

BIDDEND LEVEN
*Psalmvieringen, een vorm
van Eliaans getijdengebed*

Kees WAAIJMAN

BIDDEND LEVEN

*Psalmvieringen, een vorm van
Eliaans getijdengebed*

© Carmelitana

© 2026

Afbeelding cover: Charlotte Caspers, *Portret van een Esdoorn*, 2019.

ISBN:

Wettelijk depot:

NUR:

Vormgeving: Press Point.be, Kluisbergen

Druk: BestinGraphics

Inhoud

Woord vooraf	9
Hoofdstuk 1 In de geest en de kracht van Elia	13
1.1 Een zoektocht	14
1.2 De visie van Titus Brandsma	21
1.3 Opzet van het boek	48
 DEEL 1 De dubbele geest van het Eliaans getijdengebed	 51
Hoofdstuk 2 Traditie en receptie	53
2.1 Naar de oorspronkelijke bron	54
2.2 Nieuwe tijden vragen nieuwe vormen	59
2.3 Onzevader zeggen	65
2.4 Kathedraal officie	70
2.5 Monnikengebed	81
2.6 Vernieuwing van het getijdengebed	89
 Hoofdstuk 3 Actie en contemplatie	 97
3.1 Contemplatieve vredesactie	99
3.2 Heiliging van de Naam	104
3.3 Heiliging van de tijd	111
3.4 Heiliging van de ruimte	121
3.5 Heiliging van het handelen	126
3.6 Heiliging van de mens	132

Hoofdstuk 4 Meditatie en contemplatie 139

4.1	Mondgebed en meditatief-contemplatief bidden	140
4.2	De zeggings van het colon	145
4.3	De bezinningsruimte van het vers	151
4.4	Het wenden en keren van de strofen	156
4.5	De psalm van buitenaf	163
4.6	De bouw van het Psalter	167
4.7	De Schrift en het Psalter	174

DEEL 2 Biddend leven met het Eliaans getijdengebed 181

Hoofdstuk 5 Leven in Gods tegenwoordigheid 183

5.1	Bidden zonder onderbreking	187
5.2	Eén psalmvers	194
5.3	Bezinning, viering en erkenning	200
5.4	De oefening der oefeningen	206
5.5	De bloem in de zon	213
5.6	Het Eliaans getijdengebed	220

Hoofdstuk 6 Liefde voor de eenzaamheid 227

6.1	Eenzaamheid en liefde	234
6.2	Geliefde eenzaamheid	241
6.3	Eenzaamheid en getijdengebed	248

Hoofdstuk 7 Onthechting 269

7.1	De verborgenheid van God	270
7.2	De onthechtende hechting van de devotie	276
7.3	Zeven gebedsbewegingen	283

DEEL 3 Liturgische spiritualiteit van het Eliaans getijdengebed	311
Hoofdstuk 8 Mystiek getijdengebed	313
8.1 O wonderlijke ruil	316
8.2 De mystiek-liturgische traditie	323
8.3 Psalmische mystiek	335
Hoofdstuk 9 Liturgische deelneming en onderricht	353
9.1 Volle deelneming	358
9.2 Doenlijke deelneming	361
9.3 Wetend en bewust	366
9.4 Werkzame deelneming	374
9.5 Vrome deelneming	385
Hoofdstuk 10 Psalmvieringen	397
10.1 Zang	398
10.2 Beurtlezing	407
10.3 Stilte	414
10.4 Psalm	419
10.5 Stilte	425
10.6 Wenk	428
10.7 Gebed	433
10.8 Zang	438
Nawoord	447
Bibliografie	451
Afkortingen	461
Bijlage: Psalmviering 50	463

Woord vooraf

Dit boek is het resultaat van een jarenlange zoektocht naar een nieuwe vorm van getijdengebed. Het Tweede Vaticaans Concilie dat van 1962-1965 in Rome plaatsvond, pleitte in zijn eerste document voor een vernieuwing van het getijdengebed (ook bekend als het brevier, het koorgebed, het goddelijk officie). Het concilie stond een vernieuwing voor ogen waardoor het getijdengebed niet langer voorbehouden zou zijn aan priesters en kloosterlingen maar geschikt voor alle gelovigen die het willen bidden.

