



sheriayamungu.org

Kiambatisho 5c: Kutumia Kanuni za Sabato Katika Maisha ya Kila Siku

Ukurasa huu ni sehemu ya mfululizo juu ya amri ya nne: Sabato:

1. [Kiambatisho 5a: Sabato na Siku ya Kwenda Kanisani, Vitu Viwili Tofauti](#)
2. [Kiambatisho 5b: Jinsi ya Kuhifadhi Sabato Katika Nyakati za Kisasa](#)
3. [Kiambatisho 5c: Kutumia Kanuni za Sabato Katika Maisha ya Kila Siku](#) (Ukurasa wa sasa).
4. [Kiambatisho 5d: Chakula Katika Sabato — Mwongozo wa Kivitendo](#)
5. [Kiambatisho 5e: Usafiri Katika Sabato](#)
6. [Kiambatisho 5f: Teknolojia na Burudani Katika Sabato](#)
7. [Kiambatisho 5g: Kazi na Sabato — Kukabiliana na Changamoto za Ulimwengu wa Leo](#)

Kutoka Kanuni Hadi Vitendo

Katika makala iliyopita tulichunguza misingi ya kuhifadhi Sabato—utakatifu wake, pumziko lake, na muda wake. Sasa tunageukia kutumia kanuni hizo katika maisha halisi. Kwa waumini wengi, changamoto si kukubali amri ya Sabato bali kujua jinsi ya kuishi nayo katika kaya ya kisasa, sehemu ya kazi, na utamaduni wa sasa. Makala hii inaanza safari hiyo kwa kusisitiza tabia mbili kuu zinazoweza kuhifadhi Sabato: kujiandaa mapema na kujifunza kusimama kabla ya kutenda. Pamoja, tabia hizi mbili zinaunda daraja kati ya kanuni za kibiblia na matendo ya kila siku.

Siku ya Maandalizi

Mojawapo ya njia bora zaidi za kuiona Sabato kama furaha badala ya mzigo ni kujiandaa mapema. Katika Maandiko, siku ya sita inaitwa “**siku ya maandalizi**” (Luka 23:54) kwa sababu watu wa Mungu waliagizwa kukusanya na kuandaa mara mbili zaidi ili kila kitu kiwe tayari kwa Sabato (Kutoka 16:22-23). Kwa Kiebrania siku hii inajulikana kama יוֹם הַהֲכָנָה (yom ha’hachanah) — “siku ya

maandalizi.” Kanuni hiyo hiyo bado inatumika leo: kwa kujiandaa mapema, unajifungua wewe na kaya yako kutoka kwa kazi zisizo za lazima mara Sabato inapoanza.

Njia za Kivitendo za Kujiandaa

Maandalizi haya yanaweza kuwa rahisi na yenye kubadilika, yakilingana na mpangilio wa kaya yako. Kwa mfano, safisha nyumba—au angalau vyumba muhimu—kabla ya jua kuzama ili hakuna anayehisi shinikizo la kufanya kazi za nyumbani katika saa takatifu. Maliza kufua, kulipa bili, au kushughulikia shughuli kabla ya muda. Panga milo ili usiwe unahangaika kupika kwenye Sabato. Weka chombo cha kuweka sahani chafu hadi baada ya Sabato, au ikiwa una mashine ya kuosha vyombo, hakikisha imeachwa tupu ili sahani ziwekwe lakini isiwashwe. Familia nyingine hata huchagua kutumia vyombo vya kutupwa Sabato ili kupunguza fujo jikoni. Lengo ni kuingia kwenye saa za Sabato ukiwa na mambo machache yasiyoisha, na hivyo kuunda mazingira ya amani na pumziko kwa kila mtu nyumbani.

Kanuni ya Uhitaji

Tabia ya pili ya kivitendo kwa maisha ya Sabato ni ile tutakayoita **Kanuni ya Uhitaji**. Wakati wowote unapokuwa na mashaka kuhusu shughuli fulani—hasa kitu kilicho nje ya mpangilio wako wa kawaida wa Sabato—jiulize: **“Je, ni lazima nifanye hili leo, au linaweza kusubiri hadi baada ya Sabato?”** Mara nyingi utagundua kwamba kazi inaweza kusubiri. Swali hili moja husaidia kupunguza mwendo wa wiki yako, kuhimiza maandalizi kabla ya machweo, na kulinda saa takatifu kwa ajili ya pumziko, utakatifu, na kukaribia Mungu. Wakati huo huo, ni muhimu kukumbuka kwamba baadhi ya mambo hayawezi kusubiri—matendo ya huruma, dharura, na mahitaji ya haraka ya wanafamilia. Kwa kutumia kanuni hii kwa uangalifu, unaiheshimu amri ya kuacha kazi bila kugeuza Sabato kuwa mzigo.

