

## Verkondiging 2 juni 2024, De Schutse, Uithoorn

### HEB EEN ZORGELOZE DAG - het sabbatsgebod

*ds. Sibilla Verhagen*

Lezingen:

Exodus 20 vers 8-11

Deuteronomium 5 vers 12-15

Marcus 2 vers 23 - 3 vers 6

Lied 528 Omdat Hij niet ver wou zijn: 1, 3 en 4

Geliefden van onze Heer,

Regels en geboden, je kan er een onaangenaam gevoel bij krijgen. Het kan je doen terug denken aan je kindertijd. De tijd waarin alle regels voor je werden bepaald. Je moest je daaraan houden en als je het niet deed zwaaide er wat. Regels, het doet ons denken aan de coronatijd. De regels gingen gepaard met angst want we wisten niet zeker of die anderhalve meter wel echt hielp. Regels en voorschriften, het kan je doen denken aan de voorwaarden in de kleine lettertjes. Die vele letters, ook een teken van angst, want een multinational probeert zich zo voor alles in te dekken. Regels, geboden en voorschriften, je kan het onaangename gevoel erbij krijgen van toeslagenaffaire of van nablijven op school.

Maar er is ook een andere kant. Je hebt wellicht een afspraak met jezelf gemaakt van één keer in de week een tennises. Want je vind het fijn en gezond om te bewegen. Die regel van één avond in de week daarvoor, beperkt je niet maar maakt je juist vrij. Maakt je vrij van verplichtingen, vrij om te bewegen, vrij om te leven.

Ik heb wel eens gehoord van een groot gezin in een gewoon huis. Daar hadden ze deze regel. Er stond in de woonkamer een grote stoel en als je daar in zat, mochten anderen je niet storen. Die stoel maakte je dus vrij, vrij van voortdurend te moeten reageren op anderen. Die plek maakte vrij om in alle rust te ademen, te leven.

In onze samenleving zoeken we voortdurend naar goede regels. Regels die ons laten leven. Steeds botsen we daarbij tegen de keerzijde van zo'n regel en dan komt er een ander op. Zo is het goed om te bewegen. Dat houd je gezond. Het voorkomt ziektes, het maakt je vrolijk – moet je het wel langer dan tien minuten volhouden - het maakt je mentaal weerbaarder tegen tegenslag, je brein blijft er flexibel van. Maar er is een keerzijde van die grote nadruk op die op zich goede regel 'beweeg genoeg'. De keerzijde dat mensen afgerekend worden op deze regel. Oh, ben je ziek? Wat wil je met zo'n lifestyle. Fatshaming ligt op de loer. Zo ontstaat een tegenbeweging, bodypositivity is geboren, met weer zo haar eigen regels: je mag er zijn zoals je eruit ziet, hou van je vetrollen, ze zijn tenslotte lekker zacht. In de samenleving zoeken we voortdurend naar goede regels. En als het dreigt door te slaan naar een verkeerde kant, komt er een correctie, komt er een tegenbeweging met nieuwe voorschriften.

Die omgang met regels, het zoeken naar een goede invulling en een goede houding ten opzichte van een regel, zie je ook in de Bijbel gebeuren. Ook rond het gebod om de sabbat te houden. Op zich zijn de tien geboden, de tien woorden, grondgeboden. Het is niet zomaar een regel die weer kan veranderen zoals bijvoorbeeld de maximum snelheid. De Tien Geboden hebben in de Bijbel het gewicht van nog net iets zwaarder dan onze grondwet, de mensenrechten komen er bij in de buurt. Een mensenrecht dus, of in het geval van de Tien Geboden, is het geformuleerd als plicht: 'houd de sabbat'. Sabbat, het komt van het Hebreeuwse werkwoord sbt, savat en dat betekent: ophouden. Een dag om op te houden dus.

In de Bijbel wordt er gezocht naar een goede omgang met dit grondgebod. Die omgang varieert. We gaan daar verder naar kijken.

In Exodus is het argument om de sabbat te houden dat God zelf ook een dag ophield met scheppen. Het is een verwijzing naar het eerste scheppingsverhaal uit Genesis 1. God had geschapen, zes dagen lang. Op de zevende dag hield God op met creëren. Die zevende dag had God, zeg maar een dag voor zichzelf. Ik weet niet of God daarvoor ook een lekkere grote stoel had om in te zitten, wie weet ; - ) (God antropomorf in Exodus).

