

परमेश्वर का नियम

Parmeshwar Ka Niyam

आज के ईसाई के लिए परमेश्वर का नियम

parmeshwarkaniyam.org

परिशिष्ट 5b: आधुनिक समय में सब्त कैसे मानें

यह पृष्ठ परमेश्वर द्वारा स्वीकार की जाने वाली वैवाहिक संबंधों की श्रृंखला का हिस्सा है और इस क्रम का अनुसरण करता है:

यह पृष्ठ चौथी आज्ञा: सब्त (विश्राम दिन) की श्रृंखला का हिस्सा है:

1. परिशिष्ट 5a: सब्त और कलीसिया जाने का दिन — दो अलग बातें
2. परिशिष्ट 5b: आधुनिक समय में सब्त कैसे मानें (वर्तमान पृष्ठ)।
3. परिशिष्ट 5c: दैनिक जीवन में सब्त के सिद्धांतों को लागू करना
4. परिशिष्ट 5d: सब्त के दिन भोजन — व्यावहारिक मार्गदर्शन
5. परिशिष्ट 5e: सब्त के दिन परिवहन
6. परिशिष्ट 5f: सब्त के दिन तकनीक और मनोरंजन
7. परिशिष्ट 5g: सब्त और काम — वास्तविक दुनिया की चुनौतियों से निपटना

सब्त मानने का निर्णय

पिछले लेख में हमने स्थापित किया कि सब्त की आज्ञा आज भी ईसाइयों पर लागू होती है और इसे मानना केवल कलीसिया जाने के लिए एक दिन चुनने से कहीं अधिक है। अब हम व्यावहारिक पक्ष पर आते हैं: जब आप चौथी आज्ञा का पालन करने का निर्णय लेते हैं, तब वास्तव में इसे कैसे मानें। बहुत से पाठक इस बिंदु पर ऐसे पृष्ठभूमि से आते हैं जहाँ सब्त नहीं माना जाता—शायद कैथोलिक, ऑर्थोडॉक्स, बैप्टिस्ट, मेथोडिस्ट, पेंटेकोस्टल या कोई और संप्रदाय—और वे सातवें दिन को सम्मान देना चाहते हैं जबकि वे वहीं रहते हैं जहाँ वे हैं। यह परिशिष्ट आपके लिए है। इसका उद्देश्य है आपको यह समझने में मदद करना कि ईश्वर क्या चाहता है, बाइबल की सच्चाई को मनुष्य की परंपराओं से अलग करना और आपको सब्त को इस तरह मानने के व्यावहारिक सिद्धांत देना जो विश्वासयोग्य, आनंदमय और आधुनिक जीवन में संभव हो। फिर भी यह याद रखना आवश्यक है कि चौथी आज्ञा कोई अलग कर्तव्य नहीं है बल्कि ईश्वर की पवित्र और शाश्वत व्यवस्था का हिस्सा है। सब्त का पालन करना ईश्वर की बाकी आज्ञाओं की जगह नहीं लेता; बल्कि यह उनके संपूर्ण नियमों को मानने वाले जीवन से स्वाभाविक रूप से प्रवाहित होता है।

सब्त पालन का मूल: पवित्रता और विश्राम

सब्त और पवित्रता

पवित्रता का अर्थ है ईश्वर के उपयोग के लिए अलग किया जाना। जैसे तंबू को सामान्य उपयोग से अलग किया गया था, वैसे ही सब्त सप्ताह के अन्य दिनों से अलग किया गया है। ईश्वर ने सृष्टि में इसको आदर्श बनाया जब उन्होंने सातवें दिन अपने काम से विश्राम लिया और उसे पवित्र किया ([उत्पत्ति 2:2-3](#)), इस प्रकार अपने लोगों के लिए एक नमूना स्थापित किया। [निर्गमन 20:8-11](#) हमें “सब्त को स्मरण करने” और “उसे पवित्र रखने” के लिए बुलाता है, यह दिखाते हुए कि पवित्रता कोई अतिरिक्त विकल्प नहीं है बल्कि चौथी आज्ञा का मूल तत्व है। व्यवहार में पवित्रता का अर्थ है सब्त के घंटों को इस प्रकार आकार देना कि वे ईश्वर की ओर इंगित करें—ऐसी गतिविधियों से हटना जो हमें सामान्य दिनचर्या में वापस खींचती हैं और उस समय को ऐसी बातों से भरना जो हमारी ईश्वर के प्रति जागरूकता को गहरा करें।

