

# Alleen bij U

*Dagboek bij de psalmen*

André F. Troost

Derde druk

Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk Forest Stewardship Council (FSC) draagt. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid. Ook is het papier 100% chloor- en zwavelvrij gebleekt.

[www.uitgeverijboekencentrum.nl](http://www.uitgeverijboekencentrum.nl)

Ontwerp omslag: Mulder van Meurs, Amsterdam

ISBN 978 90 239 2703 7  
NUR 707

Derde druk 2013

© 2008 Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# Woord ter inleiding

*Mijn vader zong er psalmen op de akker,  
Mijn moeder in de keuken 't zelfde lied  
En wat men zo ontvangt, dat sterft niet,  
En als het slaapt, wordt het toch eens weer wakker.*

H.M. van Randwijk

Zolang hij leefde, hoorde de dichter Van Randwijk in gedachten de psalmen die zijn ouders zongen, toen hij nog kind in Gorinchem was. Zo ben ook ik opgegroeid met het liedboek van Israël. Maarten 't Hart schreef de psalmen af: 'Boosaardige, twist en tweedracht propagerende dichtstukken...' Zelf voel ik me beter thuis in de typering van John Donne: 'De psalmen zijn het manna van de kerk.'

Psalmen schreeuwen, schreien ten hemel. Psalmen klagen, maar kunnen ook geborgenheid bieden. Psalmen zijn als een spelonk, waarin je even schuilen mag: *Alleen bij U*.

In dit boek ligt voor óplezing dagelijks een handjevol manna gereed. Ter afsluiting van de overdenking zijn steeds een couplet uit de berijmde psalm en een kort gebed opgenomen. Wie dit boek een jaar hanteert, leest stukje bij beetje alle 150 psalmen. De gekozen bijbelvertaling is de Nieuwe Bijbelvertaling. Wat betreft de verschillen in schrijfwijzen heb ik bijbelvertaling én psalmberijming ongewijzigd geciteerd.

Al met al heb ik in dit boek iets gedaan dat eigenlijk verboden moest worden: ik heb nogal wat psalmen in stukjes geknipt. Het schaamrood vliegt mij naar de kaken... Ik kan dan duizend keer tegen mijzelf zeggen dat elke berijming in strofen iets dergelijks doet, dat elke voorganger die een beperkt aantal coupletten uit een psalm opgeeft te zingen, een soortgelijke schaar hanteert, dat het lastig is lange psalmen in één keer te lezen, laat staan te overdenken, dat al eerder auteurs van dagboeken bij de psalmen iets dergelijks gedaan hebben – het helpt allemaal niet: ik blijf me schamen. Alle psalmen zouden eigenlijk steeds als in één adem gezegd en gezongen moeten worden.

Mijn opzet voor dit boek was een eenvoudige: het bieden van meditatieve notities. Ik hoop dat die de lezer zullen leiden tot liefde voor de Eeuwige, voor wie de psalmen ooit werden geschreven en nog altijd worden gelezen en gezongen.

*André F. Troost*

# Als een boom

*Hij zal zijn als een boom, geplant aan stromend water.*

Een nieuw jaar – wat zal de komende tijd ons brengen? Geen mens kan het je vertellen, het ligt allemaal verborgen in de schoot van de toekomst. Toch kan het geen kwaad zo'n jaar te beginnen met een moment van bezinning. Welke weg zal ik inslaan? Waar koers ik eigenlijk op aan? Welk doel stel ik mij voor ogen?

Het psalmboek maakt ons wegwijs. Deze indrukwekkende verzameling geloofsliederen, die Israël door de eeuwen heen gedragen hebben, begint met een psalm die klinkt als een program. Helder, rijk aan contrast, zo wordt ons het leven voorgesteld. Onvruchtbaar blijf je zolang je je ophoudt in kringen van goddelozen. Hun weg loopt dood. Wee de mens die in hun nabijheid een rustplaats kiest, wee de mens die in hun kring een plekje zoekt – dan ben je nog niet jarig! Het leidt allemaal tot niets, het levert je geen lof op, maar slechts loof dat snel verwelkt, kaf dat wegwaait van het koren. Eén zuchtje wind en alles is voorgoed verdwenen.

