

U bent *altijd* bij mij

*De genezende
kracht van
Psalm 23*

Aukje en Wilkin
van de Kamp



Voor tekstvermelding is, tenzij anders aangegeven, gebruik gemaakt van de Nieuwe Bijbelvertaling. Bij andere vertalingen geldt als afkorting:

GN = Groot Nieuws Vertaling

HB = Het Boek

HSV = Herziene Statenvertaling

NBG = Bijbelvertaling van 1951 van het Nederlands Bijbelgenootschap

WV = Willibrordvertaling

U BENT ALTIJD BIJ MIJ

Copyright © Aukje en Wilkin van de Kamp

Omslagontwerp en binnenwerk: Glenn van der Mull

Druk: Wilco B.V.

Eerste druk: augustus 2014

Tweede druk: november 2014

Derde druk: maart 2016

Vierde druk: januari 2018

Stichting Vrij Zijn, Industriestraat 1, 7122 AP Aalten, Nederland

ISBN 978-94-90254-33-9

NUR 707

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

*Voor Anne Esther,
Hannah, Zoë Karin
en Anne-Marij Elise*



De Heer is mijn herder

¹ Een Psalm van David

De Heer is mijn herder, mij ontbreekt niets.

² Hij doet mij neerliggen in grazige weiden.

Hij voert mij aan rustige wateren.

³ Hij verkwikt mijn ziel.

Hij leidt mij in de rechte sporen om zijns naams wil.

⁴ Zelfs al ga ik door een dal van diepe duisternis,

ik vrees geen kwaad, want U bent bij mij.

Uw stok en uw staf, die vertroosten mij.

⁵ U richt voor mij een dis aan

voor de ogen van wie mij benauwen.

U zalft mijn hoofd met olie.

Mijn beker vloeit over.

⁶ Ja, heil en goedertierenheid zullen mij volgen

al de dagen van mijn leven.

Ik zal in het huis des Heren verblijven

tot in lengte van dagen.

© Bijbelvertaling van 1951 van het Nederlands Bijbelgenootschap

Inhoud

• INLEIDING •

blz. 13

• HOOFDSTUK 1 •

‘De Heer is mijn herder, mij ontbreekt niets’

EEN KNOBBELTJE IN MIJN BORST

blz. 15

• HOOFDSTUK 2 •

‘Hij doet mij neerliggen in grazige weiden’

IK WIL HIER NIET ZIJN

blz. 37

• HOOFDSTUK 3 •

‘Hij voert mij aan rustige wateren’

VRAAG OF IK MET JE MEEGA

blz. 65

• HOOFDSTUK 4 •

‘Hij verkwikt mijn ziel’

ONTDEKKEN WAT BLIJFT STAAN

blz. 79

• HOOFDSTUK 5 •

*‘Hij leidt mij in de rechte sporen
om zijns naams wil’*

DE REUS DIE KANKER HEET

blz. 93

• HOOFDSTUK 6 •

*‘Zelfs al ga ik door een dal van diepe duisternis,
ik vrees geen kwaad, want U bent bij mij’*

LEREN LOSLATEN

blz. 109

• HOOFDSTUK 7 •

‘Uw stok en uw staf, die vertroosten mij’

DAG AAN DAG DRAAGT HIJ ONS

blz. 133

• HOOFDSTUK 8 •

*‘U richt voor mij een dis aan
voor de ogen van wie mij benauwen’*

IK GA VOOR GOUD!

blz. 151

• HOOFDSTUK 9 •

‘U zalft mijn hoofd met olie’

TWEE VERSLAAN ER TIENDUIZEND

blz. 163

• HOOFDSTUK 10 •

‘Mijn beker vloeit over’

OVERVLOEDIG GEZEGEND!

blz. 173

• HOOFDSTUK 11 •

*‘Heil en goedertierenheid zullen mij volgen
al de dagen van mijn leven’*

EEN ONVERWACHTE GENEZING

blz. 189

• HOOFDSTUK 12 •

*‘Ik zal in het huis des Heren verblijven
tot in lengte van dagen’*

DE DUIVEL IS EEN SNELTEKENAAR
blz. 201

‘Ik zal er zijn’
blz. 219

Inleiding

Psalmen zijn Hebreeuwse gedichten en hebben een specifieke structuur en opbouw. Zo blijkt Psalm 23 in het Hebreeuws uit vijftig woorden te bestaan. En precies in het midden staan drie woorden die wij vertalen met: ‘U bent bij mij.’ Het is de centrale boodschap van de Bijbel en de kern van Psalm 23: ‘U bent *altijd* bij mij.’

Psalm 23 is al duizenden jaren een bestseller. Het wordt de nachtegaal onder de psalmen genoemd. Dit herderslied heeft miljoenen mensen door de moeilijkste periode van hun leven heen gesleept. In de tijd dat Aukje borstkanker had, was Psalm 23 ook voor ons een houvast in de storm. De woorden ‘U bent altijd bij mij’ hebben ons door deze zware tijd heen gedragen. Een tijd waarin alles onzeker leek. Maar juist in deze tijd mochten we God van een heel andere kant leren kennen. We ontdekten dat Hij in elk seizoen van ons leven te vertrouwen is. God komt nooit te vroeg en al helemaal niet te laat, want Hij is er altijd!

