

1 Samenvattend overzicht

Door persoonlijke omstandigheden heeft de auteur alle psalmen een eigen vertaling gegeven die ook kan gezongen worden.

Psalmen zijn poëtische liederen die in heel rijk geschakeerde variatie aan menselijke ervaringen je helpen je in gebed tot God te richten. Alles en niet alleen maar de mooie ervaringen, mogen voor God gebracht worden.

Psalmen vormen een belangrijk onderdeel van het getijdengebed en van de liturgische liederen die wij zingen. Ook voor persoonlijk gebed zijn ze kostbaar. Zijn we er genoeg mee vertrouwd?

Koning **David** (rond 1000 v. Chr.) zal wel psalmen hebben geschreven, maar vele zijn ook **aan hem toegeschreven**. Zo is ps. 137 pas in de ballingschapssituatie van de 8^e eeuw ontstaan. Dezelfde moeilijke situatie vinden we terug in de strijd van de slaven om gelijkberechtiging. **Negro-spirituals** zijn vaak schatplichtig aan de psalmen. Zingend putten mensen in heel diverse situaties **kracht** uit de rijke schat van de psalmen.

De auteur bespreekt dan gedetailleerd **ps. 102** die ook in het tijdschrift is afgedrukt. De psalmist zit in een radeloze levenssituatie. Hij **klaagt zijn nood** voor Gods gelaat. Dat 'schreeuwen naar God toe' is heel belangrijk.

Daarop verheugt hij zich over de **herinneringen** aan wat God **vroeger** heeft gedaan. Het is een eerste ommezwaai in de psalm. Door zich Gods grote daden te her-inner-en gaat de ervaring weer leven dat Hij ook nu begaan is met zijn mensen. Dit brengt de psalmbidder tot een tweede ommezwaai: hij gaat **God loven en danken**. De overtuiging groeit: als God vroeger naar mij omzag, waarom zou Hij zich dan niet in mijn nieuwe nood om mij bekommeren? De herinneringen wekken het vertrouwen. Mensen en hun ervaringen gaan zo weer voorbij, Gods genade nooit!

Deze trits, een **drie-stap** vinden we in veel psalmen terug: je klacht uitschreeuwen voor God – de herinnering aan wat God voor ons deed – en uiteindelijk jubelen en danken omdat Hij vertrouwvol met ons op weg blijft gaan.

Eén kerngedachte uit Ps. 102 wordt heel poëtisch verwoord: midden alle ellende die uitgeschreeuwd wordt, is de mens als een uil die in de eenzame, bedreigende nacht blijft uitkijken naar een nieuwe morgen. Al kunnen mijn krachten onderweg bezwijken, Gods tijd omspant mij. Psalmbidders houden het vertrouwen wakker: "Eenzaam doorwaak ik mijn nachten als een uil in een bouwval". (ps. 102,4)

2 Methodische aanwijzingen

* De onderwerpen van maart, april en mei vormen samen een eenheid. *De vorige maand* hadden we een algemene benadering van de eigenheid van Bijbelverhalen. We zitten zelf mee in het verhaal.

Deze maand vinden we een concrete uitwerking van één psalm (ps. 102) waaruit duidelijk zal blijken hoe verhaal/tekst en het leven samenkomen. De gelovige psalmist vertolkt hoe in de donkerte van het bestaan stil vertrouwen kan groeien. De beproefde mens is als een uil in een bouwval die doorwaakt naar de morgen toe.

In *mei* krijgen we een concreet levensverhaal van Sofie Verscheure dat ons vertelt van de roeping die zij gaandeweg vanuit ervaringen en de Bijbel in haar leven ontdekt en vorm geeft.

* Een onderwerp als de psalmen is uiteraard véél uitgebreider dan wat in een korte bijdrage ter sprake kan komen. De auteur kreeg als opdracht ps. 102 te behandelen. Hij heeft kernachtig het belang van het psalmboek opgeroepen. Exemplarisch behandelt hij dan uitvoerig die éne psalm en formuleert van daaruit een drie-stap die ook in veel ander psalmen (zij het soms wat variabel) aan bod komt. De laatste opdracht bij 'Ter overweging' is heel boeiend, maar is eerder als nawerking bedoeld. Vooral bij de individuele noodpsalmen is deze drie-stap duidelijk te onderkennen. Je kan het eens proberen, b.v. met psalm 90.

