

**Psalm 139**  
*De Here weet alles*

Boven deze psalm staat het opschrift: de Here weet alles.

En zo is het ook. Wij gaan deze bijzondere psalm samen uitdiepen en tot ons hart laten spreken.

We kunnen deze psalm als volgt indelen:

01-06 Gods alwetendheid

07-12 Gods alom tegenwoordigheid

13-18 Bezingt het wonderwerk van de schepping van de mens

19-22 Afstand nemen vd goddelozen

23-24 Een bede om het juiste zicht over onszelf

*I* Een psalm van David, voor de koorleider.

Een lied, een psalm van David, opgedragen aan de koorleider van de eredienst in de tempel.

*Heere, U doorgrondt en kent mij.*

Iemand doorgronden wil zeggen: iemand tot op de bodem toe kennen, geheel en al. God kent ons door en door.

*2 U kent mijn zitten en mijn opstaan, U begrijpt van verre mijn gedachten.*

Zitten en opstaan doen we veel in ons leven; God ziet en volgt dit alles en verstaat daarbij van verre onze gedachten.

Hij kent de diepte motieven van onze gedachten, en niets is voor Hem verborgen.

*3 U onderzoekt mijn gaan en mijn liggen, U bent met al mijn wegen vertrouwd.*

Waarom onderzoekt hij bij ons alles?

Hij wil ons van schadelijke wegen afbrengen en ons leiden op de eeuwige weg.

Als dat Zijn wil is, en wij staan open voor correctie, dan is er samenwerking en komt er verandering.

Daarom staat er ook in de verzen 23/24 en dat zijn tevens onze kernteksten:

*23 Doorgrond mij, o God, en ken mijn hart, beproef mij en ken mijn gedachten.*

*24 Zie of er bij mij een schadelijke weg is en leid mij op de eeuwige weg.*

Het is een gebed: o God, doorgrond mij en toets mij, ook mijn gedachten. Wilt u aanwijzen, wat bij mij schadelijk (heilloos) is.

Wilt u aanwijzen in mijn leven, wat U niet behaagt, o mijn God. En leid mij op de eeuwige weg.

Dat is een weg, die niet vergaat. Een liefelijke weg, vol waarheid, vrede en altoos durende vreugde.

*4 Al is er nog geen woord op mijn tong, zie, Heere, U weet het alles.*

De NBG vertaling zegt het zo: Want er is geen woord op mijn tong, of, zie Here, Gij kent het volkomen.

Hij volgt alles en geen woord ontgaat Hem. En dat van alle

mensen, die leven. God is groot en wonderbaar.

Jezus zei hierover in Mt. 12:36  
*Van elk ijdel woord, dat de mensen zullen spreken, zullen zij rekenschap geven op de dag des oordeels.*

En als wij nu al rekenschap geven aan de Heer geven over iets wat boos en ijdel was, dan wil de Heer dat volkomen vergeven en hoeven wij later geen rekenschap daarover meer af te leggen.

Petrus schrijft: het is nu de tijd, dat het oordeel begint bij het huis Gods.

*5 U sluit mij in van achter en van voren, U legt Uw hand op mij.*

De Heer sluit ons in, Hij omgeeft ons van achter en van voren. Door zijn heilige Geest is Hij hier onder ons vanavond. Hij is werkelijk in ons midden door Zijn Geest.

Het is, zoals Paulus zegt in Hand. 17:28 "Want in Hem le-

ven wij, bewegen wij ons en bestaan wij."

U legt Uw hand op mij, schrijft David. Over Ezechiël staat geschreven dat de hand des Heren op hem was.

*6 Dit kennen – het is mij te wonderlijk, te hoog, ik kan er niet bij.*

De verzen 1 t/m 6 gaan over Gods alwetendheid. En boven deze psalm staat in de NBG vertaling: Gods alwetendheid, der vromen troost.

Het is met ons verstand niet te bevatten dat Hij alles weet.

We gaan nu naar de verzen 7 t/m 12 en die gaan over Gods alomtegenwoordigheid.

