Werken & rust

Kring 10-04-2018

*Intro*

In onze tijd en omgeving wordt hard werken aangemoedigd. Het feit dat wij zulk onderwijs mogen volgen is fantastisch! Tegelijkertijd denk ik ook dat het een gevaar met zich meebrengt, namelijk té hard werken. Burn-out en/of overspannen is iets waar we misschien niet vreemd meer van opkijken. Hoge werkdruk en hoge verwachtingen – van jezelf of van anderen – kunnen daarbij een rol spelen. Vorig jaar zat ik bij een meisje in de groep en die had een burn-out; dat maakte van haar een vermoeid/ oud en emotioneel-instabiel persoon. Dat was heftig om van zo dichtbij mee te maken. Het heeft me, samen met andere gebeurtenissen in mijn leven, meer doen beseffen hoe belangrijk rustpunten in je leven zijn. In deze kring hoop ik jullie wat te vertellen over wat de Bijbel zegt, soms gecombineerd met mijn eigen visie daarop. Ik wil jullie direct vertellen dat ik in ieder geval tekort schiet en dat ik ook niet perfect mijn rust altijd heb. Het zou goed kunnen dat je dit een lastig onderwerp vindt, dan hoop ik je vooral bemoediging te geven dat God je echt wil helpen daarbij! En nogmaals ik doe het echt niet perfect ofzo, dus als ik het misschien te theoretisch of te perfect vertel, zeg het dan alsjeblieft (:

Ik wil beginnen met een vraag: ga bij jezelf na of je vindt dat je hard werkt of hard zou moeten werken en waarom wel/niet?

*Werken = goed & christelijk*

Ik wilde beginnen met duidelijk te maken dat God het goed vond om ons te laten werken. In Genesis 2:15 staat:

*De HEERE God nam de mens, en zette hem in de hof van Eden om die te bewerken en te onderhouden.*

Maar ook Paulus schrijft dat het belangrijk is dat mensen voor hun eigen brood werken:

*Want ook toen wij bij u waren, bevalen wij u dit: als iemand niet wil werken, zal hij ook niet eten. Want wij horen dat sommigen onder u ongeregeld wandelen; zij werken niet, maar zijn bezig met nutteloze dingen. Zulke mensen bevelen wij en sporen wij namens onze Heere Jezus Christus aan dat zij in alle rust aan het werk gaan en hun eigen brood eten.* (2 Thess. 3:10-12)

Oftewel werken = goed & christelijk. Ik denk dat we heel dankbaar mogen zijn dat God ons tegelijkertijd rust heeft gegeven; ja zelfs als een opdracht aan ons gegeven.

🡪 opzoeken Exodus 20:1-15. In dit hoofdstuk geeft God de Tien Geboden aan Mozes.

Het mooie is dat de Heere God zegt dat wij zes dagen hebben om te werken – en daarmee dus ook aangeeft dat het goed is om te werken – en tegelijkertijd zegt dat er een dag is om te rusten. Oftewel God bracht al heel vroeg de balans tussen werken en rusten, lang voordat er yogacursussen e.d.

waren! De Heere God gaat redelijk uitgebreid in op de sabbatsrust, de zaterdag voor de joden en de zondag voor christenen. Er staat dat de Heere de sabbatdag zegende en heiligde; heiligen betekent ‘het bij God laten horen’ en ‘apart zetten van de wereld’. De Heere God heeft dat in een rijtje genoemd, waarin ook staat dat we niet moeten vloeken, niet moeten moorden en niet moeten scheiden. Blijkbaar is het heel belangrijk voor God.

**?** Hoe kijken jullie tegen de zondagsrust aan en wat doen jullie ermee in je leven?

De Heere Jezus spreekt ook over rust en dat wil ik ook graag met jullie lezen.

🡪 opzoeken Mat. 11: 25-30. Hiervoor heeft Johannes de Doper laten vragen of Jezus daadwerkelijk de Messias was. Daarna spreekt Jezus lovend over wie Johannes was en zegt tegelijkertijd ook dat de veel mensen zich niet wilden bekeren.

In de Bijbel met kanttekeningen wordt opgemerkt bij *allen die vermoeid zijn* (v. 28) dat dit ook vertaald kan worden met *tot vermoeidheid arbeidt*. Vrij vertaald: mensen die moe zijn van het harde werken. Hij belooft hun rust, rust voor hun ziel. Met *belast* (v. 28) wordt trouwens bedoeld dat het volk belast was met de zware regels die door de farizeeën waren ingesteld. Jezus belooft een nieuw leven in rust en vrede (volgens Studiebijbel).

**?** In de belofte die de Heere Jezus doet, zit een voorwaarde: *leer van Mij dat Ik zachtmoedig ben en nederig van hart; en u zult rust vinden voor u ziel.* Wat denken jullie hiervan? Vinden jullie het stom dat er een voorwaarde in zit? (Studiebijbel: wie de woorden van Jezus ter harte neemt, zal de rust en de vrede van het Koninkrijk van God vinden.)

*Een voorbeeld uit de Bijbel: Martha & Maria*

In de Bijbel komen we een bijzonder passend voorbeeld tegen.

🡪 We gaan lezen: Lukas 10:38-42. Hiervoor heeft Jezus verteld over de barmhartige Samaritaan en daarna is hij verder gereisd.

Misschien heb je dit verhaal al vaak gelezen, maar laten we wat verder kijken. In vers 38 staat: *En een vrouw van wie de naam Martha was, ontving Hem in haar huis.* Het is haar huis en er zijn op dat moment gasten (en nogal belangrijk gasten). Ze wil graag dat iedereen het naar zijn of haar zin heeft en is bezig om iedereen zich welkom te laten voelen. Is dit niet heel logisch? Je wilt graag dat mensen die op bezoek komen zich welkom voelen. Laten we dit nu eens vertalen naar onze situatie met dit verhaal in ons achterhoofd. Dit is niet wat de tekst zegt, dus het is mijn eigen idee om naar nu te gaan. Wij willen er graag zijn voor mensen - denk ik tenminste - en het ze naar hun zin maken. We zijn bezig met van alles en nog wat, zoals Jezus zegt: *u bent bezorgd en maakt u druk over veel dingen* en soms, misschien vaker, en misschien ook nooit vergeten we het belangrijkste: bij God komen door te bidden, Bijbel te lezen, Hem te aanbidden hoe dan ook: komt de drukte en de stress niet vaak voor het contact met God? Ik weet het niet, maar het zou goed kunnen … Jezus zegt:

*Als je eerst God en Zijn Koninkrijk zoekt, dan zullen alle andere dingen je erbij gegeven worden. Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen, want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf. Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen last. (Mat. 6: 33-34)*

Als God ons belooft dat Hij voor ons zorgt, waarom zouden we daar dan eigenlijk ooit aan twijfelen? God doet wat Hij belooft, dus vertrouw daarop en laat je zorgen nooit belangrijker worden dan God!

🡪 Als laatste wil ik nog psalm 127 lezen.

*Gebed*