

## 24. Tev ir nepieciešama atpūta

Dievs, tu radīji laiku un mani tajā ievietoji. Bieži šķiet, ka man nav pietiekami daudz laika, lai paveiktu visu, ko vēlos. Parādi man, kādu plānu tu esi man sagatavojis, lai es spētu pareizi lietot savu laiku!

### stāsts

Kāds cilvēks uzaicināja savu paziņu piedalīties vienas dienas malkas skaldīšanas sacensībās. Pirmais vīrs strādāja ļoti cītīgi, atvēlējams vien nelielu pārtraukumu pusdienām. Otrs vīrietis lēnā garā paēda un vairākas reizes uz laiku pārtrauca darbu, lai nedaudz atpūstos. Dienas beigās čaklais strādnieks bija pārsteigts un arī nokaitināts, kad ieraudzīja, ka viņa biedrs ir saskaldījis ievērojami vairāk malkas nekā viņš.

„Es nesaprotu,” viņš teica. „Ik reizi, kad paraudzījos uz tevi, tu tikai atpūties, bet tomēr esi saskaldījis vairāk malkas nekā es!”

„Bet tu neievēroji, ka katrā atpūtas pauzē es asināju savu cirvi,” atbildēja uzvarētājs.<sup>1</sup>

### pārdomas

”Es atvainojos, bet man tiešām nav laika!”

Vai pats kādreiz esi tā teicis? Mums ir tik daudz darāmā, lai nopelnītu iztiku, samaksātu parādus, nodarbotos ar fiziskajiem vingrinājumiem, *sērfotu* tīmeklī, uzkoptu māju, iepirktos, mazgātu automašīnu... Vienā dienā vai pat visās nedēļas dienās nav pietiekami daudz stundu. Dīvainā kārtā ir tā: jo vairāk laiku ekonomējošu ierīču mēs iegādājamies, jo mazāk laika mums ir un jo nervozāki kļūstam.

Bet arvien vairāk un vairāk cilvēku pārlicinās, ka minētajai situācijai Bībele piedāvā ļoti veiksmīgu risinājumu. Šajā gadījumā ir runa par prioritātēm: kā mēs uzņemamies atbildību par laika izlietojumu, lai laiks mūs nepaverdzinātu. Bībele sola miera oāzi nogurušai dzīvei: to sauc par sabatu.

Kad Dievs visu bija radījis, septītajā dienā viņš atpūtās un īpaši nošķīra šo dienu. „Un septīto dienu Dievs svētīja un darīja to svētu, jo tajā dienā viņš mitējās no visa sava darba, ko bija darījis radīdams.”<sup>2</sup> Burtiski var sacīt, ka Dievs *ieturēja sabatu*. Tas bija radīšanas kulminācijas punkts, miera un svētuma laiks, kas apliecināja, ka visa dzīve kopumā ir garīga. Pasaule, kurā dzīvojam, un laiks, kurā varam šo pasauli izjust, ir Dieva dāvanas. Sabats mums tiek dots kā iespēja izbaudīt šīs abas lietas visā pilnībā.

Bībelē par sabatu runāts ļoti konkrēti. Tā nav tikai viena diena no septiņām, kad mēs noliekam sānis visus darbus. Sabats ir laika periods starp saulrietu piektdienas vakarā līdz saulrietam

---

<sup>1</sup> Avots nezināms. [www.sermonillustrations.com/a-z/r/rest.htm](http://www.sermonillustrations.com/a-z/r/rest.htm), skatīts 2006. gada 25. jūlijā.

<sup>2</sup> 1. Mozus 2:3.

sestdienas vakarā.<sup>3</sup> Mēs izvēlamies atpūsties šajā īpašajā dienā ne tāpēc, ka cilvēkiem vispārīgi ir nepieciešama atpūta, bet gan tāpēc, ka mums nepieciešama īpaša veida garīga atpūta un atjaunošanās.

Protams, ja esam vienoti ar Dievu, tad katru nedēļas dienu pavadām kopā ar viņu. Bet sabatam ir cita funkcija: tas palīdz novērtēt Dieva klātbūtni citās nedēļas dienās. Sabata dēļ dzīve kļūst mērķtiecīga; sabats palīdz izvēlēties prioritātes un tās ievērot. Citiem vārdiem sakot, sabats palīdz organizēt un pārvaldīt savu laiku, lai mēs varētu baudīt piepildītu, sakārtotu un laimīgu dzīvi. Tas ir – dzīvot ar prieku.

Ir arī jāatzīst, ka dažkārt par sabatu nākas dzirdētas sliktas atsauksmes. Par to sūdzas kā par garlaicīgu un nomācošu bezdarbības pilnu laiku, bet tas ir tikai tāpēc, ka sabatu ir nolaupījuši īgņas. Bibliskais sabats bija svinības, nevis gavēnis; diena, kas jānosvin, nevis no kuras jābaidās.

