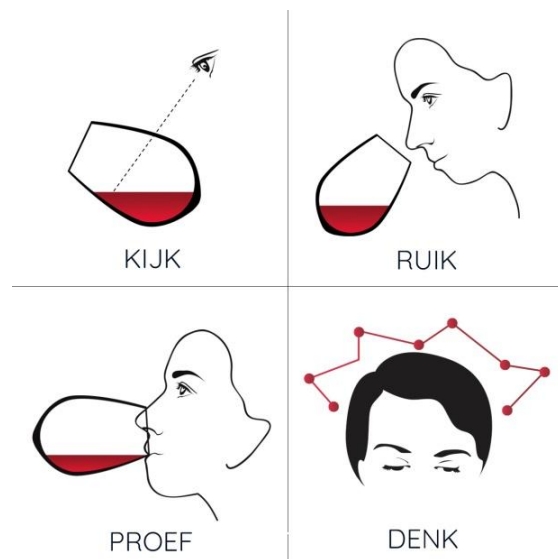


Jaren geleden - het was nog in Friesland - vierden we het avondmaal bij iemand thuis. Eerst was er de maaltijd van de Heer in de kerk. Daarna ging ik met een ouderling en een diaken naar mensen thuis. Het ging om een doodzieke vrouw - ze had een vorm van leukemie - en haar man. We zitten rondom de kleine tafel. Tjerk de diaken gaat naar de keuken. Hij schenkt de wijn in en doet het brood op een bord. De koffiekopjes worden aan de kant geschoven. Het brood en de wijn worden op tafel gezet. Een kort gebed klinkt. De instellingswoorden: *'Neem en eet, doe dit tot mijn gedachtenis.'* Het brood en de wijn gaan rond. *'Het lichaam van Christus voor jou.'* Daarna lezen we Psalm 103: *"Looft de Heer mijn ziel en vergeet niet één van zijn weldaden.'* Heel gewoon, heel vanzelfsprekend. Dan is er koffie met lekkere gevulde koeken van de bakker. Heel gewoon, heel vanzelfsprekend, maar zo bijzonder. *'Proef en geniet dat de Heer goed is.'* Dat deden we. Ook in het samenzijn. Met elkaar proefde we dat de Heer goed is. Het was een gouden moment van Gods goedheid. Niet dat we daar uitgebreid over spraken, dat lag niet in de aard van de mensen, maar we voelde het allemaal. Een half jaar later overleed ze, maar niet voordat ze zei: *'Goed, dat we dat beleefd hebben.'* Morgenmiddag is er trouwens ook zo'n avondmaalsviering bij iemand thuis. Speciaal voor mensen die het niet redden om hier te zijn. Mocht u behoefte daaraan hebben, laat het maar weten. We zullen het ook publiceren.

Proef en geniet dat de Heer goed is.' Een verdwaalde regel uit Psalm 34. Al in de vroege kerk zijn deze woorden een rol gaan spelen bij het avondmaal. Logisch, gezien de associatie. Maar ik wil eerst even met U kijken met naar de betekenis van deze woorden in het geheel van de Psalm. Bovenaan de Psalm staat: Van David. En dan staat erbij. Deze Psalm is gedicht nadat koning Abimelech David had weggejaagd. David moest vertrekken omdat hij zich als een gek had voorgedaan. Waarschijnlijk verwijst dit naar een verhaal uit 1 Samuel 21. David is daar op de vlucht voor Saul. Want Saul is jaloers op zijn populariteit. David komt dan terecht in het land van de Filistijnen waar ene Akis koning is. Dat klopt trouwens niet met het opschrift van de Psalm. Daar staat dat het om Abimelech gaat. Waarschijnlijk zijn de namen door elkaar gehaald, dat zeggen tenminste de mensen die er verstand van hebben. Maar goed, David is daar bij de Filistijnen. Incognito denkt hij. Maar hij wordt herkend: *'Hé, is dat David niet?'* David schrikt zich naar. Misschien zal koning Akis hem doden. *'Weet je wat? Ik doe net of ik gek ben.'* besluit hij. Letterlijk: hij verdraait zijn verstand. Dat gaat hem goed af. Als een waanzinnige gaat hij tekeer. Hij kwijlt in z'n baard. Met z'n nagels krabt hij op de stadspoort. *'Die man is gek.'* roept koning Akis uit. *'Ik heb al genoeg gekken hier, wat moet die man hier?'* Zo kan David ontsnappen. Bij deze gelegenheid schijnt deze Psalm geschreven te zijn. De rode draad is: *'Ik prijs de Heer. Want in mijn verdrukking riep ik tot de Heer Hij heeft geluisterd en mij uit de nood gered.'* David roept iedereen op om samen met hem de Heer te loven. *'Roem met mij de grootheid van de Heer.'* En: *proef en geniet de goedheid van de Heer.* Nu kan ik goed begrijpen dat Davis opgelucht was toen hij ontsnapt was. Maar... Het was natuurlijk wel een gênante vertoning. Hij moest zich letterlijk als een idioot gedragen om z'n vege lijf te redden. Een mens doet wat om z'n hachje te redden! Maar gênant was het wel, tenenkrommend! Maar David labelt het anders. Hij zingt: *'Ik zag geen uitweg meer. Ik riep de Heer om hulp. En God luisterde.'* David kreeg het benauwd, maar hij kreeg de inval om zich als een waanzinnige te gaan gedragen. Je moet er maar op komen. Maar David zag daarin de hulp van God. En hij proefde daarin de goedheid van God. Het was tenenkrommend, het was een gênante vertoning, maar David zag daarin een teken van Gods goedheid. Dat is zijn gelovige duiding van deze gebeurtenis in zijn leven. Ik weet niet of ik dat zo gauw zo zou doen.