We gaan deze verzen lezen:

*7 Waar kan ik Uw Geest ontgaan, waar Uw aangezicht ontvluchten?*

Op die vraag is maar één antwoord en dat is: nergens

*8 Al steeg ik op naar de hemel, U bent daar (vanzelfsprekend, God is in de hemel, maar nu de lijnrechte tegenstelling: of legde ik mij neer in de hel, zie, U bent daar (letterlijk staat er niet hel, maar dodenrijk).*

Ook daar kwam Jezus terecht toen Hij stierf en Hij heeft daar zelfs gepredikt staat in de Petrusbrief.

*9 Nam ik vleugels van de dageraad (David denkt aan de snelheid waarmee de dageraad, het morgenlicht, zich verspreid) woonde ik aan het einde van de zee (ging ik per vliegtuig helemaal naar het Zuiden der wereld, naar Antarctica ...)*

*10 ook daar zou Uw hand mij leiden en Uw rechterhand mij vasthouden.*

Zou u of ik daar door de wil van God zijn, dan zal Zijn hand ons ook daar leiden en Zijn rechterhand ons – geestelijk gesproken – vasthouden en ons bewaren.

*11 Zei ik: Ja, duisternis zal mij opslokken! dan is de nacht een licht om mij heen. (de nacht wordt een licht om mij heen, omdat U om mij heen bent).*

*12 Zelfs de duisternis maakt het voor U niet duister, maar de nacht licht op als de dag, de duisternis is als het licht.*

In Hebr. 4:13 staat: "Er is geen scheepsel onzichtbaar voor Hem" Nee, de duisternis maakt het voor Hem niet duister.

Voor Hem is de duisternis als het licht. " alle dingen liggen open en ontbloot voor Hem, aan wie wij rekenschap hebben af te leggen"

En nu gaan we naar de verzen 13 t/m 18 die het wonderwerk van de schepping van de mens bezingen.

*13 Want Ú hebt mijn nieren geschapen, mij in de schoot van mijn moeder geweven.*

Wij hebben filters in ons lichaam – onze twee nieren – die overtol-

lige stoffen en vloeistof uit het bloed halen: een soort reinigings systeem van ons bloed.

De nieren produceren een vloeistof, dat het lichaam afvoert vanuit onze blaas.

Iedere nier bevat ongeveer 1 miljoen kleine filtertjes die ons bloed zuiveren. Ons bloed stroom ongeveer 400 keer per dag door elke nier.

Een unieke zuiverings installatie dus. Hij heeft deze nieren gevormd en ons geweven in de schoot van onze moeder.

*14 Ik loof U omdat ik ontzag wekkend wonderlijk gemaakt ben; wonderlijk zijn Uw werken, mijn ziel weet dat zeer goed.*

*15 Mijn beenderen waren voor U niet verborgen, toen ik in het verborgene gemaakt ben en geborduurd werd in de laagste plaatsen van de aarde.*

Hiermee wordt de moederschoot genoemd.

In onze handen zitten spieren en pezen, waarmee wij onze vingers kunnen intrekken en uitstrekken.

Er zitten wel 600 verschillende soorten spieren in ons lichaam; de meeste spieren zitten met stevige banden aan de botten vast en die spieren noemen we: pezen

We hebben voortdurend energie nodig om het lichaam kracht te geven.

Door de spijsverterings organen komt er brandstof in het bloed in door het ademhalings systeem komt er zuurstof in het bloed.

Ik loof U, omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben.

In ons bloed zitten rode bloedchaampjes die de zuurstof vervoeren en witte bloedlichaampjes die infecties bestrijden.

Ons hart zorgt ervoor, dat het bloed door het lichaam blijft circuleren.

Ons hart trekt zich ongeveer 60 tot 100x per minuut samen. Als we uitgaan van 60x per minuut, dan klopt het hart dus 3600 keer

per uur en dat is ongeveer 32 miljoen keer per jaar. Wat een schitterende motor !!

Ik loof U, omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben.

In het voorste deel van ons hoofd zitten wel 30 spieren, waarmee wij gelaatsuitdrukkingen kunnen maken.

Van een glimlach tot een diepe frons. Van verwondering naar afgrijzen. Van blijdschap naar vreugde. 30 spieren, waarmee wij kunnen lachen en huilen.

Telkens als wij onze ogen knippen, komt er een laagje oogvocht op het blootgestelde oppervlak. Op het netvlies zorgen ongeveer 130 miljoen cellen, dat wij kunnen kijken.

Ik loof U, omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben.