Tātad: ko sabats mums dod?

*Mūsu dzīvē izveidojas skaidri mērķi un prioritātes.*

Sabata ievērošana *izkonkurē* mūsdienu sabiedrības apšaubāmās vērtības. Mēs uzskatām, ka dzīve ir kaut kas vairāk nekā darbs, nauda un ražošana. Mēs pieņemam atšķirīgu vērtību sistēmu.

Dzīve ir kaut kas vairāk nekā noteiktu lietu *darīšana*. Tās vissvarīgākais aspekts nozīmē *būt*. Izvēlēdamies vienu dienu nestrādāt, mēs pierādām, ka strādājam, lai dzīvotu, nevis dzīvojam, lai strādātu. Sabats ir brīnišķīgs veids, kā pavērst muguru pret trakojošo materiālismu. Mēs iebilstam pret viedokli, ka cilvēka patiesā vērtība ir mērāma saskaņā ar to, cik daudz labuma viņš sniedz ekonomikai. Šāds uzskats ļauj palēnināt dzīves tempu un dzīvot harmoniskā saskaņā ar dabas ritmu.

Svinēdami sabatu, mēs neatsakāmies no visa, ko piedāvā tehnoloģiju laikmets, kurā dzīve rit divdesmit četras stundas dienā septiņas dienas nedēļā. Mēs vienkārši neļaujam tam dominēt pār Dieva doto darba un atpūtas ritmu. Ievērojot sabatu, kas ir spēkā no saulrieta līdz saulrietam, viena no priekšrocībām ir tāda, ka mēs atgriežamies pie zemeslodes dabiskajiem ritmiem, kurus nodrošina saullēkts un saulriets. Mēs pieņemam dabisko pasaules kārtību un no jauna tajā atrodam sev vietu.

Iknedēļas sabatu esmu ievērojis jau vairākus gadus. Katru nedēļu to gaidu un arī atceros ar pateicību. Bez personīgajiem ieguvumiem, tas ir palīdzējis arī manā karjerā. Sabatā varu nedomāt par profesionāliem mērķiem un termiņiem. Esmu sapratis, ka Zeme nepārtrauks griezties ap savu asi, ja es nestrādāšu.

Sabats ir izmainījis arī manu ģimenes dzīvi. Es nesteidzīgi varu pavadīt pilnvērtīgu laiku kopā ar tiem, kurus mīlu. Visbeidzot var teikt, ka sabats ienes mieru un kārtību manā citādi nogurdinošajā eksistencē. Tāpēc, ka esmu izvēlējis svinēt sabatu, man ir vieglāk atbildēt uz šādiem svarīgiem dzīves jautājumiem: „Kāpēc es šeit esmu?” un „Kāda ir mana vērtība?”.

*Sabats paver iespēju domāt par savu vietu Dieva izveidotajā sistēmā.*

---

<sup>3</sup> Bībelē dienas sākas un beidzas ar saulrietu. Sk. 3. Mozus 23:32: „... no vakara līdz vakaram sviniet sabatu.”

Bet sabats sniedz daudz vairāk nekā vienīgi personiskus guvumus. Sabats ļoti noteikti vēstī, ka arī man jāuzņemas atbildība par pasauli. Bībelē lasāmais radīšanas stāsts vaiņagojas ar sabatu; cilvēki nav pasaules centrs. Sabats liecina, ka radīšana, galu galā, ir notikums ar garīgu nozīmi; tāpēc, svinēdami sabatu, mēs atzīstam, ka esam atbildīgi par Dieva radību. Rūpes par vidi nebūt nav jauns jautājums. Tas pieminēts jau Bībelē un ir saistīts ar sabatu.

„Sešus gadus apsēj savu zemi un ievāc tās ražu. Bet septītajā gadā atstāj to nelietotu un ļauj tai atpūsties, lai paēd tavas tautas nabagi, un to, kas tiem paliks pāri, lai ēd lauka zvēri, – tāpat dari ar savu vīnadārzu un olīvkokiem. Sešas dienas dari savus darbus, bet septītajā dienā atpūties. Lai atpūšas tavš vērsis un ēzelis, lai atvelk elpu tavas verdzenes dēls un svešinieks.”<sup>4</sup>

Šeit mēs redzam divas paralēlas domas. Tieši tāpat kā cilvēkiem sešas dienas jāstrādā un septītajā jāatpūšas, arī zeme jākultivē sešus gadus, bet septītajā jāatstāj atmatā. Var pateikt arī vēl skaidrāk: „... lai zemei ir sabats Kungam – savus laukus neapsēj un savu vīnadārzu neapgriez.”<sup>5</sup>

Tieši tāpat, kā mēs gūstam labumu no sabata, mums ir arī uzticēta atbildība bezgalīgi neizšķiest radības resursus. Cilvēki, kas savu privāto sabatu uztvers nopietni, vēlēties to pašu zemei, kas ir ap viņiem.

