

2 december 2018 – Heilig Avondmaal middagdienst

Thema: Wat verlangt God van ons hart?

Bijbellezingen: Psalm 131

Psalm 131 is een pelgrimslied, een lied, dat werd gezongen wanneer men onderweg was naar de tempel. Misschien dat deze psalm gezongen werd op het moment dat men heel dichtbij de tempel was en het tempelterrein betrad: men stond na een lange reis oog in oog met die geweldige tempel, een en al heiligheid. Hier woonde God te midden van het volk Israël, hier had de grote God, de HEER van hemel en aarde, Zijn woning. Nu, als men dit tot zichzelf liet doordringen en de eerste stappen zette op het tempelplein, maakte men zich eerst heel klein voor God: *'HEERE, mijn hart is niet hoogmoedig, mijn ogen zijn niet trots... Voorwaar, ik heb mijn ziel tot rust en tot stilte gebracht, als een kind dat de borst ontwend is, bij zijn moeder...'* En dan keek men de andere pelgrims aan: *'Israël, hoop op de HEERE, van nu aan tot in eeuwigheid!'* ... Zou het zo gegaan zijn? In ieder geval wilde de pelgrim zich met heel zijn wezen klein maken voor God. De pelgrim heeft het over zijn hart ('mijn hart is niet hoogmoedig'), over zijn ogen ('mijn ogen zijn niet trots') en zijn wandel ('ik wandel niet in dingen die te groot of te wonderlijk voor mij zijn'). Blijkbaar doet moet alles van zijn lichaam en van zijn leven meedoen om zich zo nederig en afhankelijk van God op te stellen. Een prachtige manier om zo Gods tempel te naderen. Maar ook een prachtige manier om zo vanuit de Avondmaalsviering het dagelijks leven tegemoet te gaan. In diepe afhankelijkheid en met groot ontzag... voor de God Die ons deelgenoot heeft gemaakt van Zijn liefde, Zijn redding en Zijn genade.

Nu, laten wij eerst die dingen die de pelgrim aan God belooft, wat nader verkennen:

De pelgrim spreekt over zijn hart dat niet hoogmoedig is en zijn ogen die niet trots zijn en dingen die hij nalaat omdat zij te groot en te wonderlijk voor hem zijn. Nu staat er in het Hebreeuws letterlijk zoiets als een hart dat niet verheven is en ogen die niet hoog zijn. Nu, dat is niet zo heel mooi Nederlands, maar die letterlijke woorden zijn wel belangrijk om te begrijpen wat de dichter hier zegt. Want die woorden 'hoog' en 'verheven' en ook 'wat groot en wonderlijk is', dat zijn woorden die in andere psalmen juist voor God worden gebruikt. God is verheven! God is hoog! God doet dingen die groot en wonderlijk zijn! En dat is de reden waarom de dichter zichzelf deze woorden niet wil aanmeten. Deze woorden horen alleen bij God. Daarom is het hart van de pelgrim niet 'hoog' en zijn ogen niet 'verheven' en wandelt hij niet in dingen die 'te groot en te wonderlijk' voor hem zijn.

Om het even in een breder kader te plaatsen: dit is ook de manier waarop het boek Spreuken heel vaak over God en mens spreekt. God is God. En mensen zijn mensen. Er is een heel grote afstand tussen God en mensen. Mensen moeten niet voor God spelen en hun eigen levensweg willen bepalen. Nee, zij zijn totaal afhankelijk van God. Zij hebben wijsheid van God nodig. Daarom lees je in het Spreukenboek ook waarschuwingen tegen hoogmoed, op de manier van Psalm 131. Bijvoorbeeld in Spreuken 8: *'De vreze des HEEREN is het kwade te haten; hoogmoed, trots en de verkeerde weg en een mond vol verderflijke dingen haat ik. Bij Mij is raad en wijsheid. Ik ben Inzicht. Bij Mij is kracht (vs 13-14). Maar ook in het Nieuwe Testament kom je die waarschuwing tegen hoogmoed tegen. Bijvoorbeeld in 1 Timotheüs 6, waar Paulus zijn collega Timotheüs opdraagt: 'beveel de rijken in deze tegenwoordige wereld dat zij niet hoogmoedig zijn, en hun hoop niet gevestigd houden op de onzekerheid van de rijkdom, maar op de levende God, Die ons alle dingen in rijke mate verschaft om ervan te genieten.'* Het gaat in al deze Bijbelteksten steeds om de relatie met God die door hoogmoed kan worden besmeurd en aange-

tast. De pelgrim zingt Psalm 131 dus niet op therapeutische basis: 'bescheiden en eenvoudig blijven om het op deze manier uit te houden in zijn volle, hectische leven'. Nee, het gaat om – een kernwoord uit het boek Spreuken – *de vreze des HEEREN*. Het ontzag voor de HEERE. De afhankelijkheid van en het vertrouwen op Hem. Het allereerst woord wat de dichter uitzingt in zijn psalm is: HEERE! En zo maakt hij zich klein en strekt hij zijn handen uit naar God.