Om het getijdengebed uitnodigend te laten zijn voor gelovigen die niet in een klooster wonen waren ingrijpende aanpassingen nodig. Daarvoor moest opnieuw nagedacht worden over de structuur, de taal en de inhoud van het getijdengebed. Met enthousiasme werd gewerkt aan de gewenste liturgische vernieuwing. In 1971 werd een vernieuwde Latijnse standaarduitgave gepubliceerd die in 1985 nog een update kreeg met gebruik van herziene Bijbelvertalingen. Nu, zestig jaar na het concilie, moeten we echter vaststellen dat van de gewenste verbreding van het getijdengebed voor alle gelovigen, wereldwijd niet veel terecht is gekomen.

De Nederlandstalige vernieuwde standaarduitgave van het getijdengebed verscheen pas in 1990, 25 jaar na het concilie. Maar in de tussentijd was er niet stilgezeten en het nadenken over het 'hoe' van de liturgische vernieuwing was niet stil te zetten. Kees Waaijman was nauw betrokken bij de liturgische vernieuwing in het Nederlandse taalgebied. Eind jaren '60 was hij als jonge karmeliet begonnen met zijn onderzoek naar de psalmen in relatie tot liturgie en spiritualiteit, en tot zijn dood in 2023, bleef hij hierdoor geboeid. In het inleidende hoofdstuk van dit boek beschrijft hij in het kort de zoektocht naar

een vernieuwde vorm van getijdengebed die uiteindelijk geleid heeft tot de uitgave van *Psalmvieringen*. Deze zoektocht voltrok hij in nauwe samenwerking met collega wetenschappers, componisten, cursisten en vooral ook in de praktijk van een biddende gemeenschap die hem de ruimte gaf om het liturgische materiaal dat ontwikkeld werd vanuit het psalmenonderzoek biddend te voltrekken. Deze zestig jaar van dagelijkse gebedspraktijk maakt *Psalmvieringen* tot een beproefde gebedsvorm. Ten behoeve van de lezer die deze gebedspraktijk nog niet kent is achter in dit boek als voorbeeld Psalmviering 50 opgenomen.

Voor de theoretische onderbouwing van deze vernieuwde vorm van getijdengebed ging Kees Waaijman te rade bij de mystieke traditie die de werking van het gebedsleven in haar verschillende geïmplicaties beschrijft. Een belangrijk moment voor het beschrijven van *Psalmvieringen* als een vorm van Eliaans getijdengebed was de ontdekking in 2014 dat ook Titus Brandsma als karmeliet over liturgie en bidden had geschreven. In dit boek refereert Kees Waaijman dan ook nadrukkelijk aan het werk van Titus Brandsma.

Psalmvieringen is anders dan het standaard getijdengebed van de kerk. *Psalmvieringen* bevindt zich in de marge daarvan. In het nawoord van dit boek legt Kees Waaijman uit dat het daar thuis hoort. Bij zijn werk had hij mensen voor ogen die in die marge leven. Toen in 2020 het samenkomen om te bidden lange tijd onmogelijk werd en mensen afstand moesten houden tot elkaar, ontstond het idee om de vieringen digitaal beschikbaar te stellen, zodat ieder die dat wilde thuis mee kon bidden. Sindsdien zijn de vieringen online mee te bidden¹, juist voor de mensen in de marge, voor mensen die geen gemeenschap om zich heen hebben om samen te bidden, voor mensen die ziek zijn, voor mensen die kwetsbaar zijn, voor alle mensen.

Het Tweede Vaticaans concilie deed een dringende oproep voor passende scholing, ter bevordering van werkzame deelname aan de

1 Op de website van het Titus Brandsma Memorial, <https://www.titus-brandsmamemorial.nl>, wordt onder de knop 'biddend leven' de mogelijkheid geboden mee te bidden met *Psalmvieringen*.

liturgie. Het boek dat hier nu voor u ligt is een bewerking van het cursusmateriaal dat Kees Waaijman vanaf 2014 schreef, ten behoeve van tien jaargangen 'Biddend Leven'. De cursisten zoeken naar 'bidden dat doordrongen is van leven, en leven dat doordrongen is van gebed'. Ieder jaar stond een ander thema centraal en Kees Waaijman heeft dit cursusmateriaal op basis van de opgedane inzichten herschreven en uitgewerkt tot een samenhangend boek met tien hoofdstukken.

