

En God zag dat het goed was. <sup>19</sup>Het werd avond en het werd morgen. De vierde dag.

<sup>20</sup>God zei: 'Laat het water wemelen van levende wezens, en laten er boven de aarde, langs het hemelgewelf, vogels vliegen.'

<sup>21</sup>En God schiep de grote zeemonsters en alle soorten levende wezens waarvan het water wemelt en krioelt, en alle soorten vogels, alles wat vleugels heeft. En God zag dat het goed was.

<sup>22</sup>God zegende ze met de woorden: 'Wees vruchtbaar en word talrijk en vul het water van de zee. En ook de vogels moeten talrijk worden, overal op aarde.'<sup>23</sup>Het werd avond en het werd morgen. De vijfde dag.

<sup>24</sup>God zei: 'Laat de aarde alle soorten levende wezens voortbrengen: alle soorten vee, kruipende dieren en wilde dieren.' En zo gebeurde het. <sup>25</sup>God maakte alle soorten in het wild levende dieren, alle soorten vee en alle soorten dieren die op de aardbodem rondkruipen. En God zag dat het goed was.

<sup>26</sup>God zei: 'Laten Wij mensen maken die ons evenbeeld zijn, die op Ons lijken; zij moeten heersen over de vissen van de zee en de vogels van de hemel, over het vee, over de hele aarde en over alles wat daarop rondkruipt.'<sup>27</sup>God schiep de mens als zijn evenbeeld, als evenbeeld van God schiep Hij hem, mannelijk en vrouwelijk schiep Hij de mensen. <sup>28</sup>Hij zegende hen en zei tegen hen: 'Wees vruchtbaar en word talrijk, bevolk de aarde en breng haar onder je gezag; heers over de vissen van de zee, over de vogels van de hemel en over alle dieren die op de aarde rondkruipen.'<sup>29</sup>Ook zei God: 'Hierbij geef Ik jullie alle zaaddragende planten en alle vruchtbomen op de aarde; dat zal jullie voedsel zijn. <sup>30</sup>Aan de dieren die in het wild leven, aan de vogels van de hemel en aan de levende wezens die op de aarde rondkruipen, geef Ik alle groene planten tot voedsel.' En zo gebeurde het. <sup>31</sup>God zag alles wat Hij had gemaakt: het was zeer goed. Het werd avond en het werd morgen. De zesde dag.

**2** Zo werden de hemel en de aarde in al hun rijkdom voltooid. <sup>2</sup>Op de zevende dag had God zijn werk voltooid. Op de zevende dag rustte Hij van het werk dat Hij gedaan had. <sup>3</sup>God zegende de zevende dag en heiligde die, want op die dag rustte Hij van heel zijn scheppingswerk.

#### De tuin van Eden

<sup>4</sup>Dit is de geschiedenis van de hemel en de aarde, zo werden ze geschapen.

In de tijd dat de HEER God aarde en hemel maakte, <sup>5</sup>groeide er op de aarde nog geen enkele struik en was er geen enkel gewas opgeschoten, want de HEER God had het nog niet laten regenen op de aarde, en er waren geen mensen om het land te bewerken;<sup>6</sup>wel was er water dat uit de aarde opwelde en de aardbodem overal bevloede. <sup>7</sup>Toen maakte de HEER God de mens. Hij vormde hem uit stof, uit aarde, en blies hem levensadem in de neus. Zo werd de mens een levend wezen.

<sup>8</sup> De HEER God legde in het oosten, in Eden, een tuin aan en daarin plaatste Hij de mens die Hij had gemaakt. <sup>9</sup> Hij liet uit de aarde allerlei bomen opschieten die er aanlokkelijk uitzagen, met heerlijke vruchten. In het midden van de tuin stonden de levensboom en de boom van de kennis van goed en kwaad.

