

Zondagsrust

Toelichting

Al sinds het begin van de wereld is de zevende dag een bijzondere dag. Je kunt in Gen. 2:1 lezen dat God, nadat Hij in zes dagen de hemel en de aarde en alles wat daarbij hoort heeft geschapen, op de zevende dag rustte. Het betekent voor de mens, dat zijn eerste dag een rustdag is! God is zo overtuigd van de noodzaak van een rustdag dat Hij in de Tien Geboden, die één van de fundamenteen vormt onder de westerse beschaving, in het vierde gebod een rustdag heeft ingevoerd.



Waarom een rustdag?

Men heeft serieus geprobeerd om naar andere ritmes te zoeken dan de zes dagen werken en 1 dag rusten maar geen enkele werkte zo goed als Gods model: zes dagen werken, één dag rust. Je kunt rustig zeggen dat dit ritme een goddelijk ritme is, ingebouwd in ons lichaam en onze geest, zoals dat ook het geval is met onze tijdsindeling van 24 uur in een dag. Blijkbaar zitten er aan ons menszijn gezonde grenzen. Grenzen die niet toevallig zijn.

Het is niet alleen de fysieke uitputting die ons dwingt om niet meer dan zes dagen per week te werken. Als we in een situatie komen waarin we denken niet meer te kunnen stoppen, ontwikkelen wij mensen een soort tunnelvisie. We krijgen oogkleppen op, hebben er moeite mee dingen in het juiste perspectief te zien en wij verliezen de gewoonte om zo af en toe eens om ons heen te kijken of vooruit te blikken. Het gevolg is al snel dat we gefixeerd raken op onze problemen en dat onze eigen kleine wereldje lijkt te groeien tot die de proporties van een universum krijgt. Met dit gebod wil God zeggen dat aan ons mensen grenzen zitten, fysiek en geestelijk. En dat dat prima is. We mogen onszelf zijn, inclusief de grenzen aan onze mogelijkheden en energie.

Het gaat er dus in eerste instantie niet om wat een christen wel of niet zou mogen op zondag. Het gaat er veel meer om dat God de mens maximaal wil laten leven en ons een dag geeft om te rusten en uit de malle molen te stappen van de druk van ons leven zodat wij geen slaaf worden van ons werk of onze bezigheden.

Bron : Vragen Helpdesk Live

Bijbelteksten

Exodus 20 : 8 t/m 11

Gedenk de sabbatdag, dat jij die heiligt. Zes dagen zult u arbeiden, en al uw werk doen; maar de zevende dag is de sabbatdag van de Here uw God, dan zult u geen werk doen...Want in zes dagen heeft de Here de hemel en de aarde gemaakt, de zee en al wat daarin is, en Hij rustte op de zevende dag; daarom zegende de Here de sabbatdag en heiligde die." (Ex. 20:8-11)