

En fortravlet tilværelse

Ugens vers

"Min sjæl fortæres af længsel efter Herrens forgårde, mit hjerte og min krop råber efter den levende Gud" (Sl 84,3).

Introduktion

Tik, tak, tik, tak, tik, tak. Klokkerne tikkede trofast og ubarmhjertigt. Der var kun to timer, til sabbatten ville begynde. Mary sukkede og kiggede sig omkring i den lille lejlighed. Børnenes legesager flød over hele gulvet i stuen, køkkenet lignede en ulykke og Sara, deres yngste, lå i sengen med feber, og hun havde lovet at stå ved døren i kirken i morgen og byde velkommen. Det betød, at de var nødt til at tage af sted en halv time tidligere, end de plejede. "Jeg skulle ønske, at jeg kunne finde lidt fred i morgen," tænkte Mary længselsfuldt.

Samtidig stod Marys mand Josh i kø i et supermarked i den anden ende af byen for at betale for deres ugentlige indkøb. Trafikken havde været rigtig slem. Køen ved kassen var lang. Alle så ud til at foretage deres indkøb på samme tid. "Jeg har brug for at hvile. Jeg kan ikke blive ved på denne måde," sukkede Josh indvendigt. "Der må være mere i tilværelsen end dette."

Vores liv styres af myldretid, arbejdstid, lægebesøg, zoom-møder, indkøb og skolearrangementer. Hvad enten vi benytter offentlig transport, kører cykel eller bil for at fragte vores familie fra den ene aftale til den næste, truer kampen for at nå alle de aftaler, vi har med omverdenen, med at drukne alt det, der virkelig betyder noget. Hvordan kan vi finde hvile midt i så meget stress og travlhed?

Ugens tekster

- 1 Mos 2,1-3
- Jer 45,1-5
- 2 Mos 20,11
- 2 Sam 7,12
- Mark 6,30-32
- 1 Mos 4,1-17

Træt og udmattet

2 Mos 2,1-3

Hvorfor skabte Gud en hviledag, før nogen var træt?

Selv før menneskeheden skyndte sig af sted i sin selvskabte, stressede tilværelse, oprettede Gud en markør, en levende måde at hjælpe os til at huske. Denne dag skulle være en tid til at standse op og bevidst nyde livet, en dag til at være, ikke at gøre, en dag til i særlig grad at fejre Guds gaver i form af græs, luft, dyr, vand, mennesker og mest af alt Gud, som har skabt alt godt.

Dette var ikke en engangsindebydelse, som udløb, da de blev bortvist fra Edens have. Gud ønskede at sikre sig, at indbydelsen ville modstå tidens tand. Derfor indbefattede han lige fra begyndelsen sabbatshvilen i selve tidsmålingen. Der ville altid være en indbydelse, uge efter uge, hver syvende dag, til en afslappende fejring af skabelsen.

Med alle de arbejdsbesparende indretninger, vi har i dag, skulle man tro, at vi ville være mindre fysisk trætte, end folk var for to hundrede år siden. Men hvile ser faktisk ud til at være i stort underskud i vore dage. Selv de tider, vi ikke tilbringer med at arbejde, bliver brugt i travl aktivitet. Det virker, som om vi hele tiden er bag efter med noget. Uanset hvor meget vi får gjort, er der altid mere, der skal gøres.

Forskning viser også, at vi får mindre søvn, og mange er blevet dybt afhængige af koffein for at blive ved. Vi har hurtigere telefoner, hurtigere computere, hurtigere internetforbindelse, men vi har tilsyneladende alligevel ikke nok tid.

Mark 6,31

Sl 4,9

2 Mos 23,12

5 Mos 5,14

Matt 11,28

Hvad siger disse bibeltekster om, hvorfor hvile er så vigtig for os?

Den Gud, som skabte os, vidste, at vi havde brug for fysisk hvile. Han oprettede tidscyklusser med nat og sabbat for at give os en mulighed for fysisk hvile. Når vi anerkender, at Jesus er herre over vores liv, betyder det også, at vi tager vores ansvar om at hvile alvorligt. Sabbatsbuddet er trods alt ikke kun et forslag, det er en befaling!

Til eftertanke

Hvordan er dit eget travle liv? Hvad kan vi gøre for bedre at opleve både den fysiske og åndelige hvile, som Gud ønsker, at vi skal have?