<sup>10</sup> Er ontspringt in Eden een rivier die de tuin bevoleet. Verderop vertakt ze zich in vier grote stromen. <sup>11</sup> Een daarvan is de Pison; die stroomt om heel Chawila heen, het land waar goud gevonden wordt. <sup>12</sup> (Het goud van dat land is uitstekend, en er is daar ook balsemhars en onyx.) <sup>13</sup> De tweede rivier heet Gichon; die stroomt om heel Nubië heen. <sup>14</sup> De derde rivier heet Tigris; die loopt ten oosten van Assyrië. De vierde ten slotte is de Eufraat.

<sup>15</sup> De HEER God bracht de mens dus in de tuin van Eden, om die te bewerken en erover te waken. <sup>16</sup> Hij legde hem het volgende verbod op: 'Van alle bomen in de tuin mag je eten, <sup>17</sup> maar niet van de boom van de kennis van goed en kwaad; wanneer je daarvan eet, zul je onherroepelijk sterven.'

<sup>18</sup> De HEER God zei: 'Het is niet goed dat de mens alleen is, Ik zal een helper voor hem maken die bij hem past.' <sup>19</sup> Toen vormde Hij uit aarde alle in het wild levende dieren en alle vogels, en Hij bracht die bij de mens om te zien welke namen de mens ze zou geven: zoals hij elk levend wezen zou noemen, zo zou het heten. <sup>20</sup> De mens gaf namen aan al het vee, aan alle vogels en alle wilde dieren, maar hij vond geen helper die bij hem paste. <sup>21</sup> Toen liet de HEER God de mens in een diepe slaap vallen, en terwijl de mens sliep nam Hij een van zijn ribben weg, en Hij sloot het lichaam weer op die plaats. <sup>22</sup> Uit de rib die Hij bij de mens had weggenomen, bouwde de HEER God een vrouw en Hij bracht haar bij de mens. <sup>23</sup> Toen riep de mens uit:

'Dit is ze!  
Mijn eigen gebeente,  
mijn eigen vlees en bloed.  
Vrouw wordt zij genoemd,  
genomen uit een man.'

<sup>24</sup> Daarom maakt een man zich los van zijn vader en moeder en hecht hij zich aan zijn vrouw, en zij zullen één lichaam zijn.

1:20 Job. 12:7-10 1:22 Gen. 1:28; 8:17; 9:2 1:26 Gen. 5:1; 1 Kor. 11:7; Ef. 4:24; Kol. 3:10 1:27 Gen. 9:6; Mat. 19:4; Marc. 10:6; Jak. 3:9 1:28 Gen. 9:1,7; Ps. 8:6-9; Jak. 3:7 1:29-30 Ps. 104:14 1:31 1 Tim. 4:4 2:2-3 Hebr. 4:4 2:3 Ex. 20:11; 31:16-17; Hebr. 4:10 2:4-25 Gen. 1:1-2:4 2:7 Job. 33:4; Ps. 104:29; Pred. 3:20; 1 Kor. 15:45 2:9 Gen. 3:22; Op. 2:7; 22:2,14 2:19 Pred. 3:20 2:22 1 Kor. 11:8-9; 1 Tim. 2:13 2:24 Mat. 19:5; Marc. 10:7-8; 1 Kor. 6:16; Ef. 5:31

2:5 geen mensen om het land te bewerken – In het Hebreeuws is er hier en in het vervolg een woordspel tussen 'adam', 'mens', en 'adama', 'land/aarde/aardbodem/akker'.

2:23 Vrouw wordt zij genoemd,/ genomen uit een man – In het Hebreeuws is er een woordspel tussen 'iesja', 'vrouw', en 'iesj', 'man'.

<sup>25</sup> Beiden waren ze naakt, de mens en zijn vrouw, maar ze schaamden zich niet voor elkaar.

**3** Van alle in het wild levende dieren die de HEER God gemaakt had, was de slang het sluwst. Dit dier vroeg aan de vrouw: ‘Heeft God werkelijk gezegd dat jullie van geen enkele boom in de tuin mogen eten?’ <sup>2</sup> ‘We mogen de vruchten van alle bomen eten,’ antwoordde de vrouw, <sup>3</sup> ‘behalve die van de boom in het midden van de tuin. God heeft ons verboden van de vruchten van die boom te eten of ze zelfs maar aan te raken; doen we dat toch, dan zullen we sterven.’ <sup>4</sup> ‘Jullie zullen helemaal niet sterven,’ zei de slang. <sup>5</sup> ‘Integendeel, God weet dat jullie de ogen zullen opengaan zodra je daarvan eet, en dat jullie dan als God zullen zijn en kennis zullen hebben van goed en kwaad.’

