

Help, ik ga op vakantie!

Psalm 121

30 juli 2017 | Tollebeek | Ds. Ilonka Terlouw



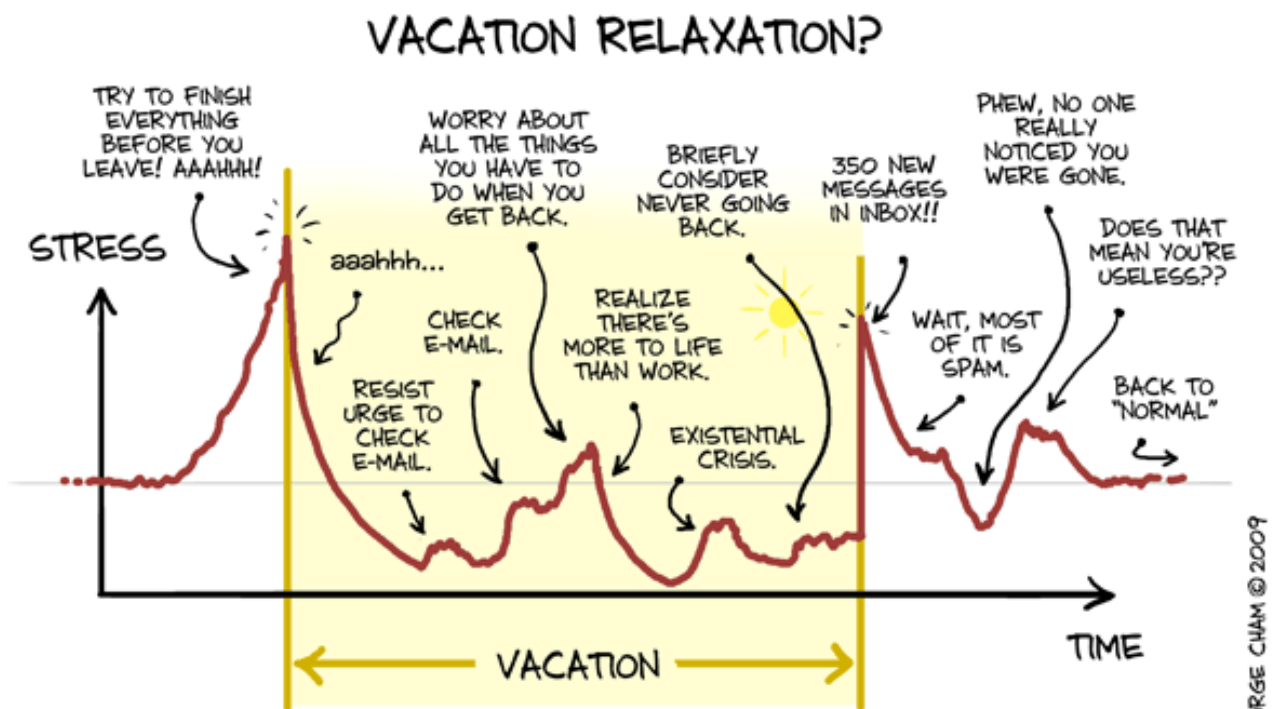
1. Inleiding thema: Help ik ga op vakantie

Het is vakantietijd. Ik ben al op vakantie geweest, sommigen van u gaan nog op vakantie. En dat is dan ook het thema van vanmorgen. Het thema van vandaag is: 'Help! Ik ga op vakantie'. Hoezo 'help'? Nou, vanwege het fenomeen dat we 'vakantiestress' noemen. Er zijn meerdere vormen van vakantiestress, afhankelijk van je situatie, maar voor vandaag heb ik de stress-curve meegenomen van werkende mensen die op vakantie gaan.