Toen Kees Waaijman overleed was dit werk nagenoeg gereed. Gedurende vele jaren hebben wij nauw met Kees Waaijman samen mogen werken en we hebben het initiatief genomen om het werk als boek uit te geven. Wij zien dit boek als een *Institutio Generalis*, ofwel een Algemene Inleiding, op *Psalmvieringen*. Het is zo geschreven dat het allereerst de deelneming aan *Psalmvieringen* als een vorm van getijdengebed wil bevorderen door onderricht. Daarnaast biedt het inzichten in liturgische spiritualiteit die ook voor wie deelnemen aan andere vormen van liturgie handreikingen biedt om het eigen gebedsleven te verdiepen en te verrijken. Ten slotte leggen we met deze uitgave het werk van Kees Waaijman op het gebied van liturgische spiritualiteit in handen van collega's.

Anne-Marie Bos
Ad de Keyzer

Hoofdstuk 1

In de geest en de kracht van Elia

De verwoeste stad van Ossip Zadkine, in het hart van Rotterdam, maakt het immense verdriet zichtbaar van allen die getroffen werden door het oorlogsbombardement van 1940. ‘Het beeld wil het menselijk lijden belichamen dat een stad moest ondergaan die slechts, met Gods genade, wilde leven en bloeien als een woud. Een kreet van afschuw om de onmenselijke wreedheid van dit beulswerk,’ aldus Zadkine.² Tenhemelschreiend leed: de handen geheven, ten einde raad; een terugdeinzende gestalte, tegen de wanhoop in staande gebleven; het binnenste opengereten; een deerniswekkende schreeuw; een geknotte boom, maar leven.

In de Titus Brandsma Gedachteniskerk te Nijmegen bidt een kleine gemeenschap dagelijks het getijdengebed in de vorm van *Psalmvieringen*.³ Het hart van deze gebedsvorm bestaat uit psalmen. Zoals *De verwoeste stad* één schreeuw om leven is, zo zijn de psalmen één roep om de Levende. Zij hebben alle eeuwen door taal gegeven aan biddend leven: bidden dat doordrongen is van leven, en leven dat doordrongen is van gebed.⁴ Daarom de titel van dit boek: *Biddend leven*.

2 Schenk, *Ossip Zadkine* 1967, 15.

3 Zie: <https://www.titusbrandsmamemorial.nl/biddend-leven/>. Voor een beschrijving van deze gebedsruimte: Bos, ‘De Zeggingskracht van een kerkgebouw’ 2014, 97-110.

4 Brandsma, *Carmelite Mysticism* 1936, 11-14.

In dit boek beschrijven wij *Psalmvieringen* als vorm van getijdengebed en verhelderen wij het hoe en waarom ervan.⁵ Dit eerste hoofdstuk bestaat uit drie paragrafen. In de eerste beschrijven wij de zoektocht van ruim vijftig jaar, die ons ten slotte bracht bij *Psalmvieringen*. Deze is beschrijvend. De tweede paragraaf is bezinnend. We verdiepen ons in de visie van Titus Brandsma. Hij bepleit een Eliaans geïnspireerd getijdengebed. Deze paragraaf vormt de basis van de volgende hoofdstukken. Hoewel de inzichten van Brandsma eenvoudig zijn en zeker de moeite waard, zijn ze geen lichte kost. De derde paragraaf geeft een overzicht van de opzet van dit boek, dat het Eliaanse getijdengebed toegankelijk wil maken voor wie biddend wil leven, gevoed en gevormd door het Psalter.

1.1 Een zoektocht

Psalmvieringen omvat honderdzevenenveertig⁶ vieringen van gemiddeld twintig minuten, samen of alleen te bidden, voor mensen die God zoekend in het leven staan. In iedere viering staat één psalm centraal. Deze vorm van getijdengebed is gegroeid binnen het gevarieerde landschap van de nieuwe getijden: het officiële Nederlandse brevier, met de psalmvertaling van Ad Bronkhorst en een keur aan lezingen; het monastiek officie, gedragen door de psalmvertaling van Ida Gerhardt en Marie van der Zeyde, omgeven door ingetogen antifonen, beurtzangen en hymnen; de anglicaans geïnspireerde diensten met de psalmvertaling van Pieter Oussoren, gezongen op de wijze van de chants; en niet te vergeten, de vieringen in plaatselijke gemeenschappen, met eigen psalmvertalingen, gebeden en liederen.