<sup>6</sup> De vrouw keek naar de boom. Zijn vruchten zagen er heerlijk uit, ze waren een lust voor het oog, en ze vond het aanlokkelijk dat de boom haar wijsheid zou schenken. Ze plukte een paar vruchten en at ervan. Ze gaf ook wat aan haar man, die bij haar was, en ook hij at ervan. <sup>7</sup> Toen gingen hun beiden de ogen open en merkten ze dat ze naakt waren. Daarom regen ze vijgenbladeren aan elkaar en maakten er lendenschorten van.

<sup>8</sup> Toen de mens en zijn vrouw de HEER God in de koelte van de avondwind door de tuin hoorden wandelen, verborgen zij zich voor Hem tussen de bomen. <sup>9</sup> Maar de HEER God riep de mens: ‘Waar ben je?’ <sup>10</sup> Hij antwoordde: ‘Ik hoorde U in de tuin en werd bang omdat ik naakt ben; daarom verborg ik me.’ <sup>11</sup> ‘Wie heeft je verteld dat je naakt bent? Heb je soms gegeten van de boom waarvan Ik je verboden had te eten?’ <sup>12</sup> De mens antwoordde: ‘De vrouw die U mij hebt gegeven om mij terzijde te staan, gaf mij vruchten van de boom en toen heb ik ervan gegeten.’ <sup>13</sup> ‘Waarom heb je dat gedaan?’ vroeg de HEER God aan de vrouw. En zij antwoordde: ‘De slang heeft me misleid en toen heb ik ervan gegeten.’

<sup>14</sup> De HEER God zei tegen de slang:

‘Vervloekt ben jij dat je dit hebt gedaan,  
het vee zal je voortaan mijden,  
wilde dieren wenden zich af;  
op je buik zul je kruipen  
en stof zul je eten,  
je hele leven lang.

<sup>15</sup> Vijandschap sticht Ik tussen jou en de vrouw,  
tussen jouw nageslacht en het hare;  
dat verbrijzelt jou de kop,  
jij bijt het in de hiel.’

<sup>16</sup> Tegen de vrouw zei Hij:

‘Je zwangerschap maak Ik tot een zware last,  
zwoegen zul je als je baart.  
Je zult je man begeren,  
en hij zal over je heersen.’

<sup>17</sup>Tegen de mens zei Hij:

‘Je hebt geluisterd naar je vrouw,  
gegeten van de boom die Ik je had verboden.  
Vervloekt is de akker om wat jij hebt gedaan,  
zwoegen zul je om ervan te eten,  
je hele leven lang.

<sup>18</sup>Dorens en distels zullen er groeien,  
toch moet je van zijn gewassen leven.

<sup>19</sup>Zweten zul je voor je brood,  
totdat je terugkeert tot de aarde, waaruit je bent  
genomen:

stof ben je, tot stof keer je terug.’

<sup>20</sup>De mens noemde zijn vrouw Eva; zij is de moeder van alle levenden geworden. <sup>21</sup>De HEER God maakte voor de mens en zijn vrouw kleren van dierenvellen en trok hun die aan.

<sup>22</sup>Toen zei de HEER God: ‘Nu is de mens aan Ons gelijk geworden, nu heeft hij kennis van goed en kwaad. Nu wil Ik voorkomen dat hij ook vruchten van de levensboom plukt, want als hij die zou eten, zou hij eeuwig leven.’ <sup>23</sup>Daarom stuurde Hij de mens weg uit de tuin van Eden om de aarde waaruit hij was genomen te gaan bewerken. <sup>24</sup>En nadat Hij hem had weggejaagd, plaatste Hij ten oosten van de tuin van Eden de cherubs en het heen en weer flitsende, vlamrende zwaard. Zij moesten de weg naar de levensboom bewaken.

