

## 1. Psalm 34

Psalm 34 is – wat men zo noemt – een naamdicht of lettervers dicht en dat betekent dat in de verzen steeds een volgende letter van het Hebreeuwse alfabet verweven zit.

*1 Een psalm van David; toen hij zijn gezicht had vertrokken bij Abimelech, die hem verdreef, zodat hij ervandoor ging.*

David zoekt, op zijn vlucht voor koning Saul, asiel in het land der Filistijnen en zal zich stellig bekend gemaakt hebben als een vluchteling voor koning Saul.

Filistijnse legeroversten herkennen hem echter en David weet - door zich als een krankzinnige aan te stellen - dreigend gevaar te ontvluchten.

Dit was – hoe merkwaardig ook – toch een ingeving van boven aan David, omdat men in die dagen vrees had voor krankzinnigen. Men zag ze als mensen, die door één of andere

gevaarlijke geest bezeten waren.  
1

*2 Ik zal de HEERE te allen tijde loven, Zijn lof zal voortdurend in mijn mond zijn.*

David leefde dicht bij de Heere en prees zijn God bestendig voor Zijn uitredingen en leiding.

*3 Mijn ziel zal zich beroemen in de Heere, de zachtmoedigen zullen het horen en verblijd zijn.*

Zijn roem lag niet in zijn eigen kracht of slimheid maar in God. Als zachtmoedigen dat horen, worden ze daar blij van.

*4 Maak de Heere met mij groot, laten wij tezamen Zijn Naam roemen.*

David spoort ook ons aan om de Heere groot te maken en zijn naam te roemen. En het is soms goed, om dat met opheffing van beide handen <sup>2</sup> op een stille plaats te doen. Hem van harte te loven en groot te maken.

---

<sup>1</sup> 1 Samuël 21:10-15

<sup>2</sup> 1 Tim. 2:8

*5 Ik heb de Heere gezocht en Hij heeft mij geantwoord, en mij gered uit al wat ik vrees.*

Dat was de ervaring van David. Hij zocht de Heere en Hij antwoordde hem. En in vers 7 staat dat hij tot Hem *riep*. Roepen getuigt van nood. God verloste Hem uit al zijn verschrikkingen en benauwd heden:

*7 Deze ellendige riep en de Heere hoorde; Hij verlostte hem uit al zijn benauwdheden.*

*6 Zij zagen naar Hem uit, ja, stroomden op Hem aan; en hun gezicht werd niet rood van schaamte.*

Tot Hem roepen, tot Hem gaan, op Hem aanstromen, met als gevolg: Ieder die in Hem gelooft, zal niet beschaamd worden.<sup>3</sup>

*8 De engel van de Heere legert zich rondom hen die Hem vrezen, en redt hen.*

---

<sup>3</sup> Rom. 10:11

Wat een heerlijke belofte ook voor ons. De Engel van de Heere aan het hoofd van een hemelse legermacht die Zich beschermend rondom de vromen legeren. Denk aan Elisa bij de belegering van Dotan.

Elisa sprak tegen zijn knecht: Wees niet bevreesd, want die bij ons zijn, zijn méér dan die bij hen zijn. De berg was namelijk vol paarden en strijdwegens van vuur rondom Elisa<sup>4</sup>

*9 Proef en zie dat de Heere goed is; welzalig de man die tot Hem de toevlucht neemt.*

De overlevering vermeldt dat in de eerste eeuwen na Christus deze woorden als lied gezonden werden tijdens de viering van het heilig Avondmaal.

Er zijn christenen, die als ze in een restaurant met vrouw of familie dineren, niet alleen danken voor het eten maar dit woord er bij noemen: "Proef en zie, dat de Heere goed is "

---

<sup>4</sup> 2 Kon. 6:17

*10 Vrees de Heere, u, Zijn heiligen, want wie Hem vrezen, hebben geen gebrek.*

*11 Jonge leeuwen lijden armoede en honger, maar wie de Heere zoeken, hebben geen gebrek aan enig goed.*

Jezus sprak: Maar zoek eerst het Koninkrijk van God en Zijn gerechtigheid, en al deze dingen zullen u erbij gegeven worden..<sup>5</sup>

*12 Kom, kinderen, luister naar mij, ik zal jullie de vreze des Heeren leren.*

Dit is de wijze, waarop de Israëlitische wijsheidsleraar zijn leerlingen toe spreekt. Denk aan de Spreuken van Salomo waar de lezer aangesproken wordt met de woorden: "Mijn zoon".

Hier volgt een belangrijke raad van de Heilige Geest door de mond van David:

Ik zal jullie de vreze des Heeren leren!

*13 Wie is de man die vreugde vindt in het leven, die dagen liefheeft om het goede te zien?*

De apostel Petrus haalt dit woord aan in 1 Petrus 3:10. Goede dagen zien en "het goede genieten" zit in hetzelfde Hebreeuwse woord opgesloten volgens Schriftkenners.

○ Het leven lief hebben en goede dagen zien!

○ Dat betekent zo ongeveer dat je het helemaal naar de zin hebt in de Heere.

○ En dat je met blijdschap en vrede in je hart het goede doet.

○ Dat het leven plezierig en heerlijk voor je is.

○ Inslapen 's avonds en weer wakker worden 's morgens om onder Gods rijke zegen opnieuw zo'n goede en heerlijke dag te genieten.