Psalmvieringen is niet ontworpen achter de tekentafel, maar

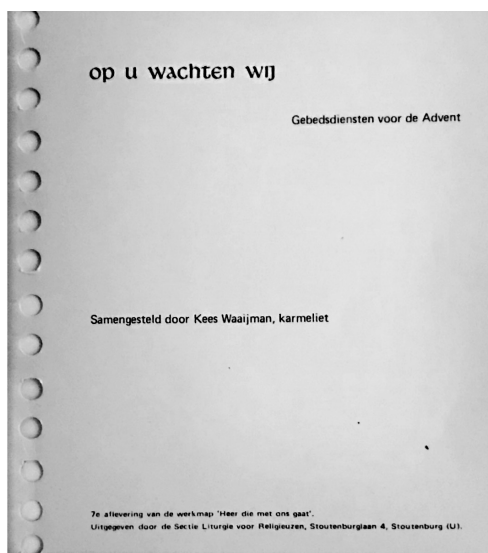
5 Andere woorden voor 'getijdengebed' zijn: getijden, koorgebed, heilig officie, uren, urengebed, liturgie van de uren, brevier, breviergebed.

6 Psalm 9 en 10, evenals psalm 42 en 43 vormen samen één psalmviering; Psalm 119 vormt vanwege zijn lengte en opbouw een serie van 22 aparte vieringen voor de 'uurtjes'.

ontstaan en gegroeid in de praktijk, binnen gemeenschappen van leken en religieuzen, midden in de samenleving, met liefde voor spiritualiteit en mystiek. Binnen deze gebedspraktijk kreeg *Psalmvieringen* zijn profiel: de centrale rol van de psalmen; de balans tussen psalmen en lezingen; de functie van stilte en bezinning; het mystieke perspectief. Een incubatietijd van vijftig jaar bleek nodig. Welke stappen zijn gezet?

Het Tweede Vaticaans concilie

Het begon na het Tweede Vaticaans Concilie in 1965. Er waren geen Nederlandse teksten beschikbaar. We startten met de gebedsdiensten voor de morgen en de avond, de zogenaamde *Lofprijzingsdiensten*. Deze werden, na een proeftijd van een paar jaar binnen de kloostergemeenschappen van de Nederlandse Karmelieten, uitgegeven door de *Sectie Liturgie voor Religieuzen*, onderdeel van de Nationale Raad voor Liturgie die in Nederland de liturgische vernieuwing begeleidde.



Mijn stem zoekt God. Gebedsdiensten voor de tijd door het jaar 1 (1970)
Uit de diepten roep ik U. Gebedsdiensten voor de Veertigdagentijd (1971)
Op U wachten wij. Gebedsdiensten voor de Advent (1971)
Uw licht is in ons opgegaan. Gebedsdiensten voor de Kersttijd (1971)
Bij U zijn wij veilig. Gebedsdiensten voor de tijd door het jaar 2 (1972)
In U herleven wij. Gebedsdiensten voor de Paastijd (1972)
Hij is staande gebleven. Gebedsdiensten voor de Goede week (1977)

De zeven gebedsdiensten (iedere bundel omvat ongeveer honderd pagina's) volgden het ritme van het kerkelijk jaar. Uitgangspunt was: 'De psalmen staan in deze gebedsdiensten centraal.'⁷ Het contrapunt van de psalmen werd gevormd door een lezing uit het Nieuwe Testament. In iedere viering waren drie stiltes voorzien. Reeds is het grondplan van *Psalmvieringen* zichtbaar: de centrale rol van de psalmen; de balans tussen psalmen en lezingen; de functie van de stilte.