In dit boek willen we je helpen God te vinden, zelfs als je wereld in elkaar lijkt te storten. Als jij je zorgen maakt, geeft deze psalm je moed om je angst te overwinnen. Als je verdrietig bent, biedt de psalm je troost, zodat jij je weg kunt vinden door het dal van diepe duisternis. Als je werk je dreigt af te matten, dan wijst de psalm je de weg hoe je weer op adem kunt komen. Ook jij staat er niet alleen voor. Er is Iemand die jou kent en die voor je zorgt. Hij leidt je dwars door de

moeilijkheden heen, het dieptepunt voorbij. Het is ons gebed dat je de waarheid mag ontdekken, die je boven elke situatie uittilt: *U bent altijd bij mij.*

In elk hoofdstuk laat Wilkin je op verrassende wijze kennismaken met het leven van een oosterse schaapherder, die voor zijn schapen zorgt en over hen waakt. De achtergronden en bijzondere wetenswaardigheden helpen je om (het lied van) de Goede Herder te begrijpen en lief te hebben.

Aukje neemt je in dit boek mee in haar ziekteproces, waarin niet de kanker maar de nabijheid van God centraal stond. Zij vertelt hoe Psalm 23 voor haar een bron van troost en moed is geworden, die ook jou nieuwe hoop kan geven.

Laten we samen in de leer gaan bij een man die wist hoe hij een reus tegemoet moest treden om hem te overwinnen.

Aukje en Wilkin van de Kamp

❧ HOOFDSTUK 1 ❧



***‘De Heer is mijn herder,
mij ontbreekt niets’***

Psalm 23:1

David stond bekend als een eerste klas musicus. Hij stak met kop en schouders boven alle andere virtuozen uit. Het verbaasde dan ook niemand dat deze herdersjongen op het hof werd ontboden om voor de depressieve koning te spelen. Als David op zijn harp zijn psalmen begon te spelen en te zingen, verdwenen de negatieve gedachten die koning Saul kwelden en was de koning niet onrustig meer.¹

David zelf hield van vrolijke, levendige en sterk ritmische muziek. Toen hij in zijn eerste koningsjaren de ark naar Sion bracht, sprong en danste hij uit alle macht, zo blij was hij. Uit het bijbelverslag blijkt dat de muziek buitengewoon bezielend geweest moet zijn. Het leidde weliswaar tot verwijten van zijn vrouw Michal, maar daar trok David zich niets van aan. Hij had God lief. En omdat de muziek hem zo blij maakte, danste en sprong hij voor zijn God.²

David heeft de muziek en de aanbidding in de tempel georganiseerd. Hij plaatste Asaf, Heman en Jedutun aan het hoofd van vierduizend zangers en musici. Onder hen stelde hij 288 deskundigen aan, die de rest van de groep trinden en er leiding aan gaven. Bij de drie jaarlijkse feesten waren alle vierduizend zangers en musici in de tempel aanwezig. Stel je eens voor hoe prachtig dat geweldige koor zal hebben geklonken.³

Alsof dat allemaal nog niet genoeg was, onderscheidde David zich ook door nieuwe muziekinstrumenten te ontwerpen.⁴ Over het geheel genomen schijnt David een uitzonderlijk begaafd kunstenaar te zijn geweest - als maker van muziek-

instrumenten, als dichter, als componist en als musicus en zanger.

In totaal zijn er 73 psalmen die aan David worden toegeschreven. Deze door God geïnspireerde lofliederen zijn in veel opzichten subliem. David wist hierin een grote verscheidenheid aan gevoelens uit te drukken, zowel in woorden als met zijn muziek. Muziek van God gegeven heeft het vermogen om iemand zijn zorgen te laten vergeten. En een door God geïnspireerde lofzang is als balsem voor een verwond hart.

De herderspsalm

Psalm 23 is zo'n geïnspireerde lofzang. Het is de nachtegaal onder de psalmen en wordt ook wel 'de herderspsalm' genoemd. David kende het herdersleven als geen ander. Met zijn ontvankelijke en fijngevoelige geest had hij heel wat indrukken van het landleven rond Bethlehem in zich opgenomen. Hij kende de vreugde van het geluid van kabbelende beekjes en van blatende lammetjes die op zijn stem reageerden. Geroerd door de schoonheid van deze 'muziek' in de wereld om hem heen nam hij zijn harp en zong hij lofliederen voor God. Zwervend over de heuvels en vlakten van Judea hoedde hij de kudde die zijn vader aan hem had toevertrouwd en zal hij Psalm 23 hebben geschreven.