Stress-curve:

- Vlak voor je op vakantie gaat, stijgt de stress tot een enorm hoogtepunt. Je probeert koste wat het koste alles op tijd af te krijgen vóór de vakantie begint'.
- Daarna stort je je in het dal dat 'je moet genieten' heet

- Je probeert alle drang om je email te checken te weerstaan
- Checkt na enkele dagen – of uren – toch je email,
- Maakt je al meer zorgen over de dingen die je allemaal moet doen wanneer je weer terug bent van vakantie
- Maar omdat het nog vakantie is, probeert je jezelf gerust te stellen met de gedachte dat er meer is in het leven dan werken.
- Als je pech hebt, wordt die gedachte gevolgd door een kleine existentiële crisis waarin je je afvraagt wát nou eigenlijk de zin van je leven is
- Vlak voor het eind van de vakantie schiet de gedachte door je hoofd: en wat nu als ik maandag na de vakantie gewoon niet op kom dagen op m'n werk
- Maar na die gedachte terzijde te hebben geschoven en op de eerste maandag na je vakantie je mailbox te hebben geopend, schiet de stress curve weer de lucht in om je mailbox vol zit met meer dan 350 berichtjes.
- Je stress daalt na enige tijd weer omdat je merkt dat het vooral spam betreft
- In de loop van de week merk je dat niemand je echt gemist heeft.
- Je stress stijgt de dag erop nog even omdat je je afvraagt waarom je daar dan eigenlijk werkt
- En vervolgens keert alles terug tot het oude vertrouwde dagelijkse stress niveau van voor de vakantie.



2. Intro: De noodkreet van een joodse reiziger

Help, ik ga op vakantie!

Help, ik ga op reis!

De stress, de zorgen, de onrust die we op vakantie kunnen ervaren – dat alles klinkt door in die eerste zin van psalm 121. Deze persoon gaat weliswaar niet op vakantie, maar wel op reis. En ook hij verzucht: Help, ik ga op reis. Zal het wel allemaal goed gaan? En zo niet, wie zal me dan helpen?

De Joodse man, die in Psalm 121 aan het woord is, is in Jeruzalem en hij maakt zich klaar om te vertrekken. Hij zucht eens diep. Hij kijkt voor zich uit, naar de weg die voor hem ligt, en de moed zinkt hem in de schoenen. Rondom Jeruzalem zijn bergen, bergen en nog eens bergen. Dát is de weg die voor hem ligt: een moeilijk begaanbaar bergpad. Zwaar en vooral ook gevaarlijk. Denk maar aan de gelijkenis van de Barmhartige Samaritaan. In de bergen hielden roversbendes zich schuil. Je was je leven niet zeker. En als je wat zou overkomen in de bergen, dan stond je er alleen voor. Je kon alleen maar hopen dat een andere reiziger je op tijd zou vinden en voor je zou zorgen.

Zo begint deze psalm, met de noodkreet van een joodse reiziger:

Ik sla mijn ogen op naar de bergen,

van waar komt mijn hulp?

Help, ik ga op reis!

3. De moeilijk begaanbare bergpaden van ons leven

Hoewel er veel veranderd is tussen toen en nu, brengt op reis gaan nog steeds zorgen met zich mee.

Wij trekken meestal niet meer te voet door de bergen heen. We reizen over brede stroken asfalt of vliegen door de lucht. En wat is dat soms ook opwindend en leuk.

Wat was het een belevenis voor ons als gezin om samen voor het eerst te gaan vliegen. En wat vond Alec het prachtig. Maar je ontkomt er bijna niet aan, dat ook de MH17-variant een keer door je hoofd schiet. Je weet wel dat die kans niet zo groot is. Maar je denkt ook: als er wél iets zou zijn met het vliegtuig, dan begin je ook niets. Van waar kun je dan hulp verwachten? Veel ouders vinden het dan ook maar wat fijn een berichtje te krijgen van hun kinderen als ze weer veilig geland zijn.

Op reis gaan brengt ook zorgen van heel andere aard met zich mee. Denk maar aan de pieken uit de stress-curve die ik aan het begin van dienst liet zien. Dat zijn de bergen van onze tijd die onze levens omringen. Tegen je vakantie kun je ook heel erg opzien, in plaats van uitzien.

Een andere hedendaagse berg wordt gevormd door de piek in het aantal echtscheidingen eind augustus. Voor veel mensen loopt de stress tijdens de vakantie zo op, en zitten ze plots zó op elkaars lip, dat het ze dwingt de realiteit van hun relatie onder ogen te zien. Huwelijken en relaties lopen regelmatig stuk *tijdens* de vakantieperiode. Mensen en gezinnen komen gebroken thuis.