We beseften op dat moment niet, hoe groot de impact van de psalmen zou zijn. We konden namelijk niet weten, dat nadere bestudering ons zou confronteren met de zeggingskracht van iedere psalm, door de *Algemene Inleiding* bij het nieuwe getijdengebed 'de eigen aard (*indoles*)' van iedere psalm genoemd.⁸

Psalmenonderzoek

In 1975 startte het *Psalmenproject* binnen het Titus Brandsma Instituut.⁹ Psalm na psalm werd onderzocht. Ieder jaar verscheen een commentaar op ongeveer vijftien psalmen. Het commentaar, in tien deeltjes uitgegeven in de serie *Verklaring van een bijbelgedeelte*,¹⁰ was gefocust op de spiritualiteit van de psalmen.

⁷ In het Voorwoord van iedere aflevering werd dit herhaald.

⁸ *Algemene Inleiding* 121.

⁹ Het Titus Brandsma Instituut is een wetenschappelijk onderzoeksinstituut, verbonden aan de Nijmeegse Radbouduniversiteit, dat zich richt op de studie van christelijke mystiek en spiritualiteit. Het instituut houdt zich ook bezig met onderzoek naar het leven en werk van Titus Brandsma. <https://www.ru.nl/titusbrandsmainstituut>.

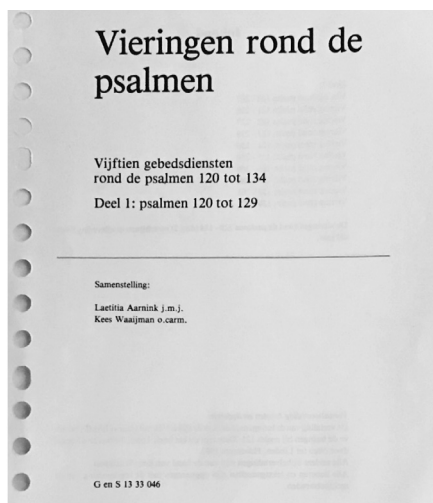
¹⁰ Alle deeltjes zijn tussen 1976 en 1991 verschenen bij de uitgeverij Kok in Kampen.



Deze focus werd gevoed door de praktijk (het dagelijkse gebed, psalmencursussen en psalmenpractica overal in den lande). Belangrijk waren de radio-uitzendingen voor de KRO. Deze hielpen ons in verstaanbare taal de spiritualiteit van de psalmen te verwoorden. Leerzaam waren de muzikale zettingen. Zij maakten hoorbaar, dat het inderdaad waar is: de eigen zeggingskracht van iedere psalm ligt in zijn spirituele dynamiek.

Het lag dan ook in de lijn van de ervaring, dat we begonnen te oefenen met vieringen rond één psalm. De liederen, lezingen en gebeden werden rond die ene psalm gegroepeerd. Het werden de *Vieringen rond de psalmen*, die na een proeftijd van een paar jaar, zijn uitgegeven in de *Werkmap voor Liturgie*.¹¹

11 Deze vieringen (samen enkele honderden pagina's) zijn tussen 1983 en 1986 uitgegeven bij Gooi en Sticht in Hilversum.

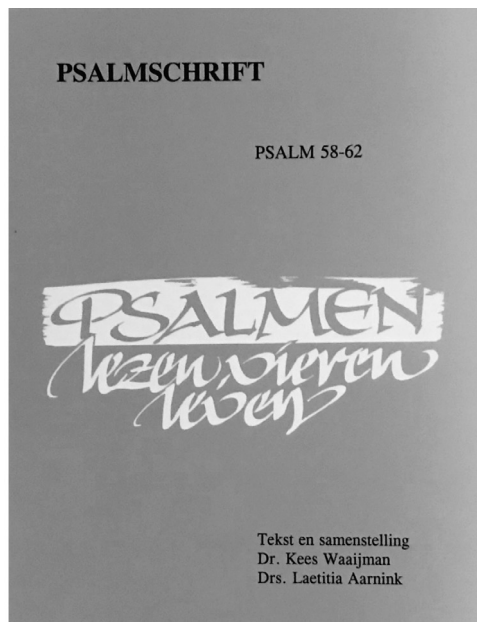


Voor de biddende gemeenschap werd voelbaar, dat het mogelijk én nodig is: één psalm centraal stellen. Tegelijk werd duidelijk dat zowel de teksten die om deze ene psalm heen gekozen waren als ook de liederen gekozen uit het toenmaals gangbare repertoire van Nederlandstalige liturgische muziek, niet accordeerden met de eigen spiritualiteit van die psalm. Dat was een leerzame ervaring die tot het inzicht leidde om in 1988 de ingrijpende beslissing te nemen te beginnen met een nieuwe serie: *Psalmschrift*.

