

EEN GETORMENTEERDE ZIEL

Einde

David geneest van zijn depressie - Psalm 22



1. Vriendschap als het te bereiken doel
2. De beschadigde mens
3. Wat David ons kan leren
4. De setting waarin genezing plaats vindt
5. Het door God gestuurde genezingsproces

Deel 1 - Vriendschap als het te bereiken doel

alsof ze hun lichaam ruilen

William Penn (1644 - 1718), stichter van de Amerikaanse staat Pennsylvania, schreef in zijn *Some Fruits of Solitude In Reflections And Maxims* (1682), een mooi stukje over vriendschap, hierna vrij vertaald.



William Penn

Vriendschap

*Zoals bij een tweeling,
zijn de zielen van twee vrienden met elkaar verbonden.
Vrienden voelen in alles met elkaar mee:
zowel in liefde als in weerzin.
De ene kan niet gelukkig zijn zonder de andere,
en het kan niet zijn
dat één alleen zou lijden.
Alsof ze hun lichaam ruilen,*

delen ze om beurten elkaars pijn en vreugde.

In de moeilijkste omstandigheden, beuren ze elkaar op.

Eén zinnetje springt uit deze tekst "*Alsof ze hun lichaam ruilen*". Want het toont gelijkenis met Psalm 22 waarin David zijn pijn beschrijft alsof het de pijn is van Jezus aan het kruis. Sommige verzen stemmen overeen met de beschrijving van de kruisdood in de evangelies. *Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten? ... Honden staan om mij heen, een woeste bende sluit mij in, zij hebben mijn handen en voeten doorboord. Ik kan al mijn beenderen tellen. Zij kijken vol leedvermaak toe, verdelen mijn kleren onder elkaar en werpen het lot om mijn mantel.*

Psalm 22 lezen?

Het lijkt alsof David zó verbonden is met Jezus, dat hij met Hem van lichaam ruilt, en Jezus' pijn kan voelen. Of omgekeerd: Jezus ondergaat in zijn kruisdood Davids pijn. De ervaringen lopen door elkaar - angst, pijn en verlatenheid, en in deel 2 van de psalm kracht en vreugde. Het is niet altijd duidelijk wie het woord voert.



David (Leonardo Da Vinci)

een vriendschapsrelatie gesitueerd buiten tijd en ruimte

David leefde nochtans duizend jaar vóór Christus. Hij en de mensgeworden Jezus waren dus geen vrienden in de gangbare betekenis, en ze konden hun gevoelens niet delen met elkaar. Maar toch gebeurt dit hier. Hoe kan het dat David Jezus' lijden zo gedetailleerd beschrijft?

Alles wijst op een vriendschapsrelatie in de stijl van William Penn, maar dan gesitueerd buiten tijd en ruimte. Zoiets kán aangezien Jezus aanwezig is in alle tijden en op alle plaatsen, en David voeling heeft met die eeuwige dimensie. Dat laatste blijkt ook uit andere psalmen waarin David zijn vertrouwelijke omgang met God beschrijft. David geniet van Gods liefde en ervaart zijn kracht, maar

hij deelt ook in Gods lijden.

Misschien heeft David in een visioen of droom gezien wat er vele eeuwen later zou gebeuren. Ofwel beschreef hij onbewust zijn persoonlijke strijd met symbolen die gelijkenis vertonen met de kruisdood. Hoe dan ook, Psalm 22 illustreert die unieke zielsverbondenheid van vrienden.

[Luister eens naar "Een vriend zien huilen" van Herman van Veen](#)

God belooft zo'n wisselwerking

Het feit dat zo'n bijzondere vriendschap tussen God en mens mogelijk is, is de essentie van het goede nieuws dat Jezus bracht. Hij belooft zo'n wisselwerking want Jezus neemt onze schuld en pijn op zich, zodat wij vrijuit kunnen gaan. Gods Geest gaat in ons wonen, en wij gaan meer en meer op Jezus lijken.