#### Adams zonen

**4** De mens had gemeenschap met Eva, zijn vrouw, en zij werd zwanger en bracht Kaïn ter wereld. ‘Met de hulp van de HEER,’ zei ze, ‘heb ik het leven geschonken aan een man!’ <sup>2</sup>Daarna bracht ze zijn broer Abel ter wereld. Abel werd herder, Kaïn werd landbouwer. <sup>3</sup>Na verloop van tijd bracht Kaïn de HEER een offer van de opbrengst van het land. <sup>4</sup>Ook Abel bracht een offer: van de eerstgeboren dieren van zijn kudde offerde hij de beste stukken vlees. De HEER schonk aandacht aan Abel en zijn offer, <sup>5</sup>maar aan Kaïn en zijn offer niet. Dat maakte Kaïn woedend, zijn blik werd donker. <sup>6</sup>De HEER zei tegen hem: ‘Waarom ben je zo kwaad, waarom kijk je zo donker?’ <sup>7</sup>Handel je goed, dan kun je toch iedereen recht in de ogen kijken? Handel je slecht, dan ligt de zonde op de loer, begerig om jou in haar greep te krijgen; maar jij moet sterker zijn dan zij.’ <sup>8</sup>Kaïn zei tegen zijn

<sup>3:1-24</sup> Rom. 5:12-21 <sup>3:1-6</sup> 1 Tim. 2:14 <sup>3:1</sup> Op. 12:9; 20:2 <sup>3:8</sup> 1 Kon. 19:12-13  
<sup>3:13</sup> 2 Kor. 11:3 <sup>3:14</sup> Jes. 65:25 <sup>3:17</sup> Hebr. 6:8 <sup>3:19</sup> Gen. 2:7; Ps. 90:3;  
104:29; Pred. 12:7 <sup>3:22</sup> Op. 22:2-3,14 <sup>4:3-5</sup> Hebr. 11:4 <sup>4:4</sup> Ex. 34:19  
<sup>4:8</sup> Mat. 23:35; Luc. 11:51; 1 Joh. 3:12; Judas 11

<sup>3:5</sup> als God – Ook mogelijk is de vertaling: ‘als goden’.

<sup>3:20</sup> Eva – In het Hebreeuws is er een woordspel tussen de naam Eva en het woord voor ‘leven’.

<sup>4:1</sup> Kaïn – In het Hebreeuws is er een woordspel tussen de naam Kaïn en het woord voor ‘het leven schenken’.

een lied van de HEER  
op vreemde grond?

- <sup>5</sup> Als ik jou vergeet, Jeruzalem,  
laat dan mijn hand de snaren vergeten.  
<sup>6</sup> Laat mijn tong aan mijn gehemelte kleven  
als ik niet meer denk aan jou,  
als ik Jeruzalem niet stel  
boven alles wat mij verheugt.

- <sup>7</sup> Gedenk, HEER,  
de dag van Jeruzalems val,  
toen het volk van Edom zei:  
‘Neer met die stad, neer,  
maak haar met de grond gelijk.’

- <sup>8</sup> Vrouwe Babel, weldra ga je ten onder.  
Gelukkig wie jou je misdaad vergeldt  
en doet wat jij ons hebt aangedaan.  
<sup>9</sup> Gelukkig wie jouw kinderen grijpt  
en op de rotsen verbrijzelt.

# 138

Van David.

- Ik wil U loven met heel mijn hart,  
voor U zingen onder het oog van de goden,  
<sup>2</sup> mij buigen naar uw heilige tempel,  
uw naam loven om uw liefde en trouw:  
grote dingen hebt U beloofd, tot eer van uw naam.  
<sup>3</sup> Toen ik U aanriep, hebt U geantwoord,  
mij bemoedigd en gesterkt.
- <sup>4</sup> Laten alle koningen op aarde U loven, HEER,  
zij hebben de beloften uit uw mond gehoord.  
<sup>5</sup> Laten zij de wegen van de HEER bezingen:  
‘Groot is de majesteit van de HEER.  
<sup>6</sup> De HEER is hoogverheven! Naar de nederige ziet  
Hij om,  
de hoogmoedige doorziet Hij van verre.’
- <sup>7</sup> Al is mijn weg vol gevaren, U houdt mij in leven,  
U verdedigt mij tegen de woede van mijn vijanden,  
uw rechterhand brengt mij redding.  
<sup>8</sup> De HEER zal mij altijd beschermen.  
HEER, uw trouw duurt eeuwig,  
laat het werk van uw handen niet los.

