

Gebed met de psalmen

Waar we om bidden, laat zien wat we echt belangrijk vinden. Onze gebeden laten namelijk zien waar we op hopen, waar we naar verlangen. Soms zijn gebeden vooral op onszelf gericht. Je bidt dan vooral dat het jezelf goed gaat en dat de mensen om je heen bewaard worden voor ongelukken of tegenslag. Psalm 80 leert ons echter verder te kijken en te bidden met meer diepgang. De dichter van psalm 80 bevindt zich in een crisis. Midden in zijn ellende roept hij tot God om wat hij het meest nodig heeft.

Lezen: Psalm 80

Psalm 80 is een echte klaagpsalm. Geen individuele klacht staat centraal, maar een gemeenschappelijke. De dichter beklagt zich over de situatie van zijn volk. Dit klagen van psalm 80 leert ons het nodige over ons gebed. De dingen die wij niet begrijpen, onze klachten, ons onbegrip mogen we uiten voor God. Je vragen aan God mag je uitspreken, zoals ook Habakuk deed. Ook al weet je dat je zelf gefaald hebt en het erbij hebt laten zitten – zoals Israël gefaald had en het erbij had laten zitten – toch mag je je vragen stellen aan God.

Psalmen leren belangrijke lessen voor het gebed. Ze geven woorden aan je emotie en je situatie en kunt erdoor tot God spreken. De belangrijkste lessen die voor het gebed uit de psalmen te halen zijn:

1. Zoek het bij God: Je kunt altijd bij God terecht in je relatie met God. In de psalmen wordt aangemoedigd om te zoeken en te blijven zoeken naar God.
2. Prijs God: Hoe moeilijk de situatie ook is en hoe ellendig de omstandigheden van de dichter ook zijn, hij prijst God.
3. Vertel alles aan God: Zonder eerlijkheid is een hechte relatie niet mogelijk en zo is dat ook met God. Daarom kan je alles aan Hem voorleggen.
4. Roep om hulp: De hulp waar de dichters om vragen, kan bestaan uit redding, recht en gerechtigheid, uitkomst, vergeving of genezing. De psalmdichters getuigen ervan dat God lang niet altijd geeft waar ze om gevraagd hebben, maar wel dat God luistert en antwoordt.
5. Heb ontzag voor God: Als je echt beseft wie God is, dan ga je met ontzag en eerbied naar God toe. Hij is ver verheven boven ons en verdient ook ons aller respect en eerbied.
6. Neem een houding aan van vertrouwen, nederig en verwachting: De psalmen leren dat wie zo bidt, niet beschaamd zal worden.
7. Let op je daden: Gebeden dienen niet los te staan van je daden en vandaar is het dat regelmatig schuld beleden wordt in de psalmen. Er is het besef dat verkeerde daden en woorden tussen God en de bidder in kunnen gaan staan, waardoor de relatie met God verstoord wordt.
8. Bid voor anderen: De dichters van de psalmen leren ons breder te kijken dan ons eigen wereldje en om te zien naar hen die het moeilijk hebben: de onschuldigen, de rechtvaardigen, de zwakken en de armen.
9. Bid met anderen: De psalmen waren gemeenschappelijke gebeden. Het is nodig dat we ons terugtrekken en alleen bidden, maar het is evengoed nodig om gezamenlijk te bidden. Op zo'n manier raak je niet al te zeer op jezelf gericht. Samen met anderen groeien we namelijk verder in geloof en komen we verder.

Verwerking in groepen van 4

- Gespreksvragen:
 - Op welke manier bid je en op welke momenten?
 - Waar bid je zelf regelmatig om?
 - Wat vind je lastig in gebed?
- Groepsgebed
 - Bid met elkaar. Er zijn twee mogelijkheden: óf je bidt samen met ieder die een deel doet, óf je bidt gezamenlijk een psalm. (Suggesties: Psalm 3, 27, 98, 121, 146)