Total udmattelse

Søvnmangel og udmattelse på grund af fysisk overanstrengelse er et alvorligt problem. Men det er et endnu større problem, når vi føler, at vi følelsesmæssigt er helt udkørt. Og når mangel på søvn lægges til vores emotionelle prøvelser, kan vi blive dybt modløse.

Baruk, Jeremias' sekretær, må ofte have følt det sådan i de sidste turbulente år i Jerusalem lige inden det kaos, den lidelse og ødelæggelse, som fulgte efter babyloniernes ødelæggelse af byen.

Jer 45,1-5

Skriv en kort diagnose af Baruks emotionelle sundhed.

Kan du forestille dig, hvordan det ville være, hvis Gud sendte et specialfremstillet budskab til dig personligt? Baruk fik et budskab direkte fra Guds tronsal (Jer 45,2). Vi får at vide, at dette skete "i Josijas søn kong Jojakim af Judas fjerde regeringsår," dvs. ca. år 605 eller 604 f.Kr. Jer 45,3 er et godt sammendrag af, hvordan folk har det, når de er helt udmattede.

Ud fra, hvad vi fra Bibelen ved om denne periode, er det tydeligt, at Baruks klage ikke var overfladisk jammer. Han havde god grund til at føle sig modløs og følelsesmæssigt udmattet. Der skete meget ondt, og der skulle komme mere.

Jer 45,4-5

Hvordan reagerer Gud på Baruks smerte?

Guds reaktion på Baruks smerte minder os om den kendsgerning, at Guds smerte eksponentielt må have været langt større end Baruks. Han havde opbygget Jerusalem. Nu stod han overfor at jævne den med jorden. Han havde plantet Israel som en vingård (Es 5,1-7). Nu skulle han rykke den op med røde og føre folket i landflygtighed. Det var ikke, hvad Gud havde ønsket for sit folk, men det var, hvor det var endt på grund af deres oprør imod ham.

Men der var lys for enden af tunnelen for Baruk. Gud ville bevare hans liv midt i ødelæggelse, landflygtighed og nederlag.

Til eftertanke

Læs Guds ord til Baruk igen. Hvilket generelt budskab finder vi, som også er til os? Hvad siger det om, at Gud er med os, uanset hvilken situation vi befinder os i?

Hvile defineret i Det Gamle Testamente

Selv om Gud skabte os til at være aktive, har vi brug for, at vores aktivitet afbrydes af hvile. Beskrivelsen af Guds hvile på den nyskabte syvende dag i 1 Mos 2,2-3 bruger udsagnsordet *shabbat*, "at ophøre med arbejde, at hvile, at holde fri". Det er udsagnsformen af navneordet "sabbat". Det samme udsagnsord bruges i 2 Mos 5,5 i en kausativ form og oversættes med "skaffe dem fri" fra deres arbejde (grammatisk kausativ: nogen får andre til at gøre noget). Den vrede farao beskylder Moses for at ville "skaffe dem fri" fra deres tvangsarbejde.

Henvisningen i det fjerde bud til Guds hvile på den syvende dag udtrykkes på hebraisk med udsagnsformen af ordet *nuakh* (2 Mos 20,11; 5 Mos 5,14). Udsagnsordet oversættes med "hvile" i Job 3,13 eller i mere overført betydning i 4 Mos 10,36, hvor det siges om pagtens ark, at den "*standsede*". 2 Kong 2,15 siger, at "Elias' ånd er *komet over Elisa*", altså, at den nu hviler over Elisa. Det er det samme hebraiske ord, der bruges på forskellige måder.

Et andet vigtigt udsagnsord er *shaqat*, at hvile, at være stille, at give befrielse. Det bruges i Jos 11,23, hvor det beskriver, at landet var "fri for krig" efter Josvas indledende erobring. Udtrykket bruges ofte i Josvas Bog og Dommerbogen til at betegne "fred".

Udsagnsordet *raga'* bruges også til at betegne hvile. I advarslerne mod ulydighed i Femte Mosebog siger Gud til Israel, at de ikke vil finde hvile i landflygtighed (5 Mos 28,65). Det samme ord beskriver i kausativ form i Jer 50,34, hvordan Gud vil skaffe landet ro.

5 Mos 31,16
2 Sam 7,12

Hvilken form for hvile taler disse tekster om?