Trouwens, onder die mensen die wél heerlijk van hun vakantie genieten is er ook een groep voor wie het teruggaan naar huis juist heel veel zorgen met zich meebrengt. De vakantie was héérlijk, maar dan komt de dag dat je weer naar huis *moet*. En je ziet er als een berg tegenop. De zorgen die je thuis te wachten staan. Je werk. De sleur. Het leven vraagt zoveel van je. En je weet eigenlijk niet hoe je dat allemaal weer gaat managen. Je slaat je ogen op naar het nieuwe seizoen dat weer voor je ligt en je ziet er als een berg tegenop. Van waar komt mijn hulp?

Wie van jullie herkent er niet iets van de verzuchting om hulp, waar Psalm 121 mee begint?

4. Onderweg met God

Psalm 121 is, zoals erboven staat, een pelgrimslied. Het is een lied voor hen die op reis zijn. Het is een lied voor iedereen die onderweg is naar zijn of haar vakantiebestemming, en een lied voor iedereen die weer onderweg is naar huis. Het is in de breedste zin een lied voor iedereen die op reis is door het leven.

Er staan in de Bijbel nog 14 van dat soort pelgrimslieiden. Ze staan bij elkaar in de psalmen 120 tot en met 134. Al deze psalmen zingen over het opgaan naar Jeruzalem. Veel joden gingen op pelgrimage naar Jeruzalem om daar de tempel te bezoeken. De meeste bedevaarten vonden plaats tijdens de drie grote feesten van Israël: het Pascha, het Wekenfeest en het Loofhuttenfeest. De pelgrimslieiden zijn de liederen die dan gezongen werden. Het zijn liederen over het onderweg zijn náár naar God én vooral ook mét God.

Onderweg zijn mét God.

Op reis gaan mét God.

Dát is nog wel wat anders dan de noodkreet van dat eerste vers.

Na dat eerste vers draait de toon van de Psalm 180 graden.

De joodse reiziger blijft niet stilstaan bij zijn zorgen,
hij richt zijn blik op God:

Wat er ook gebeurt, wat er ook op mijn pad mag komen, hoe hoog de bergen ook zullen zijn die ik moet trotseren, één ding staat vast:

Mijn hulp komt van de HEER,
die hemel en aarde gemaakt heeft.

Zó gaat deze Joodse man op reis: met de God die de hemel en aarde gemaakt heeft. Met de God die ook de bergen gemaakt heeft. Er is geen berg zo groot of God is groter.

Hier komen we bij de vraag waar het vanochtend om gaat.

Hoe ga jij op reis?

Ben jij onderweg mét God?

Kun jij in het licht gaan staan, en belijden dat jouw hulp van de HEER komt? Dat hij die de hemel en aarde gemaakt heeft groter is dan jouw zorgen, dan jouw stress, dan de bergen op jouw pad?

Voor vandaag heb ik drie meenemers geformuleerd, als punten om uit deze preek mee naar huis te nemen. De eerste meenemer is een vraag om thuis nog eens over na te denken.

Meenemer 1: Hoe ga jij op reis? Ben jij onderweg mét God?

Kijk bijvoorbeeld eens naar je vakantievoorberedingen: staan die alleen maar in het teken van de zonnebrand en het vinden van een nieuwe hippe bikini of zwembroek, of ben je ook bezig met God?

5. God onze wachter

Onderweg zijn mét God de HEER, daar gaat deze Psalm dus over.

Maar wie is God dan volgens dit lied?

Wat leren we in deze Psalm over God?

In de verzen die volgen komt er een tweede persoon aan het woord, die ons het één en ander over God gaat vertellen. Deze tweede persoon is misschien wel de priester, die de reiziger in de tempel in Jeruzalem heeft horen bidden. Hij spreekt hem bemoedigend toe: 'Vergeet het niet,' drukt hij de reiziger op het hart, 'de HEER is je wachter.'

Die woorden vatten de boodschap van deze psalm samen: God is degene die je beschermt als je op reis bent. Hij is je wachter. Hij waakt over Israël, Hij waakt over

jou. Het woord 'wachter' of 'beschermer' wordt in de 6 verzen die volgen, maar liefst 6x gebruikte.

