

devunidharmashastramu.org

అనుబంధం 5d: విశ్రాంతిదినమున ఆహారం — ఆచరణాత్మక మార్గదర్శకత్వం

ఈ పేజీ 4వ ఆజ్ఞకు సంబంధించిన శ్రేణిలో భాగం: విశ్రాంతిదినము:

1. అనుబంధం 5a: విశ్రాంతిదినము మరియు సంఘానికి వెళ్లే దినము — రెండు వేర్వేరు విషయాలు
2. అనుబంధం 5b: ఆధునిక కాలంలో విశ్రాంతిదినమును ఎలా ఆచరించాలి
3. అనుబంధం 5c: దైనందిన జీవితంలో విశ్రాంతిదిన సూత్రాలను అన్వయించడం
4. అనుబంధం 5d: విశ్రాంతిదినమున ఆహారం — ఆచరణాత్మక మార్గదర్శకత్వం (ప్రస్తుత పేజీ).
5. అనుబంధం 5e: విశ్రాంతిదినమున రవాణా
6. అనుబంధం 5f: విశ్రాంతిదినమున సాంకేతికత మరియు వినోదం
7. అనుబంధం 5g: పని మరియు విశ్రాంతిదినము — వాస్తవ జీవితంలోని సవాళ్లను ఎదుర్కోవడం

మునుపటి వ్యాసంలో విశ్రాంతిదినమును ఆచరించడానికి దారిచూపే రెండు అలవాట్లను పరిచయం చేశాము —ముందుగానే సిద్ధపడటం మరియు ఏదైనా అవసరమా అని ఆగి ప్రశ్నించుకోవడం—అలాగే భిన్నమైన ఆచారాలు ఉన్న ఇంటిలో విశ్రాంతిదినమును ఎలా జీవించాలో చూశాము. ఇప్పుడు ఈ సూత్రాలు అత్యంత ప్రాముఖ్యంగా వర్తించే మొదటి ఆచరణాత్మక రంగాలలో ఒకటైన ఆహారం వైపు మళ్లుదాం.

విశ్వాసులు విశ్రాంతిదినమును ఆచరించాలని నిర్ణయించుకున్న వెంటనే, భోజనాల గురించి ప్రశ్నలు తలెత్తుతాయి. ***నేను వంట చేయాలా? నా పొయ్యిని లేదా మైక్రోవేవ్‌ను ఉపయోగించవచ్చా? బయటకు వెళ్లి తినడం లేదా ఆహారం తెప్పించుకోవడం గురించి ఏమిటి?*** తినడం దైనందిన జీవితంలో ఎంతో సాధారణమైన భాగం కాబట్టి, గందరగోళం త్వరగా ఏర్పడే రంగం ఇదే. ఈ వ్యాసంలో లేఖనం ఏమి చెబుతుందో, ప్రాచీన ఇశ్రాయేలీయులు దానిని ఎలా అర్థం చేసుకునేవారో, ఈ సూత్రాలను ఆధునిక కాలంలో ఎలా అన్వయించాలో పరిశీలిద్దాం.