De herder-koning

Het thema van de herder die zijn volk voorgaat, verzorgt en beschermt, komt vaker voor in de psalmen. In Psalm 78 wordt God beschreven als een herder die voor zijn schapen zorgt. God liet zijn volk als een kudde schapen wegtrekken uit Egypte op weg naar het beloofde land. Op deze tocht heeft God hen als een herder geleid. Zij hoefden niet bang te zijn. In zijn nabijheid waren ze veilig. Ze konden niet meer achtervolgd worden, omdat de vijand in de zee was omgekomen. God bracht hen naar zijn heilig grondgebied om hen tot een koninkrijk van priesters te maken: 'Zijn volk liet Hij wegtrekken als een kudde, Hij voerde hen door de woestijn als schapen en geiten. Hij leidde hen veilig, zij hadden niets te vrezen' (Psalm 78:52-53).

God is Koning met een herdershart. Deze bediening van herder-koning werd door God aan David toevertrouwd. Psalm 78 eindigt zo: 'Gods keuze viel op David, zijn dienaar. Hij riep hem weg bij de schapen, haalde hem achter de zogende ooien vandaan en maakte hem herder van Jakob, zijn volk, van Israël, zijn eigen bezit. Hij was een herder met een zuiver hart, met vaste hand heeft hij hen geleid' (Psalm 78:70-72). God wilde dat David koning zou zijn met een herdershart. De herder-koning van Israël mocht een schaduwbeeld zijn van de Herder-Koning in de hemel die voor jou zorgt, waar je ook bent. God zegt ook tegen jou: 'Ik vergeet jou nooit. Ik heb je in mijn handpalm gegrift' (Jesaja 49:15-16). Bij Hem ben je altijd veilig!

Een man naar Gods hart

Toen de herdersjongen David gezalfd werd als toekomstige koning was Saul nog regerend koning van Israël. God had Saul verworpen omdat hij Hem ongehoorzaam was geworden en behalve koning ook priester wilde zijn.⁵ Niet Jonathan zou zijn vader opvolgen, maar de jonge David. God noemde hem een ‘man naar zijn hart’.⁶

In het begin was Saul onder de indruk van Davids talenten. Later werd hij argwanend en wilde Saul David vermoorden. David werd gedwongen om op de vlucht te slaan en bracht weken aan een stuk door in de grotten rondom de Dode Zee. In deze periode begon David zichzelf alle moeilijke vragen over het leven te stellen. Juist daar - in het duister en op de vlucht voor de vijand - begon hij zijn hart voor God open te stellen. In zijn liederen verwoordde hij zijn gedachten, zijn worstelingen en zijn angsten. Hij schreef ze op in zijn dagboek met gebeden: de psalmen.

Davids levenspad ging bepaald niet over rozen. Hij zou in zijn leven grote fouten en verkeerde keuzes maken, die hem veel verdriet zouden bezorgen. Waarom wordt hij toch ‘een man naar Gods hart’ genoemd? David was geen perfecte leider, noch een perfect mens. Hij was een mens zoals jij en ik, met goede en minder goede eigenschappen. Maar de moeilijke jaren die hij in zijn eentje met God had doorgebracht, hadden hem een onwankelbaar geloof geschonken. In deze jaren had David een intieme omgang met God opgebouwd. Steeds weer zien we dat David zijn hart afstemde op het hart van God. David zocht

voortdurend de tegenwoordigheid van God om zijn verwonde en door zonde aangetaste hart te laten 'synchroniseren' met het hart van God. Eugene Peterson drukt dat prachtig uit in zijn vertaling van Handelingen 13:22: *I've searched the land and found this David, son of Jesse.*

He's a man whose heart beats to my heart, a man who will do what I tell Him' (The Message).⁷

God nodigt ook jou uit om je hart voortdurend synchroon te laten kloppen met zijn hart. Dan wordt Gods liefde jouw liefde, dan worden Gods gedachten jouw gedachten en dan worden Gods daden jouw daden.

***David zocht
voortdurend de
tegenwoordigheid
van God om zijn
verwonde en door
zonde aangetaste
hart te laten
'synchroniseren' met
het hart van God***

Hij is *mijn* Herder!

Wat David als herder betekende voor zijn kudde, betekende God voor David. Daarom begint Psalm 23 met een uitroep van vertrouwen en vreugde: 'De Heer is *mijn* herder!' David zegt niet in het algemeen dat God de herder is van Israël. Nee, hij zegt: 'De Heer is *mijn* herder!' Al zou Hij voor niemand anders een herder zijn, dan is Hij toch een herder voor mij! Mijn Herder zorgt voor mij, Hij waakt over mij en Hij leidt mij! Voor David was de relatie tussen de herder en zijn schapen er een van diepe genegenheid. De herder leefde met zijn schapen, ze waren als familie voor hem. Hij noemde

de schapen bij naam en de schapen herkenden zijn stem. Als schaapherder wist David hoe afhankelijk een schaap is van de herder. Hij wist dat God in alles wat hij nodig had zou voorzien. En hij was er zeker van dat God altijd bij hem zou zijn.