Denk maar eens terug aan gênante momenten uit je eigen leven. Zou jij daarin de goedheid van de Heer willen proeven? Want David had ook heel anders kunnen denken. Zo van. *'God liet me in de steek. Hij liet het zover komen dat ik me als een idioot moest gedragen.'* Maar, nee hij proefde daarin de goedheid van de Heer.

De vraag is wanneer ervaar je de goedheid van de Heer? Wij zien de goedheid van de Heer meestal in de mooie en goede dingen van het leven. Als er een kind wordt geboren, als mensen elkaar steunen, als je herstelt van een ziekte. Terecht. Maar vanmorgen ligt er een andere vraag op ons bordje. Kun je de goedheid van de Heer proeven in situaties die gênant zijn. Kun genieten van de goedheid van de Heer als je op je kwetsbaarst bent. Als je het niet meer weet. Als het niet meer lukt. 'Proef en geniet de goedheid van de Heer.' Dat woord voor proeven dat hier gebruikt wordt is letterlijk over je tong laten gaan. Zoals een wijnkenner. Je schenkt de rode wijn langzaam - vooral langzaam - in een groot glas. Je houdt het glas tegen het licht. Wat is kleur? Het ene rood is het andere niet. Je steekt je neus erin. Je ruikt. Dan neem je een slok en laat die over je tong rollen Dat is proeven! Ik heb er ook een plaatje van. Proeven is een heel proces. Het vraagt aandacht. Vaak slobberen we de wijn van het leven zo naar binnen. Dat is zonde. Het gaat over bewust waarnemen. Genieten begint bij je zintuigen, zoals we in de preek over Prediker hoorden. Wij protestanten zijn vanouds gericht op het Woord van God En op het horen ervan. Maar ook met onze andere zintuigen kunnen we de goedheid van de Heer waarnemen. Waar ruik je? Waar zie je die? Waar voel je? als je naar door het leven stapt. Hou het glas van je leven tegen het licht. Proef! Geniet! Ook van de dingen die op eerste gezicht niet smaken. En wie z'n leven zo beproeft zal de goedheid van de Heer kunnen ontwaren. Toen je je gedragen wist. Toen er op het goede moment de goede mensen waren. Toen je de goede inval kreeg. Maar ook de bittere zaken. Maar daarin wellicht ook wel de Gods goedheid.



We zullen zo dadelijk de maaltijd van de Heer vieren. Proef en geniet de goedheid van de Heer. Maar gaan niet onszelf beproeven. We gaan niet proeven of wij wel goed zijn. en ook niet de mate van goedheid van ons eigen leven. Nee, we proeven en genieten de goedheid van de Heer. Veel mensen kunnen gelukkig in hun eigen leven iets van de goedheid van God proeven. Maar de goedheid van de Heer is vooral te proeven in wat Jezus voor ons gedaan heeft. Zijn leven, zijn sterven, zijn opstanding. Brood en wijn vertellen daarover. Ze vertellen: Ik ben bij je als je lijdt. Ik deel je leven, je gebroken - soms kwetsbare en gênante - leven. Ze vertellen: Je hoeft niet voor je eigen rekening te leven. Ik vergeef je. Je kunt elke dag opnieuw beginnen. Ze vertellen: Je zult eenmaal de smaak van de vreugde van God proeven. Proef en geniet de goedheid van de Heer. Amen