



kotmaikhongphrachao.org

ภาคผนวกที่ 5b: วิธีรักษารวันสะบาโตในยุคปัจจุบัน

หน้านี้เป็นส่วนหนึ่งของชุดเรื่องราวเกี่ยวกับพระบัญญัติข้อที่ 4: วันสะบาโต

1. [ภาคผนวกที่ 5a: วันสะบาโตและวันที่ไปโบสถ์ สองสิ่งที่แตกต่างกัน](#)
2. [ภาคผนวกที่ 5b: วิธีรักษารวันสะบาโตในยุคปัจจุบัน \(หน้าปัจจุบัน\)](#)
3. [ภาคผนวกที่ 5c: การประยุกต์ใช้หลักการของวันสะบาโตในชีวิตประจำวัน](#)
4. [ภาคผนวกที่ 5d: อาหารในวันสะบาโต — คำแนะนำเชิงปฏิบัติ](#)
5. [ภาคผนวกที่ 5e: การเดินทางในวันสะบาโต](#)
6. [ภาคผนวกที่ 5f: เทคโนโลยีและความบันเทิงในวันสะบาโต](#)
7. [ภาคผนวกที่ 5g: งานและวันสะบาโต — การรับมือกับความท้าทายในโลกจริง](#)

การตัดสินใจที่จะรักษารวันสะบาโต

ในบทความก่อนหน้านี้ เราได้ยืนยันแล้วว่าพระบัญญัติวันสะบาโตยังคงใช้ได้กับคริสเตียนในปัจจุบัน และการรักษารวันสะบาโตนั้นเป็นมากกว่าการเลือกวันเพื่อไปโบสถ์เท่านั้น ตอนนี้เราจะมาดูในเชิงปฏิบัติ: วิธีการรักษาพระบัญญัติข้อที่สี่เมื่อคุณตัดสินใจที่จะเชื่อฟัง หลายคนมาถึงจุดนี้จากพื้นฐานที่ไม่ได้รักษารวันสะบาโต — บางทีอาจเป็นคาทอลิก, ออร์ทอดอกซ์, แบบติสต์, เมธอดิสต์, เพนเทคอสตัล หรืออีกนิกายหนึ่ง — และพวกเขาต้องการถวายเป็นวันสะบาโต (วันที่เจ็ด) ขณะยังคงอยู่ในที่เดิม ภาคผนวกนี้จึงจัดทำขึ้นสำหรับคุณ จุดประสงค์คือเพื่อช่วยให้คุณเข้าใจสิ่งที่พระเจ้าทรงกำหนด แยกความจริงในพระคัมภีร์ออกจากประเพณีของมนุษย์ และให้หลักการเชิงปฏิบัติในการรักษารวันสะบาโตในลักษณะที่สัตย์ซื่อ เปี่ยมด้วยความยินดี และเป็นไปได้ในชีวิตสมัยใหม่ กระนั้นสิ่งสำคัญคือต้องจำไว้ว่า พระบัญญัติข้อที่สี่ไม่ใช่หน้าที่ที่โดดเดี่ยว แต่เป็นส่วนหนึ่งของพระบัญญัติอันบริสุทธิ์และนิรันดร์ของพระเจ้า การรักษาวันสะบาโตไม่ได้แทนที่พระบัญญัติอื่น ๆ ของพระเจ้า แต่เป็นผลที่ไหลออกมาจากชีวิตที่อุทิศถวายต่อพระบัญญัติทั้งสิ้นของพระองค์