# 139

Voor de koorleider. Van David, een psalm.

- HEER, U kent mij, U doorgrondt mij,  
<sup>2</sup> U weet het als ik zit of sta,  
 U doorziet van verre mijn gedachten.  
<sup>3</sup> Ga ik op weg of rust ik uit, U merkt het op,  
 met al mijn wegen bent U vertrouwd.
- <sup>4</sup> Geen woord ligt op mijn tong,  
 of U, HEER, kent het ten volle.  
<sup>5</sup> U omsluit mij, van achter en van voren,  
 U legt uw hand op mij.  
<sup>6</sup> Wonderlijk zoals U mij kent,  
 het gaat mijn begrip te boven.
- <sup>7</sup> Hoe zou ik aan uw aandacht ontsnappen,  
 hoe aan uw blikken ontkomen?  
<sup>8</sup> Klom ik op naar de hemel – U tref ik daar aan,  
 lag ik neer in het dodenrijk – U bent daar.
- <sup>9</sup> Al verhief ik mij op de vleugels van de dageraad,  
 al ging ik wonen voorbij de verste zee,  
<sup>10</sup> ook daar zou uw hand mij leiden,  
 zou uw rechterhand mij vasthouden.
- <sup>11</sup> Al zei ik: ‘Laat het duister mij opslokken,  
 het licht om mij heen veranderen in nacht,’  
<sup>12</sup> ook dan zou het duister voor U niet donker zijn  
 –  
 de nacht zou oplichten als de dag,  
 het duister helder zijn als het licht.
- <sup>13</sup> U was het die mijn nieren vormde,  
 die mij weefde in de buik van mijn moeder.  
<sup>14</sup> Ik loof U om het ontzaglijke wonder van mijn  
 bestaan,  
 wonderbaarlijk is wat U gemaakt hebt.  
 Ik weet het, tot in het diepst van mijn ziel.
- <sup>15</sup> Toen ik in het verborgene gemaakt werd,  
 kunstig geweven in de schoot van de aarde,  
 was mijn wezen voor U geen geheim.  
<sup>16</sup> Uw ogen zagen mijn vormeloos begin,

137:6 Ps. 122:1 137:7 Klaagl. 4:21-22; Ezech. 25:12-14; Ob. 10 137:8 Jer. 50:2;  
 Op. 18:6 137:9 Hos. 14:1 138:1 Ps. 9:2 138:2 Ps. 5:8 138:3 Jes. 40:29  
 138:4 Mal. 1:11 138:5 Ps. 68:33 138:6 Ps. 113:5-6; Jes. 57:15; Luc. 1:51-52  
 139:1 Jer. 12:3 139:2 2 Kon. 19:27; Job. 31:4; Ps. 44:22 139:7-12 Job. 23:8-10;  
 Spr. 15:11; Jer. 23:23-24; Amos 9:2-3 139:12 Job. 12:22; 34:22; Dan. 2:22  
 139:13 Job. 10:8 139:16 Mal. 3:16

alles werd in uw boekrol opgetekend,  
aan de dagen van mijn bestaan ontbrak er niet één.

- 17 Hoe rijk zijn uw gedachten, God,  
hoe eindeloos in aantal,  
18 ontelbaar veel, meer dan er zand is bij de zee.  
Ontwaak ik, dan nog ben ik bij U.
- 19 God, breng toch de goddelozen om,  
– weg uit mijn ogen, jullie die bloed vergieten –  
20 ze spreken kwaadaardig over U,  
uw vijanden misbruiken uw naam.
- 21 Zou ik niet haten wie U haten, HEER,  
niet verachten wie tegen U opstaan?  
22 Ik haat hen, zo fel als ik haten kan,  
ze zijn ook mijn vijand geworden.
- 23 Doorgrond mij, God, en ken mijn hart,  
peil mij, weet wat mij kwelt,  
24 zie of ik geen verkeerde weg ga,  
en leid mij op de weg die eeuwig is.

