

devanudaiyaniyayappiramanam.org

பிற்சேர்க்கை 5d: ஓய்வுநாளில் உணவு — நடைமுறை வழிகாட்டுதல்

இந்தப் பக்கம் 4ஆம் கட்டளையான ஓய்வுநாள் குறித்த தொடரின் ஒரு பகுதியாகும்:

1. பிற்சேர்க்கை 5a: ஓய்வுநாளும் தேவாலயத்துக்குச் செல்லும் நாளும்— இரண்டும் வெவ்வேறு விஷயங்கள்
2. பிற்சேர்க்கை 5b: நவீன காலத்தில் ஓய்வுநாளை எப்படிக் கடைப்பிடிப்பது
3. பிற்சேர்க்கை 5c: அன்றாட வாழ்க்கையில் ஓய்வுநாள் கொள்கைகளைப் பயன்படுத்துதல்
4. பிற்சேர்க்கை 5d: ஓய்வுநாளில் உணவு — நடைமுறை வழிகாட்டுதல் (தற்போதைய பக்கம்).
5. பிற்சேர்க்கை 5e: ஓய்வுநாளில் போக்குவரத்து
6. பிற்சேர்க்கை 5f: ஓய்வுநாளில் தொழில்நுட்பமும் பொழுதுபோக்கும்
7. பிற்சேர்க்கை 5g: வேலையும் ஓய்வுநாளும் — நிஜவாழ்க்கைச் சவால்களை எதிர்கொள்ளுதல்

முந்தைய கட்டுரையில், ஓய்வுநாளைக் கடைப்பிடிப்பதற்கான இரண்டு வழிகாட்டும் பழக்கங்களை அறிமுகப்படுத்தினோம்—முன்கூட்டியே ஆயத்தம் செய்தல், ஏதாவது ஒன்று தேவையா என்று நின்று சிந்தித்தல்—மேலும் கலவையான நம்பிக்கைகளைக் கொண்ட குடும்பத்தில் ஓய்வுநாளை எப்படிக் கடைப்பிடிப்பது என்பதையும் பார்த்தோம். இப்போது இந்தக் கொள்கைகள் மிகவும் முக்கியமானதாக இருக்கும் நடைமுறைத் துறைகளில் முதன்மையான ஒன்றான உணவுக்குத் திரும்புகிறோம்.

விசுவாசிகள் ஓய்வுநாளைக் கடைப்பிடிக்க முடிவுசெய்தவுடன், உணவைப் பற்றிய கேள்விகள் எழுகின்றன. ***நான் சமைக்கலாமா? அடுப்பு அல்லது மைக்ரோவேவ் பயன்படுத்தலாமா? வெளியே சென்று சாப்பிடுவது அல்லது உணவை வீட்டுக்கு வரவழைப்பது பற்றியென்ன?*** சாப்பிடுவது அன்றாட வாழ்க்கையின் வழக்கமான ஒரு பகுதியாக இருப்பதால், இந்தத் துறையில்தான் குழப்பம் விரைவாக உருவாகிறது. இந்தக் கட்டுரையில், வேதவசனம் என்ன சொல்கிறது, பண்டைய இஸ்ரவேலர்கள் அதை எப்படிப் புரிந்துகொண்டிருப்பார்கள், இந்தக் கொள்கைகளை நவீன காலத்தில் எப்படிப் பயன்படுத்துவது என்பதைப் பார்ப்போம்.