* Het peilen naar de 'lievelingspsalm' of een 'lievelingspsalmvers' of een 'liturgisch lievelingslied op een psalm' kan de bijeenkomst héél persoonlijk en boeiend maken. Best kan je daar dus vooraf als een over nadenken en de tekst of het lied meebrengen. Ook de eerste opdracht is bij voorkeur vooraf thuis te doen. Je kan een paar zaken noteren, zodat je ze ter vergadering vlot kan brengen.

* Er kon niet worden ingegaan op heel wat aspecten i.v.m. de psalmen. B.V. over de diverse situaties waarin de psalmen zijn ontstaan. Sommige komen vanuit persoonlijke ervaringen (nood / geluk/ zegen...): de individuele smeekpsalmen of vanuit algemene noden: de algemene smeekpsalmen. Andere ontstonden in het kader van het introniseren van de koning. Of in een bedevaartsituatie, of tijdens de ballingschap, enz... Ook over het probleem van de 'vijanden' (zie onder nr. 4) die herhaaldelijk aan bod komen. En in dit verband de 'vloekpsalmen'. Daarover een interessante bijdrage op internet (*CTRL+klikken op onderstaande link*)

<https://petervandevyvere.wordpress.com/tag/vloekpsalmen/>

Wie voor zichzelf een nog wat **uitvoeriger inleiding** tot de psalmen wil lezen kan terecht bij **bijlage 2**. Ik nam deze over uit NBV Studiebijbel.

3 Bidden met de psalmen. Heb ik een voorkeursvers of –psalm?

De psalmen blijven mij voeden en inspireren omdat zij een realistische weergave zijn van een leven lang verkeren met God met alle daarbij behorende vreugden, angsten, twijfels en zekerheden. Ze hebben de kracht om te verklaren en te verhelderen juist vanwege de authenticiteit die ze uitstralen. (Steve Turner in *Handboek bij de Bijbel*, pag. 367.)

Bidden met de psalmen - wat is jouw lievelingspsalm? KERKNET 3 NOV. 2019
Liesbeth • Psalm 84, 6 ('Gelukkig de mens die zijn kracht vindt bij U: hij droomt van opgaan naar U.') sprak me aan naar aanleiding van een tekst uit de Belijdenissen van Augustinus in een leesgroepje. Ik voelde aan dat er een diepe waarheid in schuilt. Het vers proberen te doorleven helpt me om als christen te leven: luisterend en tastend met open oren en ogen, aandachtig, waakzaam, op de uitkijk naar God, naar het stille fluisteren van Zijn stem. Zo blik ik elke avond even terug in mijn hart, waarvan ik geloof dat God ook daar spreekt, tot ieder mens persoonlijk: wat is er gebeurd doorheen deze dag? Welke bewegingen bracht dit in mijn hart teweeg? Welke nasmaak geeft me dit? Waar heb ik God mogen ontmoeten vandaag? Voor wie wil ik in het bijzonder bidden vandaag? ... Ik neem dit op in mijn gebed. Door te onderscheiden wat zich in mijn hart afspeelt, dit in gebed bij Hem te brengen en van daaruit keuzes te maken, helpt dit vers me om me elke dag meer bewust te oriënteren op God en te zoeken naar Hem, en om in dat zoeken te merken dat Hij vaak heel dicht naar ons toe komt in vele kleine dingen.

Dries Neiryck • Mijn favoriete psalm is psalm 91. Ik ga veel naar de trappistenabdij in Westmalle en daar wordt psalm 91 altijd gezongen bij de dagsluiting. 'Met zijn wieken zal hij u dekken, gij vindt onder zijn vleugelen toevlucht' geeft mij het gevoel dat God over me waakt. Dat hij mij voor alles beschermt in mijn leven en gedurende de nacht. Na psalm 91 volgt de lofzang van Simeon en het Salve Regina in het donker. De abt zegent dan nog iedereen en ik slaap als een roos, onder Gods machtige bescherming.