In Deuteronomium wordt een andere motivatie gegeven en daarmee een andere nadruk op het gebod. Het gebod geldt voor allen. Alle Tien geboden gelden voor allen, het zijn tenslotte grondgeboden. Maar bij dit gebod wordt door dat rijtje - zonen en dochters, vreemdelingen, vee, slaven en slavinnen - extra benadrukt dat het voor allen geldt. Even over dat vee. Het vee, dat zijn de dieren die voor mensen werken. Het was een tijd dat er lastdieren waren en dieren om het land mee te bewerken. Ook die dieren mogen daarmee ophouden. In Deuteronomium staat niet de motivatie van dat God op hield met scheppen, maar wordt er aangehaakt op slaven en slavinnen. Dat ophouden geldt ook voor diegenen die je bij je in dienst zijn. De sabbat is hier een dag van gelijkheid tussen mensen onderling en van vrijheid. Het is een dag die verwijst naar Gods grote daad van bevrijding voor Israël. Een dag dus die verwijst naar vrij zijn dat niet vanzelfsprekend is, de dag verwijst naar bevochten vrijheid. In de Bijbel wordt op veel plekken gezocht naar de omgang met dit gebod. In Leviticus zijn er kleine regels over de dagelijkse werkzaamheden die onderbroken moeten worden, zoals geen vuur maken. In Nehemia (h15), als de mensen na de ballingschap terugkeren, wordt opnieuw verboden om handel te drijven op die dag, handelaren worden daar weggestuurd. Helemaal ophouden met kopen en verkopen, zelfs als dat betekent dat een deel van de vis niet geconsumeerd kan worden maar bederft.

Een nog verdere invulling is het ritueel bij elkaar komen op deze dag. In Exodus en Deuteronomium wordt dit niet bij dit gebod genoemd. Het is daar een heilige dag en een dag aan God gewijd. Dus een dag apart van alle andere dagen en een dag met iets extra's verbonden aan God. In Exodus en Deuteronomium wordt dit ingevuld met het ophouden met de dagelijkse werkzaamheden voor iedereen. Niets meer dan dat. - Dit was trouwens bijzonder. Want in die samenlevingen van toen is geen parallel bekend. Van de god Marduk bijvoorbeeld, de god die door de Babyloniërs vereerd werd, daar kenden ze wel heilige plekken en heilige voorwerpen maar geen heilige dag. In het oude Israël, dus wel een heilige tijd, dat was nieuw. - In Exodus en Deuteronomium dus geen rituele invulling bij het gebod. Maar Psalm 92 is een lied voor de sabbatdag, een lied waarin opgeroepen wordt God te loven. We lezen dat Jezus op de sabbat naar de synagoge ging waar uit de heilige Schrift, de

Bijbel van toen, gelezen werd. Dus dat aan God gewijd zijn en dat heilig zijn werd ingevuld met iets anders doen dan het dagelijkse, namelijk met samenzijn voor Gods aangezicht. Dit ritueel bij elkaar komen hebben Jezus' volgelingen voortgezet op de dag van Jezus' opstanding, op de eerste dag van de week. Weer later, de vroege kerk, is ook de sabbat verschoven van de zevende, naar de eerste dag van de week - en zo zitten wij hier nu nog steeds.

