

# De genezende kracht van genade ervaren

## Genade Ervaren (4)

Preek over Psalm 147:3 (ds Jos Douma)

*Hij geneest wie gebroken zijn  
en verzorgt hun diepe wonden.*

Ik had een tijd geleden een reünie van mijn oude examenklas. Twintig jaar geleden, in 1986, had ik de meesten voor het laatst gezien. We troffen elkaar in Rouveen (dat ligt bij Staphorst) en wat deden we: herinneringen ophalen. De dingen waar we om gelachen hadden, de vreemde eigenschappen van sommige leraren. U kent dat wel.

Soms ontmoet je ook zomaar iemand uit je jonge jeugd, uit je lagere school periode, en ook dan haal je herinneringen op: weet je nog dat we toen samen een vuurtje gefikt hebben maar dat het een beetje uit de hand liep en dat we toen hard zijn weggerend en dat we even later de loeiende sirene van een brandweerauto hoorden?

Zo zijn er veel momenten dat we herinneringen ophalen. Mooie herinneringen aan een tijd die voorbij is. Maar er zijn ook herinneringen die we niet ophalen. Pijnlijke gebeurtenissen, dingen die tegen ons gezegd zijn, iets wat we hebben gedaan en waar we anderen vreselijk mee beschadigd hebben, iets wat ons is aangedaan. Dat zijn de herinneringen die we wel met ons meedragen, maar die we liever niet ophalen. We stoppen ze weg. En als ze wel naar boven komen drukken we ze snel weer naar beneden of overschreeuwen we ze.

Deze weggestopte herinneringen zijn de wonden in onze zielen waar ik het over wil hebben. En wat er misschien gebeurt tijdens de preek is dat er pijnlijke herinneringen bovenkomen, dat we weer ergens aan denken, en dat we het haast automatisch meteen weer wegstoppen. Dat lijkt wel een beetje op een wond op bijvoorbeeld onze hand, waar we een pleister overheen hebben geplakt. En als die er af dreigt te gaan, of iemand anders probeert de pleister eraf te halen, drukken we de pleister weer snel goed vast of plakken we er een nieuwe pleister op. Terwijl we weten dat die wond beter geneest als de lucht erbij kan, als het licht erbij kan.

Ik hoop dat we in deze preek een klein stapje mogen zetten in een leerproces waarin we ontdekken dat de genade van God niet alleen gaat over onze zonden die vergeving nodig hebben, maar ook over onze wonden die genezing nodig hebben. Over de pijnlijke plekken in ons leven waarvan de symptomen soms zichtbaar zijn in onze gevoelens en ons gedrag: bitterheid, een kritische geest, angst, ontoegankelijkheid, een laag zelfbeeld.

En het is goed om te beseffen dat er verschil is tussen zonden en wonden. Ze hebben wel met elkaar te maken: wonden zijn vaak het gevolg van zonden. Een pijnlijke herinnering (wond) is een gevolg van iets wat een ander je heeft

aangedaan of wat je zelf hebt gedaan (zonde). Bij zonden hoort vergeving, bij wonden hoort genezing. Zonden en wonden vragen dus om een verschillende benadering. Stel je voor dat je naar de dokter gaat, en je laat een wond zien die maar niet dichtgaat, of je vertelt dat je in je zij heel erge pijn hebt, wat zou je er dan van vinden als de dokter tegen je zei: 'Ik vergeef je'? We voelen allemaal aan: dat is niet adequaat, dat past niet bij het probleem wat er is. Zonden vragen om vergeving, wonden om genezing. En dat komt allebei uit dezelfde verlossende genade van Jezus Christus.

