

sheriayamungu.org

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

Ukurasa huu ni sehemu ya mfululizo kuhusu amri ya 4: Sabato:

1. Kiambatisho 5a: Sabato na Siku ya Kwenda Kanisani, Mambo Mawili Tofauti
2. Kiambatisho 5b: Jinsi ya Kuishika 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 kuishika Sabato — utakatifu wake, pumziko lake, na muda wake. Sasa tunageukia kutumia kanuni hizo katika maisha halisi. Kwa waumini wengi, changamoto si kukubaliana na amri ya Sabato bali kujua jinsi ya kuitekeleza katika kaya, mahali pa kazi, na utamaduni wa kisasa. Makala hii inaanza safari hiyo kwa kuangazia mazoea mawili ya msingi yanayowezesha kuishika Sabato: kujiandaa mapema na kujifunza kutulia kabla ya kuchukua hatua. Kwa pamoja, mazoea haya yanaunda daraja kati ya kanuni za kibiblia na matendo ya kila siku.

Siku ya Maandalizi

Mojawapo ya njia bora zaidi za kuiona Sabato kuwa 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 kiasi maradufu ili kila kitu kiwe tayari kwa ajili ya Sabato (Kutoka 16:22-23). Kwa Kiebrania siku hii inajulikana kama יוֹם הַהֲכָנָה (yom ha’hachanah) — “siku ya maandalizi.” Kanuni hiyohiyo bado inatumika leo: kwa kujiandaa mapema, unajiweka huru wewe na watu wa nyumbani mwako kutokana na kazi zisizo za lazima mara Sabato inapoanza.

Njia za Kivitendo za Kujiandaa

Maandalizi haya yanaweza kuwa rahisi na kubadilishwa ili yaendane na utaratibu wa maisha ya nyumbani mwako. Kwa mfano, safisha nyumba — au angalau vyumba muhimu — kabla ya jua kuzama ili mtu yeyote asihisi kushinikizwa kufanya kazi za nyumbani katika saa hizo takatifu. Maliza kufua nguo, lipa bili, au shughulikia shughuli za hapa na pale mapema. Panga milo ili usihangaike kupika katika Sabato. Tenga chombo cha kuwekea vyombo vichafu hadi baada ya Sabato, au, ikiwa una mashine ya kuosha vyombo, hakikisha iko tupu ili vyombo viweze kuwekwa ndani yake lakini mashine isiwashwe. Baadhi ya familia hata huchagua kutumia vyombo vya kutupwa baada ya matumizi katika Sabato ili kupunguza mrundikano wa vitu jikoni. Lengo ni kuingia katika saa za Sabato ukiwa na mambo machache iwezekanavyo ambayo hayajakamilika, na hivyo kujenga mazingira ya amani na pumziko kwa kila mtu nyumbani.

Kanuni ya Uhitaji

Zoea la pili la kivitendo kwa maisha ya kuishika Sabato ni kile tutakachokiita **Kanuni ya Uhitaji**. Wakati wowote unapokuwa na mashaka kuhusu shughuli fulani — hasa jambo lililo nje ya utaratibu wako wa kawaida wa Sabato — jiulize: ***“Je, ni lazima nifanye hili leo, au linaweza kusubiri hadi baada ya Sabato?”*** Mara nyingi utatambua kwamba kazi hiyo inaweza kusubiri. Swali hili moja husaidia kupunguza kasi ya shughuli za wiki yako, huhimiza maandalizi kabla ya jua kuzama, na huhifadhi saa takatifu kwa ajili ya pumziko, utakatifu, na kumkaribia Mungu zaidi. Wakati huohuo,

ni muhimu kukumbuka kwamba baadhi ya mambo kwa kweli hayawezi kusubiri — matendo ya huruma, dharura, na mahitaji ya haraka ya wanafamilia. Kwa kutumia kanuni hii kwa kufikiri kwa makini, unaiheshimu amri ya kuacha kazi bila kuigeuza Sabato kuwa mzigo.

