

SABBATH: ZALËNNA NÎ



CHÂNGVAWN: “Amah vêkin an hnênah chuan, ‘Chawlnhi hi mihring tâna siam a ni a, mihring hi Chawlnhi tâna siam a ni lo’ a ti a,” (*Marka 2:27, NKJV*).

SABBATH CHAWHNÛ

JULY 13

Chhiar Tûr: *Exodus 16:16–18; 20:8–11; Leviticus 25:1–7; Deuteronomi 5:12–15; Matthaia 12:9–13.*

PATHIANIN Thilsiam chawlhkâra a thil tih khâr nân Sabbath a siam a. A ni sarihna nî-ah chuan Pathian chu a châwl mai ni lo vin, khawvêl awm phung pawimawh ni zêl tûrin chawlhna kha a siam a. Sabbath hi Pathian kan biak bâkah, keini pawh inbe tawn thîn tûr kan nihzia târlanna a ni.

Tichuan, Sabbath hi Pathianin A mîte tâna a ruâhmana thupêkte zînga pakhat, Israel hnam din tharah pawh lo lang zui vê nghâl a ni tih hriat hi a mak lêm lo. Hebrai mîte nuna hmun pawimawh tak luah tûr a ni rêng a ni.

Sabbath chungchâng kan sawi chângin, a serh dân tûr kan sawi kêi thuai thîn a. Hê nî-a kan tih loh tûr thil chu engte nge ni hlawm? Hetiang zawhnate hi an pawimawh viau chungin, Pathian khawngaihna leh enkawlina chhinchhiaha a nihna angin, khawvêlah leh Pathian mîte nuna Sabbath-in pawimawhna a neih dân hi kan man thiam ngêi a ngai a ni.

Isuan, Sabbath chu mihring zawng zawngte tâna siam a ni tih a sawi a. “Sabbath nî chu kan hre reng” tak zet a nih chuan, kâr thluâna kan nî tin nun a lo danglamin, Isuâ tih dân ang khân—mi dangte mal kan sâwmna nî a ni vê thei dawn a ni.

SUNDAY

JULY 14

Manna Kham Khawp

Pathian mîte chhuân eng emaw chen bâwiha an tân a, hnehchhiahna an tuâr chinah an khawtlâng nun chu a lo hniam ta hlê a. Bâwih chhuak hlim Israelten khawtlâng nun thar ̣a zâwk an neih theih nân, Pathianin nun kawng ̣a zâwk kawhmuhin, dân ̣a berte a pê a. Chutiang atâna a tîr lam hi chu a taka tih tîr zirlaite an ni.

Thlalêr kawng an zawh, kum 40 chhûng zawng khân chutiang chu ni zui zêlin, Israelte vântlâng nunah khân Pathian malsâwmna an dawn lo kawmpui bîk lo vin, chu chu hnam nunah an nei tîr a ni bawk. Israelte riah bûk vêlah chuan an chaw atân, zîngah *manna* a lo tla ̣hîn a ni.

Exodus 16:16–18 chhiar la. Hêng chângtena mi tinte chan tâwka sawi uâr pawimawhna chu eng nge ni tûra i ngaih le?

2 Korin 8:10–15-ah, Paulan hê thû hi târlangin, Kristianten an pêk ̣hîn dân tîr entîrna atân a hmang a: “Inchawhrual nân, in neih liam chu tûn lai hian an tlâkchham phuhrûkna a lo nih a, an neih liam pawh in tlâkchham phuhrûkna a lo la nih vê thung theihna tûrin ka ti zâwk a ni; chutichuan chawhrualna a lo awm thei ang” (ch. 14).

Israelte leh keinî tâna zirlai zir tîr chu, Pathianin A mîte leh A Thilsiamte tâna kham khawp tîr min pê tih hi a ni. Kan mamawh tâwk chiah lâ a, a bâk mi dangte tâna sem zêl ni ila chuan, mi tin te hian an tla tâwk tîr chu an nei ̣heuh ang. Ni khat tla tâwk tîr chiah chhar tîr chuan a tûkah an tla tâwk tîr a lo awm zêl ang

tih rinningam a ngai a. Hnehchhiah tuâr, bâwiha tâng thîn Israelte khân an tâna dam khawchhuahna kha an ngai thupui hlê a. Pathian erawh chuan rinchhanna nun, thilphalna leh mi dangte sem duhna nun lantîr tûrin a duh thung a ni.

Thil dang, a taka nunpui tûr chhinchhiah tlâk tak pawh a la awm. Zirtâwpni tinin, manna chu ni dang lêtin a lo tla thîn a, chû nî-ah chauh chuan Sabbath nî atâna inbuatsaih lâwk nân, a lêtin an chhar tam tûr a ni. Sabbath nî atâna ruâhmanna bîk kha, an mamawh tin rêng atâna LALPA rinchhan zêl tûr an nih an zir theih nân a ni. Manna chan hnih, Pathian khawngaihna thil tih zârah khân, ni sarihna-Sabbath-a chawlhna Pathianin a tiamsak chu duhthusâmin an chên thei dâwn a ni.

