

Family7 – Bijbelse Toekomstverwachting

Handout 7 Maatschappelijke ontwikkelingen in het licht van de Bijbel

Aflevering 7 Toenemende rusteloosheid

Eén van de meest ingrijpende maatschappelijke ontwikkelingen van de laatste tijd heeft te maken met de snelheid van het leven. Het bekende *'tijd is geld'* motto heeft het tempo van het maatschappelijk leven de laatste tijd behoorlijk opgeschroefd, met alle gevolgen van dien. Vele miljoenen Nederlanders leven momenteel met psychische klachten en een groot deel van onze bevolking wordt wel eens voor psychische klachten behandeld. Depressie en burn-out zijn steeds meer voorkomende problemen en nemen in versneld tempo toe. Het begint er op te lijken dat velen het hoge tempo van het leven niet meer aankunnen. Met name door de invoering van het *'nieuwe werken'*, waarbij het niet meer gaat om de uren die men werkt, maar om de *'targets'*, die behaald worden. De werkplek, thuis of op het werk, doet er niet meer toe. Werken en niet-werken bestaat niet meer, het werk wordt namelijk een onderdeel van ons gehele leven (24/7). Door de invoering van het nieuwe 5G-netwerk wordt dit allemaal nog eenvoudiger. Waar je ook bent, het werk kan gewoon doorgaan.

Gaat het hier eigenlijk wel om een goede ontwikkeling? Lopen we niet het gevaar dat het werk ons leven compleet gaat beheersen?

Volgens arbeidspsycholoog Madelon van Hooff van de Radboud Universiteit Nijmegen kan de balans tussen werk en privé op twee manieren verstoord raken: *'Je kunt je werk niet goed doen omdat je thuis problemen hebt, of je krijgt thuis problemen door je werk'*. Wanneer iemand moeite heeft om een baan en het privéleven goed te combineren, is er een grote kans op gezondheidsklachten zoals depressie of burn-out. Aty Roodenburg, trainster in timemanagement adviseert mensen in het vinden van een goede balans tussen werk en privé. Haar eerste advies luidt: *'Sta stil bij de rollen die je vervult in werk en leven: ben ik teamleider, manager, ouder, partner? Aan welke rol geef je de meeste waarde?'* Wie dat goed voor ogen heeft, is minder geneigd zijn tijd te verspillen aan klusjes die van ondergeschikt belang zijn.

Het scheppingsritme

In Genesis 1 lezen we over de eerste *'werkweek'* van de Here God. Het is opvallend dat de dagen niet zomaar in elkaar over liepen, maar een duidelijk begin en einde kenden. De dagen begonnen met *'het spreken van God'* en eindigden met de woorden: *'Toen was het avond geweest en het was morgen geweest, de ...'ste dag'*. Er was dus een ritme van avond en morgen, dat de Here God direct al in het begin in de scheppingsorde vastlegde. Daarnaast lezen we in Genesis 2 vs.1-3 over de zevende dag, die de Here God zegende en als rustdag heiligde. In Exodus 31 vs.17 lezen we dat de Here deze dag gebruikte om *'te rusten en adem te scheppen'*. Het is een dag om verkwikt te worden met drie grondbeginselen:

- Het gedane werk krijgt betekenis.
- De erkenning dat het werk klaar is.
- Voldaanheid en blijdschap over het gedane werk

De sabbat werd een inzet, een teken tussen de Here God en Israël (Exodus 31 vs.13), een dag die ze als volk diende te vieren en daarbij terugdachten aan de

verlossing uit Egypte (Deuteronomium 5 vs.12-15), waarbij zij stil mochten zijn (rusten) en Hij voor hen streed.

Hij maakte de sabbat tot een heilig verbond tussen de Hemzelf en zijn volk Israël en tot het vierde gebod dat Hij in de wet aan zijn volk gaf (Exodus 20 vs.8-11).

We lezen echter dat Israël de sabbat niet hield en deze dag ontheiligde (Ezechiël 20 vs.12, 13, 16, 21 en 24) met als gevolg dat het volk uit zijn eigen land verdreven werd naar 'de woestijn der volken' (vs.35). Ook in 2 Kronieken 36 vs.19-21 blijkt dat het niet-houden van de sabbat de oorzaak van de ballingschap werd. In Jesaja 58 vs.13-14 belooft de Here echter zijn volk een herstel van het oordeel, wanneer zij de sabbat weer gaan houden en deze dag eren en zien als een 'dag van gewicht', waarop ze niet druk zijn met de gewone bezigheden, noch hun zaken behartigen, maar zich in de Here verlustigen.

Toen het volk uit de ballingschap terugkeerde kwam, ondanks de duidelijke afspraken die gemaakt werden, de verleiding om de sabbat te negeren, opnieuw om de hoek kijken maar werd met harde hand door Nehemia recht gezet (Nehemia 10 vs.31, 13 vs.15-22).

Het ritme van de schepping, waarin de Schepper na zes dagen werken één dag volkomen rust inlast is geen luxe maar een noodzaak om goed te kunnen functioneren.

- **Gevolgen van een rusteloos leven**

Een rusteloos leven leidt al gauw tot een oppervlakkig leven zonder enige diepgang. Rusteloosheid staat echte communicatie in de weg.

Een leven waarin de Here God de kans ontnomen wordt om tot ons te spreken door zijn Woord of de schepping. Het leidt tot een leven zonder echte vriendschappen, een leven in eenzaamheid, te midden van een druk bestaan! Binnen een rusteloos leven is geen ruimte voor huwelijk en gezin. Een rusteloos leven is uiteindelijk tot een mislukt leven omdat je niet toegekomen bent aan de meest waardevolle dingen van het leven.

Gespreksvragen:

1. *Wat kunnen we er aan doen om een gezonde balans te krijgen tussen ons werk en het persoonlijk leven?*
2. *Waardoor wordt deze balans het meest bedreigd?*
3. *Wat kunnen we hierover van God Zelf leren, hoe deed Hij zijn werk?*
4. *Waarom werd de Sabbat ingesteld en hoe werd deze door Israël beleefd?*
5. *Op welke wijze kunnen wij rust inbouwen in ons dagelijks leven?*