Begge tekster bruger idiomatiske udtryk (faste vendinger) fra ordet *shakab*, som bogstaveligt betyder "at ligge ned, at sove". I Guds pagt med David lover han den fremtidige Israels konge, at "når dine dage er omme, og du har lagt dig til hvile hos dine fædre, vil jeg lade en af dine efterkommere, dit eget kød og blod, efterfølge dig" (2 Sam 7,12).

Denne lange og ufuldstændige liste over forskellige hebraiske udsagnsord, som betegner hvile, hjælper os til at forstå, at det teologiske begreb "hvile" ikke er knyttet til kun et eller to bestemte ord. Vi hviler både individuelt og kollektivt. Hvile påvirker os fysisk, socialt og emotionelt og er ikke begrænset kun til sabbatten.

Til eftertanke

Døden er uden tvivl en fjende og vil en dag blive udryddet. Vi sørger over og savner vores afdøde kære. Hvorfor er det en trøst at vide, at de nu hviler, indtil Jesus kommer?

Hvile i Det Nye Testamente

Anapauō er et græsk udsagnsord for hvile, som ofte findes i Det Nye Testamente. Det betyder hvilke, slappe af, forfriske. Det bruges i en af Jesu mest kendte udtalelser om hvile i Matt 11,28: "Kom til mig, alle I, som slider jer trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile." Det kan henvise til fysisk hvile (Matt 26,45). I sin sidste hilsen til korintherne udtrykker Paulus sin glæde over de venner, der er kommet og har "beroliget" ham (1 Kor 16,18).

Et andet udsagnsord, som beskriver hvile, er *hēsychazō*. Det beskriver disciplenes sabbatshvile, mens Jesus lå i graven (Luk 23,56). Men det bruges også til at beskrive et stilfærdigt liv (1 Thess 4,11) og kan antyde, at man ikke har nogen indvendinger og derfor tier stille (ApG 11,18).

Når Hebr 4,4 beskriver Guds hvile på den syvende dag ved skabelsen, anvendes det græske udsagnsord *katapauō*, som betyder "få til at standse, bringe i ro, hvile". Dette er en genklang af brugen af ordet i Septuaginta, den græske oversættelse af Det Gamle Testamente. Det er fascinerende, at de fleste gange, dette græske ord forekommer i Det Nye Testamente, er i Hebræerbrevet kapitel 4.

Mark 6,30-32

Hvorfor sagde Jesus til sine disciple, at de skulle komme til et øde sted og hvile sig, når der var så mange missionsmuligheder? Se på den større sammenhæng hele kapitlet, når du tænker over dette.

Jesu udtalelse i Mark 6,31 er ikke dette bare en invitation. Det er udtrykt i imperativ, som er en ordre eller en befaling. Jesus er bekymret for sine disciple og deres fysiske og emotionelle vel. De var netop vendt tilbage, efter Jesus havde sendt dem ud to og to (Mark 6,7). Mark 6,30 beskriver deres glade tilbagekomst. De ønskede at dele deres sejre og nederlag med Jesus. Alligevel standser Jesus dem ved først at kalde dem til at hvile. Markus indskyder en forklarende note: "For der var mange, som kom og gik, så de ikke engang havde tid til at spise" (Mark 6,31). Det var en stor udfordring også for disciplene at blive overvældet og have alt for travlt i Guds gerning. Jesus minder os om, at vi må tage vare på vores sundhed og følelsesmæssige velfærd ved at indbefatte hviletid i vores skema.

Til eftertanke

Hvordan kan du hjælpe og aflaste din lokale menighedspræst eller leder eller andre, som du kender, som måske har en tendens til at slide sig op i Herrens gerning? Hvad kan du gøre for at udtrykke din taknemlighed og hjælpe denne person til at finde hvile?

En fredløs flygtning

1 Mos 4,1-12

Hvad gjorde Kain til "en fredløs og flygtning" på jorden?

Bibeltæksten siger ikke direkte, hvorfor Gud tog imod Abels offergave, men ikke Kains (1 Mos 4,4-5). Men vi ved hvorfor. "Kain kom frem for Gud med vrede og vantro i hjertet. Han troede ikke på det lovede offer og på nødvendigheden af ofringerne. Hans offergave udtrykte ingen anger over synd. Han følte, som mange gør det nu, at det ville være et tegn på svaghed at følge den plan, som Gud havde givet, og lade troen på sin frelse afhænge fuldt og helt af den lovede frelsers soning. Han valgte at stole på sig selv. Han ville komme med sine egne fortjenester" (Ellen White, *Patriarker og profeter*, s. 37).

