

Ds. Arjan van Groos (1962 - 2014)
Tekst: Psalm 103, 1 - 5
Ochtenddienst
H. Avondmaal

Broeders en zusters,

1. **Votum**
2. **Zegengroet**
3. **Zingen: Gezang 30 : 1 en 2**
4. **Lezing van de wet**
5. **Zingen: Psalm 42 : 3 en 5**
6. **Gebed voor vergeving van de zonden en vernieuwing door de Heilige Geest**
7. **Schriftlezing: Psalm 103**
8. **Tekst: Psalm 103 : 1 - 5**
9. **Woordbediening**
10. **Zingen: Lied 15 : 3 en 4**
11. **Dankzegging en voorbede**
12. **Collecte**
13. **Zingen: Gezang 2 : 1**
14. **Lezen formulier met onderbreking na de “gedachtenis” zingen: Gezang 2 : 2 en 3**
15. **Klaarmaken tafel en daarna zingen: Gezang 2 : 4 en 5**
16. **Tijdens viering: Psalm 16, Psalm 27 en Psalm 32**
17. **Slotzang: Psalm 103 : 1 - 5**

Geliefde gemeente van onze Here Jezus Christus, broeders en zusters, groot en klein,

Mijn ervaring met Psalm 103 deze week was dezelfde als vorige week met Psalm 23. Ook zo'n bekende psalm, elke twee maanden lezen we weer een groot gedeelte ervan. In de dankzegging na de viering van het Heilig Avondmaal. Maar toch zijn de woorden van de Psalm zo ontroerend als je werkelijk de tijd neemt om ze tot je door te laten dringen.

In deze psalm is net als vorige week David aan het woord. Geleid door de Heilige Geest spreekt hij zichzelf toe. Een gesprek dat wij allemaal wel kijken. Wie van ons spreekt zichzelf nooit toe? Ook jullie jongens en meisjes doen dat toch ook wel? Misschien moedig je jezelf aan als je aan het sporten bent? Kom op, pak die bal af. Of als je op school sommen aan het maken bent. Kom op, even goed doorwerken, dan kun je daarna lekker voor jezelf lezen. Normaal weet niemand van die gesprekken die wij met onszelf hebben. Maar hier in Psalm 103 krijgen we dus een kijkje in het persoonlijke leven van David.

David is met zichzelf in gesprek over hoe hij met de Here omgaat. En hij vindt blijkbaar dat dat beter zou moeten. Want hij zegt tegen zijn ziel, dat is de plek van zijn innerlijke leven, de plek waar zijn gevoel en zijn denken en zijn verlangen bij elkaar komen. Dus tegen het centrum van zijn innerlijke leven zegt hij is mijn loof de Here. Loof de God van het verbond. Ja, laat al wat in mij is, zijn heilige Naam loven. Dit is wat hij van zijn ziel vraagt. Loof die heilige Naam van de Here. Loof Hem die grote en bijzondere God. Loof die levende God die spreekt tot zijn volk en zijn kinderen. Loof Hem die God die uniek is. Niemand is zoals Hij. En dan roept David zijn ziel in het tweede vers nog een keer open: Loof de Here mijn ziel, en vergeet niet een van zijn weldaden. We zien hier David vechten tegen zijn oppervlakkigheid. Die verschrikkelijke oppervlakkigheid waar heel de Westerse wereld zo aan lijdt. En waar wij ook een flinke tik van mee hebben gekregen. De oppervlakkigheid van mensen die nooit tevreden zijn, die altijd op zoek zijn naar een snelle bevrediging van hun behoeftes. Maar David pakt zichzelf aan en zegt tegen zijn ziel: kijk nu eens naar alles wat de Here voor je gedaan heeft en doet. Kijk naar zijn liefde. Laat het allemaal tot je doordringen. Al die dingen die de Here voor je heeft gedaan. Wie van ons heeft het niet nodig dat wij dit tegen onszelf zeggen. Zelfs in een kerkdienst als deze kunnen we in de greep zijn van de oppervlakkigheid.

Waardoor we maar wat plichtmatig luisteren, zingen en straks aan het Avondmaal gaan. Zeg dan tegen uzelf: loof de Here mijn ziel en vergeet niet één van zijn weldaden.

