

Ps 38 – op adem komen bij God
Votum/groet; LB 103c: 1, 3, 4; gebed; LB 886 (begin kicl); lezen Ps 38; preek; WK 502; ha met GK 183 (einde kicl); afsluiting ha met Ps 116: 1, 4, 7; gebed; collecte; GK 238; zegen
Bergschenhoek 2.10.2022

## Oog in oog met ziekte **dia**

Ziekte kan ons leven behoorlijk op de kop zetten. Een ernstige ziekte zoals kanker. Een ongeneeslijke ziekte die altijd zal blijven. Een langdurige ziekte zoals long covid. Ook een meer onschuldige ziekte, een keelontsteking of een flinke griep, kan voor een tijdje impact hebben op je dagelijkse leven. Een psychische aandoening die je krijgt en die altijd zal blijven.

Ziekte is de grote levensverstoorder. Je plannen moet je bijstellen. Je zekerheid wankelt. Je toekomstbeeld verandert. Ziekte raakt. Als je zelf ziek wordt. Ook als iemand naast je ziek wordt. Ziekte gaat niemand voorbij. Ziekte kan je naar adem doen happen. Bij God kun je dan op adem komen. Daar gaat Psalm 38 over.

## Bij God mag je klagen **dia**

Geen blijde psalm, die Psalm 38. Toegeschreven aan David. Blijkbaar op een van de dieptepunten in zijn leven. Als je zo de psalm leest: er moet wel ziekte in het spel zijn geweest. Sommigen denken aan een soort beeldspraak. Maar daarvoor vind ik de woorden en beelden te intens.

Hoor de omschrijvingen. *Mijn wonden zweren en stinken. In mijn lendenen woedt de koorts, niets aan mijn lichaam is nog gaaf. Ik ben uitgeput, gebroken.* Lichamelijke klachten. Misschien ook psychische: *Mijn ogen verliezen hun glans.* Hoe dan ook, het hakt er diep in. David maakte het mee.

Zoals wij het ook kunnen meemaken. Ziek worden. En je leven verstoord. Je voelt je slecht. Je bent moe. Je voelt pijn. Je bent bang. Je maakt je zorgen. Je geduld wordt op de proef gesteld. Je moet accepteren dat je nooit meer beter wordt. Opeens bevind je je in een andere wereld. Je hebt de wereld van de gezonden en dan ga je een soort van grens over: je bent in de wereld van de zieken.

Je wordt op jezelf teruggeworpen. Bij wie kun je terecht? Er zijn gelukkig lieve mensen om je heen. Artsen helpen je. Je familie steunt je. Maar begrijpen ze echt wat je voelt, hoe het is? Het is niet zo makkelijk om te zeggen hoe je je voelt. Soms hou je de dingen liever voor jezelf. Je wilt ook niet de hele tijd lopen klagen. Maar bij God mag dat dus wel. Bij God hoef je je niet in te houden. Hoef je niet bang te zijn dat Hij op een gegeven moment jouw verhaal zat is. David gooit alles eruit. Hij houdt zich niet in. Dat mag bij God. Ik maak het vaak genoeg mee dat mensen dit moeilijk vinden. Hun hart uitstorten bij God. Gewoon zeggen hoe het is.

Wij zeggen vaak: ik mag niet klagen. Maar Psalm 38 laat zien: bij God mag dat wél. Hoe fijn is dat. Je hoeft je nooit in te houden. Gooi het er maar uit.

## Bij God mag je ziek zijn **dia**

Raar zinnetje: bij God mag je ziek zijn. Dat mag toch altijd? Nou, dat weet ik nog zo net niet. Ziek zijn vinden we vaak het ergste dat er is. Als je maar gezond bent, zeggen we. Gezond zijn, daar draait het om. Ziekte is de grootste bedreiging van ons geluk.

Ziek worden als een soort degradatie. Je leven verliest aan kwaliteit. Mensen kijken anders naar je, benaderen je anders. David beschrijft in Psalm 38 dat hij een paria is geworden. Hij heeft het over belagers, vijanden, dreigende taal. Zo zal het vandaag niet zijn. Afgewezen worden, omdat je ziek bent. Mij triggerde vers 12: *Mijn liefste vrienden ontlopen mijn leed, wie mij na staan, houden zich ver van mij*. Ook dat zul je als zieke vandaag anders ervaren. Wie dichtbij je staan zijn er ook echt voor je. Maar soms, soms hoor ik ook wel mensen zeggen: Ze weten niet wat ze moeten zeggen, ze ontlopen mij, of – als de ziekte chronisch wordt – hebben minder aandacht voor mij.

In ons land is er gelukkig veel goed geregeld. Dat is mooi. Maar toch, iets van een isolement blijft. Of zelfs een stigma. Je draagt niet bij. Je bent een probleemgeval op je werk, zeker als het lang duurt. Niks is belangrijker dan mee kunnen doen aan het leven van werken en presteren. En als jij dat niet kunt: tel je dan nog mee, ben je dan niet minder waardevol? Wij zijn met elkaar ziekelijk geobsedeerd door gezond willen zijn en moeten zijn.

Eigenlijk is dat heel benauwend, heel verstikkend. Het is al moeilijk genoeg om zelf met je ziekte om te gaan. Heb je ook nog eens te maken met dat stigma, het gevoel een blok aan het been te zijn. En daarom, hoe weldadig: Bij God is er ruimte om ziek te mogen zijn. Ik kijk naar vers 10: *'Heer, al mijn verlangens zijn bij u bekend, mijn zuchten is u niet verborgen'*. God ziet het, weet het. Voor Hem ben je geen geval, geen blok aan het been. God kijkt verder. Je bent meer dan je ziekte. Zijn geliefde kind. Net zo waardevol als ieder ander. Ook

als je niks bijdraagt. Ziek zijn – dat is eigenlijk dat je ‘aan den lijve’ voelt wat Gods genade eigenlijk betekent. Onvoorwaardelijke liefde. Altijd voor vol worden gezien, no matter what.

