



Der Sabbat ist um des Menschen willen gemacht worden und nicht der Mensch um des Sabbats willen.

Matthäus 2,27

Kurz nachgedacht:

(Der Impuls enthält u.U. Links zum weitergehenden Verständnis)

Noch immer ist der Sonntag ein Tag, an dem vieles ruht und Menschen einmal Atem holen und sich entspannen. Wenn die Arbeitswoche sich dem Ende zuneigt, steigt die Freude auf das Wochenende und nicht umsonst heißt ein beliebter Arbeitnehmer-Spruch: „**Ab Freitag um eins macht jeder seins.**“ Die klassische Einteilung früherer Tag war eigentlich: Montag bis Freitag arbeiten für die Firma, Samstag erledige ich meine eigenen Dinge

in Wohnung, Haus, Einkaufen, Auto und Garten – wie auch immer – und sonntags? Naja, sonntags, da scheiden sich die Geister. Die einen, oft die jüngeren, gehen auf Partys und ziehen um die Häuser, die anderen zieht es eher in Feld und Flur und wieder andere lieben es, einfach mal nichts zu tun.

Aber auch, wenn auch heute noch vieles an die Sonntage vergangener Tage erinnert, gibt es doch heute wahrnehmbare Tendenzen. Meine Frau hat mich darauf aufmerksam gemacht. Mehr und mehr kann man bemerken, dass



Menschen auch den Sonntag dafür nutzen, Arbeiten zu verrichten und den

Darf man das?

Sonntags Bohren und Hämmern

Lukas Böhl 08.06.2020 - 10:27 Uhr



Geht das am Sonntag? Foto: PrinceOfLove / shutterstock.com

Sonntag sozusagen zu einem zweiten Samstag zu machen, an dem zwar überwiegend leise, aber immer öfter auch laut. Früher wäre man dafür gerade in unserem eher dörflich geprägten Umfeld an den gesellschaftlichen Pranger gestellt worden.

Menschen anzuprangern entspricht zwar in keiner

Weise meinem persönlichen Naturell, aber eigentlich hatte sich doch Gott den Tag der Woche, den Er uns zum Ruhetag geschenkt hatte, ganz anders gedacht, nicht wahr?

Für diesen Tag gebot uns Gott nämlich, dass wir ihn heiligen sollten und dass die Arbeit ruhen sollte. Lest hierzu gerne nochmal [2. Mose 20,8-11!](#) Gott begründet das Gebot, wie wir mit dem Geschenk des Sabbats, für uns Christen der Sonntag, umgehen sollen, mit Vers 11, der aussagt, dass Gott selbst am siebten Tag von allen Seinen Werken ruhte. Gott will uns mit diesem Tag nicht ärgern und unsere Produktivität einschränken, sondern ganz im Gegenteil:

In Markus 2,27 sagt Jesus zu diesem Tag: „Der Sabbat ist um des Menschen willen gemacht worden und nicht der Mensch um des Sabbats willen.“

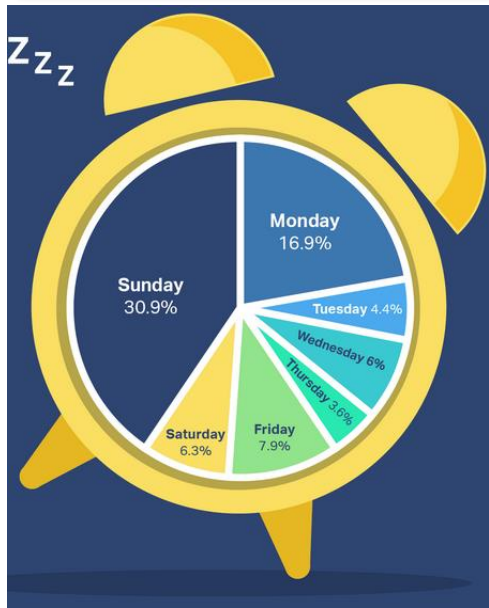
Während der Französischen Revolution wurde übrigens mal versucht, die Sieben-Tage-Woche durch eine Zehn-Tage-Woche zu ersetzen und in der Sowjetunion wurde – getrieben vom staatlichen Atheismus –



versucht, die Sonn- und Feiertage ganz abzuschaffen, verbunden mit diversen Kalenderexperimenten. All diese Versuche scheiterten kläglich.

Übrigens gibt es aktuell das mehr und mehr aufkommende Phänomen der

What's the Hardest Night to Fall Asleep?



„**Sunday Scaries**“, die dadurch gekennzeichnet sind, dass – wissenschaftlich belegt – der Erholungseffekt des Sonntags nachlässt, weil die Menschen schon am Sonntag bereits von den Problemen der kommenden Arbeitswoche umgetrieben werden. Das ist auch sicher eine Folge des vermehrten mobilen Arbeitens und der entsprechenden technischen Medien, die die Arbeitswelt über Handys und Notebooks in den privaten Bereich eindringen lassen. Lest hierzu gerne folgenden [Artikel!](#)

Im Artikel werden mehrere Tipps gegeben, wie man die „Sunday-Scaries“-Effekte minimieren kann.

Ich kann nicht für jeden sprechen und will auch gar keine schlaun Tipps hinzufügen, aber mir hilft tatsächlich zusätzlich zu den sicherlich guten Tipps, mich auch der ursprünglichen Bedeutung des Sonntags zu erinnern.

Das bedeutet für mich, nicht nur persönlich zu entspannen, sondern am Sonntag durch Gottesdienstbesuch und in einer gewissen Fokussierung auf den Herrn in besonderer Weise Gemeinschaft mit Ihm zu suchen und in Ihm zu ruhen.

Amen

Lied: [Großer Gott, wir loben dich](#) – Andreas Schätzle und Pater Sandesh

