

Bijbelwandeling

Psalm 16

1 Een stil gebed van David.

Hoe doe jij dat?

Behoed mij, God, ik schuil bij u.

2 Ik zeg

tot de HEER: 'U bent mijn Heer,
mijn geluk, niemand gaat u te boven.'

Hoe is dat bij jou?

Welke machten
heb jij vereerd?

3 Maar tot de goden in dit land,
de machten die ik vereerd heb, zeg ik:

4 'Wie u volgt, wacht veel verdriet.'

Ik pleng voor hen geen bloed meer,
niet langer ligt hun naam op mijn lippen.

5 HEER, mijn enig bezit, mijn levensbeker,
u houdt mijn lot in handen.

6 Een lieflijk land is voor mij uitgemeten,
ik ben verrukt van wat mij is toebedeeld.

Wat heb jij gekregen?
Wat doet dat jou?
Hoe ga je er mee om?

7 Ik prijs de HEER die mij inzicht geeft,
zelfs in de nacht spreekt mijn geweten.

8 Steeds houd ik de HEER voor ogen,
met hem aan mijn zijde wankel ik niet.

Besef dat tijdens je lopen
Herhaal deze zin een paar
keer bij een volgende stap

Voel je lichaam.
Hoe voelt het?

9 Daarom verheugt zich mijn hart en juicht mijn ziel,
mijn lichaam voelt zich veilig en beschermt.

10 U levert mij niet over aan het dodenrijk
en laat uw trouwe dienaar het graf niet zien.

Hoe gaat dat bij jou?
Voel je dat ook?

11 U wijst mij de weg naar het leven:
overvloedige vreugde in uw nabijheid,
voor altijd een lieflijke plek aan uw zijde.

Besef wat je hier zegt/leest.
Wat betekent dit?
Hoe wordt dat concreet in jouw leven?