Kutekeleza Kanuni ya Uhitaji

Kanuni ya Uhitaji ni rahisi lakini yenye nguvu kwa sababu inafanya kazi karibu katika hali yoyote. Fikiria unapopokea barua au kifurushi siku ya Sabato: mara nyingi unaweza kuacha bila kukifungua hadi baada ya saa takatifu. Au unaona kitu kimeingia chini ya samani—isipokuwa ni hatari, kinaweza kusubiri. Doa chafu sakafuni? Kusafisha kwa kawaida kunaweza kusubiri pia. Hata simu na ujumbe mfupi unaweza kupimwa kwa swali lile lile: **“Je, hili ni lazima leo?”** Mazungumzo, miadi, au shughuli zisizo za dharura zinaweza kuahirishwa hadi wakati mwingine, na hivyo kuikomboa akili yako kutoka kwa mambo ya siku za kazi na kukusaidia kubaki umemlenga Mungu.

Mtindo huu haumaanishi kupuuza mahitaji halisi. Ikiwa kitu kinatishia afya, usalama, au ustawi wa kaya yako—kama vile kusafisha uvujaji hatari, kumtunza mtoto mgonjwa, au kujibu dharura—basi ni sawa kuchukua hatua. Lakini kwa kujizoesha kusimama na kuuliza swali, unanza kutenganisha kile kilicho muhimu kweli kutoka kile kilicho cha mazoea tu. Kwa muda, Kanuni ya Uhitaji hugeuza Sabato

kutoka kwenye orodha ya mambo ya kufanya na yasiyofanywa hadi kwenye mpangilio wa maamuzi ya kufikiria unaounda mazingira ya pumziko na utakatifu.

Kuishi Sabato Katika Kaya Mchanganyiko

Kwa waumini wengi, moja ya changamoto kubwa si kuelewa Sabato bali **kuhifadhi katika nyumba ambako wengine hawafanyi hivyo**. Wasomaji wetu wengi, ambao hawajatoka kwenye msingi wa kuhifadhi Sabato, mara nyingi ndio mtu pekee katika familia yao anayejitahidi kuishika Sabato. Katika hali kama hizi, ni rahisi kuhisi mvutano, hatia, au kukata tamaa wakati mwenzi, mzazi, au watu wazima wengine nyumbani hawashiriki imani hizo hizo.

Kanuni ya kwanza ni **kuongoza kwa mfano badala ya kulazimisha**. Sabato ni zawadi na ishara, si silaha. Kujaribu kumlazimisha mwenzi asiyetaka au mtoto mzima kuishika Sabato kunaweza kuzaa kinyongo na kudhoofisha ushuhuda wako. Badala yake, onyesha furaha na amani yake. Familia yako ikikuona mtulivu zaidi, mwenye furaha, na makini zaidi wakati wa saa za Sabato, wana uwezekano mkubwa wa kuheshimu desturi yako na pengine hata kujiunga nawe baada ya muda.

Kanuni ya pili ni **heshima na kuzingatia**. Pale inapowezekana, panga maandalizi yako ili kuhifadhi Sabato kusiwalettee wengine mzigo zaidi nyumbani. Kwa mfano, panga milo ili mwenzi wako au wanafamilia wengine wasilazimishwe kubadili desturi zao za kula kwa sababu ya Sabato. Eleza kwa upole lakini kwa uwazi ni shughuli zipi binafsi unazojiepusha nazo, huku pia ukiwa tayari kukidhi baadhi ya mahitaji yao. Utayari huu wa kurekebisha desturi zako kwa desturi za familia ni muhimu hasa katika kuepuka migogoro mwanzoni mwa safari yako ya kuhifadhi Sabato.

Wakati huo huo, kuwa mwangalifu usiwe **mlegevu sana au kuridhia kupita kiasi**. Ingawa ni muhimu kudumisha amani nyumbani, maelewano ya kupita kiasi yanaweza kukuweka mbali na kuhifadhi Sabato ipasavyo na kuunda desturi za kifamilia ambazo ni ngumu kubadilisha baadaye. Tafuta uwiano kati ya kuheshimu amri ya Mungu na kuonyesha uvumilivu kwa familia yako.

Mwishowe, huenda usiweze kudhibiti kiwango cha kelele, shughuli, au ratiba ya wengine nyumbani mwako, lakini bado unaweza **kutakasa muda wako mwenyewe**—kuzima simu yako, kuweka pembeni kazi zako, na kudumisha mtazamo wa upole na uvumilivu. Kwa muda, mpangilio wa maisha yako utazungumza kwa nguvu zaidi kuliko hoja yoyote, ukionyesha kwamba Sabato si kizuizi bali ni furaha.