Hoe anders zal het gaan met de mens die dag en nacht de woorden van de Eeuwige in zich om laat gaan, de mens die de Thora in zich opneemt als voedsel voor elke nieuwe dag! Welgelukzalig, van harte te feliciteren – dát ben je, jij mens die kiest voor de weg die de Eeuwige met zijn volk wil gaan, de weg van zijn goede geboden! Hij zal zijn als een boom, geplant aan levend water, vruchten dragend: geloof en hoop en liefde bovenal. Zó zou ik dit jaar het liefst willen leven: genietend van het hemelwater, in mij opnemend wat de Geest mij te drinken geeft, mij met wortel en tak uitstrekkend in de breedte, in de hoogte en in de diepte. Of je zo succes zult hebben? Dat is niet van belang. Je zult tot een zégen zijn!

Hij is een groene boom die staat geplant  
 waar waterbeken vloeien door het land.  
 Zijn loof behoeft de droogte niet te duchten,  
 te goeder tijd geeft hij zijn rijpe vruchten.  
 Gezegend die zich aan Gods wetten voedt:  
 het gaat hem wel in alles wat hij doet.

*Genadige Vader, dat ik in dit nieuwe jaar een vruchtbare boom mag zijn,  
 tot zegen van anderen – dat bid ik U, in Jezus' Naam.*

# De lachende hemel

*Die in de hemel troont lacht.*

E en lachende God! De Bijbel is een vrolijk boek, dat kan geen mens ontkennen. Neem nu deze tweede psalm. Dit lied is één vrolijke lach. Wat denken de heren koningen en presidenten eigenlijk wel? Dat ze het van de Eeuwige kunnen winnen? Een lacher-tje! De hemel schatert van de pret. Het woeden van de volken, het rumoer van de naties, het leidt allemaal tot niets, het lijkt heel wat, maar het is één grote leegte: een opgeblazen luchtballon. Eén spelden-prik en lek is de ballon, geen lucht meer in te bekennen.

Psalm 2 is een lied vol hemels hoongelach. De Eeuwige steekt de draak met wie tekeergaan tegen Hem en zijn gezalfde. Menen de volken nu werkelijk dat ze Hem, de Heilige, en ook de koning die door God zelf is aangesteld, een kopje kleiner kunnen maken? Wat een waanzin, wat een hoogmoed! Nooit zal het rijk van het kwaad volkomen triomferen. Altijd zal Gods goedheid groter zijn!

Het zal in dit nieuwe jaar niet anders zijn dan in alle tijden. Ook wij leven in een tijd waarin velen in opstand komen tegen de hemel. De Tien Geboden? We maken zelf wel uit waardoor we ons laten leiden! De vier evangeliën? We hebben een betere gids dan die zogenaamde Koning van de Joden! Weg met alle geboden, oud of nieuw! Weg met de boeien die ons binden, de wetten van het Woord! Wij maken zelf de dienst uit: de dienst die niet draait om de aanbidding van de Ene, maar om de aanbidding van eigen kennis en kunde. Wij aanbidden de Mens, onze leider, onze president, onze Führer, onze dictator! Maar om al die humbug moet de Enige, de Eeuwige, hartelijk lachen. En zijn vreugde verheugt ons. Wij aanbidden een God die lachen kan om wat eigenlijk is om te huilen. Hij kent zijn tijd: de tijd van zijn koninkrijk zal zeker komen!

Die in de hemel is gezeten lacht,  
want Hij is God die eeuwig blijft regeren.  
Hij spot met hen die spotten met zijn macht.  
Hij kent zijn tijd, Hij is de Heer der heren.

*Lachende Koning, wij danken U voor uw visie op de toekomst: geen briesende dictator die de vreugde van uw koninkrijk tegenhoudt!*

# Kust de Zoon

*Bewijs eer aan zijn zoon met een kus.*

**N**u komt er in de psalm een mens aan het woord die zich door God geroepen weet. Hij is de gezalfde! Hij is degene die met de olie van de Geest is aangewezen om het volk van de Eeuwige voor te gaan naar een stralende toekomst. Hij is degene die door de hemelse Vader 'mijn zoon' wordt genoemd: als het ware door de hemel verwekt! En deze Zoon zal regeren, zo wijd als de wereld is. Hij zal de aarde maken en breken. Ja, de koningen der aarde mogen wel uitkijken, want zoals een pottenbakker mislukt aardewerk aan diggelen slaat, zo zal deze gezalfde alle machomannen, al die miserebele machthebbers als waardeloze potten kapot beuken. Die ene gezalfde zal dus geen poeslief lammetje zijn, maar veeleer een leeuw die zijn prooi weet te vinden.