Dat is toch heel iets anders dan te klagen en te mopperen of om

---

<sup>5</sup> Mt. 6:33

met aanklachten en beschuldigingen in je hart rond te lopen.

*14 Behoed je tong voor het kwaad en je lippen voor het spreken van bedrog.*

Van belang is dus: Behoed je tong voor het kwaad, want dood en leven zijn in de macht van de tong. En wie reinheid van hart liefheeft, en vriendelijkheid van zijn lippen: een Koning is zijn vriend.<sup>6</sup>

*15 Keer je af van het kwaad en doe het goede; zoek de vrede en jaag die na.*

Je afkeren van het kwade; de brede weg niet onderzoeken maar die mijden. Bedenk al wat rein en waar is!<sup>7</sup>

De vrede zoeken en die na te jagen. Jezus sprak immers ook: Zalig zijn de vredestichters, want zij zullen Gods kinderen genoemd worden.<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Spreuken 18:21 en 22:11

<sup>7</sup> Filip. 4:8

<sup>8</sup> Mt. 5:9

*16 De ogen van de Heere rusten op de rechtvaardigen, Zijn oren zijn gericht op hun hulpgeroep.*

De rechtvaardigen doen goed en geen kwaad. Gods ogen zijn op hen. Zijn oren staan open voor hun hulpgeroep.

*17 Het aangezicht van de Heere is tegen hen die kwaad doen: Hij zal hun nagedachtenis van de aarde uitroeien.*

Het is duidelijke taal hier. De Heere is vóór de rechtvaardigen en tegen hen die kwaad doen.

Over hen die het goede deden, kunnen wij nog prachtige herinneringen in de Bijbel lezen: Ons gedachtenis boek.

En Jesaja 65:17 zegt over de nieuwe hemel en de nieuwe aarde:

*Want zie, Ik schep een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. Aan de vorige dingen zal niet meer gedacht worden, ze zullen niet meer opkomen in het hart.*

Dan is de gedachtenis van hen die kwaad deden, volledig van de aarde uitgeroeid.

*18 Zij roepen en de Heere hoort, Hij redt hen uit al hun benauwdheden.*

Zo heeft David het ervaren en zo mogen wij het ook ervaren.

*19 De Heere is nabij de gebrokenen van hart, Hij verlost de verbrijzelden van geest.*

Christenen met een gebroken of verbroken hart staan open voor de werkingen van de Geest. Als ze iets verdrietigs meemaken in hun leven, dan drijft hen dat naar Christus toe.

En iemand met een verbrijzelde geest verwacht niets meer van zichzelf maar des te meer alles van God.

*20 De rechtvaardige heeft veel ellende, maar uit dat alles redt de Heere hem.*

Wij moeten door veel verdrukkingen het Koninkrijk

Gods ingaan.<sup>9</sup> Maar als wij die verdrukkingen goed nemen, dan bewerkt:

"Onze lichte verdrukking, die van korte duur is, in ons een alles overtreffend eeuwig gewicht van heerlijkheid teweeg.<sup>10</sup>

Het resultaat gaat alles te boven, ja, alles overtreffend. Het is een gewicht van heerlijkheid wat in de innerlijke mens komt.

Het is een meer deel krijgen aan het beeld van Jezus. Een toename in de vrucht van de Geest in ons innerlijk. Het is een eeuwig gewicht van heerlijkheid.

De rechtvaardige heeft veel ellende, zo zegt ons Psalm 34:20 maar uit dat alles redt de Heere hem.

We kunnen gerust zijn want God is getrouw, Hij zal niet toelaten dat u verzocht wordt boven wat u aankunt, maar Hij

---

<sup>9</sup> Hand. 14:22

<sup>10</sup> 2 Cor. 4:17

zal met de verzoeking ook de uitkomst geven om die te kunnen doorstaan.<sup>11</sup>

*21 Hij bewaart al zijn beenderen, niet één daarvan wordt gebroken.*

Er staat in Johannes 19:32/33 en 36 over de gekruisigde Jezus:

32 De soldaten dan kwamen en braken wel de benen van de eerste en van de ander, die met Hem gekruisigd was.

33 Maar toen zij bij Jezus kwamen en zagen dat Hij al gestorven was, braken zij Zijn benen niet.

36 Want deze dingen zijn geschied, opdat het Schriftwoord vervuld wordt: Geen been van Hem zal gebroken worden.<sup>12</sup>

*22 Het kwaad brengt de goddeloze de dood; wie de rechtvaardige haten, worden schuldig verklaard.*

---

<sup>11</sup> 1 Cor. 10:13

<sup>12</sup> Psalm 34:21

Er zijn zonden die mensen te gronde richten. En zij, die rechtvaardigen haten, zullen hun straf daarvoor niet ontlopen.

*23 De Heere verlost de ziel van Zijn dienaren; allen die tot Hem de toevlucht nemen, worden niet schuldig verklaard.*

Hoe goed wordt ons leven, om bij de Heere onze toevlucht te zoeken en bij Hem te schuilen.

Psalm 62:8/9 noemen in dit verband prachtige woorden hierover:

In God is mijn heil en mijn eer; mijn sterke rots, mijn toevlucht is in God.

Vertrouw op Hem te allen tijde, volk; stort uw hart uit voor Zijn aangezicht. God is voor ons een toevlucht.

En allen die bij Hem schuilen, worden niet schuldig verklaard, en zo eindigt deze prachtige Psalm 34.