Het eerste van de *Tien Geboden* nodigde de mens al uit tot een diepgaande vriendschap. Het te bereiken doel is een radicale liefde tot God, én tot de naaste - want Jezus koppelt het tweede aan het eerste. Maar hoe benader je dat doel? Het vereist dat de principiële keuze voor God, consequent wordt uitgewerkt in een door God gestuurd *verbeteringstraject*. In Bijbelse taal is er dan sprake van *de heiliging van de mens*: in zijn denken, voelen, spreken en handelen gaat hij op Jezus lijken. Maar wanneer mensen

emotioneel beschadigd zijn, bevat dat traject ook een genezingsproces, en daarover gaat de verdere tekst.

Luister Israël! De heer is onze God, de heer is de Enige. U zult de heer uw God liefhebben met heel uw hart, met heel uw ziel en met al uw krachten.

(Deuteronomium 6:4 - 5 WV)

Wees niet haatdragend. Als je iemand iets te verwijten hebt, roep hem dan ter verantwoording en laad niet omwille van een ander schuld op je door je te wreken of wrok te blijven koesteren. Heb je naaste lief als jezelf. Ik ben de HEER. (Levitucus 19:17 - 18 NBV)

Deel 2 - De beschadigde mens

de helpende hand die van boven komt mag niet vergeten worden



Passiflora

(genoemd naar de lijdende Christus)

"Wees heilig, want Ik ben heilig" - met die opdracht legt God de lat erg hoog, maar Hij vernieuwt daartoe de innerlijke mens en reikt de vereiste hulp aan. Dat is nodig, want hoe kan je beminnen *met je ganse hart en ziel*, wanneer dat hart op zichzelf gericht is? En hoe kan je je inzetten *met alle kracht*, wanneer je moeite hebt om overeind te blijven? Misschien werd je doorheen het leven zwaar beschadigd of vernederd. Net zoals een lichamelijke gehandicapte niet vrij kan bewegen, kan je moeilijk liefhebben wanneer je emotioneel gekwetst bent.

Tijd kan wonden helen, en liefdevolle en bekwame hulp kan hierbij helpen. Maar de helpende hand die van boven komt, mag niet vergeten worden. Want God wil de mens innerlijk genezen. Vaak gebeurt dat spontaan en geleidelijk, en kijkt men jaren later verwonderd achterom:

van diepe wonden resteren slechts littekens die weinig of geen pijn doen. Maar soms moet je bewust een traject doorlopen, waarbij God te gepasten tijde problemen onder de aandacht brengt, met het oog op genezing en herstel. Psalm 22 toont pijn en wanhoop, maar geeft ook inzicht in de wijze waarop herstel plaats kan vinden.

het gebroken hart wordt genezen

David beschreef in een lied van 32 verzen hoe hij als beschadigd mens tot genezing en opbloei kwam. In zijn woorden en beeldspraak ontdekken we kernpunten van het evangelie: de totale vriendschap als het doel, de kruisdood als de basis, het inroepen van Gods hulp als een middel, de overwinning als gevolg... De psalm illustreert hoe traumatische pijn en depressie die vriendschap in de weg staat, genezen worden.

David had natuurlijk geen weet van die kruisdood, waarin Jezus zich identificeerde met de mens, en alle schuld, pijn en ziekte op zich nam: de barricade die toenadering tussen mens en God verhinderde, werd door Jezus afgebroken en het geneesmiddel voor herstel werd beschikbaar. Evenmin had David weet van de verrijzenis als bewijs *dat de dood als laatste vijand* overwonnen werd. Toch lijkt het alsof David de genezende werking van zo'n wederzijdse identificatie mocht ervaren. God voelt mee met zijn pijn, en hij kan opnieuw delen in Gods vreugde - net zoals die twee zielsverwanten die *meevoelen met elkaar, alsof ze hun lichaam ruilen*.

Psalm 22 toont de weg naar herstel, maar de puzzel die David legt is onafgewerkt: het beeldmateriaal van de kruisdood is al aanwezig, maar de puzzelstukjes liggen door elkaar, en de achterliggende theorie is nog niet gekend. Maar David beleeft de realiteit van de verlossing: hij kan bij God terecht met al zijn pijn en al zijn fouten, wordt genezen van zijn depressie en herwint zijn veerkracht.