Da Gud sagde, at Kain skulle være en fredløs og flygtning på jorden, var det ikke, fordi Gud gjorde ham til det. Det skyldtes i stedet *resultatet* af hans syndige handlinger og ulydighed. Kain fandt ingen hvile i Herren og opdagede, at han ikke kunne finde det på nogen anden måde, i hvert fald ikke sand hvile.

Det hebraiske ord, som i 1 Mos 4,4 oversættes med "tog imod", kan også betyde "så nærmere på, overvejede grundigt". Guds fokus, når han "ser nærmere på", er ikke om offeret, men holdningen hos den, der bringer offeret. Guds afvisning af Kains offer af jordens afgrøde er ikke en fordømmende reaktion fra en uberegnelig Guds side. I stedet beskriver det en proces, hvor den ofrendes karakter, holdninger og motivation nøje betragtes og vejes. Det er et godt eksempel på en undersøgende dom.

1 Mos 4,13-17

Beskriv Kains reaktion på Guds dom.

Når vi forsøger at flygte fra Guds nærvær, bliver vi hvileløse. Vi forsøger at fylde længslen efter guddommelig nåde med ting, menneskelige relationer eller et alt for travlt liv. Kain begyndte at opbygge et dynasti og en by. Begge dele er store præstationer og tyder på beslutsomhed og energi, men hvis det er et gudløst dynasti og en oprørsk by, vil det ikke føre til noget.

Til eftertanke

Selv om vi kommer til at bære følgerne af vores synd, hvad vi jo ofte må, hvordan kan vi så lære at tage imod den tilgivelse for vores synder, som tilbydes os gennem Jesu død på korset?

Til videre studium

"Efter de skriftkloges vurdering bestod virkelig fromhed i altid at være i energisk aktivitet. De var afhængige af en eller anden ydre præstation for at vise deres store fromhed. Således skilte de deres sjæle fra Gud og byggede sig op med selvtilstrækkelighed. De samme farer er der stadig. Når aktiviteten stiger, og det lykkes for mennesker at udrette noget for Gud, er der risiko for at komme til at stole for meget på menneskelige planer og metoder. Der bliver en tilbøjelighed til at bede mindre og til at have mindre tro. Ligesom disciplene er vi i fare for at tabe vor afhængighed af Gud af syne og søge frelse i vore gerninger. Vi må konstant have Jesus for øje og gøre os klart, at det er hans kraft, som gør arbejdet. Selv om vi skal arbejde alvorligt for de fortabtes frelse, skal vi også tage os tid til overvejelse og bøn og til at studere Guds ord. Kun det arbejde, der er udført med megen bøn og helliget ved Kristus, vil til slut vise sig at have virket til det gode" (Ellen White, *Jesu liv*, s. 257-258).

Spørgsmål
til drøftelse

- 1. Det store pres ved hele tiden at skulle have styr på alt og leve op til forventninger og idealer, som ikke er realistiske eller gud-givne, kan gøre os syge, både emotionelt, fysisk og åndeligt. Hvordan kan din menighed blive et sted, der byder udmattede og trætte mennesker velkommen, og hvor de kan finde hvile?**
- 2. Kan det tænkes, at vi har for travlt, også med at arbejde for Gud? Tænk over beretningen om Jesus og hans disciple i Mark 6,30-31 og drøft i klassen, hvad den kan indebære for os.**
- 3. I 1899 blev en hastighedsrekord brudt. En eller anden havde faktisk kørt 63,15 km i timen i en bil og overlevet! I dag kører biler selvfølgelig meget hurtigere. Og processorerne i vores mobiltelefoner er meget hurtigere end de største computere for bare en generation siden. Flyrejser er hurtigere, end de plejede at være, og de bliver ved med at blive hurtigere. Pointen er, at næsten alt, vi foretager os i dag, sker hurtigere end i fortiden. Og hvad så? Vi føler os stadigvæk forjagede og uden nok hviletid. Hvad siger det om vores grundlæggende menneskelige natur, og hvorfor har Gud har gjort hvile så vigtig, at den er et af hans bud?**
- 4. Tænk over, at sabbatshvilen blev indstiftet i Edens have, før synden kom ind i verden. Hvorfor har man brug for hvile i en syndfri og fuldkommen verden?**

