

De sabbat: leven in een ritme van rust

Schriftlezingen: Exodus 20:1-17 en Marcus 2:23-3:6

Gemeente van Christus,

De meesten van ons hebben de 10 geboden denk ik ooit uit ons hoofd moeten leren. Ik wel in iedere geval. Ik heb ze geleerd als regels, als wetten die overal in elke tijd geldig zijn. Ik neem aan dat dat voor de meesten van jullie ook zo is. Maar in de bijbel zijn de 10 geboden ingebed in een verhaal. In Exodus 20 staat niet: ik ben de Heer, uw God. Vereer naast mij geen andere goden. Er staat: Ik ben de Heer, uw God, die u uit Egypte, uit de slavernij, heeft bevrijd. Vereer naast mij geen andere goden. En het verhaal dat zich eromheen afspeelt, doet ertoe.

Er begint iets nieuws

De inleiding: Ik ben de Heer, uw God, die u uit Egypte heeft bevrijd, laat zien tegen welke achtergrond de geboden aan het volk Israël worden gegeven. Ze hebben Egypte net verlaten en zijn bij de berg Sinaï aangekomen. De Israëlieten kennen alleen maar het leven in Egypte. En daar waren zij slaven. Het was hun taak om stenen te maken. Ze waren elke dag van vroeg in de ochtend tot laat in de avond ermee bezig om die stenen te fabriceren. Niet alleen de slaven waren druk. Iedereen was bezig met produceren. Zo veel mogelijk. En altijd bang dat het niet voldoende zou zijn. Zelfs de farao – die als goddelijk werd gezien – was bang dat het niet voldoende zou zijn. Hij liet opslagruimtes bouwen om zo veel mogelijk voorraden aan te leggen.

En nu is er de God van Israël. De God die het volk uit de slavernij heeft bevrijd. Hier vindt een breuk plaats. Hier begint iets nieuws. De 10 geboden zijn de basis voor de samenleving die God voor ogen heeft. Het zal níet meer gaan om

produceren – en angst voor schaarste is zeker niet de bedoeling. Maar waar gaat het dan wel om? Ik verklap het alvast: in de samenleving die God voor ogen heeft, trekken God en mensen samen op en zijn er voor elkaar. Het sabbatsgebod is daarvoor bepalend. Aan dit gebod worden de meeste woorden gewijd, wat aangeeft dat het belangrijk is. Het staat bovendien in het midden en functioneert als een soort schakelpunt.

De geboden ervóór gaan over de relatie van God en mensen. God is de bevrijdende God. Andere goden leiden af van de bevrijdende God en het is daarom verboden ze te vereren. En met godenbeelden wordt God gemaakt tot een ding. Een product. Maar God wil niets te maken hebben met dingen. God wil samen zijn met mensen. Met de instelling van de sabbat maakt Hij er ook letterlijk tijd voor. Tijd om samen met heel de schepping deze dag te vieren.

De geboden ná het sabbatsgebod gaan over het menselijke samenleven. De Joodse denker Abraham Joshua Heschel betoogt dat het vieren van de sabbat het verlangen naar de sabbat aanwakkert. Hij schrijft dat als de mens naar de sabbat verlangt het onmogelijk is om de zinnen richten op de bezittingen van een ander. Onze zinnen zijn dan gericht op de sabbat. Als wij ons aan het sabbatsgebod houden, dan gaat het minder om wat de ander heeft en meer om de tijd die je met elkaar deelt.

Sabbat en bevrijding

Maar hoe is de sabbat dan zo bevrijdend? Hoe werkt dit? Op de sabbat horen mensen en dieren te rusten net zoals God rustte op de zevende dag in het scheppingsverhaal. En dan niet alleen mensen die het zich sowieso kunnen veroorloven. Nee, alle mensen, ook de slaven en vreemdelingen. Én de dieren. De sabbat is voor heel de schepping. Voor mensen is het tijd om te zijn, in plaats van tijd om te doen. Stoppen met doen betekent ook vertrouwen dat de schepping vruchten blijft dragen. Vertrouwen dat er ook tijdens het rusten voldoende

voedsel is voor iedereen. God heeft dit vertrouwen. Als mensen dit vertrouwen ook hebben, kan de schepping rusten. Als mensen van ophouden weten, kan de schepping herstellen. De goden en de mensen in Egypte hadden dit vertrouwen niet. De productie moest altijd maar doorgaan.