Lees ook [de dader het slachtoffer en de vriend](#)

Deel 3 - Wat David ons kan leren

universaliteit in tijd en ruimte



De relatie met God is als een huwelijksband. Van Gods

zijde werd het ja-woord aangezegd na de zondeval, en herhaald aan Abraham en zijn nakroost. Maar dankzij de info uit het Nieuwe Testament kunnen wij de puzzel aanvullen en omzetten naar helder onderwijs: Gods beloften werden waargemaakt via de kruisdood. En zoals hiervoor gezegd: het lijkt dat David in de toekomst mag kijken en ook de universaliteit in tijd en ruimte van Jezus' werk mag beschrijven. Want in het navermelde puzzelstukje uit Psalm 22 is sprake van *de ganse wereld, van zij die overleden zijn of die geboren moeten worden:*

Overal, tot aan de einden der aarde, zal men de HEER gedenken en zich tot hem wenden. Voor u zullen zich buigen alle stammen en volken... Ook zullen voor hem knielen wie in het graf zijn neergedaald, wie hun leven niet konden behouden. Een nieuw geslacht zal hem dienen en aan de kinderen vertellen van de Heer; aan het volk dat nog geboren moet worden zal het van zijn gerechtigheid verhalen...

in het gezelschap van zeurpieten zal je Hem niet vinden

Van menselijke zijde start dit *huwelijk met God* door het maken van een principiële keuze. Die wordt gevolgd door een blijvend samengaan, en dat dagelijkse leven vereist een telkens wederkerende act van toewijding. Onderweg kunnen we nog heel veel leren: we moeten steeds weer naderen tot God, want die godsontmoeting is een plaats

waar God herstel en genezing aanreikt. David omschrijft dat met de woorden *denken aan God, zich tot Hem wenden, voor Hem buigen of knielen*. Dat taalgebruik heeft zijn belang want het houdt de erkenning in van Gods gezag, en dat is echt wel nodig. Er is geen sprake van een ontmoeting tussen gelijken.

We zullen slechts kiezen voor God wanneer we positief over Hem denken. Die positieve instelling is ook nodig om Hem telkens weer uit te nodigen en dichtbij te brengen, want in het gezelschap van zeurpieten zal je Hem niet vinden. David weet dat God "troont" daar waar Hij wordt geprezen: dan komt zijn liefdevolle macht tot uiting. En aangezien "tronen" synoniem is van "besturen", mogen we verwachten dat Hij inderdaad ook ingrijpt. Dat leerde David van de vorige generaties: Jahweh is betrouwbaar want Hij doet wat Hij belooft. *U bent de Heilige, die op Israëls lofzangen troont. Op u hebben onze voorouders vertrouwd; zij hebben vertrouwd en u verlost hen, tot u geroepen en zij ontkwamen, op u vertrouwd en zij werden niet beschaamd.*

God erkent het vaderschap

God zorgt voor Israël als *volk*, en zijn aandacht gaat ook uit naar *alle stammen en volken*. Maar dat kan lijken op de interesse van een wereldleider voor collectieve belangen, terwijl de nood die David ervaart hoogstpersoonlijk is. Er woedt een diepe innerlijke strijd en de vraag is of *de God der volkeren* zich ook hiervoor interesseert. David

beantwoordt zelf die vraag door het godsbeeld aan te vullen: God is begaan met elk mens, vanaf het begin van het leven. *U hebt mij uit de buik van mijn moeder gehaald, mij aan haar borsten toevertrouwd, bij mijn geboorte vingen uw handen mij op, van de moederschoot af bent u mijn God.*



Deze tekst verwijst naar een oosters gebruik, waarbij de vader aanwezig was bij de geboorte, en het kind als eerste opving. Zo erkende hij het vaderschap en aanvaardde hij de verantwoordelijkheid voor zorg en opvoeding. David verwijst hiernaar, maar vervangt zijn vader Isai door Jahweh. Dit beeld drukt het geloof uit dat God aanwezig is bij de geboorte - vooraleer de mens Hem iets kan vragen. Het is God die als eerste toenadering zoekt, nog vóór de mens iets kan bewijzen. God was er *in den beginne* bij, en dat herhaalt zich bij elk mensenleven. Niets van wat nadien gebeurt, is Hem onbekend. Hij wil voor elk leven verantwoordelijkheid opnemen en elk mens leiden en

beschermen.

wie gekleineerd werd, gepest en bedrogen... is een risicopatiënt

Maar mensen raken soms diep gekwetst. Dat gebeurt wanneer het leven tegen zit. Of wanneer de mens God buitensluit en zijn geboden overtreedt, en daarvoor de prijs betaalt. Of wanneer hij het slachtoffer wordt van de slechtheid van anderen... Wie als kind niet de liefdevolle zorg kreeg, of wie in het latere leven gekleineerd werd, gepest en bedrogen... is een risicopatiënt.

