

2. Vierteljahr / Woche 14.05. – 20.05.2023

## 08 / Jede Woche Sabbatical

Ein Tag für mich und dich und Gott

### ➤ Dein wöchentliches Sabbatical

➤ Welcher Tag der Woche ist für dich normalerweise der schönste? Warum?

War das schon immer dieser Tag oder hat sich das verändert?

Wie muss so ein Tag beschaffen sein, damit er diesen Titel verdient?

Gottes Idee bei der Schöpfung war, dass der Sabbat etwas Besonderes sein soll:

„Am siebten Tag also war Gottes Werk vollendet, und er ruhte am siebten Tag von all seinem Werk. Gott segnete diesen Tag und machte ihn zu etwas Besonderem, denn an ihm ruhte Gott, nachdem er sein Schöpfungswerk vollendet hatte.“ (1. Mose 2,2–3 NeÜ)

➤ Wenn der Sabbat ein Tag der Ruhe sein soll, wie kannst du dieses wöchentliche Sabbatical für dich gestalten, damit du es genießen kannst? (Der Begriff „Sabbatical“ stammt übrigens aus dem Unibetrieb; hier findest du Gründe und Ziele eines **Sabbaticals** beschrieben.)

### ➤ Ein Tag für mich

Jesus sagte: „Gott hat den Sabbat für den Menschen geschaffen und nicht den Menschen für den Sabbat!“ (Markus 2,27 DBU)

➤ Was bedeutet es dir, dass der Sabbat für den Menschen gemacht wurde?

Was umfasst das alles?

Worin liegt für dich der Reiz eines Tages, der für dich gemacht wurde?

➤ Wann ist der Sabbat ein Tag für dich? Was brauchst du dazu? Was sollte nicht sein?

➤ Worin siehst du die Herausforderung, den Sabbat als einen Tag für dich zu gestalten und zu erleben?

### ➤ Ein Tag für dich

„Jesus betrat die Synagoge. Dort saß mitten unter den Anwesenden ein Mann mit einer verkrüppelten Hand. Sie stellten Jesus die Frage: ‚Ist es erlaubt, einen Menschen am Sabbattag zu heilen?‘ Jesus antwortete ihnen mit einer einfachen Gegenfrage: ‚Wie ist es denn bei euch? Wenn eins von euren Schafen am Sabbattag in eine Felsspalte fallen würde, würdet ihr es nicht fest packen und heraushieven? Um wie viel wertvoller ist doch jeder einzelne Mensch als ein Schaf! Also ist es nur richtig, an den Sabbattagen Gutes zu tun!‘“ (Matthäus 12,9–12 DBU, gekürzt)

➤ Was bedeutet es, dass es richtig ist, am Sabbat anderen Gutes zu tun? Was gehört dazu?

➤ Wann und wie ist der Sabbat ein Tag, an dem man für andere da sein kann, den man mit anderen genießen kann?

Wie kann dein Sabbat ein Tag sein, an dem du anderen Gutes tust, und den du mit anderen genießt?

## ➔ Ein Tag für Gott

„Am siebten Tag hatte Gott sein Werk vollendet und ruhte von seiner Arbeit. Darum segnete er den siebten Tag und sagte: ‚Dies ist ein ganz besonderer, heiliger Tag! Er gehört mir.‘“ (1. Mose 2,2–3 HFA)

➔ Was bedeutet für dich ein Tag, der Gott gehört?

Gott sagte, was er an seinem Tag von uns erwartet: „Denk an den Sabbattag und überlass ihn Gott! Sechs Tage hast du, um all deine Arbeit zu tun, aber der siebte Tag ist Sabbat für Jahwe, deinen Gott. An diesem Tag sollst du nicht arbeiten“. (2. Mose 20,8–10 NeÜ)

➔ Der Sabbat ist ein Tag, an dem wir nicht unserer Arbeit nachgehen sollen. Wie leicht oder schwer fällt es dir, das zu akzeptieren?

Wie leicht oder schwer fällt es dir, es umzusetzen?

➔ Wie kannst du deinen Sabbat Gott überlassen?

➔ Wann und wie wird der Sabbat zu einem Tag, den du mit Gott verbringst?

## ➔ Ein Tag für mich und dich und Gott

➔ Der Sabbat ist also ein Tag für dich, für deine Mitmenschen und für Gott. Wie kann das praktisch aussehen: Der Sabbat als Zeit mit Gott – der Sabbat als Zeit mit anderen – der Sabbat als Zeit mit sich selbst? Wie lassen sich die „unterschiedlichen Interessen“ eines Sabbats für dich, für deine Mitmenschen und für Gott vereinbaren?

➔ Wie kannst du dabei vermeiden, dass der Sabbat zu einem Stress-Tag wird, weil du allen gerecht werden willst?

➔ Inwiefern kann die Sabbatgestaltung variieren zwischen individuellem und gemeinschaftlichem Tag? Wovon könnte das abhängig sein?

Wonach kannst du entscheiden, wie viel Raum du an einem Sabbat dir, anderen und Gott gibst?

## ➔ Wenn es keinen Sabbat gäbe ...

➔ Stell dir vor, es gäbe keine freien Tage, keine Ferien/keinen Urlaub, keine Feiertage ... Wie würde dein Leben dann aussehen?

➔ Stell dir vor es gäbe keinen Sabbat, an dem du mit gutem Gewissen nicht zu arbeiten brauchst ...

... keinen Sabbat, an dem du dich auf dich und Gott konzentrieren kannst ...

Wenn es keinen Sabbat gäbe ... dann müsste man ihn erfinden! Wie gut, dass Gott den Sabbat schon längst „erfunden“ hat!

➔ Wie kannst du deinen Sabbat immer wieder neu zu etwas Besonderem machen und nicht in Routine erstarren lassen?

„Achtet den Sabbat als einen Tag, der mir geweiht ist und an dem ihr keine Geschäfte abschließt! Er soll ein Feiertag für euch sein, auf den ihr euch freut.

Entweiht ihn nicht durch eure Arbeit, durch Geschäfte oder leeres Geschwätz!

Achtet ihn vielmehr als einen Tag, der mir, dem HERRN, gehört.

Wenn ihr das tut, werde ich die Quelle eurer Freude sein.“ (Jesaja 58,13–14 HFA)



## Für Gesprächsleiter/-innen

### ***Einstieg ins Bibelgespräch: Der schönste Tag***

Denkt zurück: Welcher war ...

... der bisher schönste Tag in eurem Leben?

... der schönste Tag im vergangenen Jahr?

... der schönste Tag im letzten Monat?

... der schönste Tag in der letzten Woche?

Ihr könnt die Fragen gemeinsam in der Gruppe besprechen oder falls die Gruppe zu groß ist, notiert jede/-r seine Antworten für sich und nur einige erzählen von ihrem schönsten Tag.

### ***Einstieg ins Bibelgespräch: Ein perfekter Sabbat***

Wie müsste ein perfekter Sabbat für euch aussehen?

Was gehört unbedingt dazu, was darf auf keinen Fall sein?