## 140 Voor de koorleider. Een psalm van David.

- 2 Bevrijd mij, HEER, van wie mij kwaad doen,  
behoed mij voor hun bruut geweld.  
3 In hun hart bedenken zij boze plannen,  
heel de dag zoeken ze strijd.  
4 Hun tong is scherp als die van een slang,  
achter hun lippen schuilt het gif van een adder. *sela*
- 5 Houd mij, HEER, uit de handen van schurken,  
behoed mij voor hun bruut geweld.  
Ze zijn op mijn ondergang uit,  
6 in hun hoogmoed leggen ze strikken,  
ze spannen met touwen een net  
en zetten een val op mijn weg. *sela*
- 7 Ik roep tot de HEER: ‘U bent mijn God,  
luister, HEER, naar mijn smeekgebed.  
8 HEER, mijn God, machtige redder,  
U beschermt mij op de dag van de strijd.  
9 HEER, geef de schurken niet wat zij begeren,  
doorkruis hun plannen als zij opstaan tegen  
mij. *sela*
- 10 Dat het hoofd van mijn belagers  
wordt getroffen door de vloek van hun lippen.

- <sup>11</sup> Dat gloeiende kolen op hen neerstorten,  
dat ze vallen in een kuil waaruit ze nooit meer  
opstaan.
- <sup>12</sup> Dat er in het land voor lasteraars geen plaats is,  
dat het kwaad onderdrukkers tot de dood ach-  
tervolgt.<sup>7</sup>
- <sup>13</sup> Dit weet ik: de HEER beschermt de zwakken,  
Hij doet recht aan de armen.
- <sup>14</sup> De rechtvaardigen zullen uw naam prijzen,  
de oprechten wonen in uw nabijheid.

## 141 Een psalm van David.

HEER, U roep ik aan, snel mij te hulp,  
luister naar mij nu ik tot U roep.

- <sup>2</sup> Laat mijn gebed voor U zijn als reukwerk,  
mijn geheven handen als een avondoffer.
- <sup>3</sup> Zet een wacht voor mijn mond, HEER,  
een post voor de deur van mijn lippen.
- <sup>4</sup> Houd mijn hart ver van het kwaad,  
verleid het niet tot goddeloze daden  
met hen die onrecht bedrijven,  
laat mij niet eten van hun lekkernijen.
- <sup>5</sup> Zou een rechtvaardige mij slaan, het was mij een  
weldaad,  
zou hij mij straffen, het was balsem op mijn hoofd.  
Zou ik lijden onder de kwaden, dan nog bleef ik  
bidden,
- <sup>6</sup> en werden hun leiders van de rotsen geworpen,  
van mij hoorden ze woorden van deernis.
- <sup>7</sup> Verspreid als de aarde, geploegd en omgewoeld,  
ligt ons gebeente bij de muil van het dodenrijk.
- <sup>8</sup> Maar HEER, mijn God, naar U zijn mijn ogen ge-  
richt,  
bij U schuil ik, giet mijn leven niet weg als water.
- <sup>9</sup> Behoed mij voor de strik die zij hebben gespannen,  
voor de valkuil van hen die onrecht doen.
- <sup>10</sup> Laat de goddelozen in hun eigen netten raken  
en mij alleen ontkomen.

139:17 Job. 11:7; Rom. 11:33 139:18 Ps. 40:6 139:19 Ps. 119:115  
139:21 Ps. 119:158 139:23 Ps. 17:3; 26:2 140:4 Rom. 3:13 140:5-6 Jer. 18:22  
140:6 Ps. 56:7; 57:7 140:7 Ps. 31:15 140:11 Ps. 11:6; 55:24 140:14 Ps. 11:7;  
16:11; 17:15 141:2 Ex. 30:8; Lev. 2:2 141:5 Spr. 27:6