De beschadigde mens is bij God steeds welkom, ongeacht de vraag of hij het aan zichzelf te wijten heeft. Want God wil tussenbeide komen om schade te herstellen. Ook dat leren we uit godsbeeld dat David aanreikt. *Hij veracht de zwakke niet, verafschuwt niet wie wordt vernederd, hij wendt zijn blik niet van hem af, maar hoort zijn hulpgeroep.*

David is nu zelf in nood. Maar hij beschrijft in Psalm 22 niet enkel wat er die week gebeurd was. Want wie zich omringd weet door *een troep stieren en roofzuchtige, brullende leeuwen* is niet in staat om een psalm op te stellen en de muziek te componeren. Neen, het lijkt wel een retrospectief overzicht van traumatische pijn. David herbeleeft het verleden en schreeuwt het uit: *Mijn God, mijn God, waarom hebt u mij verlaten? U blijft ver weg en redt mij niet, ook al schreeuw ik het uit. "Mijn God!" roep*

ik overdag, en u antwoordt niet, 's nachts, en ik vind geen rust.

een getormenteerde ziel



Waarom toch die wanhoopskreet? Hoe komt het dat David zich zo verlaten voelt? Vreemd is dat, want zijn godsvisie zit goed, en hij weet dat Jahweh bijstaat en verlost. Die rationele argumenten lijken hem nu niet te helpen. Dat typeert de getraumatiseerde mens, en het bemoeilijkt de hulpverlening. David noemt zichzelf een *worm* - zijn zelfbeeld is beschadigd. Hij ziet alles veel te zwart, en met de woorden *iedereen* en *allen* bezondigt hij zich aan *ongerechtvaardigde veralgemening*. *Maar ik ben een worm en geen mens, door iedereen versmaad, bij het volk veracht. Allen die mij zien, bespotten mij, ze schudden meewarig het hoofd: "Wend je tot de HEER! Laat hij je verlossen, laat hij je bevrijden, hij houdt toch van je?"... Zij kijken vol leedvermaak toe.* De pijn, vernedering en angst laten sporen na. David is een getormenteerde ziel, een gevangene van de pijn. Hij voelt zich vernederd tot en

met, beschadigd door wat hij heeft meegemaakt.

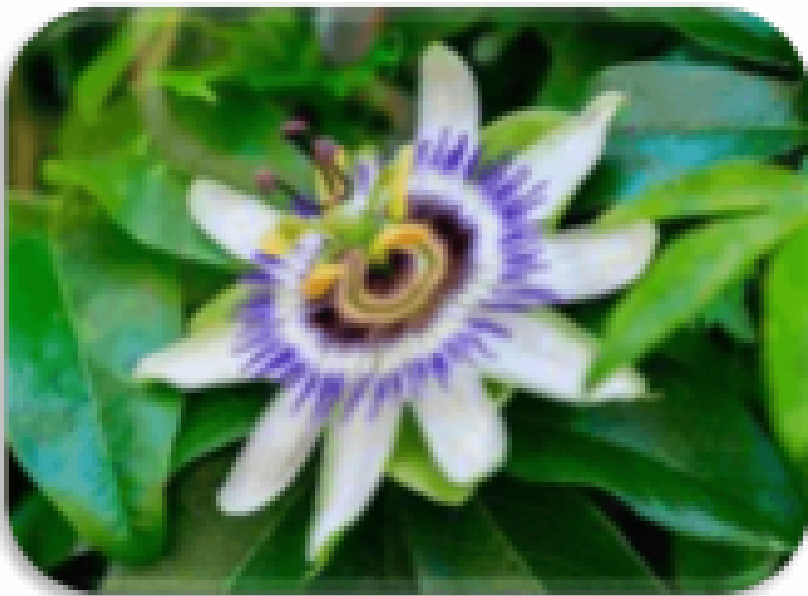
David werd begiftigd met heel veel talenten - meer dan een mens nodig heeft om te kunnen slagen - maar die competenties worden nu niet meer benut. Hij voelt zich verlamd: hij is niet meer in staat zijn handen te gebruiken, en kan zich zelfs niet meer verplaatsen want *zij hebben mijn handen en voeten doorboord*. Hij is alle veerkracht kwijt en kan zich ook verbaal niet meer verdedigen. *Als water ben ik uitgegoten, mijn gebeente valt uiteen, mijn hart is als was, het smelt in mijn lijf. Mijn kracht is droog als een potscherf, mijn tong kleeft aan mijn gehemelte, U legt mij neer in het stof van de dood.*