Moet ik, met de kerk der eeuwen, geloven dat dit een silhouet van Jezus is? Ik dacht dat de Messias, de Christus – Gezalvde, betekent die titel – onze lieve Heer was, een mak schaap, een goede herder... Maar dat moet een vergissing zijn! Een werkelijk goede herder is geen lief lammetje. Een goede herder heeft niet alleen een staf, maar ook een stok. En reken maar dat hij die stok zal gebruiken als leeuwen en beren op de kudde afkomen! Dan zal het lam – jazeker, dat was Hij, Christus op Golgotha! – ook een leeuw zijn. Als een koninklijke leeuw zal Hij voor de lammeren vechten. Als een sterke leeuw zal Hij triomferen en koning over de hele aarde zijn!

Zover is het nog niet. Nog worden koningen opgeroepen déze koning eer te bewijzen. Kus de zoon! Dat is bedoeld als eerbetoon, een groet waaruit waardering en aanbidding spreekt. Maar ik proef er toch ook iets in van hartstochtelijke liefde. God heeft een zoon om te zoenen! Zalig wie zijn toevlucht zoekt bij hem.

Kust toch de zoon, opdat gij niet te gronde  
gaat op uw weg. Te licht wordt hij getart  
en kan zijn gramschap tegen u ontbranden.  
Maar zalig zijn die schuilen aan zijn hart.

*Genadige Vader, uw Zoon, die als een lam voor ons zijn leven gaf, zal als een leeuw voor ons vechten. Wij prijzen U om Hem!*

# Het hoofd omhoog

*U, HEER, bent een schild om mij heen,  
u bent mijn eer, u houdt mij staande.*

Soms weet je niet meer waar je het zoeken moet. Je voelt je belaagd, omsingeld door duizend-en-één dingen die tegen je zijn. Soms geldt: van je familie moet je het maar hebben... Als ik het opschrift boven deze derde psalm mag geloven, schrijft David dit lied als hij vlucht voor zijn zoon Absalom. Nu weet ik nog niet zo zeker of ik dat opschrift wel geloven kan – het kon er later wel eens boven zijn gezet. Eerlijk gezegd kan ik maar moeilijk aanvaarden dat David aan het slot van dit lied God smeekt de tanden uit de mond van zijn vijanden te breken met het oog op zijn bloedeigen kind. Hoe dan ook, in elk geval is er sprake van vijanden. Talrijk zijn ze, de opstandelingen. En ze brullen om het hardst: God zal hem niet redden, hij staat hopeloos alleen!

Zoiets komt hard aan. Ik zie in gedachten Jezus hangen op Golgotha. Rondom het kruis: vijandelijke spotters. God zal je niet redden! Hoe verloren, hoe godverlaten kan een mens zich voelen in zulke momenten! 'Zoek het maar uit', zeggen je collega's. 'Je bekijkt het maar', roepen je beste vrienden. En God? De dichter van deze psalm gelooft er heilig in: de Heer – hier wordt de Godsnaam gebruikt: Ik ben die Ik ben – Hij zal erbij zijn. Hij zal antwoord geven. Hij is een schild om mij heen. 'Mijn schild ende betrouwen, zijt Gij, o God mijn Heer!'

In dat vertrouwen mag ik leven. Niet omdat ik alles perfect doe en de boosheid van anderen nooit verdien, maar omdat er Eén is bij wie ik altijd schuilen kan, ook al haal ik mij de woede van de hele wereld op de hals. Hij houdt mijn eer hoog.

O HEER, de vijand stelt zijn overmacht in 't veld  
en staat mij naar het leven.

Ook hoor ik overal dat niets mij baten zal  
daar God mij heeft begeven.

Maar, HEER, Gij zijt mijn schild. Ik heb bij U geschuild  
met opgerichten hoofde.

*Goede God, Gij zijt mijn schild! Ook al is iedereen tegen mij, Gij geeft mij dekking, Gij omgeeft mij, van achteren, van voren. Uw liefde is altijd om mij heen.*

# Goede morgen

*Ik ga liggen, val in slaap  
en word wakker – de HEER beschermt mij.*

**D**at is nog eens iets anders dan eindeloos wakker liggen... Je stapt je bed in, je trekt de dekens over je heen en je slaapt! Hoe krijg je dat voor elkaar? En dan te weten dat allerhande vijanden op de loer liggen en de tegenslagen zich opstapelen. Trouwens, dat bij het ontwaken je eerste gedachte is ‘de Heer beschermt mij’, is ook niet normaal. Althans, menigeen zou in zo’n situatie de neiging hebben nog eens diep onder de dekens te duiken. Even niet aan denken: weer een nieuwe dag!

