

## **Heidelbergse Catechismus, Zondag 38, vraag en antwoord 103**

### **Zondag 38**

*103. Wat gebiedt God in het vierde gebod?*

Ten eerste, dat de kerkdienst en het geloofsonderwijs in stand worden gehouden, en dat ik vooral op de sabbat – dat is, de rustdag – trouw samenkom met Gods gemeente om naar Gods Woord te luisteren, de sacramenten te gebruiken, de Heere God openlijk aan te roepen en gaven te geven aan de armen. Ten tweede, dat ik mijn leven lang mijn slechte werken nalaat en de Heere door Zijn Geest in mij laat werken, zodat ik in dit leven de eeuwige sabbat al begin.

Voor de kinderen:

### **Zondag 38**

Het vierde gebod gaat over de sabbat. De sabbat is de rustdag. Bij de Joden is dat de zaterdag, bij ons de zondag.

Het is belangrijk om op zondag naar de kerk te komen. In de kerk luisteren we naar Gods Woord, vieren we de doop en het avondmaal, bidden we met elkaar en geven we geld voor arme mensen.

Zoals we nu de zondag als rustdag hebben, mogen we later voor altijd rust hebben bij God.

### **Schriftgedeelten:**

Exodus 20:8-11 + Deuteronomium 5:12-15 + Jesaja 58:13,14 + Marcus 2:23-28

### **Vragen:**

#### **Met het oog op de kinderen:**

Misschien vind je de zondag helemaal niet fijn. Je moet naar de kerk, je mag niet buiten spelen met je vriendjes, je mag geen lid worden van een sportclub die op zondag sport en je baalt ervan dat je niet naar televisie mag kijken. Zou je echt gelukkiger zijn als je niet naar de kerk hoeft en je al die andere dingen wel mag? Waarvoor heeft God de zondag aan jou gegeven?

#### **Met het oog op de tieners:**

Als je eerlijk bent zul je best wel moeten erkennen dat je geleeft wordt door je mobiel. Je hebt hem binnen handbereik en wil alles volgen wat er maar te zien en te horen is. Elk berichtje en elk appje wil je lezen. Zou de zondag ons niet willen leren om ook eens afstand te nemen van al die prikkels en echt tot rust te komen? En dan niet alleen op de zondag, maar ook doordeweeks?

#### **Met het oog op de ouderen:**

U bewaart misschien nog warme herinneringen aan de zondagen die u vroeger thuis meemaakte. Het was gezellig en er was een fijne sfeer. Het kan ook anders zijn. Wellicht dat u gevoelens hebt van beknelling en saaiheid. De zondag was een nare dag. Hoe ervaart u nu de zondag? Heeft zich een verandering voltrokken? Dat kan een positieve wending zijn, maar misschien ook wel een negatieve verandering. Wees eerlijk voor uzelf.