உணவும் ஓய்வுநாளும்: நெருப்பைத் தாண்டி

நெருப்புக்கு ரபீக்கள் அளிக்கும் முக்கியத்துவம்

ரபீக்களின் யூத மதத்தில் உள்ள ஓய்வுநாள் விதிமுறைகள் அனைத்திலும், யாத்திராகமம் 35:3-ல் நெருப்பை மூட்டுவதற்கான தடையே ஒரு முக்கிய விதியாகும். இந்த வேதப்பகுதியின் அடிப்படையில், பல ஆர்த்தடாக்ஸ் யூத அதிகாரிகள் சுடரை ஏற்றுவதையோ அணைப்பதையோ, வெப்பத்தை உருவாக்கும் சாதனங்களை இயக்குவதையோ, மின் விளக்கின் சுவிட்சை மாற்றுவது, மின்தூக்கியின் பொத்தானை அழுத்துவது அல்லது கைப்பேசியை இயக்குவது போன்ற மின்சாரச் சாதனங்களைப் பயன்படுத்துவதையோ தடைசெய்கிறார்கள். இச்செயல்களை நெருப்பை மூட்டுவதற்கான வகைகளாகக் கருதி, ஓய்வுநாளில் அவற்றைத் தடைசெய்கிறார்கள். இந்த விதிகள் ஆரம்பத்தில் கடவுளை மதிக்க வேண்டும் என்ற விருப்பத்தை வெளிப்படுத்துவதாகத் தோன்றலாம்; ஆனால் இத்தகைய கடுமையான விளக்கங்கள், கடவுளுடைய நாளில் மகிழ்வதற்கான சுதந்திரத்தை அளிப்பதற்குப் பதிலாக, மனிதர்கள் உருவாக்கிய விதிகளுக்குக் கட்டுப்படச் செய்யலாம். மதத் தலைவர்களிடம் பேசும்போது இயேசு கடுமையாகக் கண்டித்த போதனைகள் உண்மையில் இத்தகையவையே. அவர் சொன்னதுபோல: “நியாயப்பிரமாணத்தை அறிந்தவர்களே, உங்களுக்கு ஐயோ! சுமப்பதற்குக் கடினமான சுமைகளை மக்கள்மேல் சுமத்துகிறீர்கள்; நீங்களோ அந்தச் சுமைகளை உங்கள் விரலால் தொட்டுக்கூடப் பார்ப்பதில்லை” (லூக்கா 11:46).

4ஆம் கட்டளை: உழைப்பா, ஓய்வா—நெருப்பு அல்ல

இதற்கு மாறாக, ஆதியாகமம் 2 மற்றும் யாத்திராகமம் 20 ஆகியவை ஓய்வுநாளை உழைப்பை நிறுத்தும் நாளாகக் காட்டுகின்றன. ஆதியாகமம் 2:2-3-ல், கடவுள் தமது படைப்பின் வேலையை நிறுத்தி, ஏழாம் நாளைப் பரிசுத்தமாக்கியதைப் பார்க்கிறோம். யாத்திராகமம் 20:8-11 இஸ்ரவேலர் ஓய்வுநாளை நினைவுகூர்ந்து எந்த வேலையும் செய்யக்கூடாது என்று கட்டளையிடுகிறது. **முக்கியத்துவம் செலுத்தப்படுவது வழிமுறைகளுக்கு (நெருப்பு, கருவிகள் அல்லது விலங்குகள்) அல்ல; உழைக்கும் செயலுக்கே.**பண்டைய உலகில் நெருப்பை மூட்டுவதற்குக் கணிசமான முயற்சி தேவைப்பட்டது: விறகுகளைச் சேகரித்தல், தீப்பொறிகளை உருவாக்குதல், வெப்பத்தைப் பராமரித்தல். அதே கருத்தை விளக்குவதற்கு மோசே உழைப்பு மிகுந்த பிற செயல்களையும் குறிப்பிடலாம்; ஆனால் ஏழாம் நாளில் வேலைசெய்வதற்கான பொதுவான தூண்டுதலாக நெருப்பு இருந்திருக்கலாம் என்பதால், அதைக் குறிப்பிட்டிருக்கலாம் (எண்ணாகமம் 15:32-36). எனினும், அன்றாட உழைப்பை நிறுத்துவதே கட்டளையின் வலியுறுத்தல்; நெருப்பைப் பயன்படுத்துவதைத் தடைசெய்வது அல்ல. எபிரெய மொழியில், שָׁבַת (shavat) என்பதற்கு “நிறுத்துதல்” என்று பொருள்; שַׁבָּת (Shabbat) என்ற பெயர் இந்த வினைச்சொல்லிலிருந்தே வந்தது.

உணவைப் பற்றிய நடைமுறை அறிவு சார்ந்த அணுகுமுறை

இந்தக் கண்ணோட்டத்தில் பார்த்தால், இன்றைய விசுவாசிகள் **உணவை முன்கூட்டியே ஆயத்தப்படுத்தவும், ஓய்வுநாளின் புனிதமான நேரங்களில் கடினமான செயல்களைக் குறைக்கவும்** வேண்டும் என்று ஓய்வுநாள் அழைக்கிறது. சிக்கலான உணவுகளைச் சமைத்தல், தொடக்கத்திலிருந்து உணவைத் தயாரித்தல் அல்லது சமையலறையில் உழைப்பு மிகுந்த பிற வேலைகளைச் செய்தல் ஆகியவற்றை ஓய்வுநாளில் அல்ல, அதற்கு முன்பே செய்ய வேண்டும். இருப்பினும், எளிய உணவைத் தயாரிக்கவோ அல்லது முன்பே சமைத்த உணவைச் சூடாக்கவோ அடுப்பு, ஓவன், மைக்ரோவேவ் அல்லது மிக்ஸி போன்ற, மிகக் குறைந்த முயற்சியைத் தேவைப்படுத்தும் நவீன சாதனங்களைப் பயன்படுத்துவது ஓய்வுநாளின் ஆவிக்கு ஒத்ததாகும். சுவிட்சை மாற்றுவதோ பொத்தானை அழுத்துவதோ

