

Psalm 62, 6 – Word rustig bij God, mijn ziel

Viering van het Heilig Avondmaal

Liturgie

- Voorzang: Ps 42,1.3
- Votum / groet
- Zingen Ps 43,4.5
- Wet
- Zingen LB 358,1
- Gebed
- Lezen: Psalm 62
- Zingen Ps 62,3.4
- Preek over Psalm 62,6
- Zingen Gez 163,1.2
- Gebed Formulier Gebed
- Geloofsbelijdenis
- Zingen LB 358,2.3.5
- Viering
- Zingen Ps 103,1.2.9
- Dankgebed
- Collecte
- Zingen Gez 141,1.3
- Zegen

Opmerkingen:

– ik hoor het graag van te voren wanneer deze preek ergens gelezen wordt. Mijn mailbox is geduldig: hansburger@filternet.nl

Preek over Psalm 62,6 – Word rustig bij God, mijn ziel

1. Lezen jullie wel een over relaties, in de bladen, op internet? Wat mij dan opvalt: Gevoel is enorm belangrijk. Ik heb hier een printje van een blog op internet over verboden liefde.

Een gescheiden vrouw gaat op haar werk een relatie aan met een getrouwde man. De vrouw weet dat de man getrouwd is. Ze verwacht verder niets van hem – en de relatie geeft haar een goed gevoel. Twee collega's komen er achter en maken er zo nu en dan afkeurende opmerkingen over. Ze vindt het vervelend dat ze zich steeds weer moet verantwoorden. Zij weet immers heel goed in wat voor situatie ze zit, het voelt goed, en ze heeft er daarom geen probleem mee.

Voelt het goed? Dat is voor veel mensen een enorm belangrijke vraag. Dat laat zien hoe belangrijk we ons gevoel vinden. Ga op je gevoel af – dat is een veelgehoorde tip. Het is belangrijk kompas geworden: Voelt het goed? Zeker in de liefde.

Ons gevoel – het lijkt soms wel heilig. Ik heb er een goed gevoel over en daar mag een ander geen kritiek op hebben.

En als je je onrustig voelt. Of lusteloos. Teleurgesteld. Wat doe je dan? Ook dan is de reactie vaak: Zo voel ik me nu eenmaal. Je gevoel lijkt dan een gegeven waar je geen invloed op hebt.

Geloof is een liefdesrelatie. Ook daar speelt gevoel een belangrijke rol. Veel mensen denken: geloof is hetzelfde als een goed gevoel.

Wat nu als geloven vroeger heel goed voelde? Maar tegenwoordig ben je het gevoel kwijt?

Als het over gevoel gaat, heeft de bijbel het over je hart, maar ook over je ziel. En je ziel, die kun je toespreken. Wees blij, mijn ziel. Loof de HEER, mijn ziel. Zo gebeurt het ook in deze psalm. Mijn ziel, zoek rust bij God alleen.

Praten tegen je ziel. Praat jij wel eens tegen je ziel?

Wat denk jij als je iemand ziet die in zichzelf praat? Die is een beetje gek. Praten tegen jezelf, dat doe je niet?

In de bijbel gebeurt het wel. Praten tegen je ziel. Je ziel aanspreken.

Ik vind dat eigenlijk heel mooi.

Waarom?

Omdat het laat zien dat je gevoel niet alles is. Soms voel ik me rot. Soms heb ik nergens zin in. Of onrustig. Ik zoek afleiding, er komt niets uit mijn handen. En dan? Dat is dan zo – zo voel ik me nu eenmaal? Wachten tot het weer overgaat?

Nee. Je gevoel is niet heilig.

Spreek je ziel aan!

2. Wat is je ziel?

Je ziel, dat is de binnenkant van je leven. De kern.

Die kern is kwetsbaar. En er zit beweging in.

Ik heb wat in de psalmen zitten zoeken: hoe komt de ziel in de psalmen ter sprake?

De ziel heeft allereerst te maken met wat door je keel naar binnen gaat. Je kunt denken aan iemand die enorme dorst heeft. Niet maar een beetje een droge mond, maar echt dorst. Dan heeft je ziel dorst, smacht je ziel naar water.