แก่นแท้ของการรักษาวันสะบาโต: ความบริสุทธิ์และการหยุดพัก

วันสะบาโตและความบริสุทธิ์

ความบริสุทธิ์หมายถึงการแยกออกมาเพื่อการใช้ของพระเจ้า เช่นเดียวกับที่พลับพลาได้รับการแยก ออกจากการใช้ตามปกติ วันสะบาโตก็ถูกแยกออกจากวันอื่น ๆ ของสัปดาห์ พระเจ้าทรงเป็นแบบอย่างนี้ตั้งแต่การทรงสร้าง เมื่อพระองค์ทรงหยุดจากการงานในวันที่เจ็ดและทรงทำให้วันนั้นบริสุทธิ์ (ปฐมกาล 2:2-3) กำหนดแบบอย่างให้กับประชากรของพระองค์ อพยพ 20:8-11 เรียกให้เราจำวันสะบาโต และรักษาให้บริสุทธิ์ แสดงให้เห็นว่า **ความบริสุทธิ์ไม่ใช่สิ่งเพิ่มเติมตามความสมัครใจ แต่เป็นแก่นแท้ของพระบัญญัติข้อที่สี่** ในทางปฏิบัติ ความบริสุทธิ์หมายถึงการจัดรูปแบบชั่วโมงของวันสะบาโตให้ชี้ไปที่พระเจ้า — หันเหออกจากกิจกรรมที่ดึงเรากลับสู่กิจวัตรทั่วไป และเติมเต็มเวลาด้วยสิ่งที่ทำให้เราตระหนักถึงพระองค์มากขึ้น

วันสะบาโตและการหยุดพัก

ควบคู่ไปกับความบริสุทธิ์ วันสะบาโตยังเป็นวันแห่งการหยุดพักอีกด้วย ในภาษาฮีบรู שָׁבַט (shavat) หมายถึง “หยุด” หรือ “เลิกทำ” พระเจ้าทรงหยุดจากการสร้าง ไม่ใช่เพราะพระองค์เหน็ดเหนื่อย แต่เพื่อเป็นแบบอย่างแห่งจังหวะการพักผ่อนแก่ประชากรของพระองค์ การพักผ่อนนี้ไม่ใช่แค่การหยุดจากการทำงานทางกายเท่านั้น แต่เป็นการหยุดจากวงจรของงานและการบริโภคตามปกติเพื่อ **สัมผัสกับการทรงสถิต ความสดชื่น และระเบียบของพระเจ้า** เป็นการหยุดอย่างมีเจตนาเพื่อยอมรับพระเจ้าว่าเป็นพระผู้สร้างและผู้ทรงเลี้ยงดู วางใจว่าพระองค์จะดูแลเราขณะที่เราหยุดจากความพยายามของตนเอง เมื่อยอมรับจังหวะนี้ ผู้เชื่อจะเริ่มมองเห็นวันสะบาโตไม่ใช่เป็นการขัดจังหวะ แต่เป็นของประทานประจำสัปดาห์ — เวลาศักดิ์สิทธิ์เพื่อจัดลำดับความสำคัญใหม่และฟื้นฟูความสัมพันธ์กับพระผู้สร้างเรา

ความพิเศษของวันสะบาโต

วันสะบาโตมีเอกลักษณ์ท่ามกลางพระบัญญัติของพระเจ้า มันยังรากในเหตุการณ์ทรงสร้างเอง ได้รับการทำให้บริสุทธิ์ก่อนที่จะมีชนชาติอิสราเอล และเน้นที่เวลาไม่ใช่พฤติกรรมเพียงอย่างเดียว ไม่เหมือนกับพระบัญญัติอื่น ๆ วันสะบาโตเรียกร้องให้มีการกระทำอย่างตั้งใจที่จะวางกิจวัตรปกติลงทุก ๆ เจ็ดวัน สำหรับผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติมาก่อน สิ่งนี้อาจทั้งน่าตื่นเต้นและน่าหนักใจ แต่ก็ยังเป็นจังหวะนี้เอง — การก้าวออกจากสิ่งธรรมดาสู่การหยุดพักที่พระเจ้าทรงกำหนด — ที่กลายเป็นการทดสอบความเชื่อประจำสัปดาห์ และเป็นเครื่องหมายอันทรงพลังของความไว้วางใจที่เรามีต่อการจัดเตรียมของพระองค์

