

KUN JE KIEZEN VOOR VERTROUWEN verkondiging bij Psalm 56

Ooit zag ik op TV een reportage over een gehandicapte man die duikles krijgt in het zwembad. Het doel van Jos – zo heet hij – is dat hij in zee duiken. Jos zit in een rolstoel en kan alleen zijn hoofd bewegen. Met alles moet hij geholpen worden. Met een takel wordt hij in het water gezet. Vrijwilligers van de duikvereniging helpen hem. De verslaggever stelt aan hen de mooie vraag: waar is Jos goed in? Zonder aarzelen luidt het antwoord in koor: vertrouwen. Jos geeft zich helemaal over aan ons en vertrouwt zich volledig aan ons toe. Ik hoor daar een paar aspecten in: Vertrouwen is iets relationeels. Blijkbaar zijn die gasten van die duikvereniging voor hem te vertrouwen. Jos ‘weet’ wat hij aan ze heeft. Daar heeft hij goede redenen voor. De vraag is dan: op grond van wat? Het zal meer zijn dan hun blauwe ogen. En het heeft te maken met loslaten. Jos verwacht dat die vrijwilligers het beste met hem voor hebben. De garantie daarvoor heeft hij niet, er is geen zekerheid. Hij is afhankelijk en kwetsbaar. Maar er is geloof in hun betrouwbaarheid. Daar zit een risico in. Het vraagt om een ‘leap of faith’, een sprong van vertrouwen. Want Jos kan ook angstig denken: als ze me nu eens loslaten, als ze de duikfles vergeten aan te sluiten ... Hij had ook kunnen denken: laat dat duiken maar zitten, koffiedrinken met elkaar is ook leuk en bovendien veiliger. Maar nee hij vertrouwt ze... En is dat vertrouwen een keuze of het een geschenk?

Dit laat veel zien ons leven. We staan er niet bij stil, maar vertrouwen speelt voortdurend een grote rol. Steeds gaan we ervan uit dat de mensen om ons heen ook als we ze niet kennen - het goed met ons voor hebben. Want wie zegt dat degene die naast je staat bij de kassa jou niet klap voor je hoofd geeft. Dat weet je helemaal niet, maar toch gaan we ervan uit dat niet gebeurt. En terecht!, want de meeste mensen deugen. Zonder vertrouwen kun je niet leven. Maar je vertrouwen kan ook ernstig geschokt zijn. Als je een keer 's avonds beroofd bent. zijn ineens alle voorbijgangers potentiële daders. Meestal herstelt dat beeld, gelukkig. En je zult maar in een onveilige omgeving zijn opgegroeid. Dat je niet wist hoe de vlag er deze keer bij stond als je uit school kwam. Kreeg je te horen dat je niet deugde of werd je genegeerd? Dan leer je dat niets en niemand te vertrouwen zijn. Die duikles laat ons ook veel zien over geloven. Want is geloven - als je het helemaal uitpelt – niet ten diepste je vertrouwen op God stellen? Maar zodra je het over vertrouwen hebt, heb je het ook over angst. Tussen die twee polen speelt heel ons leven zich af. Misschien wordt alles wat we denken en doen wel geboren uit één van die twee bronnen, of een mengsel daarvan. Nu is er op zich niks mis met angst. Het zorgt dat je niet zomaar oversteekt. Normale angst beschermt je, maar abnormale angst verlamt je.

In Psalm 56 is ook iemand aan het woord die bang is, doodsbang. Het gaat over een vluchteling. Het is David. Hij is op de vlucht voor Saul en nu is hij in handen van de Filistijnen gevallen. De angst heeft hem bij de kladden gegrepen. We hebben nu met een andere David te maken dan met de kleine David die onverschrokken de reus Goliath tegemoet trad. Vol vertrouwen – zonder pantsering, alleen met vijf stenen en zijn slinger – stapte op Goliath af. Hoe anders is het nu! Alle vertrouwen lijkt verdwenen, de angst is volop aanwezig. Zo kan het dus gaan in mensenleven. Het ene moment ben je vol vertrouwen, het ander moment ben je in de greep van de angst.

David dealt in Psalm 56 met zijn angst. Hij laat die aan God zien Hij blijft er niet alleen mee, hij presenteert zijn angst aan God. Martin Luther King zei: ‘Ons probleem is dat we vaak angst zonder geloof te lijf gaan.’ Angst is een onprettige emotie. Je wilt er vanaf, liefst zo snel mogelijk. Maar een oude monnikenwijsheid zegt: iets kan pas veranderen als het er eerst voluit mag zijn. David laat zijn angst er volop zijn. ‘In mijn bangste uur, vertrouw ik op U’ Hij is nog nooit zo bang geweest. In eerste instantie aanvaardt hij dat zo bang is. Hij veroordeelt zichzelf niet. Zo van: toen met Goliath was je zo moedig, maar moet je nu kijken. Nee, hij accepteert dat hij bang is. Hij ontkent het niet. Hij voelt het helemaal, ook in zijn lijf. Dan, dan pas, maakt hij de stap naar vertrouwen. Hoe werkt