De pelgrim gaat nog verder met zingen... Het is niet alleen 'zichzelf klein maken' en 'zich afhankelijk weten', waar hij over zingt. Zoiets uitzingen kan ook heel deprimerend werken: 'de mens wikt, God beschikt', dat kan je heel gelaten maken. Maar zo is het bij de pelgrim niet. Hij bezingt niet alleen wat hij niet mag doen (ik wandel niet in dingen die te groot en te wonderlijk voor mij zijn)..., hij bezingt ook wat hij wel mag doen: ik heb mijn ziel tot rust en tot stilte gebracht als een kind dat de borst ontwend is, bij zijn moeder. ... Uit dat beeld spreekt vertrouwen. Jezelf toevertrouwen aan God. De dichter laat niet alles gelaten over zich heen komen, omdat hij nu eenmaal zo'n klein en weinigzeggend schepsel is. Nee, hij is als een kind bij zijn moeder. Zo vertrouwd... en zo veilig weet hij zich bij God.

Nog even een klein ding hierover uitleggen en dan ga ik naar onszelf toe: Bij 'een kind dat de borst ontwend is' gaat het waarschijnlijk om een kind van ongeveer drie jaar. In de tijd van de Bijbel kregen kinderen namelijk wat langer borstvoeding dan de gemiddelde baby anno 2018. We moeten dus in de woorden van de pelgrim het beeld voor ons zien van een kleine peuter bij zijn moeder, misschien wel zo in een draagdoek stevig tegen het lichaam van moeder gedrukt: heel vertrouwd, geheel verbonden met zijn moeder. Ik heb mij af zitten te vragen waarom de pelgrims nu specifiek over zo'n peuter zingen dat de borst ontwend is en niet gewoon over een baby die wordt gedragen... Ik heb er nog steeds geen antwoord op gevonden... Maar misschien is het beeld van een baby wel al te simpel: een baby ontgaat het meeste wat er op de wereld gebeurt. Een baby kan nog heel erg weinig en hoeft heel erg weinig. Bij een peuter is het anders: een peuter zet letterlijk en figuurlijk stappen in zijn leven, leert te spreken, de wereld te ontdekken, zich te verbazen... Een peuter heeft een eigen wil..., maar ondanks dat hij of zij zichzelf soms heel erg groot vindt, kruipt hij toch weer tegen de borst van moeder aan. Want dat is vertrouwd. En veilig. Nu zo nadert de pelgrim al zingende de Heere God. Hij doet, hij spreekt, hij werkt, hij leeft, hij ontdekt..., maar steeds weer zoekt hij de geborgenheid bij God. Hij bezingt daarom 'de vreze des HEEREN': het diepe ontzag voor God. Maar ook zijn vertrouwen op de Heere. En zo mogen wij dus straks het dagelijks leven in gaan: met diep ontzag. In afhankelijkheid. En in vertrouwen. Omdat wij vandaag op deze Avondmaalszondag weer de warmte, de liefde, de geborgenheid en bescherming bij de Heere hebben mogen ervaren.

Ik vind het heel mooie en warme dingen die wij nu hebben gedeeld aan de hand van Psalm 131. Geborgenheid. Afankelijkheid. Rust. Bescherming. Vertrouwen.. Maar het kan best moeilijk zijn om dat vast te houden als je morgen weer dagelijkse leven tegemoet zult gaan naar je werk, naar school, naar de afspraken die je hebt staan en de dingen die gedaan moeten worden... Hier in de kerk klinkt het zo goed om zo over vertrouwen en geborgenheid te zingen. Maar in onze maatschappij kunnen die woorden best snel in de herrie en de wervelstormen van alledag verdwijnen.