Ook in het verhaal van Jezus zien we de omgang met dit gebod. Enerzijds een niet zo fijne omgang. De farizeeën, dat was een bepaalde geloofsstroming in die tijd binnen het Jodendom, zij willen Jezus op een regel pakken. In het hele boek Marcus wordt duidelijk dat ze Jezus als een grote bedreiging zien. Iemand op een regel pakken. Als regels zo werken, wil je ze liever niet. In die tijd waren er nog veel meer regels om die sabbat tot sabbat te maken. Eentje is: niet oogsten en geen voedsel bereiden. Oogsten was behoorde tot landarbeid, werk dus. Voedsel bereiden deed je op de zesde dag, de vrijdag, dat was de voorbereidingsdag voor de sabbat. Door aren te plukken oogsten de leerlingen en misschien roosterden ze de korrels wel om ze te eten. Ze stelen hier niet. Want als landeigenaar hoorde je zo vrijgevig te zijn, dat er wat overbleef voor de reiziger of de allerarmste. In strikte zin oogsten en bereiden de leerlingen dus voedsel. Jezus geeft een gewaagde reactie op de vraag of ze niet verkeerd bezig zijn. Hij zegt: de sabbat is er voor de mens. Dat is gewaagd. Die heilige dag, die dag aan God gewijd is er voor de mens, en God dan? God wordt hier niet uitgevlakt door Jezus. Want als het goed gaat, sluiten iets voor God en iets voor mensen elkaar niet uit maar vallen ze samen. Dit kan zomaar verkeerd gaan. Dat gebeurde daar rond Jezus en ook zo vaak bij ons als het om regels gaat. Dat regels belangrijker worden dan het leven. In de Bijbel, ook in het Oude Testament waar die Tien Woorden uitkomen, waren die regels om God te dienen tegelijk regels die het goede leven aan mensen gaven. Het is met het oog op het goede leven dat die regels gegeven zijn. Die dienst aan God moet mensen goed doen. Overigens is het voor ons lang niet altijd duidelijk hoe bij een aantal regels in het Oude Testament dat goede bereikt wordt. Maar dat het goede leven ermee beoogd wordt, dat is wel duidelijk. Zo ook hier bij Jezus. Jezus laat zelfbewust zich niet pakken op een regel. Nou ja, een beetje wel, hij geeft weerwoord door te wijzen op een uitzondering op de regel. Hij verwijst naar een verhaal in Samuel. Daar vraagt David om de broden van de priesters en hij krijgt ze voor die keer. Door die uitzondering wordt daar het goede leven bereikt. Met regels en ook met de uitzondering, wordt het goede leven wordt beoogd. Het goede leven, daar zet Jezus een hele dikke streep onder als hij vervolgens ook nog een hand geneest op die aan God gewijde dag.

Als het goede leven beoogd wordt, wat zou het sabbatsgebod dan voor ons vandaag kunnen betekenen? Ik denk dat het nog steeds heilzaam is om een dag op te houden. Een dag ophouden met dat wat je de rest van de week nogal bezig houdt, wat beslag op je legt. Voor de werkenden onder ons is dat je werk en je huishouden. Voor studenten en scholieren is dat je studie of schoolwerk. Een dag om op te houden met je zorgen maken. Een dag om op te houden met 'zorgen voor', tenzij daar natuurlijk echte ongelukken uit voortkomen. Een dag waarin je stopt met zorgen dat je huis op orde is, stopt met zorgen voor dat je er goed uit ziet, stopt met geld verdienen, stopt met zorgen voor dat alles op rolletjes loopt, stopt met zorgen voor dat het leuk is in het leven, stopt met zorgen voor wat dan ook.

Het klinkt misschien paradoxaal, maar een dag waarin je stopt met zorgen, maakt dat je je minder zorgen maakt. Het werkt denk ik net als met zo'n volgapp. Je kan voor de veiligheid je partner volgen met je telefoon. Dan weet altijd waar hij of zij is. Als er iets gebeurt, dan kan je helpen. Maar zo'n app maakt dat je je onveiliger voelt. Want het bepaalt je telkens bij dat er iets kan gebeuren. Er is geen moment meer waarop je dat niet kan controleren. Op elk moment kan je controleren of er iets is. Je vertrouwen neemt daardoor af.

Als je telkens maar doorgaat met zorgen voor, voor wat dan ook – voor de wereld, voor de kerk, voor je familie, voor jezelf - dan word je een bezorgd mens. Ergens voor zorgen, ergens je best voor doen, is op zich iets goeds. Maar daar zit een grens aan. Daar zit deze grens aan: je hoeft geen bezorgd mens te worden. Want: er is ook nog een God die zorgt. Die God van die heilige dag.

Geliefden, ik wilde jullie en mijzelf iets in handen geven voor het goede leven. Voor vandaag geeft God ons dit: God geeft ons niets om handen.

Amen

*Lied 979 De vogels in de bomen: 6, 8, 9, 11, 12, 13*