De huidlappen aan de zijkant van ons hoofd kunnen niet horen, maar zij vangen de geluidsgolven op en gieten die als het ware in onze gehoororganen.

In het zgn. slakkenhuis achter het trommelvies worden geluiden omgezet in elektrische signalen, die zich voor uitleg naar de hersenen haasten.

Als ik zeg "papagaai" dan hoort u dat woord, het woord papagaai komt in uw hersenen terecht en u denkt gelijk aan een bepaald beeld wat bij een papagaai hoort. U ziet a.h.w. een papagaai in uw hersens.

Onze longen: Wanneer u rustig zit te lezen of te luisteren, ademt u ongeveer 15 keer per minuut een halve liter lucht in. Als iemand hard loopt, het dubbele.

In onze longen zitten ongeveer 700 miljoen longblaasjes. Rondom die longblaasjes zitten hele kleine bloedvaatjes, zodat zuurstof in ons bloed wordt opgenomen.

Ik loof U, omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben.

*16 Uw ogen hebben mijn ongevormd begin gezien, en zij allen werden in Uw boek beschreven, de dagen dat zij gevormd wer-*

*den, toen er nog niet één van hen bestond.*

God zag ons al van te voren, ja, zegt Efeze 1:4 "Hij heeft ons immers in Hem uitverkoren vóór de grondlegging der wereld, opdat wij heilig en onberispelijk zouden zijn voor zijn aangezicht."

*17 Daarom, hoe kostbaar zijn mij Uw gedachten, o God, hoe machtig groot is hun aantal.*

De gedachten van God zijn mij kostbaar, zegt David.

Jeremia 29:11 noemt: "want Ik weet, welke gedachten Ik over u koester, luidt het woord des Heren, gedachten van vrede en niet van onheil, om u een hoopvolle toekomst te geven."

Gods gedachten zijn er op gericht om ons een hoopvolle toekomst te geven.

*18 Zou ik ze tellen? Zij zijn talrijker dan korrels zand; ontwaak ik, dan ben ik nog bij U.*

"ontwaak ik, dan ben ik nog bij U." Hij sliep in met God en Hij ontwaakte met God.

En dat volgen de verzen 19-22  
afstand nemen van de goddelo-  
zen

*19 O God, breng de goddeloze  
om! Mannen van bloed, ga weg  
van mij.*

Gewelddadige mensen, die on-  
schuldig bloed vergieten. Dat  
zien wij ook in onze tijd.

"Breng ze om, Heere" , is het ge-  
bed van David.

*20 Want met listige plannen  
spreken zij over U en zij zetten  
Uw vijanden aan tot valsheid.*

*21 Zou ik niet haten, Heere, wie  
U haten, walgen van wie tegen  
U opstaan?*

*22 Ik haat hen met een volkomen  
haat, mijn eigen vijanden zijn  
het.*

De duivel en zijn engelen ston-  
den tegen God op. In wezen zijn

dat onze vijanden, die wij mogen  
haten met een volkomen haat.

Jezus sprak in Johannes 10:10  
"de dief (zo noemt hij de duivel)  
komt niet dan om te stelen, te  
slachten en te verdelgen."

Dat is het wezen van de boze en  
de demonen: stelen, slachten en  
verdelgen. En mensen, die van  
die geest bezeten zijn, doen het-  
zelfde.

"Maar Ik, zegt Jezus, ben geko-  
men, opdat zij leven hebben en  
overvloed."

De verzen 23 en 24 zijn een ge-  
bed, om het juiste zicht over ons-  
zelf.

*23 Doorgrond mij, o God, en  
ken mijn hart, beproef mij en ken  
mijn gedachten.*

*24 Zie of er bij mij een schade-  
lijke weg is en leid mij op de  
eeuwige weg.*

Het is een heel persoonlijk en  
eerlijk gebed:

- Doorgrond mij, o God
- Ken mijn hart
- Beproof mij
- Ken mijn gedachten.
- Zie of er bij mij een schadelijke weg is
- Leid mij op de eeuwige weg.

Heere, mijn God. Ik sta open voor correctie in mijn leven over alles, wat schadelijk, heilloos, zinloos en leeg is en leid mij op de eeuwige weg.

De weg waarop alles zin heeft, de weg waarop alles zuiver is, de weg waarop wij wandelen in het licht, de weg die er eeuwig zal zijn.