En om te voorkomen dat deze aansporing van David aan zijn ziel niet in de oppervlakkigheid blijft hangen, neemt hij de tijd om stil te staan bij de weldaden van de Here. Die al uw ongerechtigheden vergeeft, die al uw krankheden geneest, die uw leven verlost van de groeve. Nu, moeten goed opletten, want David spreekt hier nog steeds tot zijn ziel. Voor ons hedendaags taalgevoel zou het waarschijnlijk beter zijn om het woord “uw” te vervangen door het woord “jouw”. Loof de Here mijn ziel, want hij vergeeft jouw ongerechtigheden, hij geneest je krankheden en hij verlost je leven van de groeve. Er is hier trouwens nog iets wat opvalt. David spreekt hier niet in de verleden tijd. Hij zegt niet die al jouw ongerechtigheden heeft vergeeft. Nee, hij spreekt in de tegenwoordige tijd. Hij spreekt over wat de Here vandaag doet, gisteren heeft gedaan en ook morgen zal doen. Dat is wat de Here doet aan jou, mijn ziel.

En is dat niet heerlijk, dat u en ik dit ook tegen onze zielen mogen zeggen? Mijn ziel, mijn zondige ziel met al je tekortkomingen. Weet dit toch. De Here vergeeft je al je ongerechtigheden. En die hebben we allemaal nogal wat. Wat ongerechtigheden zijn dingen die tegen de wil van God ingaan. We mogen ook zeggen dat zijn alle dingen die we niet uit geloof hebben gedaan. Zoals de Here ons dat leert in Rom. 14:23: Al wat niet uit geloof is, is zonde. Al die dingen vergeeft de Here onze ziel.

Ook geneest Hij de krankheden van onze ziel. We moeten daarbij niet zozeer aan psychische ziekten denken. Veel meer zullen we hier moeten denken aan de gebreken van onze zielen. Ons egoïsme, onze jalousie, onze drift, onze neiging om anderen te kleineren, en vult u verder uw zwakheden maar in. Zoals ook onze neiging om aan onze gevoelens van ellende te ontsnappen door bijv. seks, drinken, eten, televisie kijken, computeren, winkelen, eindeloos telefoneren of wat dan ook. Voor het goede begrip: ik zeg niet dat deze dingen op zichzelf verkeerd zijn. We kunnen deze dingen ook op een goede manier doen. Sommige moeten zelfs. Maar we kunnen ook heel makkelijk in deze dingen vluchten. Ja, het kan zelfs een verslaving worden. Maar met vluchten lossen we de problemen niet op. We maken onze zielen er juist zeker door. Maar de Here wil ze genezen. Ja, hopelijk kunt u zeggen dat de Here al velen van deze ziekten aan uw ziel heeft genezen en bezig is met andere ziekten. Zodat u bezig bent een completer mens te worden. Een mens zoals de Here dat heeft bedoeld toen Hij ons

schiep. Ja, hopelijk ervaart u hoe de Geest van Christus u aan het vernieuwen is naar het beeld van Jezus Christus zelf. Vaak gaat dat maar met kleine stapjes en soms doen we ook stappen terug, maar ik hoop dat u al terugkijkend op uw leven een stuk geestelijk gezonder worden kunt ontdekken. Dat u ervaart hoe u heel langzaam heel aan het worden bent.

Met daarbij de grote vreugde dat u weet, net als David, dat de Here u verlost van de groeve. Die groeve, dat graf, dat is het geestelijke graf. Van dat graf verlost de Here. Dat is de ervaring van David. Dat is wat de Here in zijn leven aan het doen is aan zijn ziel. De ongerechtigheden, de krankheden en de groeve. Ze liggen in het verlengde van elkaar. David ervaart dus hoe de Here hem aan het verlossen is van zijn zondige bestaan en hoe hij daardoor niet de dood, het afgesneden zijn van God, ervaart of zal hoeven te ervaren.