Van dit alles is bij de dichter van de psalm geen sprake. Hij slaapt als een roos. En ’s morgens wordt hij uitgerust wakker, vrolijk en fris als de dageraad. Dat alles is te danken aan één overheersende gedachte: de Heer is mijn beschermer, Hij zal mij ondersteunen, wat de nieuwe dag ook brengen mag.

Om jaloers op te worden! Geen pilletjes of poedertjes nodig, geen slaapverwekkend boek, geen dodelijk saai televisieprogramma – je gaat liggen en je slaapt tot je de volgende morgen vol vertrouwen wakker wordt. Is dat een cadeautje uit de hemel? Vast en zeker! Maar het is ook een vrucht van vertrouwen. Waarom zou je tobben over van alles en nog wat? Waarom zou je bang zijn voor wat hooguit voor een tijdje narigheid met zich mee kan brengen? Zelfs al is er sprake van een dreigende dood, dan nog geldt dat Gods goedheid groter is dan dit leven! Hang met je kleren ook je zorgen aan de kapstok. Zelfs al kan geen mens je helpen, dan nog is er een redder die je beschermen zal. Ik behoef niet voor eigen rechter te spelen. God zelf zal mijn rechter zijn.

Ik legde mij en sliep. Ik wist dat wie mij schiep  
voor mijn behoud zou waken.

De morgen is gekeerd en ik mocht ongedeerd,  
dank zij Gods trouw, ontwaken.

*Barmhartige Vader, in dit vertrouwen kan ik veilig slapen. Dankzij uw bescherming kan ik ook uitgerust en zelfs blijmoedig wakker worden. Gij zijt mijn helper, vandaag en altijd.*



# Vrede voor de nacht

*Bezin u in de nacht en zwijg.*

**J**e mag niet opstandig zijn – zeggen ze. Je moet er maar in berusten – zeggen ze. Maar wie dat zeggen, kennen de Bijbel niet. Neem nu alleen al het boek van de psalmen. Daar is het een en al opstand wat de klok slaat! Israël neemt het niet, David en Asaf en Korach en hoe de dichters van die Joodse poëzie ook maar mogen heten, ze verzetten zich op haren en snaren tegen wat er aan vijandschap op hen afkomt. Ja, dat is goed gezegd: op haren en snaren. Ze gaan niet op de vuist, ze nemen de botte bijl niet ter hand, ze strijken de haren, beroeren de snaren, ze zingen hun lied, hun klaaglied, hun protestlied. Soms zijn het *songs of praise*, maar even zovaak woedende wijsjes, heftige hymnen tegen oprukkend onrecht. En dat mág! Sterker nog: dat móet! Er wordt al veel te veel geslikt en minzaam gezwegen. Mensen van de Messias doen hun mond open en gaan tegen de vijand tekeer!

Dat wil zeggen, zonder te zondigen... De opstand is nachtwerk. Hoe eng de rotskloven van dit menselijk bestaan ook worden, hoe benauwd je kunt zijn van al die loze, lege praatjes, we zullen ons niet laten verleiden tot heftige haatcampagnes en driftige vergeldingsacties. Je gaat gewoon naar bed en je schreeuwt je boosheid maar onder de dekens uit. Zoek je heil in de stilte. Laat oprechtheid je avondoffer zijn en weet je verder veilig bij de Eeuwige. Bezin u in de nacht. En zwijg.

Het kan er dus ook anders aan toegaan dan in de vorige psalm. Daar viel de dichter als een blok in slaap dankzij Gods bescherming. In deze psalm gaat dat niet als vanzelf. Hier wordt eerst schoon schip gemaakt. Hier wordt geroepen, gejanct misschien – maar uiteindelijk wint ook hier de overgave, het stil vertrouwen.

Laat niet tot zonde uw geschil zijn,  
 maar zoekt uw vrede voor de nacht.  
 Spreekt tot uw hart en laat het stil zijn,  
 laat wat de HERE wil uw wil zijn,  
 schenkt Hem wat Hij van u verwacht.

*Trouwe God, het lukt ons niet altijd zomaar in slaap te vallen, als de nacht gekomen is. Gij hoort ons klaaglied, Gij kent de pijn in ons hart. Wij danken U!*

# Een veilig huis

*U, HEER, laat mij wonen  
in een vertrouwd en veilig huis.*

Jaloezie. Er zijn maar weinig mensen die er geen last van hebben. Het kan je ziel verzuren en je geest vergallen. Op zichzelf is het soms heel begrijpelijk. Je ziet met eigen ogen hoe succesvol je burens zijn. Slapend worden ze rijk. Ze winnen prijzen bij bosjes, speculeren op de beurs en rijden karrenvrachten kostbaarheden hun luxe landhuizen binnen. Ze doen mee aan de loterij en jawel, de kanjerprijs valt uitgerekend waar de bankbiljetten toch al neerddwarren als de sneeuw op een winterse dag. En jij? Als je niet uitkijkt ben je stinkend jaloers!