Ik ben van Hem

Als een herder nieuwe schapen kocht, dan merkte hij deze door hun oor in te kerven met een mes. Elke herder had een eigen merkteken waardoor je kon zien van wie het schaap was. Zo'n schaap bleef de rest van zijn leven eigendom van die herder. David wist uit eigen ervaring dat het lot van een schaap bepaald wordt door de eigenaar. Een goede herder waakt over zijn schapen. Geen werk is hem te veel. Vroeg in de morgen inspecteert hij de schapen om te zien of het goed met ze gaat. Hij wil weten of ze geen gebrek lijden. Hij doet zijn best om hen de allerbeste weidegronden en het helderste water te geven. Hij zal zijn schapen beschermen tegen weer en wind, tegen roofdieren en dieven. 's Nachts slaapt hij met één oog en twee oren open. Bij elke dreiging van gevaar springt hij op om zijn kudde te beschermen. David zegt dat God zo herder is. Zo wil God voor ons zijn.

Max Lucado schrijft in zijn boekje *Veilig in zijn armen*: 'Wat je nodig hebt is een God die honderden miljarden sterren in ons melkwegstelsel kan plaatsen en honderden miljarden melkwegstelsels in het universum. Je hebt een God nodig die twee handen vol vlees kan omvormen tot 75 à 100 miljard

zenuwcellen, elk met tienduizend verbindingen naar andere zenuwcellen, dit in een schedel kan stoppen en dit hersenen noemt. En je hebt een God nodig die - ook al is Hij onvoorstelbaar machtig - tot je komt in de zachte avondkoelte, je aanraakt en verfrist als een lichte voorjaarsregen. Je hebt een Jahweh nodig. En volgens David heb je er een. Hij is jouw herder.⁸

God zegt tegen jou: 'Ik ben de herder. Jij weet niet wat er komen gaat en dat hoef je ook niet te weten. Je hoeft niet bang te zijn, want Ik weet de weg. Het is jouw taak om te volgen waarheen Ik je leid. Ik zal je op plaatsen brengen waar je nooit eerder bent geweest.'

***Je hebt een God
nodig die - ook al is
Hij onvoorstelbaar
machtig - tot je
komt in de zachte
avondkoelte,
je aanraakt en
verfrist als een lichte
voorjaarsregen***

De Goede Herder heeft jou op het oog

In de catacomben van Rome, de onderaardse gewelven waar de vervolgte christenen hun geheime samenkomsten hielden, is de oudste afbeelding van Christus te vinden. Het is een simpele krabbel van een man met een lam op z'n schouder. Zo hebben de eerste christenen in de wereldstad Rome Christus gezien: een herder die zijn verloren schaap zoekt, en die het - als hij het gevonden heeft - zalft met olie en zijn wonden verbindt. Voor de eerste christenen was Christus niet

de hoogverheven Koning van het heelal, zoals Hij op byzantijnse wandschilderingen te zien is. Hij was ook niet de Man van smarten van de middeleeuwse altaarschilderingen. Niet de stralende, wijze, nobele Mens uit de Renaissance. In hun ogen was Christus allereerst herder.

Jezus is de Herder van Psalm 23. Hij zei: 'Ik verzeker u: Ik ben de deur voor de schapen. Wie vóór Mij kwamen waren allemaal dieven en rovers, maar de schapen hebben niet naar hen geluisterd. Ik ben de deur: wanneer iemand door Mij binnenkomt zal hij gered worden; hij zal in en uit lopen, en hij zal weidegrond vinden. Een dief komt alleen om te roven, te slachten en te vernietigen, maar Ik ben gekomen om hun het leven te geven in al zijn volheid. Ik ben de Goede Herder. Een goede herder geeft zijn leven voor de schapen. Een huurling, iemand die geen herder is, en die niet de eigenaar van de schapen is, laat de schapen in de steek en slaat op de vlucht zodra hij een wolf ziet aankomen. De wolf valt de kudde aan en jaagt de schapen uiteen; de man is een huurling en de schapen kunnen hem niets schelen. Ik ben de goede herder. Ik ken mijn schapen en mijn schapen kennen Mij, zoals de Vader Mij kent en Ik de Vader ken. Ik geef mijn leven voor de schapen' (Johannes 10:10-15).

Jezus is de Goede Herder die zijn leven geeft voor de schapen. Hij is niet als een dief die eropuit is om zichzelf te verrijken en de schapen te gronde te richten. Hij is ook niet als een 'huurling die geen herder is' en die de schapen in tijden van gevaar in de steek zal laten. Jezus is de Goede Herder die niet alleen bereid is om zijn leven te geven voor zijn schapen, maar

dit als enige ook daadwerkelijk heeft gedaan. Om jou het leven te schenken 'in al zijn volheid'.

