

Preekschets

Er is een tijd om te werken en een tijd om te rusten



1. Het probleem van overwerkt zijn

We leven in een overwerkte samenleving. Velen ervaren het als een probleem om los te komen van het werk en rust een voorname plaats in hun leven te geven. Stress en vermoeidheid eisen hun tol. Drie oorzaken dragen hier aan bij:

- *Technologische/economische reden*: door de techniek hebben we gemakkelijk toegang gekregen tot ons werk en neemt de druk te presteren en concurreren toe.
- *Culturele/ sociologische reden*: mensen zoeken hun identiteit in werken, de hoogte van het inkomen en wat je hebt bereikt.
- *Geestelijke/ psychische reden*: mensen zijn steeds minder in staat om echt rust te vinden en tot zichzelf te komen.

2. De noodzaak om te rusten

A. God heeft 'rusten' bedacht. Rust is een noodzaak. Rusten hoort bij Gods scheppingsplan.

- Genesis 2:2-3

B. Rust kunnen we niet negeren, zonder dat het desastreuze gevolgen heeft voor ons leven.

- Genesis 1:3-5

God heeft een ritme van werken en rusten in de schepping gelegd. De kunst is om bij deze ritme aan te sluiten.

3. De context van ons werken

A. God heeft 'werken' bedacht. Werken is een noodzaak. Werken hoort bij het scheppingsplan van God.

- Genesis 1:27-28
- Genesis 2:15

B. Werken in het Paradijs werd gekenmerkt door plezier en genot. Na de zondeval werd het werken gekarakteriseerd door 'zweeten' en 'zwoegen'

- Genesis 3:23
- Genesis 3:17-19

C. De noodzaak om te rusten is na de zondeval alleen maar toegenomen. Onze inspanningen zijn groter geworden en door regelmatig afstand te nemen van ons harde werken kunnen we leren om van de vruchten van het werk te genieten.

- Prediker 1: 2-8

D. Om de mens te helpen geen slaaf te worden van zijn werk en tot rust te komen stelde God de 'sabbat' in, waarmee Hij teruggreep op het levensritme die Hij in de schepping had gelegd.

- Exodus 20: 8-11

4. De inhoud van ons rusten

A. Toen God rustte keek Hij terug op Zijn schepping en kon Hij genieten van alles wat Hij had gemaakt.

- Genesis 1:31
- Exodus 31:17

Je werk krijgt nog meer inhoud en betekenis door er regelmatig op terug te kijken en te bedenken wat van waarde was. Daardoor kun je het werk ook beter laten rusten en ontstaat er een basis om te kunnen genieten van de rust en van Gods schepping.

Vragen die je jezelf kunt stellen in perioden van rust:

- welke betekenis heeft het werk voor mij gehad?
- voor wie is mijn werk ook van betekenis geweest?
- wat heb ik geleerd in mijn werken?
- waardoor kan mijn werken nog meer betekenis krijgen?

B. Ware rust ontstaat als we terugkeren naar de bron, naar God, de Schepper van de rust. Hij geeft je leven en je werken waarde. Niet om wat je doet, maar om wie je bent. Dat geeft ware rust!

- Hebreëën 4:10

Vragen die je jezelf kunt stellen vanuit Gods perspectief:

- welke betekenis heeft mijn werk voor God gehad?
- wat heb ik door mijn werk aan andere mogen laten zien van God?
- wat heeft God mij geleerd in mijn werk?
- hoe wil God mij in mijn werk gebruiken?