Stella straat

Psalm 31

"My tye is in u hand"

Adoramusdiens 10 Mei 2020

Anton Plenaar

My tye is in u hand - Psalm 31

Vriende, die tema van ons Adoramusdiens is ook die opskrif van die lied in ons Afrikaanse Bybels - Psalm 31. Daar is meer as een teorie oor hoe en waar dié Psalm saamgestel is, of oorspronklik gebruik is. Ons aanvaar dat die lied bekend en geliefd was in va'meleë se geloofsgemeenskappe.

Die wonderlike van ou liedere en gedigte in die Bybel, is dat hulle eintlik nooit 'oud' word nie. Eerder, danksy vertalings in moderne moedertale, word die inhoud van dié liedere gou deel van nou se geestelike taal.

1 **Musiek**. Kom ons begin ons meditering met musiek. Russiese koormusiek. Ons luister na die St. Petersburg Kamerkoor se *"Alleluia, Behold the Bridegroom"*. As jy kan maak jou oë toe terwyl jy luister, en voel hoe die musiek in jou gemoed resoneer. In die woorde van Arvo Part: *The best music in the world is the human soul.*

Druk met die rekenaarmuis op die onderstaande skakel terwyl jy die *control*-knoppie van jou rekenaar inhou. Die rekenaar sal jou na die musiek neem.
https://www.youtube.com/watch?v=fqXQ-hn1TTc

2 **Lees** nou Psalm 31:1-6 en ook verse 15-16.

3 **Kies vir jou 'n vers** of 'n sinsnede uit die gelese gedeelte – iets wat terwyl jy lees, jou aanspreek. Probeer die sinsnede dan memoriseer sodat dit tuis word in jou gedagtes.

4 Voordat jy stil word wil jy nie die volgende **bepeins** nie? Wat is dit wat jou lewensbestaan nóú bedreig? Of liewer, wat is dit wat op dié oomblik ménslike lewensbestaan bedreig? Wat of wie het in ons lewenstyd die plek van die digter

se vyand ingeneem? Is dit vir jou moontlik om die sinsnede wat jy flussies gekies het, in jou gedagtes te kultiveer as jóú beskerming?

5 **Probeer om met jou liggaam en jou gedagtes stil te word.** Vir so agt minute lank. Maak jou verstand net oop vir die sinsnede wat jy gekies het, en laat God toe om met daardie woorde in jou te beweeg.

6 Ons luister na **nog 'n lied** uit die Russiese kultuur. Die keer na *"The Lord's Prayer"* van Nikolay Kedrov, Sr. Onthou weer om die *control*-knoppie in te hou wanneer jy met die rekenaarmuis op die onderstaande skakel kliek. https://www.youtube.com/watch?v=p3iYnHx8P0s

7 **Gebed**. Dankie Here vir u teenwoordigheid in my binneste. Ek maak weer die keuse om my lewe in u hand te plaas. Ek sê dieselfde as die ou digter: Ek vertrou op U, Here, ek sê: U is my God. My tye is in u hand. Ook die jaar 2020.

Amen.