dat? Want als bang bent, ben je niet in de stemming om op God te vertrouwen. David zegt niet: als ik bang ben, vertrouw ik op God. Hij zegt: *dán* vertrouw ik op U. In zijn angst en paniek spreekt hij God aan. Godsvertrouwen kun je proberen uit jezelf te halen maar als je bang bent kan het zomaar weg zijn. Je hebt hier van binnen geen voorraadge Godsvertrouwen. De bange momenten leren je dat je het *krijgt*. David spreekt God aan, *U*, ik vertrouw op U. Daarmee maak je de beweging van je eigen angst naar God, die betrouwbaar is. God die heeft gezegd: *Ik laat je niet schieten, ook niet als je door het water en door het vuur gaat*. Je eigen angstige gevoel staat niet meer in het middelpunt, maar God. Het werkt reinigend als een quarantaine voor je ziel. Het is een keuze om in je angst je tot God te wenden. Het is een geschenk om dan vertrouwen te ervaren. Zo maakt David de stap van angst naar vertrouwen. Blijkbaar kan dat, dat je die overstap maakt. Maar de angst zul je nooit volledig achter je laten. Vaak zal het dubbel blijven.

Een Griekse filosoof zei eens: 'Niet de dingen zelf maken ons bang, maar onze gedachten daarover.' Niet de situatie maakt ons angstig, maar hoe we er over denken. Soms gaan de gedachten met je aan de haal. Je voelt een pijntje en je denkt direct het ergste. Hoe zou David over zijn situatie denken? Als je die Psalm doorleest is dat niet positief. Hij voelt zich bedreigd en bespied door zijn tegenstanders. Zijn vijanden zijn uit op zijn ondergang. In de Psalmen gaat het vaak over vijanden Nu denk je wellicht, ik heb eigenlijk geen vijanden. In veel kloosters worden alle 150 Psalmen in één maand gelezen, of beter gezegd gebeden. Daar zeggen ze over de vijanden. De vijanden zijn alle dingen die je bang maken. Het kunnen je nare gedachten zijn. Zo gezien, kun je wel veel vijanden hebben. De toekomst voor je kinderen, hoe het in Amerika verdergaat, het klimaat, je gezondheid, Als je Psalmen zo leest, komen ze heel dichtbij. Ook deze Psalm 56.

David laat zien hoe je kunt omgaan met alle dingen die je bang maken. Op een gegeven moment zegt hij zelfs: 'Op God vertrouw ik, angst ken ik niet' In moeilijke situaties zeggen we vaak tegen elkaar: je moet maar vertrouwen hebben of je moet maar op God vertrouwen. Maar wat betekent dat dan? Waarop vertrouw je dan precies op? Dat David deze hachelijke situatie zal overleven? Dat het wel goed komt? Dat je niet ziek wordt of dat het met het klimaat wel goed komt? Wat betekent op God vertrouwen eigenlijk? Vertrouwen is niet iets wat je wel of niet hebt, maar ook keuze. Iemand maakt in Japan een aardbeving mee. Het gevolg is dat hij de aarde niet meer vertrouwt, ook als hij weer in Nederland is. Totdat hij er voor kiest om de grond onder zijn voeten weer te vertrouwen. Daar zijn in Nederland goede redenen voor. De kans op een aardbeving is hier minimaal. Zo zijn er goede redenen voor de keuze om God voor betrouwbaar te achten. Hij die gezegd heeft: Ik ben je met. Als je daarop vertrouwt, ben je nooit alleen. 'Want dit weet ik: God staat mij terzijde' zegt David. Daar richt zich zijn vertrouwen zich op. Dat hoe dan ook, God bij je is. Ook al is er geen goede afloop. Je bent geborgen. Ben je dan nooit meer bang? Zo werkt het vaak niet. Het vertrouwen verdampt snel en de angst komt terug. Ook bij David in deze Psalm. Voor een tweede keer zegt hij: 'Op God vertrouw ik, angst ken ik niet.' Hij moet opnieuw het rondje maken. Je valt steeds terug. Maar het belangrijkste is dat hij zich in zijn angst op God richt, steeds opnieuw. En dan verandert er wat, dat is heilzaam. Het vertrouwen groeit, de angst verliest z'n greep.

Kun je kiezen voor vertrouwen? Voor vertrouwen is durf nodig. Voor beginnen met vertrouwen is vertrouwen nodig. Hoe doorbreek je dat? De enige manier is het gewoon gaan doen. Je moet een stap zetten. En je hoeft niet de hele trap te zien, om een eerste stap te zetten. Zoals voor het eerst fietsen zonder zijwieltjes. Maar als je met een sprong van geloof op je fietsje stapt ontdek je: ik val niet om, als ik maar doortrap ... De keuze wordt een geschenk. En mocht ik vallen, ik word opgevangen. God staat mij terzijde. Je bent niet alleen. God is te vertrouwen. Angst klopte op de deur. Geloof, vertrouwen deed open. Er was niemand.' Amen