

## **Meditatie bij PSALM 139 'Gij peilt mijn hart'**

KRO – Mediapastoraat

- 1) muziek
- 2) inlevingsoefening
- 3) psalm 23 – gezongen (Engels)  
The Lord is my Shepherd –  
ik mag grazen in groene weiden,  
rusten aan wateren – Hij leidt mij.
- 4) meditatie
- 5) psalm 139 - gezongen  
Gij, Gij peilt mijn hart, Gij doorgrondt mij,  
Gij weet mijn gaan en mijn staan.  
Gij kent mijn gedachten van verre,  
mijn reizen en trekken, mijn rusten.  
Mijn wegen, alle, zijn U bekend  
- ieder woord dat komt op mijn lippen,  
onuitgesproken nog, Gij hoort het al.
- 6 - gesproken  
Mijn God, Gij peilt mijn hart  
en Gij kent mij, Gij weet waar ik ga of sta.  
Gij doorziet mijn gedachten van verre,  
Gij hebt mijn reizen en rusten bepaald  
en wat ik ook doe, Gij zijt er mee vertrouwd,  
ja, er komt geen woord op mijn lippen, mijn  
God,  
of Gij hebt het al gehoord.
- 7) meditatie
- 8) psalm 139 - gezongen  
Achter mij zijt Gij en voor mij uit,  
Gij legt uw handen op mij.  
Dit is wat ik niet kan begrijpen,  
niet denken, dit gaat mij te boven.  
Hoe zou ik uw adem ontkomen,  
waarheen vluchten voor uw aangezicht.  
Beklim ik de hemel, daar zijt Gij,  
daal ik af in de aarde, daar vind ik U ook.
- 9)- gesproken  
Gij zijt voor mij en Gij zijt achter mij,  
Gij hebt uw hand op mij gelegd,  
wonder van wijsheid dat mij te boven gaat,  
onbereikbaar, ik kan er niet bij.  
Hoe zou ik ooit ontkomen aan uw geest  
en waarheen vluchten, Gij ziet mij overal.  
Beklim ik de hemel: Gij zijt in de hemel,  
daal ik af in de aarde, daar vind ik U ook.  
En vlieg ik mee met het morgenrood  
tot aan het uiterste strand van de zee,  
ook daar zal uw hand mij verder helpen,  
ook daar houdt uw machtige hand mij vast.
- 10) meditatie
- 11) psalm 139 - gezongen

- Zou ik roepen: 'Duisternis, bedek mij,  
licht, verander in nacht'-  
voor U bestaat de duisternis niet.  
Voor U is de nacht even licht als de dag,  
de duisternis even stralend als het licht.
- 12)- gesproken  
Of ik nu uitroep: 'Duisternis, bedek mij,  
laat het nacht worden om mij heen.  
Voor U bestaat er geen duisternis,  
voor U is de nacht even licht als de dag,  
de duisternis even stralend als het licht.
- 13) meditatie
- 14) psalm 139 - gezongen  
Uw schepping ben ik in hart en nieren,  
Gij hebt mij geweven in de schoot van mijn  
moeder.  
Ik wil U bedanken daarvoor,  
dat Gij mij ontzagwekkend gemaakt hebt.  
Mijn ziel en gebeente door U gekend.  
In mij was niets voor uw ogen verborgen  
toen ik werd gevormd in het diepste geheim,  
prachtig gevlochten in de schoot van de  
aarde.
- 15)- gesproken  
Uw schepping ben ik in hart en nieren,  
Gij hebt mij geweven in de schoot van mijn  
moeder.  
Ik dank U dat Gij mij zo wonderlijk gemaakt  
hebt.  
Ontzaglijke wonderen zijn al uw werken.  
Door U ben ik gekend, mijn ziel en mijn  
gebeente,  
in mij was niets voor uw ogen verborgen  
toen ik werd gevormd in het diepste geheim,  
prachtig gevlochten in de schoot van de  
aarde.  
Ik was nog ongeboren, Gij had mij al gezien,  
en al mijn levensdagen stonden in uw boek  
nog voordat Gij er een van had gemaakt.
- 16) meditatie psalm 139 - gezongen  
Gij eeuwige, peil nu mijn hart,  
doorgrond mij, toets mijn verborgen  
gedachten.  
Ik ben toch niet op een doodlopende weg?  
Leid mij voort op de weg van uw dagen.
- 17) - gesproken  
Gij, Eeuwige, peil mijn hart, en ken mij,  
toets mij en weet wat er in mij omgaat.  
Ik ben toch niet op een doodlopende weg.  
Leid mij voort op de weg van uw dagen.
- 19) meditatie
- 20) psalm 23
- 21) afsluiting
- 22) muziek

Het begin van deze tekst suggereerde Jan VDB voor het gebedsmoment bij een lezing uit Gen.

Gij die weet wat in mensen omgaat  
aan hoop en twijfel, domheid, drift, plezier, onzekerheid,  
Gij die ons denken peilt en ieder woord naar waarheid schat,  
en wat onzegbaar is onmiddellijk verstaat –

Gij toetst ons hart en Gij zijt groter dan ons hart,  
op elk van ons houdt Gij uw oog gericht,  
en niemand of hij heeft een naam bij U,  
en niemand valt, of hij valt in uw handen,  
en niemand leeft, of hij leeft naar U toe.

Maar nooit heeft iemand U gezien. In dit heelal zijt Gij onhoorbaar.  
En diep in de aarde klinkt uw stem niet. En ook uit de hoogte niet.  
En niemand die de dood is ingegaan  
keerde ooit terug om ons van U te groeten.

Aan U zijn wij gehecht, naar U genoemd.  
Gij alleen weet wat dat betekent. Wij niet.  
Wij gaan de wereld door met dichte ogen.

Maar soms herinneren wij ons een naam,  
een oud verhaal, dat ons is doorverteld,  
over een mens die vol was van uw kracht,  
Jezus van Nazareth, een zoon van Abraham.  
In Hem zou uw genade zijn verschenen, uw mildheid en uw trouw;  
in Hem zou, voorgoed, aan het licht gekomen zijn hoe Gij bestaat:  
weerloos en zelveeloos, dienaar van mensen.

Hij was zoals wij zouden willen zijn:  
een mens van God, een vriend, een licht, een herder  
die niet ten eigen bate heeft geleefd,  
en niet vergeefs, onvruchtbaar, is gestorven.