ఆహారం మరియు విశ్రాంతిదినము: అగ్నిని మించిన విషయం

అగ్నిపై రబ్బీనుల దృష్టి

రబ్బీనుల యూదాయిజంలోని విశ్రాంతిదిన నియమాలన్నిటిలో, నిర్గమకాండము 35:3లోని అగ్ని వెలిగించడంపై నిషేధం ఒక ముఖ్యమైన నియమం. అనేకమంది సనాతన యూదుల అధికారులు మంటను వెలిగించడం లేదా ఆర్పడం, వేడిని ఉత్పత్తి చేసే ఉపకరణాలను నడపడం, లేదా లైట్ స్విచ్‌ను తిప్పడం, లిఫ్ట్ బటన్‌ను నొక్కడం, ఫోన్‌ను ఆన్ చేయడం వంటి విద్యుత్ పరికరాలను ఉపయోగించడాన్ని ఈ బైబిలు వాక్యభాగం ఆధారంగా నిషేధిస్తారు. వారు ఈ చర్యలను అగ్ని వెలిగించడంలోని వివిధ రూపాలుగా పరిగణించి, విశ్రాంతిదినమున వాటిని నిషేధిస్తారు. ఈ నియమాలు మొదట దేవుణ్ణి గౌరవించాలనే కోరికను ప్రతిబింబిస్తున్నట్లుగా అనిపించినప్పటికీ, ఇలాంటి కఠినమైన వివరణలు దేవుని దినములో ఆనందించడానికి ప్రజలను స్వేచ్ఛనివ్వడం బదులు, మానవులు రూపొందించిన నియమాలకు వారిని బంధించగలవు. మత నాయకులను ఉద్దేశించి యేసు తీవ్రంగా ఖండించిన బోధలు నిజానికి ఇవే; ఆయన ఇలా అన్నాడు: “ధర్మశాస్త్రోపదేశకులారా, మీకు అయ్యో; మీరు మోయ శక్యము కాని భారములను మనుష్యులమీద మోపుచున్నారు, మీరైతే ఆ భారములను తొలగించడానికి వ్రేలు కూడ ఎత్తరు” (లూకా 11:46).

4వ ఆజ్ఞ: అగ్ని కాదు, పని మరియు విశ్రాంతి

దీనికి భిన్నంగా, ఆదికాండము 2 మరియు నిర్గమకాండము 20 విశ్రాంతిదినమును పనిని మానివేసే దినంగా చూపిస్తున్నాయి. ఆదికాండము 2:2-3లో దేవుడు తన సృష్టికార్యాన్ని మానివేసి, ఏడవ దినమును పవిత్రపరచినట్లు చూపిస్తుంది. నిర్గమకాండము 20:8-11 ఇశ్రాయేలీయులు విశ్రాంతిదినమును జ్ఞాపకముంచుకొని ఏ పనియు చేయకూడదని ఆజ్ఞాపిస్తుంది. **దృష్టి సాధనంపై కాదు (అగ్ని, పనిముట్లు లేదా జంతువులపై కాదు), పని చేసే చర్యపైనే ఉంది.** ప్రాచీన ప్రపంచంలో అగ్ని చేయడానికి గణనీయమైన శ్రమ అవసరమయ్యేది: కట్టెలు ఏరడం, నిప్పురవ్వలు పుట్టించడం, వేడిని కొనసాగించడం. అదే విషయాన్ని వివరించడానికి మోషే శ్రమతో కూడిన ఇతర పనులను ప్రస్తావించగలిగేవాడు; అయితే ఏడవ దినమున పని చేయాలనే సాధారణ ప్రలోభం ఉండేది కాబట్టి అగ్నిని ఉపయోగించి ఉండవచ్చు (సంఖ్యాకాండము 15:32-36). అయినప్పటికీ, ఆజ్ఞ యొక్క ప్రధాన భావం అగ్నిని ఉపయోగించడాన్ని నిషేధించడం కాదు, ప్రతిదినపు పనిని ఆపివేయడమే. హెబ్రీ భాషలో שָׁבַת (శావత్) అంటే “మానివేయడం”; మరియు שַׁבָּת (శబ్బాత్) అనే పేరుకు ఆధారమైన క్రియ ఇదే.

ఆహారం విషయంలో వివేకపూర్వకమైన విధానం

ఈ దృష్టితో చూస్తే, విశ్రాంతిదినము నేటి విశ్వాసులను **ముందుగానే ఆహారాన్ని సిద్ధం చేసుకొని, దాని పవిత్ర సమయాల్లో శ్రమతో కూడిన పనిని తగ్గించమని** పిలుస్తుంది. విస్తృతమైన భోజనాలు వండడం,

మొదటి నుంచే ఆహారాన్ని సిద్ధం చేయడం, లేదా వంటగదిలో శ్రమతో కూడిన ఇతర పనులు చేయడం ముందుగానే చేయాలి, విశ్రాంతిదినమున కాదు. అయితే, పొయ్యి, ఓవెన్, మైక్రోవేవ్ లేదా బ్లెండర్ వంటి తక్కువ శ్రమ అవసరమయ్యే ఆధునిక పరికరాలను ఉపయోగించడం, సాధారణమైన భోజనాన్ని సిద్ధం చేయడానికి లేదా ముందే వండిన వంటకాన్ని వేడి చేయడానికి ఉపయోగించినప్పుడు, విశ్రాంతిదినపు భావానికి అనుగుణంగానే ఉంటుంది. సమస్య కేవలం స్విచ్ తిప్పడం లేదా బటన్ నొక్కడం మాత్రమే కాదు; పవిత్రమైన విశ్రాంతిదినమున సాధారణ వారపు పని జరిగే విధంగా వంటగదిని ఉపయోగించడమే సమస్య. ఆ దినము **ప్రధానంగా విశ్రాంతికి అంకితం చేయబడాలి.**

