

1. 'Denk en dank!'

Sir Moses Montefiore was een steenrijke Joodse bankier uit Engeland. Hij leefde in de 19e eeuw. Zijn familie kwam oorspronkelijk trouwens uit Italië, vandaar zijn Italiaanse naam Montefiore. In zijn leven heeft Sir Moses Montefiore heel veel gedaan om zijn Joodse volksgenoten te helpen, zéker ook in het heilige land. In Jeruzalem heeft hij een hele stadswijk laten bouwen, met daarin een opvallende, witte molen (zie de foto hiernaast). Die staat er nog steeds. Moses Montefiore en zijn familie hadden een soort familiemotto, een spreuk die zij altijd weer herhaalden. Dat motto was: 'Think and Thank', 'Denk en dank'. En wete u wat nu zo leuk is? Het woordje 'danken' is taalkundig afgeleid van het woordje 'denken'. Die twee woorden hebben dus dezelfde stam. Wie denkt, gaat danken! Wie denkt, gaat letten op de mooie dingen in het leven. Wie denkt, gaat z'n zegeningen tellen.

Is dat eigenlijk wel altijd zo? Het lijkt weleens andersom! Het lijkt vaak heel verstandig om somber te zijn, om vooral te noemen wat er allemaal fout gaat. Je ziet mensen dan met een denkrimpel in hun voorhoofd zeggen: 'Nou, ik heb daar wel zorgen over...' en je denkt: 'Die man, die vrouw heeft er vast veel verstand van.' Wie denkt, maakt zich zorgen!

Moses Montefiore keek daar anders tegenaan: 'Denk en dank!' En Montefiore heeft David aan zijn kant. In Psalm 103 spreekt David zijn eigen ziel toe. Hij neemt zichzelf eens goed onderhanden. Dát is echte levenswijsheid, als je in de spiegel durft te kijken en jezelf tot de orde durft te roepen: 'Loof de HERE, mijn ziel, en al wat in mij is, Zijn heilige naam! Loof de HERE, mijn ziel, en vergeet niet één van Zijn weldaden.' Montefiori en David, ze krijgen ook nog bijval van Paulus. We hoorden zijn woorden aan het begin van de dienst, 1 Thessaloniëzen 5: 16-18: 16 'Verblijdt u te allen tijde, bidt zonder ophouden, dankt onder alles, want dat is de wil Gods in Christus Jezus ten opzichte van u.'

2. Dankbaar zijn temidden van teruggang?

'Dankt onder alles', 'tel uw zegeningen', 'vergeet niet één van Zijn weldaden', 'denk en dank'. Bent u eigenlijk een dankbaar mens? Ja, je kunt je karakter natuurlijk meehebben. Er zijn mensen met een zonnige natuur, dat is ene groot geschenk. Maar je kunt ook van nature wat somberder in elkaar zitten. En bovendien: de omstandigheden zitten vaak niet mee, zeker bij het ouder worden. Oud wórdén, dat willen we allemaal, maar oud zín, dat valt lang niet altijd mee. Je krijgt te maken met de gebreken van het ouder worden: je bent niet meer zo snel als vroeger. Je geheugen, dat gaat van lieverlee achteruit. Dat maakt je ook bang voor de

toekomst: 'Zal ik gaan dementeren?' Misschien kunt u minder goed horen dan vroeger, of minder goed zien. Je krijgt vaker pijn, of zelfs erge pijn. Je wordt meer en meer afhankelijk, vooral als je zelf niet meer kunt fietsen, niet meer kunt autorijden. En dan is er die eenzaamheid. Mensen om je heen, mensen van je eigen generatie raken ook minder mobiel, en van lieverlee vallen er steeds meer weg.



Tel uw zegeningen..' 'Ja', denkt u misschien, 'dat is wel waar, maar het valt niet altijd mee. Want je let veel meer op die dingen die je niet meer kunt.'

3. Soms moet je jezelf aanpakken!

Het is ook niet voor niets dat David zijn ziel bewust aanspreekt, en tot de orde roept. 'Loof de HERE, mijn ziel!' David ziet zichzelf in de spiegel en hij zegt: 'David, kom op! Denk aan alles wat je hebt gekregen! Loof de HERE en vergeet niet één van Zijn weldaden!' David spreekt zijn ziele aan, en daarmee boort hij veel dieper dan de oppervlakte. Want je kunt ook heel oppervlakkig je dankbaarheid uiten. Dan zeg je

bijvoorbeeld: 'Nou, het is toch fijn dat we nog elke dag genoeg te eten hebben in ons land.' Maar als je sinaasappels koopt die een beetje zuur zijn, dan begin je meteen te mopperen. Die dankbaarheid ging dan nog niet zo diep. 'Nee,' zegt David, 'loof de HERE, mijn ziel!' Echt van binnenuit! 'En vergeet niet één van Zijn weldaden!'

David gaat het vervolgens ook heel concreet dóén. Hij gaat ze opsommen, één voor één, al die zegeningen van God: 'die al uw ongerechtigheden vergeeft.' Daar begint het mee, met de vergeving, met Gods genade. Dat Hij ons niet beoordeelt met een strenge blik, maar met ogen van genade. En meteen denk je dan door, aan het Nieuwe Testament, aan Jezus Christus die de basis is onder deze vergeving. Hij ga Zijn leven voor ons aan het kruis, Hij droeg de straf voor onze schuld, omdat Hij het oordeel van God heeft ondergaan, is er voor ons vrijspraak. Vergeving! 'Die al uw krankheden geneest, die uw leven verlost van de groeve, die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid, die uw ziel verzadigt met het goede, zodat uw jeugd zich vernieuwt als die van een arend.'