Toch worden in die psalm de strofen met uitroepen van pijn, afgewisseld door strofen met geloofsuitspraken, en dat toont hoe David wel vertwijfeld, maar niet radeloos is. Hij heeft God niet de rug toegekeerd, en evenmin verwijt hij Hem de moeilijkheden. Integendeel, hij beseft hoe God hem sinds zijn geboorte nabij was en hij lijkt profetisch die kruisdood te ervaren: God identificeert zich met Hem en neemt zijn pijn op zich.

Deel 4 - De setting waarin genezing plaats vindt

een ondergronds waterlek dat resulteert in een zinkgat

Wat David hier ervaart is niet uniek. Die persoonlijke tragedies zijn van alle tijden: zoveel mensen hebben zwaar te lijden, zoveel levens zijn verwoest! Het zijn getormenteerde zielen die geplaagd worden door een niet aflatende innerlijke strijd. Het gedachten- en gevoelsleven blijft dan een bron van disharmonie - een kweekvijver voor misplaatste schuldgevoelens en verwrongen visies. Trauma's staan soms op het gezicht te lezen. Ze maken dan elk uitgesproken woord te scherp en lokken nieuwe polemieken en kwetsuren uit. De gekwetste mens raakt zo nog meer geïsoleerd.



Onverwerkt verleden is een energievreter - een ondergronds waterlek dat resulteert in een zinkgat dat alles opslorpt. Talenten blijven onbenut wanneer de levenskracht ontbreekt doordat de mens niet loskomt van de pijn. Of soms werpt hij zich met overdreven ijver op initiatieven die minderwaardigheidscomplexen moeten compenseren. Maar ook daarvoor betaalt hij en/of zijn omgeving vroeg of laat de prijs.

Er is nood aan genezing van de innerlijke mens. Wie herstel vindt, kan terug van anderen houden en herwint de vrijmoedigheid om zich in woord en daad te uiten. Of hij komt tot rust en kan nu zwijgen, aangezien hij zich niet langer *per se* moet waarmaken en altijd weer de aandacht naar zich toe moet trekken. Genezing van emotionele pijn is een noodzakelijke stap om een gezonde persoon te worden.

Hij verkiest dat de mens actief betrokken is

God wil trauma's genezen en Hij betreft de mens actief bij dat proces. Dat was 2000 jaar geleden ook zo bij Jezus' optreden. Een wonderlijke genezing was geen machtsovername, want ze kwam er meestal omdat iemand Jezus' hulp inriep. Zelfs in situaties van evidente nood, liet Hij zich machtigen door de persoon in kwestie. Met "*Wat wil je dat Ik doe?*" drong Jezus aan op de expliciete formulering van de vraag, en peilde Hij naar het geloof. En wanneer de zieke nood had aan vergeving, handelde Jezus ook die zaak af, want soms is genezing gekoppeld aan vergeving. "*Bij het zien van hun geloof zei Jezus tegen de verlamde: 'Wees gerust, uw zonden worden u vergeven.'*" (Matteüs 9:2 NBV)

God doet recht aan de persoonlijkheid door de beschadigde mens te betrekken in de genezing. Het correcte handelen van de persoon in kwestie - *bijvoorbeeld het loslaten van wrok* - maakt dan deel uit van het leerproces. Het emotioneel herstel en de nieuw

verworven inzichten helpen om, bij zichzelf en bij anderen, latere beschadigingen te voorkomen. Gods tussenkomst heeft dus een instruerende en een preventieve werking.