Maar als je dan in de hitte water krijgt, dan voel je je weer

mens worden. Je ogen staan weer helder. Je ziel is weer opgefrist.

Bij je ziel, denken de psalmen aan honger en dorst, aan je ellendig voelen van misselijkheid of juist lekker in je vel zitten. En dat is dan letterlijk zo maar ook figuurlijk.

Stel je dan maar voor dat je iets teleurstellends meemaakt. Je hoort dat je je examen niet gehaald hebt. Je kunt niet aan je nieuwe opleiding beginnen. Je toekomst valt in duigen. Terneergeslagen zit je in de kamer. Oftewel: je ziel buigt zich naar beneden. Dat kan ook om andere redenen. Zo kan je ziel wegwijnen. Door verdriet. Je ziel kan huilen. Je ziel kan verlangen naar God. Je ziel kan vol zijn van weemoed, van verdriet. Dan buigt je ziel zich naar beneden.

Maar je ziel kan ook weer levend worden. Je zit er helemaal door, maar je krijgt een arm op je schouder. Je ziet ogen die je liefdevol aankijken. Een ziel die wegwijnt kan verkwikt worden en opleven. Een ziel die huilt kan bemoedigd worden met kracht. Zo kan een ziel die op de grond gebogen ligt, weer overeind komen. Een ziel kan zich weer oprichten.

Je ziel kan onrustig zijn. Maar je ziel kan ook rust vinden.

En daar ben je dus zelf bij. Je kunt tegen jezelf zeggen: Kom overeind, mijn ziel. Zoek rust mijn ziel. Juich, mijn ziel.

En dat vind ik heel belangrijk.

Je kunt voor je eigen ziel zorgen.

Je kunt je eigen ziel tot de orde roepen.

Kun jij voor jezelf zorgen?

Wat gebeurt er met je als je alleen bent, bang, eenzaam? Kwijn je dan weg?

En wat doe je dan? Ik voel me rot – dus ik ga zitten zappen

achter de TV. Ik vreet me vol. Ik trek een fles alcohol open. Ik dood mijn tijd...

Of kun je de knop omzetten? Zo zeggen wij dat: De knop omzetten.

De bijbel vraagt dan: Zorg jij voor je eigen ziel? Kun jij je eigen ziel aanspreken?

3. Zorgen voor je ziel, hoe doe je dat?

Dan is heel belangrijk wat hier in Psalm 62 staat. Zoek rust, mijn ziel, bij God alleen.

En kijk dan eens in de psalm. Hij begint in vers 2 zo: Alleen bij God vindt mijn ziel haar rust. Heel stellig.

Herken je dat in je leven met God?

Soms heb je bijvoorbeeld heel intens gebeden, samen met anderen. Al biddend besefte je steeds sterker: Ik heb God nodig. En na het gebed voel je een enorme rust. Je ervaart: God draagt me. Leven met God, het voelt goed.

Herken jij dat – dat die momenten er zijn dat je ziel rust vindt bij God?

Maar dan?

Dan komt er een vervelend telefoontje. Geërgerd over dat telefoontje word je knorrig. Dat reageer je af op je omgeving.

Je zonde wil je meenemen.

Je voelt dat de duivel aan je trekt.

En dan?

Waar is dat goede gevoel?

Het is weg.

Soms kun je je dan zo leeg en onrustig voelen.

Herken je dat ook? Dat je het weer kwijtraakt?

Alleen bij God vindt mijn ziel rust – maar hoe houd ik het vast?

Laten we elkaar niet voor de gek houden.

Het leven is onrustig. In onze ziel zit een stuk onrust.

Het heeft geen zin om te wachten tot je leven rustig wordt.

Bovendien: je ziel is niet vanzelf op God gericht. Er zijn zoveel dingen waarvan je een goed gevoel kunt krijgen.

En daarom is en blijft het een gevecht: rust vinden bij God.

Wat doe jij als je die rust die God geeft kwijt bent?