De dichter van de psalm kan erover meepraten. Wat een buit halen de burens binnen... Koren en wijn, het kan niet op! Een oogst om van te watertanden! En jij, armoedzaaiër die je bent? Loser! Altijd en eeuwig vis jij achter het net! Zo zou hij nog wel even door kunnen gaan, maar daar steekt de Eeuwige zelf een stokje voor. Het is alsof het licht van zijn gelaat plotseling de nachtelijke nevel verdrijft. In het hart van de dichter daalt een wonderlijke vrede, die zijn verstand te boven gaat. Wat stelt al dat materiële gewin nu eigenlijk voor vergeleken bij de geborgenheid in God? Van al die rijkdom kun je uiteindelijk niets meenemen. Sterker nog: je hebt er in dit aardse leven vaak meer last dan gemak van. En dan te bedenken dat geestelijke rijkdom niet eens kan vergaan. De verborgen omgang met God, die is als een vertrouwd en veilig huis. Daar kun je in wonen, met meer genoeg dan in de grootste villa! In dat besef smelt mijn jaloezie – als sneeuw voor hemels zonlicht. Soms voel ik mij rijker dan de rijkste multimiljonair. Ik heb mijn God, dat is genoeg. Wat zou ik verder nog willen hebben?

Ik kan gaan slapen zonder zorgen,  
want slapend kom ik bij U thuis.  
Alleen bij U ben ik geborgen.  
Gij doet mij rusten tot de morgen  
en wonen in een veilig huis.

*God, vergeef mij dat ik soms jaloers ben. Niets maakt een mens zo rijk als de geborgenheid in U. Bij U wil ik wonen. Bij U ben ik geborgen, voor tijd en eeuwigheid. Slapend kom ik bij U thuis.*

# Vroeg in de morgen

*In de morgen, HEER, hoort u mijn stem,  
in de morgen wend ik mij tot u en wacht.*

Wat doe ik als het morgen wordt? Als kind heb ik geleerd allereerst te knielen voor mijn bed. Het morgengebed. Doe ik het nog? Nee, zo niet meer. Het is me te donker in dit jaargetijde. En het is me bovendien te koud. Ik zet een kopje thee. Ik lees de ochtendkrant. En dan doe ik wat de dichter van de vijfde psalm blijkbaar ook deed, in de morgen van de nieuwe dag. Hij vraagt God om acht te slaan op zijn klacht. Op de nacht volgt een klacht. Waarom? Omdat het nog altijd aardedonker is. Omdat er zo gruwelijk veel in de krant staat wat met het paaslicht niets van doen heeft. Nooit is de wereld donkerder dan in de dagen na kerst en oud en nieuw. Nu is het pas echt winter, hartje winter! Guur en koud kunnen de dagen zijn en de kranten vol onheilspellende berichten. Van dat kopje thee word ik niet warm, de krant verkilt wat ik in bed aan warmte heb genoten. En ik roep met de man van de psalmen mee: hoor mijn woorden, sla acht op mijn klagen! Heb oor voor mijn verzuchting, Heer! Weer een vliegtuig neergestort, weer een bom ontploft, weer een tsunami die honderden het leven ontnemt, weer een oorlog in Afrika, met honger en dorst ten gevolge, weer een kind ontvoerd, een meisje verkracht, een man vermoord. Here God, houdt dat nu nooit eens op, op die aarde van U, in die wereld van ons?

En wat doet de man van de psalm als hij is uitgeklaagd? Dan wacht hij. De psalm weet van wachten. 'In de morgen wend ik mij tot u en wacht.' Hij kijkt uit naar God, zoals een stadswachter op de muur uitkijkt naar de dageraad in de verte. En hij gelooft dat de hemel zijn klachten hóórt. Geloven is: hoopvol wachten. Op God.

Laat mij, mijn Koning, tot U spreken.  
Vroeg in de morgen kom ik, HEER,  
en leg mijn noden voor U neer.  
Hoor naar mijn zuchten en mijn smeken:  
ik wacht uw teken!

*Majesteit, Koning van alle koningen, op U wachten wij. Op uw koninkrijk wachten wij. Op de doorbraak van uw heil in deze wereld wachten wij. Kom, Heer Jezus, kom haastig!*