Jezus zei ook: 'Ik ben de deur voor de schapen. Wanneer iemand door Mij binnenkomt zal hij gered worden.' Een schaapskooi was in het oosten niet meer dan een omheining van opgestapelde stenen met een nauwe ingang. De herder sloiep gewoonlijk in de deuropening. Geen schaap kwam de schaapskooi binnen dan alleen via hem. De herder liet de schapen een voor een in de schaapskooi toe door zijn lichaam als de deur van de schaapskooi te gebruiken. Jezus zei dat Hij de enige deur - de enige weg - tot God de Vader is: 'Alles is Mij toevertrouwd door mijn Vader, en niemand dan de Vader weet wie de Zoon is, en wie de Vader is, dat weet alleen de Zoon, en iedereen aan wie de Zoon het wil openbaren' (Matteüs 11:27). Je kunt God alleen maar leren kennen door Jezus Christus. Alleen door Jezus kun je het Koninkrijk van God binnengaan.

God vraagt jou om jezelf te zien als een schaap van zijn kudde en Jezus als jouw herder. Je vindt alleen veiligheid in het kennen van de Goede Herder. Het is bijzonder om bij deze Herder te horen. Het Hebreeuwse woord voor 'herder' lijkt namelijk veel op het woord dat voor 'zien' wordt gebruikt. De Goede Herder is degene die jou ziet, die jou liefdevol aankijkt, die jou nooit uit het oog verliest en die naar jou omziet. Dat is geweldig: jij wordt door Hem gezien! Onder al die miljoenen,

***Het Hebreeuwse
woord voor 'herder'
lijkt veel op het
woord dat voor 'zien'
wordt gebruikt***

ja, miljarden mensen heeft God jou op het oog!

Schapen zijn niet dom

Heb je je wel eens afgevraagd waarom we in de Bijbel eigenlijk met schapen worden vergeleken? Schapen hebben de reputatie dat ze niet bepaald briljant zijn. Als iemand zegt dat je hem 'schaapachtig' zit aan te kijken, bedoelt hij dat je op dat moment niet al te snugger uit je ogen kijkt. Maar schapen zijn niet dom. In werkelijkheid blijken schapen redelijk intelligente dieren te zijn. Uit tests blijkt dat schapen werkelijk de stem van de herder kunnen onderscheiden als hij hen bij hun naam roept. Bewezen is dat schapen maar liefst tweehonderd gezichten kunnen onthouden en dat ze na acht jaar nog steeds een gezicht herkennen. Hoe komt het dan dat wij toch denken dat schapen domme beesten zijn? Het antwoord is

dat schapen dom lijken omdat ze voor bijna alles bang zijn.

***Schapen lijken dom
omdat ze voor bijna
alles bang zijn***

Waarom is het zo angstaanjagend voor een schaap om schaap te zijn? In de eerste plaats hebben schapen geen natuurlijke

afweer: geen klauwen, geen horens, geen slag tanden. Ze zijn hulpeloos. Wolven en andere wilde dieren azen op hen omdat ze niet alleen lekker maar bovenal weerloos zijn. Schapen kunnen zichzelf onmogelijk helpen, daarom hebben ze een herder nodig.

Helaas zijn schapen er behoorlijk goed in om te verdwalen. Als ze per ongeluk in een rivier vallen, kan hun vacht zo zwaar worden van het water dat ze gemakkelijk verdrinken. Vlak voor de scheertijd kunnen schapen zelfs zo topzwaar worden dat ze omvallen en niet meer op kunnen staan, waardoor ze een gemakkelijke prooi zijn voor roofvogels. Het is dus niet ongevaarlijk om een schaap te zijn.

Omdat schapen van nature bang zijn, hebben ze het talent om in de problemen te raken. Ze lijken haast een aanleg te hebben voor doodgaan. Je kunt erop wachten dat een schaap vroeg of laat iets overkomt.

Als schapen zien dat er een bosbrand om hen heen woedt, dan moet je niet denken dat ze wegrennen voor het gevaar. Nee, ze rennen steeds maar rondjes totdat het vuur hen uiteindelijk te grazen neemt.

Als schapen in een rivierbedding staan en er komt een gigantische watervloed op hen af, dan weigeren ze koppig om een beekje van een halve meter over te steken om zich het vege lijf te redden. Honden kunnen blaffen, mensen kunnen schreeuwen, maar de schapen wachten lijdzaam af tot de vloed komt waarin ze zullen verdrinken.

Het gedrag van schapen wordt grotendeels bepaald door angst. Een schaap zal niet op eigen houtje door een open hek gaan. Een gedocumenteerd verhaal vertelt dat eens een hele scheepslading met schapen verloren ging, omdat één oude ram overboord sprong en de rest hem klakkeloos volgde.

