelt in jouw leven op dit moment een belangrijke rol?
- Herken je het dat we in onze worsteling met zonde en schuld vaak niet kijken, naar onszelf kijken of naar anderen kijken en vergeten uit te zien naar God?
- Hoe helpt Psalm 130 jou verder in je gebedsleven?
- In het geloof gaat het niet om iets van God maar om God zelf. Ben je het daarmee eens?
- Zijn er nog andere nieuwtestamentische teksten die je in gedachten komen bij het luisteren naar Psalm 130?

#### d. Zich naar buiten richten

Hoe zou je Psalm 4 kunnen gebruiken in een evangelisatiecontact? Denk daarbij aan het thema schuld (elkaar de schuld geven, schuldigen aanwijzen, niet in het reine kunnen komen met schuld).

**'Laat hoogmoed niet over mij heersen, dan zal ik volmaakt zijn en bevrijd van grote zonde.'**

(Psalm 19:14)