4. Danken tilt je uit boven alle omstandigheden

David dankt voor zijn leven en voor zijn gezondheid. En inderdaad: wij, die leven, mogen danken voor ons leven! Elke dag is een cadeau, een hemels geschenk. Maar... je kunt ook ernstig ziek zijn. Wat moet je dan met zo'n regel: 'die al uw krankheden geneest...'? Je jeugd die zich vernieuwt als die van een arend? Als je nu terminaal bent, wat moet je dan met zo'n regel?

Weet u, ook hier kom je steeds weer uit bij Jezus Christus. Hij was jong, pas 33 jaar, toen Hij Zijn leven gaf. Toen Hij neerdaalde in de groeve, in het graf. Maar God zij dank is het Pasen geworden! Zijn leven is verlost van de groeve, en daarom mogen ook wij het weten, dat er leven is, zelfs voor wie gestorven is! Jezus zegt het: 'Ik ben de opstanding en het leven, wie in Mij gelooft zal leven, ook al is hij gestorven.'

Al die zegeningen in deze Psalm, die gaan oplichten aan de voeten van het kruis!

Een paar jaar geleden overleed de oude dominee Haitsma. Hij preekte hier regelmatig, tot vlak voor zijn dood, 94 jaar oud. Met een paar mensen waren we bij de begrafenis, en wat werd er gelezen in de dienst? Psalm 103! In die dienst werd aangehaald wat ds. Haitsma altijd had gezegd over Psalm 103. Hij zei: 'In Psalm 103 zie je het kruis! Kijk maar! Vers 11 en 12: Zo hoog de hemel is boven de aarde, zo machtig is zijn goedertierenheid over wie Hem vrezen. Zover het oosten is van het westen, zover doet Hij onze overtredingen van ons.'



Al die zegeningen in Psalm 103, die gaan oplichten tegen de achtergrond van het kruis. Jezus Christus hing daar voor onze zonden, in onze plaats, en zo is voor ons geen straf, maar zegen! Als je voor die zegeningen van God geen oog hebt, als je al klagend en kreunend door het leven gaat, dan doet dat je Verlosser pijn, want Hij hing daar... voor jou!

Misschien denkt u: 'Nou, dat vind ik wel een beetje gemakkelijk gezegd. Als je jong bent, en vitaal, dan weet je niet wat het is om aan alle kanten moeite te ervaren.' Dat is waar, daar hefet u gelijk in. Maar deze Psalm 103 is niet alleen geschreven voor vitale, jonge mensen. Voor hen óók! En als je jong bent, en je zit hier, dan is de vraag aan jou: denk jij eraan om God te danken? Som jij ze ook op, in je gebed? Alles waar je je Schepper voor mag eren? Tel jij je zegeningen? Ja, deze Psalm is geschreven, óók voor jonge, vitale mensen. Maar niet minder voor mensen die het moeilijk hebben. Mensen die de last dragen van ziekte, van een handicap, van ouderdom, van verlies. Juist dan, júíst dan helpt deze Psalm om de goede blikrichting vast te houden. Klagen brengt je in een maalstroom naar beneden. Maar danken, danken tilt je uit boven al je omstandigheden.

5. 'Veel meer gehouden van verloren'

Ik las een verhaal over een man in Engeland, van wie in de Tweede Wereldoorlog het huis door de Duitsers was weggebombardeerd. Hij stond samen met zijn vrouw op straat. Daar stonden ze te kijken naar de brokken steen, de berg met puin die was overgebleven op de plaats waar het huis had gestaan. Hij zei tegen haar: 'Vanmorgen kwam er iemand naar me toe in de schuilkelder. Hij zei dat we alles verloren hadden. Maar dat is een leugen. God zij dank, ik ben nog steeds gezond en kan mijn werk nog doen. Ik heb jou nog, lieverd, en we hebben de kinderen. God zij dank zijn jullie allemaal gespaard. Hitler heeft mijn geloof in de liefde en de wijsheid van God niet kapot kunnen maken, en ook niet mijn geloof dat het recht zal zegevieren. Ik heb nog steeds hoop voor de toekomst. Mijn ziel is nog altijd van mijzelf. Ik leef nog steeds en sta klaar om weer in actie te komen. Dus ik vind dat jij en ik alle reden hebben om God te danken: wat we hebben mogen houden, dat is véél meer, dan wat we hebben verloren. Huizen en gebouwen kunnen instorten en verdwijnen, maar jij en ik, wij mogen ons vasthouden aan dingen die nooit vergaan, en die nooit zullen worden vernietigd.'

Dát is het! 'Tel uw zegeningen.' Niet alleen in de mooie tijden. Dan óók! Maar vergeet het zeker niet in de moeilijke tijden. 'Verblijdt u *te allen tijde*, bidt zonder ophouden, dankt *onder alles*, want dat is de wil Gods in Christus Jezus ten opzichte van u.'

Een dankbaar hart verwondert zich elke dag. Het verwondert zich over God, die trouw blijft. Hoe is het mogelijk, zo'n trouwe God. Amen.

Reageren? Bel of mail: René van Loon, 010-442 6280, c.m.van.loon@freeler.nl