Jij en ik worden in de Bijbel met schapen vergeleken omdat ook wij onze angsten en benauwdheden hebben. We zijn misschien bang om ziek te worden, om een geliefde kwijt te raken of om ons werk te verliezen. We hebben angst voor het verleden, maar we zijn ook bang voor de toekomst. We zijn bang om te falen en bang om tekort te schieten. We zijn bang voor andersdenkenden, bang voor de duivel en soms zelfs bang voor God. Maar we zijn ook bang om onze angst toe te geven. Toen Jezus de mensenmenigte zag, voelde Hij medelijden met hen, omdat ze er uitgeput en hulpeloos uitzagen, als schapen zonder herder.⁹

‘Mij ontbreekt niets’

De belangrijkste boodschap van Psalm 23 is niet dat ons nooit iets kwaads zal overkomen, maar dat God in elke situatie dichtbij ons is. In dit leven kan ons van alles ontbreken: gezondheid, een partner, kinderen, werk. Psalm 23 belooft ons niet dat al onze wensen vervuld worden als we maar genoeg in God geloven. Psalm 23 leert ons niet dat wij als schaap van de Goede Herder een soort luilekkerland op aarde krijgen. De uitdrukking ‘mij ontbreekt niets’ betekent dat ik volkomen tevreden ben met Gods aanwezigheid en zijn leiding in mijn leven. Paulus begreep dit principe ook. Hij zei: ‘Ik heb geleerd met de omstandigheden, waarin ik verkeer, genoeg te nemen. Ik weet wat armoede is en ik weet wat overvloed is. In elk opzicht en in alle dingen ben ik ingewijd, zowel in verzadigd worden als honger lijden, zowel in overvloed als in gebrek. Ik vermag alle dingen in Hem, die mij kracht geeft’

(Filippenzen 4:11-13, NBG).

In de traditie van het klassieke Jodendom wordt Psalm 23 op een bijzonder moment van de dag geciteerd, namelijk bij het handen wassen. Het herinnert mensen eraan dat ze worden 'gezien'. Er is Iemand die hen ziet. Niet als een soort *Big Brother*, waar dreiging en controle van uitgaat, maar als de Aanwezige. De Aanwezige God is in alles nabij, ook bij zoiets banaals en gewoons als het wassen van je handen. Op het moment dat je jezelf reinigt, roep je de Bron van je bestaan op. Door het met aandacht citeren van de woorden 'De Heer is mijn herder, mij ontbreekt niets' maakt de gelovige Jood contact met de Bron van het leven, met de God die hem draagt. Zo wordt je handen wassen - en de dingen van alledag doen - een viering van Gods nabijheid in het dagelijkse leven.

David voelde zich als een schaap dat zich nergens om hoeft te bekommeren en in blind vertrouwen de herder volgt. Dat was voor hem genoeg. Het was voor hem voldoende dat de Heer zijn herder was. Meer had hij niet nodig.

***Psalm 23 leert ons
niet dat wij als
schaap van de Goede
Herder een soort
luilekkerland op
aarde krijgen***

De Goede Herder helpt ook jou om rust te vinden in een wereld vol onrust, veiligheid te vinden in een omgeving die onveilig is, geestelijke gezondheid te ervaren terwijl de mensen om je heen doodziek zijn van van alles en nog wat. Jij hebt een herder en Hij zorgt ervoor dat je vindt en ontvangt

wat je iedere dag nodig hebt. Zoals een herder zorg draagt voor zijn schapen in een wereld vol gevaarlijke roofdieren en dreiging van gevaar, zo is God er om voor jou te zorgen en jou te helpen.

‘De Heer is mijn herder, mij ontbreekt niets’ is niet alleen een constatering. Het houdt tevens een geweldige belofte in: als ik de Goede Herder als een schaap volg, zorgt Hij voor mij! David werkt dit verder uit in deze prachtige psalm. Het ontbreekt mij niet aan:

rust:	‘Hij doet mij neerliggen in grazige weiden’ (vers 2a).
water:	‘Hij voert mij aan rustige wateren’ (vers 2b).
herstel:	‘Hij verkwikt mijn ziel’ (vers 3a).
Gods leiding:	‘Hij leidt mij in de rechte sporen om zijns naams wil’ (vers 3b).
Gods nabijheid:	‘Zelfs al ga ik door een dal van diepe duisternis, ik vrees geen kwaad, want U bent bij mij’ (vers 4a).
troost en moed:	‘Uw stok en uw staf die vertroosten mij’ (vers 4b).
voedsel:	‘U richt voor mij een dis aan voor de ogen van wie mij benauwen’ (vers 5a).
blijdschap:	‘U zalft mijn hoofd met olie, mijn beker vloeit over’ (vers 5b).

- zegen:** 'Heil en goedertierenheid zullen mij volgen al de dagen van mijn leven' (vers 6a).
- eeuwige toekomst:** 'Ik zal in het huis van de Heer verblijven tot in lengte van dagen' (vers 6b).

'Ik zal niet ontbreken!'

Met minstens zoveel recht kunnen we de woorden 'mij ontbreekt niets' vertalen met: 'ik zal niet ontbreken' - in de zin van: 'ik mag er zijn, ik hoor erbij!' Dat is belangrijk, want wat er ook gebeurt in je leven: jij hoort erbij! Jij bent een deel van Gods familie! Misschien heb je af en toe het gevoel dat je buiten de kudde loopt, maar luister dan naar deze woorden: 'De Heer is mijn Herder, ik ontbreek niet.' Als de Goede Herder bij het vallen van de avond de schapen telt, ben ik erbij. Hij verliest mij niet uit het oog. Hij let altijd op mij. Hij roept mij bij mijn naam. Ik word niet vergeten. Voor Hem doe ik er toe. Hij wil mij niet missen. Bij Hem zal ik niet ontbreken. Hij zal me aanmoedigen om bij de kudde te blijven. Hij zal me dragen als ik afgedwaald ben. Hij zal me omarmen met geloof, hoop en heel veel liefde.