सब्त और विश्राम

पवित्रता के साथ-साथ सब्त विश्राम का दिन भी है। हिब्रू में, *נח* (शावत) का अर्थ है “रुकना” या “बंद करना।” ईश्वर ने अपनी सृजनात्मक गतिविधि को इसलिए नहीं रोका कि वे थक गए थे, बल्कि अपने लोगों के लिए विश्राम का लय दिखाने के लिए। यह विश्राम केवल शारीरिक श्रम से ब्रेक लेने से अधिक है; यह सामान्य काम और उपभोग के चक्र से बाहर निकलकर ईश्वर की उपस्थिति, ताजगी और व्यवस्था का अनुभव करने के बारे में है। यह जानबूझकर लिया गया विराम है ताकि हम ईश्वर को सृष्टिकर्ता और पालनकर्ता के रूप में स्वीकार करें, उस पर भरोसा करें कि जब हम अपने प्रयास रोकते हैं तो वह हमारी देखभाल करेगा। इस लय को अपनाकर, विश्वास करने वाले सब्त को बाधा नहीं बल्कि एक साप्ताहिक उपहार—अपनी प्राथमिकताओं को पुनः संरेखित करने और हमें बनाने वाले के साथ अपने संबंध को नवीनीकृत करने के लिए पवित्र समय—के रूप में देखने लगते हैं।

सब्त की विशिष्टता

सब्त ईश्वर की आज्ञाओं में अद्वितीय है। यह स्वयं सृष्टि में निहित है, इस्राएल नामक राष्ट्र के बनने से पहले ही पवित्र किया गया था और यह केवल व्यवहार पर नहीं बल्कि समय पर केंद्रित है। अन्य आज्ञाओं के विपरीत, सब्त हर सातवें दिन हमारे सामान्य कामकाज को अलग रखने के लिए सचेत निर्णय की माँग करता है। जिन लोगों ने इसे पहले कभी नहीं माना, उनके लिए यह रोमांचक भी लग सकता है और भारी भी। फिर भी यही लय—सामान्य से बाहर निकलकर ईश्वर के नियत विश्राम में प्रवेश करना—विश्वास की साप्ताहिक परीक्षा और उसकी व्यवस्था पर हमारे भरोसे का शक्तिशाली संकेत बन जाती है।

सब्त: विश्वास की साप्ताहिक परीक्षा

यह सब्त को केवल एक साप्ताहिक पालन नहीं बनाता बल्कि विश्वास की बार-बार होने वाली परीक्षा भी बनाता है। हर सातवें दिन, विश्वासियों को अपने काम और दुनिया के दबावों से दूर होकर भरोसा करना होता है कि ईश्वर उनकी पूर्ति करेगा। प्राचीन इस्राएल में इसका अर्थ था छठे दिन दुगना मन्ना इकट्ठा करना और भरोसा करना कि वह सातवें दिन तक चलेगा ([निर्गमन 16:22](#)); आधुनिक समय में, इसका अर्थ अक्सर काम के समय, वित्त और जिम्मेदारियों को इस तरह व्यवस्थित करना होता है कि कुछ भी पवित्र घंटों में हस्तक्षेप न करे। इस तरह सब्त मानना ईश्वर की पूर्ति पर निर्भरता सिखाता है, बाहरी दबावों का विरोध करने का साहस और एक ऐसी संस्कृति में अलग होने की इच्छा जो निरंतर

उत्पादकता को महत्व देती है। समय के साथ, यह लय आज्ञाकारिता की आत्मिक रीढ़ बनाती है—ऐसी जो हृदय को केवल सप्ताह में एक दिन ही नहीं बल्कि हर दिन और जीवन के हर क्षेत्र में ईश्वर पर भरोसा करना सिखाती है।

सब्त कब शुरू और समाप्त होता है

सब्त मानने का पहला और सबसे बुनियादी तत्व यह जानना है कि यह कब शुरू और समाप्त होता है। स्वयं तोराह से हम देखते हैं कि ईश्वर ने सब्त को संध्या से संध्या तक की चौबीस घंटे की अवधि के रूप में निर्धारित किया, न कि सूर्योदय से सूर्योदय या आधी रात से आधी रात तक। [लैव्यव्यवस्था 23:32](#) में, प्रायश्चित के दिन के बारे में (जो इसी समय-सिद्धांत का अनुसरण करता है), ईश्वर कहते हैं, “संध्या से संध्या तक तुम अपना सब्त मानोगे।” यह सिद्धांत साप्ताहिक सब्त पर भी लागू होता है: दिन छठे दिन (शुक्रवार) के सूर्यास्त पर शुरू होता है और सातवें दिन (शनिवार) के सूर्यास्त पर समाप्त होता है। हिब्रू में इसे [אַחַר-הַשֶּׁמֶשׁ וְלִפְנֵי-הַשֶּׁמֶשׁ](#) (मेएरेव अद-एरेव) कहा जाता है — “संध्या से संध्या तक।” इस समय को समझना किसी भी युग में सही ढंग से सब्त मानने की नींव है।