Psalmschrift

De opzet van *Psalmschrift* was als volgt: psalmen lezen, vieren, leven, dat wil zeggen: in de eerste sectie van ieder cahier werd de psalm gelezen vanuit het Eerste Testament; in de tweede sectie stond de viering centraal, met in het midden de psalm; de derde sectie draaide rond de beleving van de psalm, zoals die in de verschillende spirituele tradities tot op heden was verwoord.¹²

¹² Iedere bundel van vijf psalmcahiers bevatte een inleiding waarin deze opzet werd toegelicht. Voor een beschrijving van de spiritualiteit van *Psalmschrift*



Tussen 1988 en 2000 zijn op die manier tweeënzestig psalmschriften verschenen.¹³ De muziek van elke openings-, slotzang en psalm is op CD uitgegeven.¹⁴ De scherpste toets bleek echter opnieuw de gebedspraktijk, wat leidde tot voortschrijdend inzicht.

Psalmvieringen

De praktijk maakte in groeiende mate twee dingen duidelijk. Een positief punt: de elementen van de vieringen – zang, lezing, stilte, psalm, gebed – functioneerden optimaal, ook in hun ritmische

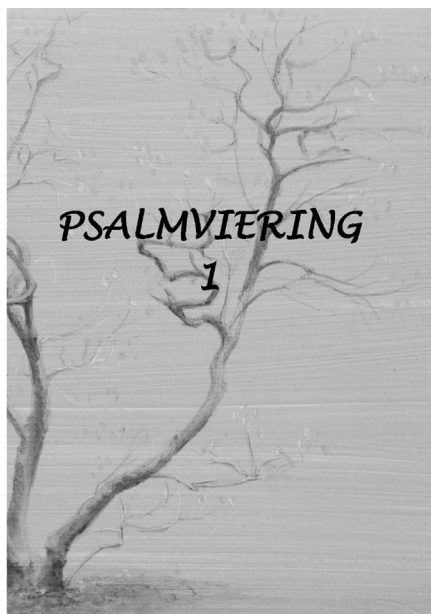
zie ook: Waaijman, 'Spiritualiteit van de psalmen' 1990, 119-138. Voor een situering van dit project binnen de vernieuwing van het getijdengebed zie: Scheer, 'Tota Ecclesia orans' 1989, 94-95.

13 Alle bij uitgeverij Kok in Kampen. Elk *Psalmschrift* was los verkrijgbaar, of gebundeld in een aantal van vijf.

14 Een samenwerkingsproject van de KRO, de Stichting Muziek en Liturgie en het Titus Brandsma Instituut, 1993-2001.

afwisseling. Een minpunt: de poëtische aspecten van de psalmen behoeften diepgaander onderzoek. Met name de nadruk op het strofische karakter van de psalmen hield bij nader onderzoek van de poëtica van de psalmen geen stand. Dit werd bevestigd door de gebedspraktijk. De veeleisende toonzetting, voortvloeiend uit de strofische structuren, vroeg teveel muzikale oplettendheid van de bidders. Natuurlijk, psalmen zijn ook strofisch. Maar in een psalmviering, waarvan de onderliggende dynamiek *lectio divina* is (zegging, overweging, gebed, beschouwing), moet, zo bleek uit ervaring en uit onderzoek, het vers als meditatie ruimte de voorrang krijgen boven het wenden en keren van de strofen.¹⁵

In diezelfde jaren werd het mystieke karakter van de psalmen bestudeerd.¹⁶ Hierdoor werd duidelijk, dat de lezingen nog scherper gefocust dienden te worden op de mystieke tradities, wat in *Psalm schrift* reeds in hoge mate het geval was. Dit werden de mystieke wenken in *Psalmvieringen*.



15 Zie ook hoofdstuk 4.

16 Zie Waaijman, *Mystiek in de psalmen* 2004.