Met minstens zoveel recht kunnen we de woorden 'mij ontbreekt niets' vertalen met: 'ik zal niet ontbreken'



EEN KNOBBELTJE IN MIJN BORST

Op dinsdagavond liggen we al vroeg in bed. Wilkin zit nog wat te lezen. Ik droom wat voor me weg. Gedachteloos strijk ik met mijn hand over mijn borst. Ik ben niet zo'n type die elke week of maand haar borsten controleert. Ik leef niet met de gedachte dat ik iets zou kunnen krijgen. Maar dan voel ik wat en denk: 'Dat is raar.' Ik strijk over mijn andere borst, maar daar voel ik het niet. Ik voel nog eens en nog eens. En dan denk ik: 'Er zit echt iets.' Het voelt als een grote knikker, een stuiter. Ik kan het ook een beetje heen en weer bewegen. Dit klopt niet. Maar tegelijk denk ik: 'Geen paniek. Als het er morgenvroeg nog zit, zal ik het Wilkin zeggen. Ik wil nu eerst rustig slapen en niet door angst geregeerd worden.' Aan de andere kant wil ik ook mijn kop niet in het zand steken. Merkwaardig genoeg slaap ik goed die nacht.

De volgende morgen voel ik direct of het er nog zit. Ja, het zit er nog steeds. Ik besluit het met Wilkin te delen. Hij vindt dat ik dezelfde dag nog een afspraak met de huisarts moet maken. Het lijkt mij goed om dat te doen. 's Middags mag ik komen. Ik heb een vrouwelijke huisarts die me heel fijn begeleidt. Zij controleert mijn rechter- en linkerborst en zegt dat ze denkt dat het verder onderzocht moet worden. Ik moet er niet mee blijven lopen. Ze zal een afspraak voor me maken in het ziekenhuis. Ze vindt het jammer dat ik niet eerder ben gekomen, want op woensdag hebben ze in het ziekenhuis meerdere onderzoeken op een dag en krijg je nog diezelfde dag te horen wat er aan de hand is. Omdat deze woensdag al bijna om is moet ik een week wachten.

In deze week komen er allerlei gedachten op me af. We besluiten om 'het' klein te houden en er niet met anderen over te spreken. We zeggen niets tegen onze jongens of onze ouders om hen niet onnodig bang te maken. In het weekend gaan we samen naar een praiseavond van de EO in de sporthal van ons dorp. Met elke regel die ik zing, lucht ik mijn hart bij God. Ik probeer allerlei angstscenario's buiten de deur te houden en rustig af te wachten wat er aankomende woensdag uit zal komen.

Voor mijn gevoel duurt de week lang. Eindelijk breekt de woensdagochtend aan. Ik ga voor verschillende onderzoeken naar het ziekenhuis en Wilkin gaat met me mee. Eerst hebben we een gesprek met de chirurg, die vertelt wat hij allemaal wil doen die dag. Nadat hij me onderzocht heeft, moet ik eerst foto's van mijn borsten laten maken. Vervolgens krijg ik een echo - waar duidelijk iets op te zien is - en volgt een punctie door een andere arts. Dit is het pijnlijkste deel van het onderzoek. Maar de arts stelt ons snel gerust. Volgens hem is er sprake van een cyste en niets om je verder zorgen over te maken. Hij vindt het niet nodig om het materiaal vandaag nog per ambulance naar een laboratorium in een ander ziekenhuis te sturen om snel uitslag te krijgen. Voor negenennegentig procent is hij ervan overtuigd dat er geen kwaadaardige cellen te vinden zijn. Hij besluit om niet mee te werken aan een versnelde procedure. Als dit allemaal achter de rug is, kunnen we naar huis.

Als we die middag om vier uur bij de chirurg komen, heeft deze dus geen volledige uitslag. Hij is enigszins gepikeerd dat zijn collega zonder zijn medeweten besloten heeft om de spoedprocedure niet in werking te laten treden. Hij kan geen uitsluitsel geven, maar zegt dat - op grond van het oordeel van zijn collega - we er maar op moeten vertrouwen dat het allemaal erg meevalt. Over een week kunnen we om vier uur 's middags nog even bellen voor de definitieve uitslag.

We lopen opgelucht door de lange gang van het ziekenhuis. We zijn erg dankbaar en besluiten in een plaatselijk restaurantje de positieve uitslag te vieren met een kop warme chocolademelk met iets lekkers erbij. Voor de jongens halen we gebak en vertellen hen over de spannende week die achter ons ligt, waarin we hen niet onnodig bang wilden maken. Maar nu willen we onze opluchting en dankbaarheid met hen delen. Ook onze ouders en naaste vrienden laten we delen in onze blijdschap.