Laat me even een klein uitstapje maken, voor wie graag iets leert over de bijzondere finesses van de Joodse poëzie. Joodse gedichten en liederen zijn vaak heel zorgvuldig opgebouwd. Het zijn ware kunststukjes. Het woord 'wachter' is dus het kernwoord van deze psalm. De Joodse dichter heeft daarom voor het schrijven van deze Psalm precies 54 woorden gebruikt. Dat getal, 54, is namelijk de getalswaarde van het Hebreeuwse woord 'wachter.' Ook zo laat deze dichter zien dat dit is waar het om gaat: God waakt over je leven.

Er is nog een Psalm met hetzelfde thema, Psalm 124. Ook daar staat de voor ons zo bekende zin 'onze hulp is in de naam van de HEER, die hemel en aarde gemaakt heeft.' En de dichter heeft ook voor die Psalm precies 54 woorden gebruikt. Zo geeft hij aan dat die Psalmen als het ware bij elkaar horen en dezelfde boodschap uitdragen: God is onze wachter. God waakt over je. Tot zover ons uitstapje.

5a: God is altijd wakker en alert

Maar wat betekent dat nu? Dat God je wachter is?

Een wachter, wat is dat?

Deze psalm legt dat op twee verschillende manieren uit. Het eerste beeld dat wordt gebruikt is het beeld van God die altijd wakker en alert is. Al is de weg nog zo lang, God doezelt niet weg. Hij tuurt en tuurt over de weg, zonder door slaap overmand te raken. God zit nooit te knikkebollen. God is altijd wakker en alert.

Precies daarom hoef jij niet altijd wakker en alert te zijn, maar mag jij soms ook uitrusten. Je mag vakantie vieren en je zorgen even van je afzetten. Je mag je hoofd

op je kussen te ruste leggen en je zorgen soms ook even laten voor wat ze zijn. God houdt de boel wel voor je in de gaten.

5b: Bij God is verkoeling te vinden als de zon je te heet wordt

Het andere beeld dat gebruikt wordt, is dat van God als 'de schaduw aan je rechterhand'. Wie naar een zonnig land op vakantie gaat, weet hoe je soms kan snakken naar een beetje schaduw. In Spanje liepen de temperaturen deze zomer op tot boven de 45 graden. In Menorca hebben wij het ook geweten: we konden soms 's ochtends om 9.00 uur niet buiten ontbijten zó warm was het. Als het zo warm is, kán je niet zonder de verkoeling van de schaduw.

Dát is wat God je biedt: hij biedt je schaduw. Een plek van verkoeling als de zorgen te hoog oplopen. En het bijzondere van déze schaduw is dat het met je meegaat. Gewoonlijk moeten *wij* de schaduw opzoeken, onder een boom of afdakje. En als je midden op strand bent, is er vaak helemaal geen plekje schaduw in de buurt. Maar deze schaduw van God hoef je niet op te zoeken, die gaat met je *mee*. Deze schaduw is altijd aan je rechterhand. Zo dichtbij is God. Je bent altijd maar één stap verwijderd van de verkoelende vrede van God.

Dat is de troost en bemoediging die deze psalm je geeft. Waar je ook bent, welke bergen je ook moet beklimmen, wat er ook maar op je pad gebeurt: onthoud dat je altijd maar één stap verwijderd bent van de verkoelende schaduw van God. Zoek je rust, zoek verkoeling bij God. In de schaduw van de Allerhoogste is het goed vertoeven. Daar zal de kracht van de heilige Geest je vullen en toerusten voor de weg die voor je ligt.

Dat is de tweede meenemer van vandaag:

Meenemer 2: Bedenk telkens dat God als een schaduw met je leven meegaat.
Als de hitte je teveel wordt, is de schaduw van God maar één stap weg.

Zo waakt God over je.
God trekt met je mee, wakker & altijd alert,
op heel je levenspad,
waar je ook gaat of staat.
God is ons ontroerend dicht nabij.

6. Verkoeling vinden bij God

Als dat besef in je hart landt, dan verandert Help! in Hulp. 'Help! Ik ga op vakantie' wordt een belijdenis: 'Mijn *Hulp* is van de HEER die hemel en aarde gemaakt heeft.' Hij heeft ook mijn leven gemaakt. Hij waakt erover. Ik mag het loslaten.