--

Ik maak het nog even wat concreter die wonden. Wat moeten we ons erbij voorstellen? We komen onze wonden op het spoor als we naar binnen keren en dit er tegen komen:

- je voelt je buitengesloten;
- je voelt je niet gezien en niet begrepen;
- je denkt dat je het niet waard bent om er te zijn;
- je voelt je van binnen diepgekwetst door wat iemand eens tegen je gezegd heeft;
- je voelt je angstig (eigenlijk nog net zo angstig als toen je een kind was, en je 's avonds met een grote boog in je bed sprong om niet gebeten te worden door de krokodil die onder je bed lag);
- je voelt de pijn van de dingen waarin je in het verleden bent tekortgeschoten naar je kinderen;
- je moet, als het even stil wordt om je heen en in je, al vrij snel denken aan iets ergs wat er gebeurd is, maar probeert het zo snel mogelijk weer weg te drukken;
- je denkt aan iets wat in de gemeente is gebeurd en wat je vreselijk heeft gekwetst (want we kunnen elkaar in de gemeente zó verwonden);
- je voelt een diep verdriet om iemand die je verloren hebt;
- je voelt blauwe plekken die er zijn vanwege verbroken relaties, omdat er iets van jou is afgescheurd toen een relatie verkeerd afliep;
- je voelt het onrecht dat jou lang geleden is aangedaan en meteen voel je ook de boosheid weer naar boven komen, en als iemand het onderwerp aanraakt, dan stromen de boze en teleurgestelde woorden weer uit je mond.

Dat zijn allemaal wonden. En als ik me niet vergis, dan komt er bij ons allemaal wel iets naar boven. Want we zijn allemaal gewond. Omdat we leven in een gebroken wereld zijn we allemaal gewond.

Maar wat is nu het evangelie, het goede nieuws? Het goede nieuws is niet dat we gewond zijn, maar dat er genezing is. Want bij het verlossingswerk van Jezus Christus hoort dat Hij onze wonden geneest! Geloof u dat? Geloof u dat de wond, de pijnlijke herinnering, de boze bitterheid die in u is, gelooft u dat God die genezen kan?

Ik geloof het (en ik denk er meteen bij: 'Kom mijn ongeloof te hulp'). En ik denk dat Psalm 147 ons een stukje op weg zal helpen. De Psalm waarin God zo geweldig goed en genadig naar ons toekomt als gezegd wordt:

*Hij geneest wie gebroken zijn  
en verzorgt hun diepe wonden.*

Dat is onze God: een Heelmeester is Hij (Exodus 15:26). Daarin herkennen we Jezus: onze dokter is Hij (Marcus 2:17).

--

We gaan nu iets proeven van het geheel van Psalm 147. De Psalm begint niet bij onze wonden en de gebrokenheid van ons leven. Het gevaar is namelijk groot dat je, als je daar begint, steeds weer begint, dat je niet verder komt. De Psalm begint bij de aanbidding van God:

*Hoe goed is het te zingen voor onze God,  
hoe heerlijk hem onze lof te brengen.*

Zomaar begint de Psalm daarmee, zonder ook maar enige aandacht te besteden aan de situatie van degene die zingt. Het is namelijk altijd goed om God lof te brengen. De Psalm begint eigenlijk nog krachtiger, met dat woordje Halleluja. Je zou Psalm 147 ook een Opwekkingslied kunnen noemen, dat ons grondig afleert om zomaar bij voorbaat het halleluja-roepen af te keuren als oppervlakkig. Want Halleluja roepen heeft bijbels gezien met oppervlakkigheid helemaal niets te maken, maar juist met een diepgeworteld geloof in de goedheid van God. Als we alleen maar rondraaien in ons eigen leven, onze eigen zorgen, onze eigen gekwetstheid, onze eigen frustraties en teleurstellingen, onze eigen zonden die we stiekem zo vaak koesteren, zal er nooit een Halleluja over onze lippen komen. Maar als we ons richten op God, ons concentreren op zijn genade, zijn glorie, zijn goedheid, dan gaat het Halleluja stromen. Want God is het waard om geprezen te worden!