Ik werd mijzelf weer extra bewust van die kloof tussen psalm 131 en onze dagelijkse maatschappij, toen ik nog eens terugbladerde in een boek, dat ik laatst heb gelezen, van de Leuvense psychiater, Dirk de Wachter. Heel scherp analyseert De Wachter onze maatschappij. De Wachter poneert de stelling dat onze maatschappij aan een borderlinestoornis lijdt. Onze grenzen (onze borders) zijn opgerekt, of soms ook gewoon helemaal verdwenen. Nu, dat zal ik u allemaal nu

niet vertellen wat hij daarover allemaal schrijft, maar even een paar dingen om naast Psalm 131 te leggen:

Terwijl de dichter van Psalm 131 zich zo veilig bij God voelt, zoals een peuter bij zijn moeder, zien wij in onze maatschappij juist diezelfde peuter alles zelf doen. 'Ikke zelf doen'. Wij geloven wel heel sterk in zelfrealisatie, zelfontplooiing, Je eigen doelen stellen. Je eigen targets behalen. Je eigen bucketlist samenstellen van dingen die je nog wilt doen in je leven... Dat is niet 'de boze wereld' waar je niet aan mee moet doen..., nee, het is gewoon het leven van alledag waarin wij leven. Op de basisschool word al de vraag gesteld: 'wat wil jij leren?' Stel maar een plan op om je doel te halen. Op de middelbare school gaat dat vervolgens verder. Er moeten talloze keuzen gemaakt worden. Je moet je eigen doelen stellen. En je eigen interesses dus ook weten. En zo gaat het na de middelbare schooltijd verder. Je moet je eigen doelen stellen... en je eigen plan van aanpak maken. Je moet je eigen interesses volgen. Alles moet je zelf willen en zelf doen.

Die zee van mogelijkheden, keuzen, doelen en targets maakt ons heel onrustig. Je moet ten eerste weten wat je wilt. Je moet vervolgens proberen te bereiken wat je wilt bereiken. Je moet zelf je weg zoeken door al die keuzen en mogelijkheden... Door al die keuzen en mogelijkheden die met elkaar concurreren, zie je ook dat we steeds extremere dingen kiezen..., dat het wel uitdagend moet zijn... en dat wij steeds meer nodig hebben om verzadigd te raken, om tevreden te zijn met onszelf en onze keuzen. Grenzen verschuiven. Vakanties worden steeds exotischer. Auto's hebben een optielijst zo groot als een telefoonboek. Kerkdiensten worden steeds voller met allemaal elementen. Het eten met de feestdagen steeds exclusiever. Steeds meer keuzen en mogelijkheden. En steeds meer raken wij eraan gewend en moeten wij nog meer..., nog anders... Er is daardoor ook een nieuwe soort angst ontstaan in onze maatschappij: FOMO, zo luidt de diagnose. Fear of Missing Out. Het gevaar om iets mis te lopen, of een achterstand op te lopen ten opzichte van anderen. De vaak onbewuste aanname die erachter zit is dat het missen van dingen er voor zou zorgen dat wij minder gelukkig zijn. Je mist mogelijk wat, als je niet 's avonds laat je mail nog even checkt. Je mist wat als je als moeder niet ook een leuke baan hebt... en een hobby (iets voor jezelf)... en een vriendengroep... en up-to-date kleding... en kinderen die het goed doen... en een man die attent en zorgzaam is.... Je mist wat als man als je niet jezelf ontplooit in plaats van twintig jaar hetzelfde werk doen... en als je niet een goede conditie hebt... en als je niet een leuke, gezellige, zorgzame vrouw hebt die tevens een leuke moeder is.... Als je dat niet hebt, als je niet van je werk opbloeit of van je relatie niet gelukkig wordt, moet je dan geen andere keuzen maken? Ik citeer De Wachter: *Voor de hedendaagse mens is de druk om open te bloeien, om alle kansen te benutten die hij in sommige gevallen krijgt, metershoog. De boodschap is dat wij het zelf maar moeten uitzoeken, dat we het zelf mogen kiezen.*

De keuze is daarom reuze. Zoveel dingen die je zou kunnen doen... en die anderen ook doen. En de mensen die dat niet kunnen bijhouden? Ja, die krijgen een psychische klap te verwerken. Door ziekte of handicap die ervoor zorgt dat je simpelweg niet veel dingen te kiezen hebt. Of door stress en burnout, omdat je teveel ziet wat je zou moeten of moeten willen. Of door depressie, omdat je als jongere gewoon niet weet wat je allemaal wilt kiezen en wie je wilt zijn. Ruim een miljoen mensen slikken antidepressiva, waaronder heel veel jongeren. ...

