

Ik, de HEER  
ben uw GOD die u uit het land Egypte,  
uit het diensthuis  
geleid heb.

**Gij zult**

geen andere goden  
voor mijn aangezicht hebben

**Gij zult u geen**

GESNEDEN BEELD maken noch  
ENIGE GESTALTE

van wat boven in de hemel, noch van wat beneden op aarde  
noch van wat in de wateren onder de aarde is.

**Gij zult**

voor die niet buigen,  
noch hen dienen

**Gij zult**

DE NAAM in de HEER  
UW GOD

NIET IJDEL GERODTKEN

Op den de **SABBATDAG**  
dat gij die heiligt

zes dagen zult gij werken en u wilt doen  
niet rusten op den zevenden, dat is de Sabbat

van de HEER uw GOD  
dat zult gij

GEEN WERK DOEN

Eert uw

VADER en uw  
MOEDER

opdat uw dagen lang en u goed zult hebben  
dat de HEER uw GOD u geven wil

**Gij zult**  
**NIET**  
doden

**Gij zult**  
**NIET**  
ECHTBREKEN

**Gij zult**  
**NIET**  
STELEN

**Gij zult**  
**geen**  
valse  
GETUIGENIS  
spreken tegen uw  
NAASTE

**Gij zult**  
niet begeren uws naasten HUIS  
**Gij zult** niet begeren  
uws naasten VROUW  
noch zijn DIENSTKNECHT, noch zijn RUIJER, noch zijn EZEL,  
noch iets dat van uw  
NAASTE IS

IKON IN SAMENWERKING MET  
PAUL DE BONT PRODUCTIES  
PIETER VAN HUUSTEE FILM  
RYNINKS FILMS

PRESENTEERT  
EEN EIGENZINNIGE VISIE VAN  
10 NEDERLANDSE FILMMAKERS  
OP

# DE 10 GEBODEN

JOHN APPEL  
PAUL COHEN  
PIETER FLEURY  
HEDDY HONIGMANN  
VUK JANIC  
FATIMA JEBLI OUAZZANI  
KARIN JUNGER  
NIEK KOPPEN  
JOS DE PUTTER  
FIONA TAN

STIMULERINGSFONDS NEDERLANDSE  
CULTURELE OMROEPPRODUCTIES /  
COBO-FONDS / STICHTING NEDERLANDS  
FONDS VOOR DE FILM

DISTRIBUTIE PUBLIC FILM

WWW.IKON.NL/DE10GEBODEN

IKON

# Een staat van zijn



4e Gebod door:  
Paul Cohen

Paul Cohen (1957) maakte begin jaren negentig zijn eerste lange documentaire Part time God. Daarna volgde de documentaire De winnaars, die in 1997 op het Filmfestival in Nyon zowel de Eerste Prijs als de Publieksprijs won. Zijn meest recente lange documentaire is Een gelukkige tijd, die hij samen met Oeke Hoogendijk maakte over de zogenaamde 'Barneveld groep', een groep van zeventien joden die op wonderbaarlijke wijze de Tweede Wereldoorlog overleefde.

*"Het vierde gebod gaat over de rust die men zichzelf gunt om contact te maken met het hogere. Op welke manier dat contact plaatsvindt en hoe men dat hogere beschouwt, biedt vooral in deze tijd een grote bandbreedte van interpretatie. Terwijl het gebod op zich nagenoeg vergeten is, zoeken veel mensen toch naar een manier die uiting geeft aan de inhoud ervan. Het gebod was voor mij tijdens*

Het vierde gebod is voor nieuwe generaties een van de minst bekende geboden: 'Gij zult de sabbat heiligen'. Wie steelt, moordt of overspel pleegt weet wel dat dat niet mag. Maar werken op zondag levert bij de meeste mensen geen gewetensproblemen op. En vrije dagen zijn er niet meer om God te eren. Dit besef bracht regisseur Paul Cohen tot het uitgangspunt: 'De sabbat is niet een dag, maar een staat van zijn.'