วันสะบาโตในฐานะการทดสอบความเชื่อประจำสัปดาห์

สิ่งนี้ทำให้วันสะบาโตไม่เพียงเป็นการถือปฏิบัติประจำสัปดาห์ แต่ยังเป็น**การทดสอบความเชื่อ**ซ้ำ ๆ ทุกเจ็ดวัน ผู้เชื่อถูกเรียกให้ออกจากงานของตนเองและแรงกดดันของโลก เพื่อวางใจว่าพระเจ้าจะทรงจัดเตรียมให้แก่พวกเขา ในสมัยอิสราเอลโบราณ สิ่งนี้หมายถึงการเก็บมานาสองเท่าในวันที่หกและวางใจว่ามันจะคงอยู่จนถึงวันที่เจ็ด (อพยพ 16:22) ส่วนในสมัยปัจจุบัน มักหมายถึงการจัดตารางงาน การเงิน และความรับผิดชอบให้ไม่มีสิ่งใดรบกวนชั่วโมงศักดิ์สิทธิ์ การรักษาวันสะบาโตเช่นนี้สอนให้เกิด**ความไว้วางใจในการจัดเตรียมของพระเจ้า** ความกล้าที่จะต้านทานแรงกดดันภายนอก และความเต็มใจที่จะโดดเด่นในวัฒนธรรมที่ให้ค่ากับการทำงานอย่างต่อเนื่อง เมื่อเวลาผ่านไป จังหวะนี้จะกลายเป็นเสาหลักทางจิตวิญญาณแห่งการเชื่อฟัง — ที่ฝึกหัวใจให้วางใจในพระเจ้าไม่ใช่เพียงวันเดียวต่อสัปดาห์ แต่ทุกวันและในทุกด้านของชีวิต

เมื่อวันสะบาโตเริ่มต้นและสิ้นสุด

องค์ประกอบพื้นฐานที่สุดของการรักษาวันสะบาโตคือการรู้ว่ามันเริ่มต้นและสิ้นสุดเมื่อใด จากโตราห์เอง เราเห็นว่าพระเจ้าทรงกำหนดวันสะบาโตเป็นระยะเวลา 24 ชั่วโมงจากเย็นถึงเย็น ไม่ใช่จากพระอาทิตย์ขึ้นถึงพระอาทิตย์ขึ้นหรือเที่ยงคืนถึงเที่ยงคืน ในเลวีนิติ 23:32 เกี่ยวกับวันลบมลทิน (ซึ่งใช้หลักการเวลาเดียวกัน) พระเจ้าตรัสว่า “ตั้งแต่เย็นจนถึงเย็น เจ้าทั้งหลายจงถือรักษาวันสะบาโตของเจ้า” หลักการนี้ยังคงใช้กับวันสะบาโตประจำสัปดาห์ด้วย: **วันเริ่มต้นเมื่อพระอาทิตย์ตกในวันที่หก (วันศุกร์) และสิ้นสุดเมื่อพระอาทิตย์ตกในวันที่เจ็ด (วันเสาร์)** ในภาษาฮีบรู แสดงว่า **בָּרֵךְ מֵעַרְבָּא (me'erev 'ad-'erev)** — “จากเย็นถึงเย็น” การเข้าใจเวลาเช่นนี้เป็นรากฐานของการถวายเกียรติแด่วันสะบาโตอย่างถูกต้องในทุกยุคทุกสมัย

การปฏิบัติในประวัติศาสตร์และวันของชาวฮีบรู

การนับเวลาจากเย็นถึงเย็นนี้ยังรากลึกในแนวคิดเรื่องเวลาของชาวฮีบรู ในปฐมกาล 1 ทุกวันของการสร้างถูกบรรยายว่า “มีเวลาเย็นและมีเวลาเช้า” แสดงว่าในปฏิทินของพระเจ้า วันใหม่เริ่มต้นเมื่อพระอาทิตย์ตก นี่คือเหตุผลที่ชาวยิวทั่วโลกจดเทียบและต้อนรับวันสะบาโตเมื่อพระอาทิตย์ตกในคืนวันศุกร์ ซึ่งเป็นธรรมเนียมที่สะท้อนแบบอย่างในพระคัมภีร์ แม้ว่ายุคดาวิดและรัชกาลของกษัตริย์จะพัฒนาขนบเพิ่มเติมในภายหลัง แต่เขตแดนขั้นพื้นฐานในพระคัมภีร์ที่ว่า “จากพระอาทิตย์ตกถึงพระอาทิตย์ตก” ยังคงชัดเจนและไม่เปลี่ยนแปลง แม้แต่ในสมัยของพระเยซู เราก็เห็นแบบอย่างนี้ เช่น ลูกา 23:54-56 ที่กล่าวว่าสตรีเหล่านั้นพักในวันสะบาโตหลังจากเตรียมเครื่องหอมไว้ก่อนพระอาทิตย์ตก

