

## Psalm 103

Boven deze psalm staat:  
*Loflied op Gods genade*

maar sommige theologen vinden:

*Looft de Heere om zijn weldaden*

een betere vertaling. Het gaat in deze psalm immers om de weldaden van de Heer.

*1 Loof de Heere, mijn ziel, en al wat in mij is, Zijn heilige Naam.*

David spreekt tegen zijn eigen ziel en roept die op, om met al, dat is met alles wat in hem is, de heilige Naam van de Heere te loven.

Eén van de Namen van onze Heere is: de Heilige, zoals in Jesaja 57:15 staat:

Want zo zegt de Hoge en Verhevene, Die in eeuwigheid woont en wiens naam Heilig is: Ik woon in de hoge hemel en in het heilige, en bij de

verbrijzelde en nederige van geest.

Hij is de Hoge en Hij is de Verhevene en zijn naam is: Heilig. De vier serafs, die voor Zijn troon zijn, roepen elkaar het driemaal heilig toe: Heilig, heilig, heilig is de Heere van de legermachten. (6:4)

*2 Loof de Heere, mijn ziel, en vergeet niet één van Zijn weldaden.*

Opnieuw spoort David zijn ziel aan, om de Heere te loven en niet één van zijn weldaden te vergeten.

Het bekende lied zegt daarom ook: "Tel uw zegeningen, één voor één; tel ze alle, en vergeet er geen."

In vers 3 worden heel concreet twee weldaden genoemd:

*3 Die al uw ongerechtigheid vergeeft, Die al uw ziekten geneest.*

In psalm 86:5 staat:

U, Heere, bent immers goed, mild om te vergeven en rijk aan goedertierenheid voor allen die U aanroepen.

Andere vertalingen noemen: Hij is goed en gaarne vergevend. En Hij is rijk aan goedheid, voor allen die Hem aanroepen.

Wat was ook weer de maatstaf van vergeving, die Jezus noemde?? Niet 7x vergeven maar 70x7 keer.

Maar niet alleen dit: Die al uw ongerechtigheid vergeeft, maar ook dit: Die al uw ziekten geneest.

Dat is ook een weldaad van God. We nemen het zoals het er staat, en om deze weldaad loven wij onze goede God.

Schriftuitleggers menen, dat deze psalm van David geschreven is, nadat hij van een ernstige ziekte genezen was, mogelijk ook verband houdend met ongerechtigheden in zijn leven.

Hij looft immers zijn God, Die al zijn ongerechtigheid vergeeft en Die al zijn ziekten geneest, en die zijn leven verlost van de groeve (NPB), het verderf (HSV).

*4 Die uw leven verlost van het verderf, Die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid.*

De Engelse vertaling zegt: die u kroont met liefhebbende goedheid en teder erbarmen.

David roept ons op, om God te loven voor de weldaad, dat Hij ons verlost van de groeve. En dat niet alleen, Hij kroont ons ook met goedheid en barmhartigheid. Met liefhebbende goedheid en met teder erbarmen.

*5 Die uw mond verzadigt met het goede, uw jeugd vernieuwt als die van een arend.*

De vernieuwing van veren geeft de arend een nieuwe jeugd. Omdat de Heere onze mond verzadigt met het goede, voelen we ons sterk en vernieuwd,

zoals een arend die nieuwe veren heeft gekregen.

*6 De Heere doet rechtvaardige daden en recht aan alle onderdrukten.*

Debora zingt het uit in het boek Richteren (5:11):

Daar praten zij over de rechtvaardige daden van de Heere, de rechtvaardige daden voor Zijn dorpen in Israël.

*7 Hij heeft aan Mozes Zijn wegen bekend gemaakt, aan de nakomelingen van Israël Zijn daden.*

Er is verschil tussen Zijn daden en Zijn wegen. Er is verschil tussen het ervaren van Zijn daden en het bekend worden met Zijn wegen.

In Jesaja 55:8/9 staat hierover:

Want Mijn gedachten zijn niet uw gedachten en uw wegen zijn niet Mijn wegen, spreekt de Heere. Want zoals de hemel hoger is dan de aarde, zo zijn Mijn wegen

hoger dan uw wegen en Mijn gedachten dan uw gedachten.

Gods wegen met ons kunnen we niet altijd begrijpen en volgen. Van belang is, dat wij Hem in alle omstandigheden vertrouwen.

Toen de Israëlieten door de schelfzee trokken en Farao met zijn leger door het water werd verzwolgen, toen zagen zij Zijn daden en loofden Hem.

Maar daarna kwamen er beproevingen: ze trokken drie dagreizen door de woestijn zonder water te vinden en toen zij water vonden, was het bitter water. Toen begon het volk tegen Mozes te morren.

Toen konden zij Zijn wegen niet volgen en begrijpen. Zij moesten leren om Hem te vertrouwen op onbegrijpelijke wegen, die Hij met hen ging.

En God zorgde voor de uitkomst: Mozes moest een stuk hout in het water werpen, zodat het water zoet werd.

Door het kruis wordt het bittere zoet. God zorgt dus op tijd voor de uitkomst, maar wel op Zijn tijd en op Zijn wijze.

Laten we Hem dus ook loven en prijzen voor de wegen die Hij met ons gaat, ook al zijn die wegen hoger dan onze wegen. Hij wil dat wij altijd op Hem vertrouwen.