In de week die daarop volgt heb ik geen gedachte meer gewijd aan de mogelijkheid dat het toch niet goed zou zijn. In het volste vertrouwen heb ik mijn leven weer opgepakt, met dit verschil dat dankbaarheid een grotere plek in mijn hart heeft ingenomen. Als de woensdagmiddag aanbreekt, waarop ik nog even het ziekenhuis zou bellen, is het eigenlijk iets wat ik even tussendoor van plan ben te doen. Wilkin is in de kerk aan het werk en de jongens zijn beneden. Ik pak de telefoon, toets het nummer in en wordt doorverbonden met de arts. Hij valt gelijk met de deur in huis: 'Sorry, de uitslag pakt heel anders uit. We hebben ons vergist. Er zijn toch kwaadaardige cellen gevonden. Wilt u zo snel mogelijk met uw man naar het ziekenhuis komen?'

Vanaf dat moment heb ik het gevoel dat ik in een foute film terecht ben gekomen. Er is geen tijd voor een huilbui, nauwelijks tijd om me voor

te bereiden op wat nu gaat komen. 'God help me!' Ik bel Wilkin en herhaal de korte mededeling van de arts. Ik vraag hem zo snel mogelijk thuis te komen. Ondertussen bel ik mijn schoonzusje en vraag of de jongens even bij haar mogen blijven. Ik vertel haar kort de boodschap van de arts, maar vraag haar dit absoluut niet met onze jongens te delen.

**Vanaf dat
moment heb ik
het gevoel dat
ik in een foute
film terecht ben
gekomen**

Zo gewoon mogelijk loop ik naar beneden en vertel de jongens dat ik samen met Wilkin plotseling even weg moet en dat zij zolang bij familie mogen blijven.

Onderweg naar het ziekenhuis doemen allerlei scenario's voor mijn ogen op. Ik wil me maar aan één ding vasthouden en dat is dat God voor me zorgt. Het eerstvolgende uur in het ziekenhuis krijg ik allerlei medische termen te horen. Het enige dat me echt bijblijft, terwijl ik in een waas van tranen voor me uitkijk, is dat ik morgen vóór twaalf uur moet vertellen of ik een borstbesparende operatie of een amputatie wil. Als ik kies voor borstbesparend, word ik toch geacht te tekenen dat ik toestemming geef om mijn borst te amputeren als blijkt dat dit toch noodzakelijk zou zijn. Voor mijn gevoel heb ik geen keuze. Binnen zo'n kort tijdsbestek kan ik onmogelijk kiezen. In mijn lijf woekeren agressieve, kwaadaardige cellen.

Morgen zullen nieuwe onderzoeken plaatsvinden en worden voorbereidingen voor de operatie getroffen, die de week daarop gepland is. Deze keer lijkt de gang in het ziekenhuis langer dan normaal. Hoe dichter we bij huis komen, des te meer ik me bewust ben van het feit dat we dit onze jongens moeten vertellen. Dat lijkt me het aller-aller-moeilijkst. Mijn leven wordt op dit moment geschud en ik weet dat deze mededeling ook hun jonge levens zal doen schudden. We halen onze jongens op en als we thuis zijn gekomen vertellen we in de huiskamer het onvoorstelbare. Het verdriet in hun ogen zal me altijd bijblijven. De jongste twee huilen. De oudste twee doen tevergeefs hun best om hun emoties in bedwang te houden. Ook ons lukt het niet om onze ogen droog te houden. We zijn samen verdrietig. Wilkin doet een belletje naar

Het verdriet in hun ogen zal me altijd bijblijven

onze ouders en vraagt of ze bij ons langs willen komen, omdat we hen iets willen vertellen. Als ze kort daarna arriveren, delen we ook met hen wat we zojuist gehoord hebben. Ik herinner me vooral hoe geschokt mijn moeder was en de hoop al bijna liet varen. Zij verloor twee zussen en haar vader aan kanker. Ik besluit op dat moment dat ik me niet door doemscenario's wil laten leiden. Ons huis zal geen huis worden waar negativiteit en verdriet de boventoon voeren. Ik wist en weet dat Jezus de bron van alle hoop is. En hoe mijn verhaal ook zal aflopen: Hij is altijd bij mij. Als gezin en familie zoeken we samen Gods aangezicht en bidden we voor de tijd die voor ons ligt. Terwijl ik mijn tranen wegveeg vraag ik de jongens of ze alsjeblieft willen helpen ons huis te vullen met hun grapjes en alledaagse vrolijkheid.

Diezelfde avond is er een avond in de kerk en we besluiten daar toch heen te gaan. We delen met de gemeente in welke situatie we terecht gekomen zijn. Lieve broers en zussen staan deze avond biddend om ons heen. Een van onze jongens wilde per se mee. Ik zie hem nog huilend zitten in een van de rijen tegen een zijwand aan. Wat me van deze avond is bijgebleven, is dat ik heel duidelijk opnieuw de keuze heb gemaakt om God te dienen. Met of zonder borst.