மட்டுமே பிரச்சினையல்ல; பரிசுத்தமான ஓய்வுநாளை வழக்கமான வாரநாள் வேலையாக மாற்றும் விதத்தில் சமையலறையைப் பயன்படுத்துவதுதான் பிரச்சினை. அந்த நாள் **முதன்மையாக ஓய்வுக்காக ஒதுக்கப்பட வேண்டும்.**

ஓய்வுநாளில் வெளியே சென்று சாப்பிடுதல்

நவீன காலத்தில் ஓய்வுநாளைக் கடைப்பிடிப்பவர்களிடையே காணப்படும் பொதுவான தவறுகளில் ஒன்று, ஓய்வுநாளில் வெளியே சென்று சாப்பிடுவதாகும். அது ஓய்வெடுக்கும் வழியாகத் தோன்றலாம்—எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, நீங்களே சமைப்பதில்லை—ஆனால் **நான்காம் கட்டளை, உங்கள் சார்பாக மற்றவர்களை வேலைசெய்ய வைப்பதைத் தெளிவாகத் தடைசெய்கிறது**: "நீயும், உன் மகனும், உன் மகளும், உன் வேலைக்காரனும், உன் வேலைக்காரியும், உன் மிருகங்களும், உன் பட்டணங்களில் குடியிருக்கிற அந்நியனும் எந்த வேலையும் செய்யக்கூடாது" (யாத்திராகமம் 20:10). உணவகத்தில் சாப்பிடும்போது, ஊழியர்கள் உங்களுக்காகச் சமைக்கவும், பரிமாறவும், சுத்தம் செய்யவும், பணத்தைக் கையாளவும் செய்கிறார்கள்; இதனால் ஓய்வுநாளில் அவர்கள் உங்களுக்காக வேலைசெய்யுமாறு நீங்கள் செய்கிறீர்கள். பயணத்தின்போதோ விசேஷ நிகழ்ச்சிகளிலோகூட, இந்தப் பழக்கம் அந்த நாளின் நோக்கத்தைப் பாதிக்கிறது. உணவை முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு, எளிமையான, உடனே உண்ணக்கூடிய உணவைக் கொண்டுசெல்வதன் மூலம், உங்கள் சார்பாக மற்றவர்களை உழைக்கச் சொல்லாமலேயே நன்றாகச் சாப்பிடலாம்.

உணவு விநியோகச் சேவைகளைப் பயன்படுத்துதல்

Uber Eats, DoorDash அல்லது இதுபோன்ற செயலிகள் வழியாக உணவு விநியோகிப்பதற்கும் இதே கொள்கை பொருந்தும். குறிப்பாக நீங்கள் களைப்பாக இருக்கும்போது அல்லது பயணம் செய்துகொண்டிருக்கும்போது, இந்த வசதி கவர்ச்சியாகத் தோன்றலாம். ஆனால் உணவை ஆர்டர் செய்வதால், வேறொருவர் கடைக்குச் சென்று, உணவைத் தயாரித்து, எடுத்துச் சென்று, உங்கள் வீட்டு வாசலில் வழங்க வேண்டியிருக்கிறது—இவை

அனைத்தும் **புனிதமான நேரங்களில் உங்கள் சார்பாகச் செய்யப்படும் உழைப்பு**. இது ஓய்வுநாளின் ஆவிக்கும், உங்களுக்காக மற்றவர்களை வேலைசெய்ய வைக்கக்கூடாது என்ற கட்டளைக்கும் நேரடியாக முரணானது. இதைவிடச் சிறந்த வழி முன்கூட்டியே திட்டமிடுவது: பயணத்துக்காக உணவைக் கட்டிவைத்துக்கொள்ளுங்கள், முந்தைய நாளில் உணவைத் தயாரியுங்கள், அல்லது அவசரநிலைக்காகக் கெடாத உணவுப் பொருட்களை வைத்திருங்கள். இப்படிச் செய்வதன் மூலம், கடவுளுடைய கட்டளைக்கும் இல்லையெனில் உங்களுக்காக வேலைசெய்திருப்போரின் கண்ணியத்திற்கும் மதிப்பளிக்கிறீர்கள்.