En ik denk dat we dan al direct iets leren over genezing. Namelijk dit: aanbidding is genezend. Aanbidding is geloven dat Gods goedheid groter is dan onze moeite. Aanbidding is nog voordat er iets in onze moeilijke situatie veranderd is boven die situatie uitkijken en God zien in zijn liefdevolle genade, je door God laten aankijken, het gezicht van Christus zien en zo in aanraking komen met de diepe ontferming en mildheid die in Hem zijn. Dat is de genezende kracht van aanbidding. Aanbidding is niet een liefhebberij voor enkelen, niet een evangelische hype, maar de kern van leven uit genade.

*Hoe goed is het te zingen voor onze God,  
hoe heerlijk hem onze lof te brengen.*

De Psalm gaat verder:

*De bouwer van Jeruzalem, dat is de HEER,  
hij brengt de ballingen van Israël bijeen.*

Hier krijgen we een beeld van de Heer aangereikt: Hij is de bouwer van een stad. Iets preciezer nog: Hij is de bouwer van de stad van vrede, de stad van heelheid, Jeruzalem. Zo is de stad door God bedoeld. Als we denken aan het huidige Jeruzalem en Israël dan denken we aan strijd en oorlog en afwezigheid van vrede. Als we denken aan steden in onze 21<sup>e</sup> eeuwse cultuur, zien we steden

vaak als de plekken waar het kwaad zich ophoopt, waar armoede en vervreemding heersen. Maar als we kijken naar Gods bedoeling met de stad, dan moeten we denken aan vrede en heelheid, aan veiligheid en verbondenheid. En als we de lijn die door Gods geschiedenis heenloopt volgen, dan zien we dat we op weg zijn naar een nieuwe Jeruzalem, naar een stad die neerdaalt uit de hemel (Openbaring 21:2):

*Toen zag ik de heilige stad, het nieuwe Jeruzalem, uit de hemel neerdalen, bij God vandaan.*

En wat wordt er even verderop over die stad gezegd (Openbaring 22:2)?

*In het midden van het plein van de stad en aan weerskanten van de rivier stond een levensboom, die twaalf vruchten gaf, elke maand zijn eigen vrucht. De bladeren van de boom brachten de volken genezing.*

En, lieve mensen, daar is God nu al mee bezig, met die genezing. Want Hij kent de vervreemding van elkaar en ook van onszelf. Psalm 147 vers 2 spreekt over ballingen, mensen die vervreemd zijn van hun wortels. En wij, vreemdelingen en bijwoners op aarde (1 Petrus 2:11), mogen nu al inwoners zijn van die nieuwe stad, die bezig is uit de hemel neer te dalen. En wat gebeurt er in die stad? Er vindt genezing plaats. En als we in onze levens geen genezing zoeken of ervaren, misschien wel omdat we liever gewond willen blijven omdat we dan kunnen klagen - en klagen kan een levensstijl worden waarbij je je thuis voelt - als je liever gewond wilt blijven, dan ben je misschien wel lid van de kerk maar geen inwoner van de stad. God verlangt er naar dat we allemaal inwoners zijn van de stad, die nieuwe, nu al.

--

En dan zijn we bij vers 3. En daar wordt beschreven wat er gebeurt in die stad.

*Hij geneest er wie gebroken zijn en verzorgt er hun diepe wonden.*

In de oude vertaling:

*Hij geneest de verbrokenen van hart en verbindt hun wonden.*

Er zijn duizenden manieren waarop onze hart gebroken kan worden. Er zijn duizenden soorten van diepe wonden. In het begin van de preek heb ik er al iets over gezegd. Ik ga dat niet nog een keer doen. Want nóg belangrijker dan het leren kennen van onze wonden, is het leren kennen van onze Heelmeester. Het is zó belangrijk om dit te leren geloven en om te zoeken naar de ervaring ervan: dat God geneest wat gebroken is, dat God heel maakt wat zeer doet.