Waar het om gaat is dit: de rust die we zo hard nodig hebben, is niet te vinden in een weekje vakantie. Ook niet in 2 weken of een jaar lang vakantie. Het is te vinden bij God. En hoe meer het besef in je hart zal landen, dat God over je leven waakt, hoe meer je die rust zult vinden.

Ook de diepe verzuchting die het weer aan het werk gaan met zich meer kan brengen, verandert dan in een zucht van opluchting.

Je mag leven in Gods schaduw.

Dan zullen er heus nog steeds zorgen op je pad komen, die je soms flink kunnen bezighouden. Maar dan weet je ook, dat de zorgen je er niet onder zullen kunnen krijgen. Gods schaduw is een schild dat je met factor 100 beschermt tegen de felste zonnestrallen.

Als jouw 'Help!' verandert in 'mijn hulp is van de Heer,' dan zul je ervaren dat er vreugde je leven binnenstroomt. Ontspannenheid. De HEER is je wachter. En als je

dan moe bent van de zorgen, de drukte, en het vele dat het leven van je vraagt, dan zing je eenvoudigweg:

HERE, ik ga slapen, want ik ben moe
Ik sluit mijn beide oogjes toe.
Ik weet Heer, U houdt ook deze nacht
over mij getrouw de wacht.

Ik weet heel goed, dat er regelmatig een gat zit tussen de woorden die we in het geloof zingen en de ervaring van het menselijk leven. Mensen worden ziek, ook als God hun wachter is. Ook gelovigen treft ongeluk. Toch doet dat het geloof in Gods hulp niet teniet. Als we van Gods genade zingen zijn dat inderdaad grote woorden. Maar zijn bescherming *is* dan ook groter dan ons aardse leven. Jezus zei: Wie in mij gelooft, zal leven ook wanneer hij sterft. Zó groot is Gods hulp. God waakt over je gaan en komen *tot in eeuwigheid*.

Deze psalm begon met een heel concrete reis die een Joodse man zorgen baarde. Maar het einde van dit lied trekt de lijnen breder. Het hele leven wordt getekend al een pelgrimsreis, waarin God waakt over je gaan en komen. Niet alleen als je op vakantie gaat, maar waar je ook gaat of staat, trekt God met je mee, tot in eeuwigheid.

Dat is de derde meenemer voor vandaag:

Meenemer 3: Het leven is een pelgrimsreis onder het wakende oog van God.

7. Een bijzondere pelgrimsreis en ons kerkelijk Votum

Het is overigens wel een heel *bijzondere* pelgrimsreis, waar deze psalm van spreekt. Gewoonlijk gaat een pelgrim op bedevaart naar Jeruzalem en dan weer naar huis. Maar het perspectief van deze psalm is precies het omgekeerde. Deze reis van de

Joodse reiziger begint juist in Jeruzalem, in de tempel, in de gemeenschap met God. Ons samenzijn met God vormt het uitgangspunt van onze levensreis, het is het centrum ervan. Wij komen niet bij elkaar in de tempel, maar in de kerk, om elke week opnieuw, vanuit de gemeenschap met God, aan die reis te beginnen. God waakt over ons leven als we de kerk verlaten, tot we er weer terugkomen, elke week opnieuw tot in eeuwigheid.

Dáárom spreken we elke kerkdienst opnieuw die woorden van deze psalm uit: Onze Hulp is in de naam van de Heer. Zo herinneren we elkaar er elke zondagochtend opnieuw aan, dat God over ons leven waakt. We bemoedigen elkaar ermee. We herinneren elkaar aan dat wat we in de praktijk van ons leven niet altijd zo concreet ervaren: dat God onze wachter is.

Onze hulp is in de Naam van de HEER - Die woorden spreken we elke zondag weer uit, niet als formaliteit en ook niet alleen vanwege de traditie. Nee, elke week als je met die vragen, zorgen, stress en onrust in de kerk komt, is er maar één passend antwoord. Tezamen zeggen we elkaar de waarheid toe:

Onze hulp is in de naam van de HEER,
die hemel en aarde gemaakt heeft.
Hij zal niet loslaten
het werk dat zijn hand met jou begon.
De Heer houdt de wacht
over jouw gaan en jouw komen.
van nu tot in eeuwigheid.

Amen.