Als het goede gevoel verdwenen is?

Wat leer je hier?

Je bent er zelf bij.

Spreek je ziel aan. Mijn ziel, richt je op God.

Je wordt wakker en je ziet tegen vandaag op. Je hebt straks een lastige vergadering. Je ziet er tegenop om je collega daar tegen te komen. Je bent onrustig.

Zeg het tegen jezelf: Mijn ziel, zoek rust bij God.

Doe jij dat wel eens? Of vind je dat raar?

Je kunt het oefenen. Je ziel richten op God.

Avondmaal vieren is zo'n oefening.

Probeer vandaag zo eens avondmaal te vieren.

Mijn ziel heeft honger naar God.

Mijn ziel dorst naar het levende water van de Geest.

Mijn ziel waait alle kanten op.

Maar ik richt mijn ziel op God.

Ik zeg tegen mijn ziel: Zoek God.

Zo ga ik naar de tafel.

Ik pak het brood. Ik eet.

Ik pak de beker. Ik drink.

En mijn ziel word verzadigd van het goede – psalm 103.

Mijn ziel leeft weer op.

En ik zeg: Loof de HEER, mijn ziel.

Loof de HEER, mijn ziel. En vergeet niet één van zijn weldaden.

4. Want ik blijf alles van God verwachten.

In die zin proef je dat niet alles meteen opgelost is. Ik blijf alles van God verwachten. Het is er niet meteen. Leven met God heeft te maken met hopen. Met blijven hopen. Met in tegenslag zeggen: En toch, en toch houd ik mij aan God alleen vast.

Er is genoeg strijd. Er is genoeg tegenslag. Er is genoeg wat tegenvalt.

Maar toch, misschien wel tegen de klippen op, ik blijf alles van God verwachten.

Er zijn twee redenen waarom dat belangrijk is.

Als eerste: je ziel heeft God nodig. De ziel, dat is de binnenkant van je leven. Daar leven je behoeftes, daar ben je kwetsbaar, daar zit je verlangen. Als je in de Psalmen iets

ontdekt is het dit: onze ziel kwijnt weg zonder God. Onze ziel is rusteloos zonder God. Onze ziel dorst naar God, smacht naar God.

Dat willen we niet altijd weten. Maar de psalmen willen je de ogen er voor openen. Als dat zo uit de bijbel naar je toe komt, kun jij het daarmee eens zijn?

Kun jij het met overtuiging meezingen:

Als een hert dat verlangt naar water zo verlangt mijn ziel naar u?

Weet het: je ziel verlangt naar God. Je ziel gaat dood zonder God.

Je ziel heeft God nodig.

Want, dat is het tweede: God is de enige die van wie je ziel echt iets te verwachten heeft. Van God heb je alles te verwachten. Alles. Van Hem alleen en van niemand anders.

Het is zo makkelijk en zo verleidelijk om ergens anders afleiding te zoeken.

Harde muziek.

Shopper en geld uitgeven.

TV en internet.

Snoep, lekker eten.

Druk bezig zijn

Praten en roddelen

Medelijden met jezelf hebben.

Je huis schoonmaken en zorgen dat alles weer netjes is.

Maar het zijn illusies.

De psalm zegt niet voor niets: Zoek rust mijn ziel, bij God alleen.

En dat blijf ik doen. Ook al is het een gevecht. Dat is het – natuurlijk.

Maar juist omdat Hij alleen je rots is, je redding, je burcht – Geef niet op. Er is geen ander.

Daarom vieren we zo avondmaal.

Mijn ziel, hoe gaat het echt met je?

Alleen bij God kan mijn ziel rust vinden.

Mijn ziel heeft dorst.

Mijn ziel heeft honger.

Alleen het bloed van Jezus kan die dorst lessen.

Alleen het lichaam van Jezus Christus kan die honger stillen.

Vier zo het avondmaal:

Zoek rust, mijn ziel, bij God alleen.

Van Hem blijf ik alles verwachten.

Hij alleen is mijn rots en mijn redding.

Mijn burcht. Ik zal niet wankelen.