Olga Vanoverschelde • Ik heb verschillende psalmen en versregels waarbij 'mijn hart opspringt van vreugde' - ook een citaat uit een psalm trouwens. Psalm 23 is dus slechts 1 van de vele die er bovenuit steekt. De psalm is meteen ook een lied dat voor mijn aanstelling als parochieassistente werd gebruikt. Als kind kende ik de psalm van het lied 'Mijn herder zijt Gij' en toen al gaf het me vertrouwen. 'De Heer is mijn herder, mij zal niets ontbreken' geeft mij houvast, in blije maar evengoed in donkere en bange dagen.

4. Wat moeten we met die 'vijanden' uit de psalmen? Annemie Deckers

Wie waren de vijanden van de psalmdichters? Daar zijn vele mogelijke verklaringen voor. Maar wie dat ook waren, de psalmdichter vertelde onbevangen hoe hij over hen dacht, hij bracht het voor God en hij geloofde dat God het kwaad niet ongestraft zou laten. Het was in die tijd dan ook niet ongebruikelijk om te bidden voor een gewelddadige vergelding.

Gelovigen van nu ergeren zich vaak aan die taal en weten niet goed hoe ze die “vijanden” moeten invullen. In sommige vertalingen worden die vijanden dan ook weggelaten maar dat is niet eerlijk tegenover de tekst en het lost ook niets op. Misschien kunnen we eens nadenken over de vraag: herken ik mezelf in deze gebeden (want het zijn echte gebeden) en wie zijn de vijanden in mijn leven? Zijn het misschien de fouten en gebreken waar ik tegen vecht, mijn foute verlangens en gedachten, mijn frustraties? Misschien wel de negatieve dingen die ik denk over sommige mensen, de tegenwerking die ik ervaar, de ziekte waar ik tegen vecht, Wat het ook is, één ding is zeker: tegenover God mag je in je gebed al deze gevoelens uitspreken want je bidden moet echt zijn. In je gebed treed je voor God zoals je bent. Je spreek je hart uit ook als dat kwaad en vloekend is en je zegt je wat je denkt en voelt. En God zal je horen.

5 Suggesties voor een gebedsmoment

(Breng mee: de tekst van het lied (in Zingt Jubilate b.v.) en de cd ‘Door de wereld gaat een lied’ nr. 14/2/08 waarop het te beluisteren valt.)

5.1 Beluister (en zing) het lied uit Zingt Jubilate nr. 737 Uw Woord omvat mijn leven (naar ps. 119)

5.2 Bid met psalm 102 (bewerking van Wouter Deruwe, tekst in het tijdschrift)

* Je kan afwisselend (voorganger – allen of één groep – een andere groep) een vers van de psalm rustig bidden.

* Je kan die ook zingen (vooraf dien je de melodie aan te leren en even in te oefenen met een paar verzen – de accenten in de tekst zijn een hulp hierbij).

5.3 Herhaal een voorkeurvers uit die psalm

Daarna kan je willekeurig door de deelnemers een vers, of een gedeelte van een vers gewoon laten herhalen: iets dat hen aanspreekt. Het geeft niet dat er overlappingsen zijn. Iemand kan gerust meer dan één stukje herhalen... Op die wijze gaat de tekst nog meer ‘spreken’ en zich openbaren.

5.4 Gebed

Paulus schrijft (2 Kor.1) God troost ons in al onze tegenspoed.

Met vertrouwen mogen we dan ook **samen** bidden:

Heer, laat het schreeuwen van mensen Jou bereiken.

Verberg Jouw gelaat voor ons niet. Hoor de stem van de weerlozen.

Leg hun gebed niet naast je neer. Laat ons in doorwaakte nachten

Jou blijvend vermoeden als iemand die ons draagt.

4.5 Eventueel het beginlied herbeluisteren.

Aan- en opmerkingen aan guido.debonnet@skynet.be