విశ్రాంతిదినమున బయట తినడం

ఆధునిక కాలంలో విశ్రాంతిదినమును ఆచరించేవారు చేసే అత్యంత సాధారణ తప్పులలో ఒకటి విశ్రాంతిదినమున బయటకు వెళ్లి తినడం. అది విశ్రాంతి యొక్క ఒక రూపంలా అనిపించవచ్చు—ఎందుకంటే మీరు వంట చేయడం లేదు—**కానీ నాల్గవ ఆజ్ఞ మీ తరఫున ఇతరులను పని చేయించడం స్పష్టంగా నిషేధిస్తుంది**: "నీవైనను, నీ కుమారుడైనను, నీ కుమార్తెయైనను, నీ దాసుడైనను, నీ దాసియైనను, నీ పశువైనను, నీ పట్టణములలోనున్న పరదేశియైనను ఏ పనియు చేయకూడదు" (నిర్గమకాండము 20:10). మీరు రెస్టారెంటులో తినేటప్పుడు, సిబ్బందిని వంట చేయడానికి, వడ్డించడానికి, శుభ్రం చేయడానికి, డబ్బు నిర్వహించడానికి బలవంతం చేస్తారు; అంటే విశ్రాంతిదినమున వారు మీ కోసం పని చేయాల్సి వస్తుంది. ప్రయాణిస్తున్నప్పటికీ లేదా ప్రత్యేక సందర్భాల్లోనైనా, ఈ ఆచారం ఆ దినపు ఉద్దేశాన్ని బలహీనపరుస్తుంది. భోజనాలను ముందుగానే ప్రణాళిక చేసుకొని, సరళమైన, వెంటనే తినగల ఆహారాన్ని వెంట తీసుకెళ్లడం ద్వారా, ఇతరులను మీ తరఫున శ్రమించమని అడగకుండానే మీరు మంచి ఆహారం తినగలరు.

ఆహారం తెప్పించే సేవలను ఉపయోగించడం

Uber Eats, DoorDash లేదా ఇలాంటి యాప్‌ల వంటి ఆహారం తెప్పించే సేవలకు కూడా ఇదే సూత్రం వర్తిస్తుంది. సౌకర్యం ఆకర్షణీయంగా అనిపించవచ్చు, ప్రత్యేకంగా మీరు అలసిపోయి ఉన్నప్పుడు లేదా ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు; కానీ ఆర్డర్ చేయడం అంటే మరొకరు దుకాణానికి వెళ్లి, ఆహారాన్ని సిద్ధం చేసి, రవాణా చేసి, మీ గుమ్మం వరకు అందించాలి—ఇవన్నీ **పవిత్ర సమయాల్లో మీ తరఫున చేయబడే పనులు**. ఇది విశ్రాంతిదినపు భావానికి, ఇతరులను మీ కోసం పని చేయించకూడదనే ఆజ్ఞకు నేరుగా విరుద్ధంగా ఉంటుంది. ముందుగానే ప్రణాళిక చేసుకోవడం ఉత్తమమైన విధానం: మీ ప్రయాణానికి ఆహారం సర్దుకోవడం, ముందు రోజే భోజనాలను సిద్ధం చేయడం, లేదా అత్యవసర పరిస్థితుల కోసం పాడుకాని ఆహార పదార్థాలను ఉంచుకోవడం. ఇలా చేయడం ద్వారా, దేవుని ఆజ్ఞకు మాత్రమే కాకుండా, లేకపోతే మీ కోసం పని చేయాల్సి వచ్చిన వారి గౌరవానికీ మీరు మర్యాద చూపిస్తారు.