Nu, ik wil niet over de wereld van tegenwoordig oreren..., maar wat ik u wil duidelijk maken: ziet u hoe die beweging naar God toe, in nederigheid, afhankelijkheid en vertrouwen, zoals verwoord in Psalm 131..., *hoe die beweging naar God toe, in nederigheid afhankelijkheid en vertrouwen, haaks staat op wat er in de dagelijkse wereld van ons verwacht wordt?* 'Mijn hart is niet hoogmoedig', zingt de pelgrim..., ja

prima, niet te hoog van de toren blazen..., maar je moet wel zelf zien te maken wie je wilt zijn..., je moet tevreden over jezelf kunnen zijn, toch? Jij bent aan zet! ... En 'mijn ogen zijn niet trots'..., ook prima, maar je moet wel je ogen goed de kost geven, kijken naar al die mogelijkheden waardoor je je leven goed en mooi kunt maken, er is nog zoveel wat je zou kunnen, wat je zou willen!... En 'ik wandel niet in dingen die te groot en te wonderlijk voor mij zijn'..., ja, o.k., maar je moet toch wel uitdaging hebben? Geprikkeld worden? Lets hebben om trots op te kunnen zijn?

Hoe kan je nu in zo'n maatschappij nu psalm 131 blijven zingen? Dat zijn toch twee totaal verschillende levensmelodieën door elkaar?

Wat mij opvalt in Psalm 131 is dat de pelgrim zich zo heel actief opstelt in de woorden die hij zingt. Hij zingt niet over God en Gods daden..., hij spreekt in zijn gebed tot God *zichzelf* aan: mijn hart is niet hoogmoedig..., mijn ogen zijn niet trots..., ook wandel ik niet in dingen die te groot of te wonderlijk voor mijzelf zijn..., *ik* heb mijn ziel tot rust gebracht. ... Wil de pelgrim daarmee zichzelf als een vrome gelovige aan God voorstellen? Ik denk dat het anders is: de pelgrim verplicht zichzelf door dit te zingen om zo te zijn. Het is zijn verlangen om zo te zijn, waar hij alles voor in het werk zal stellen. Hij maakt *de keuze* om zo nederig, zo afhankelijk en zo vertrouwensvol te zijn.

Ik denk dat het daarop aankomt in onze maatschappij. We moeten deze maatschappij niet willen ontvluchten. Er is overigens ook nog geweldig veel goeds in onze maatschappij. We kunnen de maatschappij ook niet zomaar veranderen. Maar als u vanmiddag Gods liefde hebt geproefd... en uw vertrouwen op God hebt uitgezongen ('Mijn ziel is stil tot God, de HEER')..., maak dan in de week die voor u ligt keuzen. Keuzen die misschien heel vreemd in de ogen van anderen zijn. Keuzen die ervoor zorgen dat je misschien dingen zult mislopen. Keuzen waardoor heel veel andere keuzen komen te vervallen. Keuzen, die carriëretchnisch onverstandig zijn, of die ervoor zorgen dat je minder online zichtbaar bent, of die ervoor zorgen dat je niet alle ballen in de lucht zult houden. ... Breng zo je ziel tot rust en tot stilte. Zoals een kind bij zijn moeder, zoals de pelgrim het zo heel teder verwoordt.

Breng in al die onrust en keuzen je ziel tot stilte en tot rust. Ik las van een student die elke dag begon met Psalm 131 te lezen. Daardoor hield hij de focus van zijn leven vast: het ging er niet om dat hij alles goed voor elkaar moest hebben..., dat zijn levensproject zinvol en uitdagend moest zijn..., dat zijn zelf samengestelde bucketlist gehaald zou worden..., dat hij tevreden kon zijn met huisje-boompje-beestje ..., nee: het ging om de Heere God. En die focus in je leven, dat geeft vanzelf rust. Niet gelijk misschien. Het blijft een dagelijks gevecht. Maar het is wel een diepere, meer wezenlijke rust dan de rust om alles voor elkaar te hebben.

Wees alert op wat er deze week je hart binnenkomt..., wat je ogen zien... en hoe je de week door wandelt. Vergeet niet wat wij vandaag hebben herdacht en gevierd: je ware identiteit, je ware rust is je zojuist aan de Avondmaalstafel geschonken. Je bent niet wat je doet en wat je kunt. Je bent niet wie je denkt te moeten zijn. Je mag *een geliefd kind van God* zijn. Durf zo'n kind te zijn, dat soms dingen moet loslaten. Durf zo'n kind te zijn. Zo nederig en zo klein soms. Zo afhankelijk. Zo onaf en incompleet misschien wel, volgens de ogen van de buitenwereld. Maar die liefde van God in Christus, die vergeving, die genade..., dat is alles wat je nodig hebt. Dan mogen andere dingen soms best wel wegvallen. Zoals een lied zingt: 'ja, ik verkies nu om bij U te zijn en naar U te luisteren. In plaats van altijd maar weer bezig te zijn, kom ik nu tot U o HEER. Kom ik nu tot rust bij U.'