Een tijdje geleden hoorde ik in de auto op de radio een flits van een gesprek over lichttherapie als manier om kanker te bestrijden. Hier in de kerk, in de geloofsgemeenschap rondom onze Verlosser Jezus Christus, hier hebben het over genadetherapie. Het licht van Gods genade is genezend. Maar dan moeten we samen ook de moed hebben om onze wonden te laten zien, onze pijn erover

open te leggen naar God toe. Als we dat niet doen, dan blijven we gewond en dan zullen ook de symptomen van ons verwond zijn niet voorbijgaan: we blijven bitter, we blijven kritisch, we blijven angstig, we blijven onzeker, we blijven gefrustreerd. En het is goed om elkaar daarin te leren begrijpen en er liefdevol op te reageren. Maar het is beter om Gods genade niet langer af te wijzen.

Want dat moeten we toch ook tegen elkaar zeggen, en ik moet het tegen mezelf zeggen: als ik mijn wonden niet openleg om God zijn genezende werk te laten doen, wijs ik zijn genade af, wijs ik Jezus af en raak ik vervreemd van de goedheid van God. Is dat wat ik wil? Is dat wat u wilt?

--

Nu zou ik wel heel Psalm 147 willen langslopen met u, maar daarvoor is nu niet genoeg tijd. Ik wil er nog twee dingen over zeggen en hoop dat psalm 47 de komende week met u meegaat. Ga om met Psalm 147. Laat Psalm 147 omgaan met u. Want alleen Gods Woorden (niet onze gedachten, overwegingen en overtuigingen) zijn levend en krachtig. Twee dingen dus nog over Psalm 147 en daarna nog twee handreikingen om de genezende kracht van Gods genade te leren ervaren.

**(1)** In vers 4 wordt onze blik direct weer op God gericht in zijn grootheid. In vers 3 worden we in de stad om zo te zeggen even onze binnenkamer ingeleid om onze gebroken harten en onze diepe verwondingen te onderzoeken. Maar direct verschuift dan weer het perspectief.

*Hij bepaalt het getal van de sterren,  
hij roept ze alle bij hun naam.  
Groot is onze Heer en oppermachtig,  
zijn inzicht is niet te meten.*

Nergens kunnen we waarschijnlijk meer onder de indruk komen van de grootheid van God, dan wanneer we kijken naar de sterrenhemel. Opnieuw dus ook aanbedding. Opnieuw leert de Psalm ons om boven onze pijn en moeite uit te kijken en oog te krijgen voor Gods goedheid, en glorie en grootheid. Het inzicht van Hem die de sterren heeft gemaakt moet haast wel groter zijn dan ons eigen inzicht, ook ons eigen inzicht in onszelf en onze gedachten over hoe we met onze wonden zouden moeten omgaan.

**(2)** Mij vallen ook vers 10 en 11 op. Ik denk dat we daar iets leren over een belangrijke blokkade waardoor we weerhouden worden om onze wonden open te leggen naar God toe. Want we willen van onszelf niet zwak zijn. En we leven ook in een samenleving waarin zwak zijn niet loont en niet gewaardeerd wordt. Constant is dit de boodschap: wees sterk, wees mooi, wees assertief, wees succesvol! Maar Psalm 147 zegt:

*Niet de kracht van paarden verheugt God,  
niet de sterkte van soldaten geeft hem vreugde,  
vreugde vindt de HEER in wie hem eren  
en in wie hopen op zijn liefde en trouw.*

God vindt dus vreugde in je als je zwak bent, als je gewond-zijn niet verdoezelt of overschreeuwt, maar als je naar Hem toekomt, zoals we naar het Avondmaal toekomen: 'als armen tot de milde Gever, als zieken tot de Geneesheer'. Zó eren we Hem. Niet door een mening te hebben over hoe de eer van God in de kerk centraal moet staan in plaats van de mens. Maar door mens te zijn, een gewond mens, iemand die zegt: 'Heer, hier bevind ik mij, ik ben gewond, en ik kom tot U als mijn Geneesheer. Genees mij, wees geduldig met mij, maar genéés mij en laat me uw vreugde ervaren.'

--

Ik wil tenslotte nog twee handreikingen geven. Handreikingen om de weg van de genezing te leren gaan. Het is zo nodig, omdat deze weg nog zo onbekend is onder ons. Ik geef een handreiking over onze herinneringen, en een handreiking over onze Heiland.