Betaald werk als uitgangspunt

Ik heb deze interpretatie van de 10 geboden en de sabbat van de Amerikaanse theoloog Walter Brueggemann. Hij vergelijkt onze samenleving met het bijbelse Egypte. En ik herken dat. Ook wij leven in een systeem dat voortdurend aanstaat, een systeem waarin niemand tijd heeft, mensen uitgeput zijn en de schepping wordt uitgebuit. In Egypte werden stenen geproduceerd; vandaag zijn het geen stenen, maar het principe is hetzelfde. Betaald werk heeft in onze samenleving een hoge status. Betaald werk maakt ons tot “wie we zijn”. Bij een eerste kennismaking vragen we elkaar dus ook “wat doe je?” en daarmee wordt bedoeld, “waarvoor word je betaald?”. Ik las laatst een artikel waarin werd beschreven dat gepensioneerden vaak nog willen doorgaan met hun werkzaamheden – als ze een beroep hebben gehad die lichamelijk niet te zwaar was. Eigenlijk is het toch gek dat we niet weten wie we zijn als we niet betaald werken.

Niet iedereen kan hierin meedoen. Gehandicapten. Ouderen in verpleeghuizen. Ouderen, die niet meer fit genoeg zijn om overal aan te sluiten. Kinderen, die zich meer tijd met hun ouders wensen. Mensen met chronische ziektes – ik denk bijvoorbeeld aan long Covid. Als stenen gemaakt moeten worden, is er geen tijd voor degenen die geen stenen kunnen maken.

Sabbat als uitgangspunt

Tegenover dit Egypte staat een samenleven met de sabbat als uitgangspunt. De sabbat zelf is dan geen dag van ingetogenheid of strenge regels, maar een

feestelijk samenzijn waarin niets hoeft. Tijd om uit te rusten. Tijd om te lummelen. Tijd die lichaam en ziel goed doet. Tijd voor elkaar. En die ene dag kleurt alle andere dagen van de week. Men kan op de maandag niet terugvallen in het produceren van zo veel mogelijk stenen als men de sabbat heeft gevierd. In een samenleving die ontstaat als de sabbat het middelpunt is, staan gehandicapten, ouderen, kinderen en zieken op de eerste plek. Dan is de zorg voor elkaar het uitgangspunt van alles.

Jezus en de sabbat

En Jezus en de sabbat dan? We hebben twee verhalen gelezen. Leerlingen van Jezus plukken granen op sabbat. En Jezus heelt een man met een misvormde hand. Volgens de farizeeën mag dit niet op sabbat. Jezus antwoordt: De sabbat is voor de mens, en niet de mens voor de sabbat.

Het gevaar van elke religieuze regel is dat de regel belangrijker wordt dan waar zij voor bedoeld was. Jezus schaft de sabbat hier niet af. Hij herstelt de betekenis van de sabbat. De sabbat is voor het leven. Voor de mens. Voor de schepping.

Echte rust en zorgen voor elkaar

Het is vandaag heel lastig om dit vorm te geven, omdat je het niet alleen kan doen. Het vraagt om een gemeenschap die zich samen richt op het leven met elkaar en met God. Ik pleit er ook niet voor dat wij met z'n allen de sabbat weer moeten vieren. Maar het is denk ik de moeite waard om na te denken over hoe we echte rust kunnen vinden. Hoe kunnen we vanuit die rust de ander – met een kleine en een grote A – op de eerste plek zetten? Hoe kunnen we de stenen die geproduceerd moeten worden naar de tweede plek schuiven?

De kerk is denk ik in zekere mate al zo'n plek. We zijn er voor anderen. We zijn er voor God. De uitdaging is denk ik om dat vanuit de rust vorm te geven. Rust als uitgangspunt van het ritme van het leven.

Tijdens de vakanties en voor het nieuwe seizoen en schooljaar wens ik ons dat wij het bevrijdende karakter van de Tien Geboden mogen ervaren. Dat wij weerstand leren bieden aan de drukte van het systeem van Egypte. Dat wij vrij zijn en tijd hebben!

Amen.