การประยุกต์ใช้จริงในปัจจุบัน

สำหรับคริสเตียนที่แสวงหาการถวายเกียรติแด่วันสะบาโตในปัจจุบัน วิธีที่ง่ายที่สุดคือการกำหนดว่าพระอาทิตย์ตกในวันศุกร์เป็นจุดเริ่มต้นของการพักผ่อนวันสะบาโต ซึ่งอาจง่ายเพียงแค่ตั้งปลุกหรือ

ติดตามตารางพระอาทิตย์ตกท้องถิ่น ในภาษาฮีบรู วันศุกร์เรียกว่า 'yom shishi' (yom shishi) — “วันที่หก” — และวันเสาร์คือ שבת (Shabbat) — “วันสะบาโต” เมื่อพระอาทิตย์ตกใน yom shishi วันสะบาโตก็เริ่มขึ้น ด้วยการเตรียมตัวล่วงหน้า — เสร็จงาน กิจบ้าน หรือการซื้อของก่อนพระอาทิตย์ตก — คุณจะสร้างการเปลี่ยนผ่านที่สงบเข้าสู่ชั่วโมงศักดิ์สิทธิ์ จังหวะนี้ช่วยสร้างความสม่ำเสมอและส่งสัญญาณถึงครอบครัว เพื่อน และแม่แต่นายจ้างว่านี่คือเวลาที่ถูกแยกออกเพื่อพระเจ้า

การพักผ่อน: หลีกเลียงสองสุดโต่ง

ในการปฏิบัติ คริสเตียนมักตกไปที่สุดโต่งอย่างใดอย่างหนึ่งเมื่อพยายามจะ “พักผ่อน” ในวันสะบาโต สุดโต่งแรกคือการถือว่าวันสะบาโตเป็นการไม่ทำอะไรเลย: 24 ชั่วโมงแห่งการนอน กิน และอ่านสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แม้ว่าจะแสดงถึงความตั้งใจที่จะไม่ละเมิดบัญญัติ แต่มันอาจพลาดความยินดีและมิติของความสัมพันธ์ในวันนั้นไป สุดโต่งอีกด้านหนึ่งคือการถือว่าวันสะบาโตเป็นเพียงการหยุดจากงานและอนุญาตให้ทำสิ่งบันเทิงส่วนตัว — ไปร้านอาหาร ก็ฟ้าน ดูซีรีส์ต่อเนื่อง หรือเปลี่ยนวันนั้นให้เป็นวันพักผ่อนสั้น ๆ แม้ว่าสิ่งนี้อาจรู้สึกเหมือนการพักผ่อน แต่มันสามารถแทนที่ความบริสุทธิ์ของวันด้วยสิ่งรบกวนได้ง่าย

การพักผ่อนในวันสะบาโตที่แท้จริง

ภาพนิมิตในพระคัมภีร์เกี่ยวกับการพักผ่อนในวันสะบาโตอยู่ระหว่างสองสุดโต่งนี้ มันคือการหยุดจากงานทั่วไปเพื่อที่คุณจะถวายเวลา จิตใจ และความสนใจแด่พระเจ้า (**ความบริสุทธิ์ = แยกไว้เพื่อพระเจ้า**) ซึ่งอาจรวมถึงการนมัสการ การสามัคคีธรรมกับครอบครัวและผู้เชื่ออื่น ๆ การทำการเมตตา การอธิษฐาน การศึกษาพระคัมภีร์ และการเดินอย่างสงบในธรรมชาติ — กิจกรรมที่ทำให้จิตวิญญาณสดชื่นโดยไม่ดึงกลับสู่ความเหน็ดเหนื่อยตามปกติหรือหันไปหาความบันเทิงทางโลก อัสยาห์ 58:13-14 ให้หลักการว่า: การหันเหจากการทำความพอใจของตนเองในวันบริสุทธิ์ของพระเจ้าและ **เรียกวันสะบาโตว่าเป็นความปิติยินดี** ในภาษาฮีบรู คำว่า “ปิติยินดี” ที่ใช้ที่นี่คือ **oneg** (oneg) — ความยินดีเชิงบวกที่หยั่งรากในพระเจ้า นี่คือการพักผ่อนที่หล่อเลี้ยงทั้งกายและจิตวิญญาณ และถวายเกียรติแด่พระเจ้าแห่งวันสะบาโต