"Later kwam Jezus hem tegen in de tempel en toen zei Hij tegen hem: 'U bent nu gezond; zondig daarom niet meer, anders zal u iets ergers overkomen.'" (Johannes 5:14 NBV)

voor wie Jezus' adviezen volgt, ligt de overwinning binnen het bereik

Hoe kan je toewerken naar genezing? Je kan zoals David huilen dag en nacht. Of je kan je hart uitstorten in een gemoedelijke sfeer in een *tête-à-tête* rond een gedekte tafel. Dat beeld wordt hierna gebruikt door Jezus, en dat is merkwaardig gezien de context. Want Jezus spreekt niet tot enthousiaste toegewijde volgelingen, maar tot de lauwe kerk van Laodicea waar alles fout liep - geen *gezonde sympathieke mensen* waarmee je graag aan tafel zit, maar *negatief ingestelde mensen* waarmee het gesprek niet wil vlotten. Hoeveel te meer zal Jezus de doelgroep die David in zijn psalm vermeldt, welkom heten: *"Hij veracht de zwakke niet, verafschuwt niet wie wordt vernederd, hij wendt zijn blik niet van hem af, ..."*



"Ik sta voor de deur en klop aan. Als iemand mijn stem hoort en de deur opent, zal Ik binnenkomen, en we zullen samen eten, Ik met hem en hij met Mij. Wie overwint zal samen met Mij op mijn troon zitten, net zoals Ik zelf overwonnen heb en samen met mijn Vader op zijn troon zit. Wie oren heeft, moet horen wat de Geest tegen de gemeenten zegt." (Openbaring 3:20 - 22)

In lijn met de voorafgaande uitleg, respecteert Jezus de onschendbaarheid van de menselijke woning. Hij komt dus niet onuitgenodigd binnen. Maar wanneer de deur geopend wordt, volgt een gezamenlijke maaltijd, en Jezus spreekt dan een adembenemende belofte uit: *"wie overwint zal samen met Mij op mijn troon zitten"* - oftewel wie doorzet tot het einde, mag straks mee besturen. Die uitspraak is hoopgevend: herstel is mogelijk, en voor wie Jezus' adviezen consequent volgt, ligt de overwinning binnen het bereik.

Maar zover is het nog niet, want eerst gaat Jezus tafelen. Bij die maaltijd is er sprake van een wisselwerking die opnieuw doet denken aan wat William Penn over vriendschap zei. *"Ik met hem en hij met Mij"* zegt Jezus, en dat wijst op een interactie waarin zowel God, als de mens zijn bijdrage heeft: allebei komen ze aan het woord. Ook spoort Jezus de gastheer aan om zijn oren wijd te openen en goed te luisteren naar wat *de Geest te zeggen heeft*.

een setting die vriendelijk is voor de gekwetste mens

Met de woorden *"Blijf niet ver van mij"* gaf David God ondubbelzinnig vrije toegang tot zijn woning. Ook vandaag kan de gekwetste mens actief meewerken aan zijn herstel door stil te worden en God uit te nodigen om te tafelen in zijn gedachten en gevoelens.

De woorden van Jezus creëren een setting die vriendelijk is voor de gekwetste mens. Hij kan God vertrouwelijk aanspreken en nu ook dingen zeggen die hij nooit voorheen durfde te uiten. En Gods Geest kan zaken aankaarten waarvan de gastheer zich niet bewust was, of waarover hij liever niet wou praten.

Het verdringen van gedachten en gevoelens die te pijnlijk zijn, is een natuurlijke verdedigingsreflex, nodig om te kunnen overleven. Maar het is beter dat het ondergrondse waterlek wordt gedicht, en soms vraagt dat het

herbeleven van het trauma. Net als bij David kan dat heel pijnlijk zijn. Onverwerkte ervaringen mogen dus maar aan de oppervlakte komen, wanneer we er klaar voor zijn, en in een veilige context - vaak met externe begeleiding. We moeten voorzichtig omgaan met een getraumatiseerd verleden, en God vragen dat Hij het proces zal leiden. Hij kent de context waarin we leven, weet waar we staan in onze groei en wat we aankunnen, wie ons best kan helpen...

