

#7 Eer de (cyber) sabbat

Studievragen

Door: Agnes Klijnstra

Inleidende vragen

1. De sabbat eren. Houd jij ook ergens zondagsrust in je leven? Zo ja, waarin?
2. Hoe ervaar jij de druk om steeds maar online te zijn op facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, enz.?
3. Hoeveel uur per dag ben jij, denk je, actief op of achter een apparaat?

Verdiepende vragen

1. *'Alles is mij toegestaan, maar ik mag me door niets laten beheersen,'* zei Paulus. (1 Kor. 6:12). Hoe zou je weten wanneer iets jou in de greep heeft, in plaats van dat jij er greep op hebt? Noem eens wat bijbelse argumenten.
2. *Wat ben je bedroefd, mijn ziel, en onrustig in mij. Vestig je hoop op God, eens zal ik hem weer loven, mijn God die mij ziet en redt.* (Ps. 42:12) David beschrijft zijn onrustige ziel. Wat ervaar je als je ziel onrustig is? En hoe zou het eruit zien als je ziel rust in God? Wat ervaar je dan?
3. Paulus noemt in Efeze 5:16-17 dat je de gunstige gelegenheid aan moet grijpen, uit moet kopen. Deel de volgende activiteiten eens in als gunstige tijdsbesteding of ongunstige tijdsbesteding:
eten - een boek lezen - je kamer stofzuigen - bijbellezen - e-mail lezen - met een kennis afspreken - vasten - vrienden feliciteren op Facebook - mijmeren - spelletjes spelen op je telefoon - 's ochtends stille tijd houden
Wat valt je op?
4. Hoe zorgde Jezus voor een juiste balans tussen inspanning, rust en ontspanning?

Verwerkingsvragen

1. Jezus liet zich niet lijden door de waan van de dag, Hij bleef steeds afgestemd op Zijn Hemelse Vader hoeveel er ook van Hem werd gevraagd. Hoe zou jij in jouw dagelijks leven met alle drukte die erbij komt, je focus op God kunnen houden? Waar laad jij jouw dynamo van op?
2. Als je nu zou besluiten om een cybersabbat te gaan houden, welke zaken ga je dan minderen, stoppen en hoe zou je dat aanpakken?
3. Als je in het span met Jezus gaat lopen, en Zijn juk aan gaat nemen, deze is immer zacht en Zijn last is licht. Wat zou je dan los moeten laten en welke last valt er van je af?