*8 Barmhartig en genadig is de Heere, geduldig en rijk aan goedertierenheid.*

Hier worden vier karaktertrekken van de Heere genoemd. Hij is (1) barmhartig (2) genadig (3) geduldig en (4) rijk aan goedheid.

Op minstens zeven plaatsen in het nieuwe testament staat dat Jezus met barmhartigheid bewogen werd als Hij met de nood van de mensen geconfronteerde werd.

Hij is ook genadig en geduldig. Paulus schrijft in 1 Tim. 1:16 dat Jezus Christus in hem al Zijn geduld zou tonen, tot een

voorbeeld voor hen, die later in Hem zouden geloven.

En ook is onze God rijk aan goedheid.

We gaan verder met Psalm 103: 9/10

*9 Hij zal niet voor altijd ter verantwoording roepen, niet voor eeuwig handhaaft Hij Zijn toorn.*

*10 Hij doet ons niet naar onze zonden en vergeldt ons niet naar onze ongerechtigheden.*

God toont over zonde en ongerechtigheid maar niet altijd. Als wij daar verdriet over hebben en onze zonden belijden, dan ervaren wij daarna Zijn grote goedheid.

Wat een goedheid van onze God: Hij doet ons niet naar onze zonden en vergeldt ons niet naar onze ongerechtigheden.

*11 Want zo hoog de hemel is boven de aarde, zo is Zijn goedertierenheid machtig over wie Hem vrezen.*

Hoe hoog is dan wel de hemel boven de aarde?? Nu, zo machtig is zijn goedheid over wie Hem vrezen, dat is Hem respecteren.

*12 Zover het oosten is van het westen, zover heeft Hij onze overtredingen van ons gedaan.*

Hoever doet Hij onze overtredingen dan van ons??

Dat woord van God mogen we de aanklager voorhouden, als hij ons aanklaagt. Het oosten is onmetelijk ver van het westen. Nu, zover doet de Heere onze overtredingen van ons.

*13 Zoals een vader zich ontfermt over zijn kinderen, zo ontfermt de Heere Zich over wie Hem vrezen.*

Hij ontfermt zich dus over wie Hem vrezen. En waarom ontfermt Hij zich over ons?

*14 Want Hij weet, wat voor maaxsel wij zijn, en blijft bedenken dat wij stof zijn..*

Wij zijn stof, wij zijn stervelingen, er blijft niets van ons aardse lichaam over dan wat stof en ons leven is relatief kort van duur.

*15 De sterveling – zijn dagen zijn als het gras, als een bloem op het veld, zo bloeit hij.*

Bloemen zijn mooi en het leven is mooi. Wij worden vergeleken met mooie bloemen in het veld maar ons leven op aarde is eindig.

*16 Wanneer de wind erover is gegaan, is hij er niet meer, en zijn plaats kent hem niet meer.*

Wat weten we nog van onze verre voorouders; ze zijn allemaal gestorven en we weten niet eens waar onze verre voorouders begraven zijn. Maar wat eindigt dan nooit en te nimmer?

*17 Maar de goedertierenheid van de Heere is van eeuwigheid en tot eeuwigheid over wie Hem vrezen. Zijn gerechtigheid is voor de kinderen van hun kinderen.*

Zijn gerechtigheid is ook onze voor klein kinderen.

Is die eeuwige goedheid dan voor iedereen?

Daar geeft vers 18 een antwoord op:

*18 Voor wie Zijn verbond in acht nemen en aan Zijn bevelen denken, om ze te doen.*

En dat willen wij. Niet alleen aan Zijn woord denken maar we willen het ook in de praktijk brengen, we willen het doen.

Jezus sprak immers:

Een ieder die deze woorden van Mij hoort en ze doet, die zal Ik vergelijken met een verstandig man, die zijn huis op de rots gebouwd heeft.

En wie Zijn woorden hoort en ze niet doet, die bouwt op zand.

*19 De Heere heeft Zijn troon in de hemel gevestigd, Zijn Koninkrijk heerst over alles.*

God regeert over alles en Jezus is gegeven, alle macht, niet alleen in de hemel maar ook op de aarde.

Daarom voelen wij ons veilig onder de krachtige hand van God, die ons leven leidt, zoals Petrus schrijft in 1 Petrus 5 waar staat:

6 Verneder u dan onder de krachtige hand van God, opdat Hij u op Zijn tijd verhoogt.

7 Werp al uw zorgen op Hem, want Hij zorgt voor u.

De psalm eindigt met een bruisende lofverheffing aan de Heere:

*20 Loof de Heere, u, Zijn engelen, sterke helden, die Zijn woord uitvoeren, gehoorzaam aan het woord dat Hij spreekt.*

Engelen zijn dus sterke helden. Zij luisteren naar de woorden van de Heere en voeren zijn wil uit; zij gehoorzamen aan het woord, dat Hij spreekt.

*21 Loof de Heere, al Zijn legermachten, dienaren van Hem, die Zijn welbehagen doen.*

David wekt ook de hemelse legers van de Heere op, om de Heere te loven.

*22 Loof de Heere, al Zijn werken, op alle plaatsen van Zijn heerschappij.*

Ook zijn werken zullen Hem loven zoals in psalm 148:3 staat:

Loof Hem, zon en maan, loof Hem, alle lichtende sterren.

En tot slot zegt David nog eens tot zijn ziel:

*Loof de Heere, mijn ziel!*

En zo eindigt deze prachtige, inhoudsrijke, en troostrijke Psalm van David.