Ja, David ervaart nog meer. Hij die van zichzelf zo vol is van vuil en ellende, maar daarin tegelijk Gods verlossing ervaart. Hij ervaart niet alleen dat de Here het zondige vergeeft, het zieke in hem heel maakt en hem zo verlost van het graf. Hij ervaart ook dat in de plaats van die ongerechtigheden en gebreken nieuwe dingen komen. Hij merkt dat de Here iets moois van hem aan het maken is. Want de Here zet een kroon op zijn hoofd. Niet een kroon van goud, zilver en kostbare edelstenen. Nee, een nog veel mooiere kroon. Een kroon van goedertierenheid en barmhartigheid.

Wie goedertieren is, heeft het beste met zijn naaste voor. Die zet zijn hart open voor zijn naaste. Die omringt hen met warmte. Laat hem ervaren dat hij er mag zijn. Kortom: hij omringt zijn naaste met oprechte liefde die niet vraagt maar geeft. En wie barmhartig is trekt zich het lot van de zwakke aan. Die sluit zijn hart niet voor die ander af, maar heeft oog voor zijn naaste in nood.

David ervaart dus niet alleen dat hij bevrijdt wordt van alles wat slecht in hem is, maar dat op de plaats waar de haat in zijn ziel aan het weggaan is, liefde aan het groeien is. Dat daar waar de neiging tot onderdrukking van de zwakke in zijn ziel zat, de neiging is gekomen om voor die zwakke op te komen. En hij vindt het een feest. Hij voelt zich er fantastisch bij. Hierin vindt hij echte bevrediging. Zoals hij dat ook zegt: die uw ziel verzadigt met het goede. Daar wordt een ziel pas echt van verzadigd: van het goede. Van al die dingen die de wereld ons voorschildert, zoals rijkdom, vakantie, een drankje zus of een sigaret zo, daar wordt een ziel niet van verzadigt. Maar van het goede doen,

daar wel van. Dat geeft echt een goed gevoel. Dat geeft echt geluk. Daar krijg je echt nieuwe energie door.

Zoveel nieuwe energie dat hij het gevoel heeft dat hij vele jaren jonger is. Hij is zo energiek als een jonge man. Zoals een adelaar. Een adelaar, van wie het volksverhaal zegt, dat hij ieder jaar zijn verenpak vernieuwt en zo in altijd weer verjongde kracht het geheim van de eeuwige jeugd lijkt te bezitten. Zo vernieuwd voelt hij zich, omdat de Here hem zijn ongerechtigheden vergeeft, zijn krankheden geneest, zijn leven verlost van het graf en hem ook nog kroont met goedertierenheid en barmhartigheid.

Is het niet fantastisch?! Zou u dat ook niet willen meemaken? Je zo nieuw te voelen? Bevrijd van uw ellende, uw zonden en uw tekortkomingen. En gekroond met het goede. Besef dan broeders en zusters, jongens en meisjes, dat de uw Here, Jezus Christus, juist daarvoor zijn leven heeft gegeven. Zodat u mag ervaren dat u vrij bent van uw zonden, uw krankheden, ja, dat de dood geen grip meer heeft op u. Maar ook opdat de Heilige Geest in u kon gaan wonen, om uw hart te vernieuwen. Hij is uw kroon van goedertierenheid en barmhartigheid. Want de Heilige Geest is net als de Vader en de Zoon vol van liefde en het goede.

En deze tafel, broeders en zusters, jongens en meisjes, heeft onze Here Jezus ingesteld opdat wij door het eten van het brood als teken van zijn lichaam, verzadigd worden in onze zielen. Om door het sterven van dit zijn lichaam de Here niet langer let op onze ongerechtigheden, onze gebreken en onze zielen verlost zijn van de dood. Er is toekomst en leven voor uw ziel. Dat is net zo zeker als u dat brood tussen uw vingers neemt en met uw kiezen vermaalt. En met de wijn, als teken van zijn bloed, wil de Here Jezus u verkwikken. U nieuwe energie geven. Uw jeugd vernieuwen als die van een arend. Laat uw ziel dan door uw Verlosser Jezus Christus verzadigen door zo in dit geloof het brood te ontvangen en daarvan te eten. En laat uw ziel dan door uw Verlosser verkwikken door zo in geloof de beker te ontvangen en daaruit te drinken.

Amen