Deel 5 - Het door God gestuurde genezingsproces

*... Heer, U kent mij, U doorgrondt mij, U weet het als ik zit of sta, U doorziet van verre mijn gedachten, ga ik op weg of rust ik uit, U merkt het op. ... Wonderlijk zoals U mij kent, het gaat mijn begrip te boven. ... Doorgrond mij, God, en ken mijn hart, peil mij, **weet wat mij kwelt**.
(Psalm 139:1 - 3, 6, 23 NBV)*

Hij geneest wie gebroken zijn en verzorgt hun diepe wonden. (Psalm 147:3 NBV)

ons leed wordt zijn leed, en wij worden genezen



Het onder ogen zien en uitspreken van al die pijn in Gods aanwezigheid opent de weg naar genezing. In die veilige context kunnen verdrongen herinneringen naar de oppervlakte komen. Misschien moeten we terugdenken aan pesterijen uit de kindertijd, of een traumatiserende gebeurtenis die aan de bron kan liggen van verlatingsangst, of de pijn van een bedrogen liefde die latere relaties hypothekeert...

Soms wordt de pijn opnieuw in volle hevigheid beleefd, maar nu in aanwezigheid van een God aan wie gevraagd wordt om die wonden te helen. Want Jezus' plaatsvervangend lijden wordt geprojecteerd op de achterwand van de gedachten en gevoelens. We kunnen dan die zonde, die kwetsuren en die pijn op Jezus overdragen. We verenigen ons met Hem, wetend dat we met Hem *van lichaam kunnen ruilen*. Ons leed wordt zijn leed - zoals bij

goede vrienden - en in ruil worden wij genezen. Het gif is uit de angel zodat de wonde nu kan helen.

Genezing van pijn die anderen ons hebben aangedaan, vergt de bereidheid om vergeving te schenken. De dader van misbruik vergeven, is verschrikkelijk moeilijk. Maar gebeurt dit niet, dan wordt het kwaad in het gedachte- en gevoelsleven dag aan dag herhaald. Vergeving maakt het mogelijk de banden met het kwaad door te knippen, en het verleden af te sluiten. God wil ons ook op dat punt helpen want wat in eigen kracht onmogelijk is, kan Hij in ons bewerken.

de doolhof van de introspectie

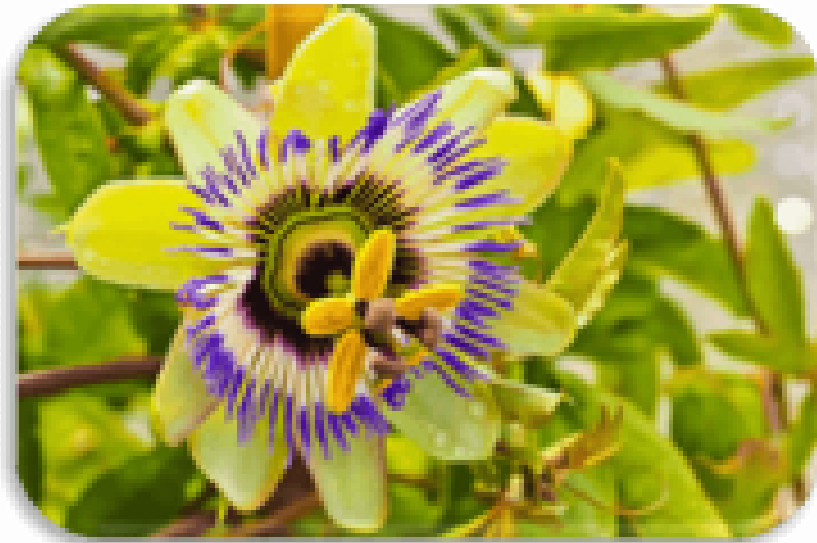
De vertrouwelijke omgang met God waarbij verdrongen feiten aan de oppervlakte komen, moet onderscheiden worden van de doolhof van de introspectie. Wie op eigen houtje zijn innerlijk exploreert, en er een gewoonte van maakt om zijn pijnlijke gedachten en gevoelens te ontleden, dreigt uit te komen in een virtuele wereld, opgebouwd met beelden uit het verleden. Hij blijft herkauwen wat eertijds gebeurde, piekert over alles en nog wat, en raakt zo gevangen in een denken dat losstaat van het leven. Er rest geen aandacht en geen energie om de problemen van *het hier en nu* aan te pakken, en de genoegens van het gewone leven gaan aan hem voorbij.