De ruimere interpretatie van het gebod is voor Cohen reden om mensen te zoeken die hun vrije dag op een persoonlijke, onorthodoxe manier beleven. Tijdens deze zoektocht realiseert hij zich dat hij zelf het gebod met voeten treedt. "Als ik een film maak, werk ik op zondag door want de film gaat voor." Daarmee wordt Cohen zelf een van de hoofdpersonen in zijn film. De hoofdpersonen, met ieder hun eigen invulling van de sabbat, worden omringd door Cohens persoonlijke observaties. Uiteindelijk vraagt hij zich af of de waarde van het vierde gebod misschien toch in de religieuze oorsprong gezocht moet worden.

WOENSDAG 27 DECEMBER, 22.55 UUR, NEDERLAND 1



*het maken van de film zowel stimulans als obstakel. Alles wat ik onderzocht heb als voorbereiding op deze film en wat ik gefilmd heb, was ik anders niet tegengekomen. Het maken van de film was een prikkel tot artistieke vrijheid en verbeeldingskracht."*

# Een staat van zijn (4)

**Paul Cohen: "Sommige beelden zijn illustraties van het Goddelijke"**



Werken op zondag is voor de meeste mensen tegenwoordig geen probleem meer. Binnen de 24 uren economie is iedere dag in principe een werkdag en zelfs de winkels zijn op zondag gewoon open. Volgens regisseur

Paul Cohen is echter de idee achter de Sabbat niet geheel verdwenen. Hij onderzoekt in zijn film de verschillende manieren, waarop de Sabbatgedachte ingevuld wordt.

Cohen: "Ik ben er van uitgegaan dat de Sabbat niet een dag is, maar een staat van zijn. Het vierde gebod is in die zin nog steeds betekenisvol. Het is voor iedereen belangrijk om af en toe een stap terug te doen, rust te nemen en aan zelfbeschouwing te doen. Altijd maar in dezelfde benauwde pas door het leven gaan lijkt me heel ongezond."

In zijn associatief opgebouwde film komen verschillende mensen aan het woord die op hun eigen manier invulling geven aan de Sabbat. Cohen: "In mijn film ben ik aan het zoeken naar de betekenis van het gebod. Ik stip wat dingen aan zonder een antwoord te geven."

Hij spreekt met een typische zakenman die niet religieus is, maar wel af en toe religieuze ervaringen beleeft. Cohen: "Het is een man van wie je dat eigenlijk niet verwacht. Toch heeft hij zo nu en dan 'flitsmomentjes', zoals hij dat noemt. Dan ervaart hij sterke gevoelens van verbondenheid met een soort ruimer bewustzijn."

Het bezoek aan een zweethut is voor Cohen een ander voorbeeld van een manier om tot inkeer te komen. "Het is een oud Indiaans ritueel met



behulp waarvan je je eigen mentale en fysieke grenzen ervaart. Soms onderga je een hele sterke ervaring, soms blijft het bij het gevoel dat je krijgt in een sauna."

Een opvallend voorwerp in de film is een oud Joods boek, dat ooit toebehoorde aan de opa van Cohen en dat hij per toeval, vlak voordat hij aan de film begon, in handen kreeg. Cohen citeert in de film een fragment eruit. Daarin wordt de mens aangespoord om zich, tenminste voor één dag in de week, niet zelf schepper te wanen. Cohen: "Voor mij is dat een oorspronkelijke en heldere gedachte, waar je wel iets aan hebt." Echt religieus vindt hij zichzelf echter niet. "Ik denk wel dat er bepaalde krachten zijn, maar ik kan er geen plaats bij zetten of uitleggen hoe het precies in elkaar steekt. Een gelovig iemand heeft daar een heel duidelijk beeld bij en dat heb ik niet. Ik ben toch vrij nuchter." ♦