Sabats ir saistīts arī ar sociālo taisnīgumu. Tas ir ļoti precīzs cilvēku sabiedrības nivelieris. Lai arī kāds būtu sociālais stāvoklis, sabatā visi ir vienlīdzīgi. Senajā Israēlā sabats bija katra cilvēka neatņemamas tiesības: gan bagātā, gan trūcīgā; gan verga, gan saimnieka, gan israēlieša, gan svešautieša. Tā ik pēc septiņām dienām tika uzsvērts atgādinājums par sociālo taisnīgumu, bet tas tika sevišķi akcentēts ik pēc septiņiem gadiem, kad bija jāievēro sabata gads.

Šāda bija pravieša Jesajas sociālā taisnīguma definīcija: „Vai ne šāds ir gavēnis, ko es pieņemu, – kad tiek atraisītas apspiestības važas, kad noņem spaidu jūgu, kad apspiesto atlaiž brīvībā un sarauj visas saites! Un tāds, kad ar izsalkušo tu dali savu maizi, kad nabagu un bezpajumtnieku tu iaved namā, kad ieraugi kailo un apģērb viņu, kad nenovērsies no otra, kas tāds kā tu pats [..].”<sup>6</sup> Pēc tam viņš domā turpina: „... sabats tev liksies kā prieks, kā svētums Kungam godājams – ja godāsi to, nesteigdamies savās gaitās [..].”<sup>7</sup> Ievērodami sabatu, mēs aktīvi atbalstām arī sociālo taisnīgumu.

Protams, sabata svinēšana prasa arī dažas dzīvesveida izmaiņas. Bet tas nav tik grūti, kad esam aptvēruši, cik lieli ir ieguvumi. Mums nevajadzētu sākt veidot garus sarakstus ar lietām, ko drikstētu un nedrīkstētu. Mēs vienkārši dažas lietas sabatā nedarīsim, jo tās liktu mums domāt par darbu, konkurenci, ieguvumiem un paveiktā kvalitāti. Cilvēki, kuriem nav nekādu citu interešu ārpus darba, var būt tikai un vienīgi stresa nomākti un drūmi, jo viņi nesaskata jēgu nevienā citā lietā, izņemot savu darbu.

Sabats ir arī aicinājums bagātināt savu dzīvi un svinēt svētkus. Tāpēc daudzi sabata ievērotāji tā sākumu un beigas atzīmē ar maziem rituāliem: ar iedegtām svecēm, ar īpašu

Tieši tāpat kā mēs gūstam labumu no sabata, mums ir arī uzticēta atbildība bezgalīgi neizšķiest radības resursus.

<sup>4</sup> 2. Mozus 23:10–12.

<sup>5</sup> 3. Mozus 25:4.

<sup>6</sup> Jesajas 58:6–7.

<sup>7</sup> Jesajas 58:13.

maltīti, ar sabata lūgšanām – ar jebko, kas viņiem šķiet nozīmīgs; ar mazām lietām, kas izceļ sabatu pārējo nedēļas dienu vidū. Patiesībā mēs sabatam sagatavojamies jau piektdien, lai sabatā, cik vien iespējams, varētu izvairīties no jebkādiem darbiem. Mēs aktīvāk gatavojam ēst, kopjam māju un gludinām apģērbu pārējās nedēļas dienās, lai, pienākot saulrietam piektdienas vakarā, būtu šī brīnišķīgā sajūta, ka mums ir tīra māja, gardas vakariņas un ka visas turpmākās divdesmit četras stundas mēs varēsim atļauties nedomāt par darbu.

Ja sabats var nodrošināt tādu prieku, jūs varbūt jautāsi: „Kāpēc par to nav iespējams dzirdēt kaut ko vairāk?” Agrīnā kristiešu draudze ievēroja sabatu. Un tas ir skumji, ka kristieši kopumā to ir pazaudējuši. Sabata ievērotāji ir bijuši visā kristietības vēsturē. Bet pēdējā laikā to no jauna atklāj arvien vairāk kristiešu. Nav labāka laika par sabatu, kad kopā ar citiem cilvēkiem, kuru dzīvi arī ir izmainījusi Dieva mīlestība, būtu iespējams pielūgt viņu un viņam kalpot.

Varbūt arī jūs vēlētos no jauna atklāt sabatu? Mēģiniet pārliecināties, kā sabats var jums palīdzēt sakārot dzīvi, izvērtēt lietas un izraudzīties prioritātes. Tas jums dos vērtīgu laiku, kurā pārdomāt visu notiekošo un to, kā Dievs šīs lietas spēj mainīt.

Jūs atklāsi vienu no vislielākajām vērtībām, kādu Dievs mums ir sagatavojis.

## **ko teiksi?**

Kā sabata svinēšana varētu mainīt tavu dzīvi?