Een mens mag niet in het verleden leven. Maar leven in het heden en kijken naar de toekomst kan slechts

wanneer we die zware rugzak kunnen achterlaten.

zie of ik geen verkeerde weg ga

*Doorgrond mij, God, ... **zie of ik geen verkeerde weg ga** en leidt mij over de weg die eeuwig is. (Psalm 139:23 - 24)*



David weet dat hij sommige dingen aan zichzelf te wijten heeft, en hij vraagt dat God hem helpt om dat aan het licht te brengen. Want de algemeen geformuleerde verontschuldiging "*Vergeef mij wat ik misdaan heb*" is misschien zinvol als uitdrukking van mijn gezindheid, maar ze is wellicht te oppervlakkig om te leiden tot herstel en tot gedragsverandering. Wie stil wordt en God uitnodigt te spreken, mag zich aan een antwoord verwachten, want God wil ons duidelijk maken wat we moeten goedmaken, en wanneer we verkeerde wegen bewandelen. Het is dan aan ons om ons daarvan te bekeren: we erkennen het kwaad en verontschuldigen ons daarvoor. Wat maken goed voor zover dat mogelijk is. Die oprechte vraag om vergeving wordt gevolgd door herstel en de vreugde van

de onschuld, want de band met het verleden wordt verbroken.

dat contrasterend zinnetje

Met dat contrasterend zinnetje halfweg de Psalm "*U geeft mij antwoord*" geeft David de ommekeer aan. Dat lijkt een plotse ommezwaai, maar wellicht heeft de Psalm betrekking op een ruimere periode. Misschien begint hier een tweede episode, en liggen er tussen het eerste en het tweede deel meerdere maanden of zelfs jaren van herstel. David kijkt dan achterom en ziet de weg die God met hem gegaan is. De depressie is voorbij en passiviteit moet wijken voor bedrijvigheid: David gebruikt weer ten volle zijn talenten. Nu hij zichzelf niet langer ziet als een *worm*, kan hij terug van zichzelf en van andere mensen houden. Waar de eerste episode gekenmerkt werd door eenzaamheid, is er nu sprake van *de kring van het volk* en van *een maaltijd waar elkeen wordt verzadigd*. Terwijl God bij de aanvang van de Psalm afwezig of machteloos leek, wordt Hij nu beschreven als *een God van daden*.

God geneest ons innerlijk, maar daar gaan soms jaren overheen. Ook in die moeilijke periode is Hij troostend en beschermend nabij. Wanneer we herstel mochten ervaren, komt de pijn misschien nog geregeld terug - pijn die nu veel sneller wijkt omdat de angel werd verwijderd en we ons bij God geborgen weten. Gaandeweg overheerst verwondering en dankbaarheid. Ik-gerichtheid heeft plaats gemaakt voor het verlangen om anderen in hun

moeilijkheden bij te staan. Het litteken is wellicht nog zichtbaar: het blijft dan een gevoelige plek die wijst op onze kwetsbaarheid en onze nood aan Gods bescherming.

hoe ziet de puzzel er nu uit?



Hoe ziet onze puzzel er nu uit? Heel wat stukjes liggen op hun plaats. God houdt van elk mens op een volkomen wijze. Hij volgt hem vanaf het prille begin en wil de verantwoordelijkheid opnemen voor het welslagen van zijn leven. Jezus opende, eens en voor altijd, de weg naar God. We kunnen op het aanbod ingaan, en vertrouwelijk met Hem omgaan. In die veilige context kan Gods Geest verdrongen kwaad en pijn naar de oppervlakte brengen, opdat wij vergeving en genezing kunnen vragen en ontvangen. En zo bloeien we open en worden we in staat gesteld om, in alle bescheidenheid, onze talenten te gebruiken tot zijn eer.

De puzzel voltooien lukt ons niet. In het tweede deel van

Psalm 22 beschrijft David een glorieuze toekomst. Die beelden kunnen worden aangevuld met woorden van Ezechiël, Joël, Jesaja, Jezus, Johannes... hoewel we niet altijd weten hoe we die beelden met elkaar moeten combineren. Maar net als het ontbreken van de theorie David niet belette om de realiteit van de verlossing te beleven, verhindert die onduidelijkheid ons niet om nu reeds dat koninkrijk te ervaren, en uit te zien naar de voltooiing.

[C.S. Van Audenard](#)

september 2006

herwerkt in augustus 2020

[Heb je de illustratie al bekeken?](#)

Begin