**Onze herinneringen.** We dragen allemaal pijnlijke herinneringen met ons mee. Want we leven in gebrokenheid. Het is belangrijk om die pijnlijke herinneringen niet altijd weg te duwen, want dan kunnen ze niet genezen en maken ze je van binnenuit ziek. U zou vandaag bijvoorbeeld, om een stapje te zetten op de weg van genezing, thuis een moment stilte kunnen nemen om u af te vragen: 'Welke pijnlijke herinneringen komt nu het eerst bij mij boven?' Schrijf die herinnering op. Maar laat een pijnlijke herinnering nooit alleen staan. Plaats naast de pijnlijke herinneringen de goede herinneringen. En dan denk ik niet allereerst aan de goede herinneringen uit ons persoonlijke leven, want dan kom ik niet verder dan een psychologische handreiking (die overigens ook heel waardevol kan zijn). Maar het gaat me om een theologische handreiking. Als we het in de kerk hebben over herinneren, moeten we dat bijbelse woord 'gedenken' gebruiken. Naast onze pijnlijke herinneringen moeten we leren om de genezende herinneringen te plaatsen die God ons geeft in zijn Woord. Bijvoorbeeld zoals het in Psalm 105 wordt gezegd (vers 4-5):

*Zie uit naar de HEER en zijn macht,  
zoek voortdurend zijn nabijheid.  
Gedenk de wonderen die hij heeft gedaan.*

Zet dus naast je pijnlijke herinneringen de gedachtenis aan wat God gedaan heeft.

**Onze Heiland.** Temidden van alle goede herinneringen die naar ons toekomen in het Woord van God staat de herinnering aan Jezus, de Zoon van God die mens is geworden. Her-in-neren betekent letterlijk: opnieuw te binnen brengen. Op de weg van de genezing mogen we leren om te 'uiten' (de pijn vanwege onze wonden) en om te 'innen' (genezende herinneringen). En als we dan onze Heiland herinneren, als we ons Jezus te binnen brengen, als de Geest die Trooster is ons verbindt met Christus, dan zien we het kruis. En bij mij komen dan direct deze woorden binnen uit Jesaja 53 vers 4 en 5:

*Hij was het die onze ziekten droeg,  
die ons lijden op zich nam.  
Wij echter zagen hem als een verstoteling,  
door God geslagen en vernederd.*

*Om onze zonden werd hij doorboord,  
om onze wandaden gebroken.  
Voor ons welzijn werd hij getuchtigd,  
zijn striemen brachten ons genezing.*

Breng je pijnlijke herinneringen in contact met de herinnering aan je Heiland, je Heelmeester die zelf ook is verwond. Jouw wonden mag je aan Hem geven. Zijn wonden zijn jouw genezing. Hij kijkt je aan. Hij raakt je aan met zijn genezende genade.

*Heer Jezus, in U leren we God kennen, onze hemelse Vader. We danken U God, dat U geneest. Dat U een stad aan het bouwen bent waar we thuis mogen zijn, waar we genezing mogen ontvangen voor onze wonden. Heer, U kent ze, die wonden, beter nog dan wij ze zelf kennen, veel beter. U weet hoe onze wonden onze levens ziek kunnen maken. En we ervaren het zelf ook. En daarom bidden we: genees ons door het kruis van uw Zoon. Leer ons aan de voet van dat kruis te gaan zitten en de zegen van dat kruis te ontvangen: vergeving van onze zonden en genezing van onze wonden. Herstel onze pijnlijke herinneringen en zet er heilzame herinneringen voor in de plaats, herinneringen van onze Heiland, Jezus, die Heer is, Hij alleen. Amen.*

### **Liturgische handreiking**

Psalm 108:1,2

Gebed

Schriftlezing: Psalm 147

Psalm 34:7,8

Preek **De genezende kracht van genade ervaren**

Gebed

Psalm 147:1,4,7

Geloofsbelijdenis: Kerkboek Gezang 179a

Dankzegging

Collecte

Psalm 34:1,2