ऐतिहासिक व्यवहार और हिब्रू दिन

यह संध्या-से-संध्या का लेखा-जोखा हिब्रू समय की अवधारणा में गहराई से निहित है। उत्पत्ति 1 में सृष्टि के प्रत्येक दिन का वर्णन “और संध्या हुई, और भोर हुई” के रूप में किया गया है, यह दिखाते हुए कि ईश्वर के कैलेंडर में एक नया दिन सूर्यास्त से शुरू होता है। यही कारण है कि दुनिया भर के यहूदी शुक्रवार रात को सूर्यास्त पर मोमबतियाँ जलाते हैं और सब्त का स्वागत करते हैं, एक परंपरा जो बाइबिल के पैटर्न को दर्शाती है। हालाँकि रब्बी यहूदी धर्म ने बाद में अतिरिक्त रीति-रिवाज विकसित किए, “सूर्यास्त से सूर्यास्त” की मूल बाइबिलीय सीमा स्पष्ट और अपरिवर्तित रहती है। यीशु के समय में भी हम इस पैटर्न को स्वीकार होते देखते हैं; उदाहरण के लिए, [लूका 23:54-56](#) में वर्णन है कि स्त्रियाँ “सब्त के दिन” विश्राम कर रही थीं जब उन्होंने सूर्यास्त से पहले मसाले तैयार कर लिए थे।

आज के लिए व्यावहारिक अनुप्रयोग

आज सब्त का सम्मान करने के इच्छुक ईसाइयों के लिए सबसे सरल तरीका यह है कि शुक्रवार के सूर्यास्त को अपने सब्त विश्राम की शुरुआत के रूप में चिह्नित करें। यह उतना ही सरल हो सकता है जितना कि एक अलार्म या स्मरण सेट करना, या स्थानीय सूर्यास्त तालिका का पालन करना। हिब्रू में, शुक्रवार को [אַחַר הַשֶּׁמֶשׁ](#) (योम शिशी) — “छठा दिन” — और शनिवार को [לפני השמש](#) (शब्बात) — “सब्त” कहा जाता है। जब योम शिशी पर सूर्यास्त होता है, शब्बात शुरू होता है। पहले से तैयारी करके—काम खत्म करके, घरेलू कार्य या खरीदारी सूर्यास्त से पहले पूरी करके—आप पवित्र घंटों में एक शांतिपूर्ण संक्रमण बनाते हैं। यह लय निरंतरता बनाने में मदद करती है और परिवार, मित्रों और यहाँ तक कि नियोक्ताओं को भी संकेत देती है कि यह समय ईश्वर के लिए अलग किया गया है।

विश्राम: दो अतियों से बचना

व्यवहार में, ईसाई अक्सर सब्त पर “विश्राम” करने की कोशिश करते समय दो अतियों में से किसी एक में पड़ जाते हैं। एक अति सब्त को पूर्ण निष्क्रियता के रूप में मानती है: चौबीस घंटे कुछ न करना सिवाय सोने, खाने और धार्मिक सामग्री पढ़ने के। जबकि यह आज्ञा तोड़ने से बचने की इच्छा को दर्शाता है, यह दिन के आनंद और संबंधात्मक पहलू को खो सकता है। दूसरी अति सब्त को काम से स्वतंत्रता और स्वकेंद्रित मनोरंजन की अनुमति मानती है—रेस्तराँ, खेल, शो देखना या दिन को एक छोटे अवकाश में बदलना। जबकि यह विश्राम जैसा महसूस हो सकता है, यह आसानी से दिन की पवित्रता को ध्यान भटकाने वाली चीज़ों से बदल सकता है।

सच्चा सब्त विश्राम

बाइबिल का दृष्टिकोण इन दोनों अतियों के बीच आता है। यह सामान्य काम से रुकना है ताकि आप अपना समय, हृदय और ध्यान ईश्वर को दे सकें (पवित्रता = ईश्वर के लिए अलग करना)। इसमें उपासना, परिवार और अन्य विश्वासियों के साथ संगति, दया के कार्य, प्रार्थना, अध्ययन और प्रकृति में शांतिपूर्ण सैर शामिल हो सकते हैं—ऐसी गतिविधियाँ जो आत्मा को ताजगी देती हैं बिना उसे सामान्य जीवन की पिसाई में वापस खींचे या उसे सांसारिक मनोरंजन की ओर मोड़े। [यशायाह 58:13-14](#) सिद्धांत देता है: अपने पाँव को ईश्वर के पवित्र दिन पर अपनी ही इच्छा करने से रोकना और सब्त को आनंदमय कहना। हिब्रू में, यहाँ आनंद के लिए शब्द है אָנוּחַ (ओनेग)—ईश्वर में निहित सकारात्मक खुशी। यही वह विश्राम है जो शरीर और आत्मा दोनों को पोषण देता है और सब्त के प्रभु का सम्मान करता है।