## Ziekte confronteert je met je eindigheid **dia**

Maarre, David is toch wel heel erg zwart, of niet? *‘Door uw toorn is niets aan mijn lichaam nog gaaf, door mijn zonden is niets van mijn gebeente nog heel’*. God is boos op mij. Ik heb foute dingen gedaan. En daarom maakt God mij ziek. Moet je zo kijken naar ziekte? Straf op de zonde? Daar verzet ik mij tegen.

Ja, dat snap ik. Ik ook. Het is typisch iets voor het Oude Testament. Zegen van God uit zich heel aards: gezondheid, voorspoed. Als dat er niet is, dan heb je niet goed geleefd. ZO lijkt het vaak te zijn in het Oude Testament. Er zijn ook andere geluiden trouwens. Zo zwart-wit ligt het niet. De vrienden van Job bijvoorbeeld zeggen het zo: Job, biecht je zonde maar op.. En zij krijgen te horen van God: Jullie hebben niet juist over Mij gesproken. Ik denk ook aan Jezus. Hij en zijn leerlingen kwamen langs een blindgeboren man. Jezus’ leerlingen zeiden: Zijn ouders hebben zeker veel kwaad gedaan. En Jezus rekent daarmee af. Dat kun je zo niet zeggen.

Ziekte als straf op de zonde? Eigen schuld dikke bult. Dat zou ik zo niet zeggen. Maar is er dan helemaal geen verband? Dat nou ook weer niet. Geen persoonlijke zonde. Maar kan er zoiets als een gemeenschappelijke schuld bestaan? Ziekte als deel van de vloek die over de schepping kwam te liggen, omdat wij het kwaad toe lieten in onze wereld? Het verhaal van de Bijbel, Adam en Eva in het begin, hun opstand tegen God. Vanaf toen ging het mis. Wij mensen, wij hebben de vloek in de wereld gebracht. Daarom is er ziekte in de wereld gekomen, sterven, afbraak, dood.

Elke ziekte herinnert ons dus aan de vloek die over de schepping is komen te liggen. De vloek die er door ons is gekomen. Een ingrijpende kanker, maar ook een onschuldige griep – ze drukken ons met de neus op de feiten. Je draagt de vloek van de schepping in je lijf. Sterfelijk ben je, eindig. Je kunt jezelf niet redden. Je hebt verlossing nodig. Je bent kwetsbaar en hulpeloos. Dat voelt ongemakkelijk. Daar willen we liever niet aan herinnerd worden. Is dat misschien de werkelijkheid waar we niet aan willen, voor weglopen?

## Bij God vind je redding **dia**

Wat heb je nou het meest nodig als je ziek bent? Nou, niet zo moeilijk: genezing natuurlijk. Wie wil dat niet? Beter worden, gezond zijn, alles weer kunnen zonder klachten. Daarom hebben we artsen en ziekenhuizen. Wat een zegen dat ze er zijn! Met al hun kennis en kunde. Zoveel als ze kunnen om mensen te genezen. Mogen we met elkaar God dankbaar voor zijn. Maar elke arts en specialist zal ook zeggen: wij kunnen niet alles, wij kunnen zelfs heel veel niet.

Nee, wij kunnen niet alles. Daarom bidden we vaak tot God. We vragen Hem om genezing. We geloven dat Hij de handen en de kennis van artsen kan gebruiken. We geloven ook dat Hij wonderen kan doen. En daar verlangen we soms ook naar, of we vragen er om. Som gebeurt een wonder. Voorbeelden genoeg. Maar is genezing het belangrijkste dat er is?

Dus, waar ben je nou het meest mee geholpen? Genezing? David roept naar God vanuit zijn ziekte. *'Op u, HEER, hoop ik'*. Hij smeekt om hulp. Maar wat voor hulp? David zegt het, op het eind van de psalm. Zijn uiteindelijke gebed. *'Verlaat mij niet, HEER, mijn God, blijf niet ver van mij. Haast u om mij te helpen, Heer, u bent mijn redding'*. David vraagt niet om genezing. Hij vraagt om nabijheid. Hij vraagt om God zelf. Dat betekent voor hem hulp. U zelf, Heer, mijn God.

Wanneer is God er? Alleen als jij beter wordt? David zegt iets anders: *'Heer, u bent mijn redding'*. Dat woord 'redding', daar zit iets dubbelzinnigs in: er klinkt ook genezing in door. Heil. Heel worden. God als heelmeester, heelmaker. Door er te zijn. U zelf bent mijn heil, mijn genezing. Wat heeft David het meest nodig? Niet genezing, maar God zelf.

Genezing of niet, als God er maar is – daar ben ik het meest mee geholpen. Misschien maakt Hij beter. Misschien niet. Maar daar gaat het niet om. God zelf. Hij is jouw genezing. Zou jij dat met David mee kunnen zeggen?

Slot dia

Als je zelf met ziekte te maken hebt: Wat betekent het voor jou – God zelf is mijn redding, mijn genezing? En als jij jezelf vindt horen bij de wereld van de gezonden: welke zieke in jouw omgeving zou jij deze week willen bemoedigen?

Amen