Kutumia Kanuni ya Uhitaji

Kanuni ya Uhitaji ni rahisi lakini yenye nguvu kwa sababu inafanya kazi karibu katika hali yoyote. Fikiria umepokea barua au kifurushi katika Sabato: katika hali nyingi unaweza kukiacha ulichopokea bila kukifungua hadi baada ya saa hizo takatifu. Au unaona kitu kilichoviringika na kuingia chini ya samani — isipokuwa kama kinaleta hatari, kinaweza kusubiri. Sehemu chafu sakafuni? Kupiga deki pia kwa kawaida kunaweza kusubiri. Hata mazungumzo ya simu na ujumbe mfupi wa maandishi vinaweza kutathminiwa kwa swali lilelile: ***“Je, hili ni la lazima leo?”*** Mazungumzo, miadi, au shughuli za hapa na pale ambazo si za haraka zinaweza kuahirishwa hadi wakati mwingine, na hivyo kuiweka akili yako huru kutokana na mahangaiko ya siku za kazi na kukusaidia kuendelea kumkazia Mungu fikira.

Njia hii haimaanishi kupuuza mahitaji halisi. Ikiwa jambo fulani linatishia afya, usalama, au ustawi wa watu wa nyumbani mwako — kama vile kusafisha kitu kilichomwagika na kuleta hatari, kumtunza mtoto mgonjwa, au kushughulikia dharura — basi inafaa kuchukua hatua. Lakini kwa kujizoeza kutulia na kujiuliza swali hilo, unaanza kutofautisha yaliyo muhimu kweli na yale yaliyo mazoea tu. Kadiri muda unavyopita, Kanuni ya Uhitaji huigeuza Sabato kutoka kwenye orodha ya mambo ya kufanya na mambo yaliyokatazwa kuwa mpangilio wa maamuzi yaliyofikiriwa kwa makini ambayo hujenga mazingira ya pumziko na utakatifu.

Kuishika Sabato Katika Kaya Mchanganyiko

Kwa waumini wengi, mojawapo ya changamoto kubwa zaidi si kuielewa Sabato bali **kuishika katika nyumba ambamo wengine hawaishiki**. Sehemu kubwa ya wasomaji wetu hawatoki katika mazingira ya kuishika Sabato, na mara nyingi kila mmoja huwa ndiye mtu pekee katika familia yake anayejaribu kuishika Sabato. Katika

hali kama hizi, ni rahisi kuhisi mvutano, hatia, au mfadhaiko wakati mwenzi, mzazi, au watu wazima wengine nyumbani hawana misimamo hiyohiyo ya imani.

Kanuni ya kwanza ni **kuongoza kwa mfano badala ya kulazimisha**. Sabato ni zawadi na ishara, si silaha. Kujaribu kumlazimisha mwenzi au mtoto mtu mzima kuishika Sabato bila yeye kutaka kunaweza kuzaa kinyongo na kudhoofisha ushuhuda wako. Badala yake, onyesha furaha na amani yake katika maisha yako. Watu wa familia yako wanapokuona ukiwa mtulivu zaidi, mwenye furaha zaidi, na mwenye umakini zaidi katika saa za Sabato, kuna uwezekano mkubwa zaidi kwamba wataheshimu desturi yako na pengine hata kujiunga nawe kadiri muda unavyopita.

Kanuni ya pili ni **kuwajali wengine**. Inapowezekana, rekebisha maandalizi yako ili kuishika kwako Sabato kusiwawekee wengine nyumbani mwako mizigo ya ziada. Kwa mfano, panga milo ili mwenzi wako au wanafamilia wengine wasishinikizwe kubadili mazoea yao ya kula kwa sababu ya Sabato. Eleza kwa upole lakini kwa uwazi ni shughuli zipi ambazo wewe binafsi huzifanyi, huku pia ukiwa tayari kukidhi baadhi ya mahitaji yao. Utayari huu wa kuendana na mazoea ya familia husaidia hasa kuepuka migogoro mwanzoni mwa safari yako ya kuishika Sabato.

Wakati huohuo, jihadhari usiwe **mwepesi sana kubadilika au kuridhia matakwa ya wengine kupita kiasi**. Ingawa ni muhimu kudumisha amani nyumbani, maridhiano ya kupita kiasi yanaweza kukuweka mbali polepole na kuishika Sabato ipasavyo na kuunda mazoea ya nyumbani ambayo ni vigumu kuyabadili baadaye. Jitahidi kuwa na uwiano kati ya kuiheshimu 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 **kuutakasa muda wako mwenyewe** — kuzima simu yako, kuweka kazi zako kando, na kudumisha mtazamo wa upole na uvumilivu. Kadiri muda unavyopita, mpangilio wa maisha yako utazungumza kwa sauti kubwa zaidi kuliko hoja yoyote, ukionyesha kwamba Sabato si kizuizi bali ni furaha.