Pathianin Sabbath nî atâna min hluite chên tha thei zâwk tûrin Zirtâwpniâh eng nge kan lo tih lâwk theih ang?

THAWHTANNÎ

JULY 15

Sabbath Awm Chhan Pahnihnte

Chhiar tûr: *Exodus 20:8–11* leh *Deuteronomi 5:12–15*. Engtin nge hêng thupêk palîna sawina châng hnihnte hi an intanpui tawn le? _____

Pathian chu min Siamtu leh Tlantu a nihna thutak behchhana A mîte nêna inlaichînna neihpui dân kawng a zawnnaah, hriat reng hi thil pawimawh tak a ni. Thupêk palînaah hian chûng thil pahnihnte chu a lo lang a, chuvâng chuan Sabbath leh a taka nunpuina nêp pawh a inzawm hnâi hlê a ni.

Israelte kha pathian suâk tam tak biakna ram atanga lo chhuak an ni a, chuvâng chuan Siamtu Pathian nihna dik tak hriattîr an ngai a. Chutiang atân chuan Sabbath hi thil pawimawh tak niin, Pathian chu Siamtu thiltitheih tak a nihzia Zirtâwpniâ chan hnih daih manna sûtîrna hmanga kêr tin hriat thâtîr ziah

pawh kha a inhmeah a. *Exodus 20*-a thupêk palînaah hian Pathian chu Siamtu a nihna chu chiang taka târlan a ni.

A lehlamah, chhanchhuah, tlan leh chhanhim an nihna chu *Deuteronomi 5*-a thupêk palîna chuan thupuih a nei a. Hê thû hi Israelte chuan an sawi fo tûr a ni a; Sabbath apiangin an uâr thar thîn ang. Chanchin hmasa ber kha a taka thleng niin, anni chu Aigupta bâwih tâna aţanga chhanchhuah an ni a; mahse, Pathian leh A chhandamna chungchâng an lo hriattthiam deuh deuh tâkah chuan, Sabbath pawh chu thlarau lam chhandamna kâr tina entîrna leh lawmna nî a lo ni bawh ang.

Chutiang zâwnga Sabbath hmang tûra chawhpûrna chu Pathian leh A mîte kâra inlaichinna dinthar lehna tûr a ni: “Kei leh anmahni inkâra chhinchhiah nân ka Sabbath nîte chu anmahni ka pê a, Kei hi LALPA anmahni serh hrangtu ka ni tih an hriat theih nân” (*Ezekiela 20:12*, NIV). Kan hmuh tâk ang khân, hei hi annî tân bîk chauh a ni lo. Hê inlaichinna behchhan hian, vântlâng nun thar an din ang a, pâwn lam khawvêl zâu zâwka mîte chungah ngilneihna leh malsâwmna a ni zêl tûr a ni.

“ ‘Chuvâng chuan a ni, LALPA i Pathianin Sabbath serh tûr thû a pêk che ni’ ” (*Deuteronomi 5:15*, NIV). Sabbath serhna hi siam leh tlan kan nih hriat rengna leh a lawmna lantîr dân tûr a ni a; LALPA nêh chauh pawh ni lo, kan chhevêla mîte nêh pawh, kan inlaichinnaah kan thang zêl ang. Pathian chu kan chungah a ngilnei a, chuvâng chuan keini pawh mi dangte chungah kan ngilnei vê tûr a ni..

Engtiang kawngtein nge Sabbath serhna chuan mi tha zâwk, ngilnei, ngaihsak leh khawngaih thei zâwkah min siam thîn?

THAWHLEHNÍ
Intluk Tlâna Nî

JULY 16

Exodus 20 leh *Deuteronomi 5*-a Thupêk Sâwmte han chhiar thuâk thuâk pawha Chiang Nghâl ta chu, a palîna hi a sawi Chiang Bîk tih hi a ni. Thupêk thenkhat chu ʔawngkam tlêm tê Chauha sawi (Hebrai leh ʔawng dang phei chuan ʔawngkam pahnih lekte a ni) a nih laiin, thupêk palînaah hi chuan Sabbath nî *hriat reng* a nih chhan te, engtin nge tih leh tunge tihte sawi lan thlip thlep a ni tlat mai.

***Exodus 20:8–11* chhiar la. Chhiahhlawhte leh mikhual leh rante chungchâng nê̄n lam a sawi chu eng nge ni a, eng nge a awmzia?**

Sabbath chungchâng chipchiar taka sawinaa chhinchhiah tlâk tak pakhat chu mi dangte a ngaihpawimawhna hi a ni. Sigve K. Tonstad phei chuan hetiang thupêk hi khawvêl hnam zawng zawng zîngah a danglam bîk niâwmin a sawi. Sabbath thupêk hian, “a chunglam aʔanga chhuk thlîr lo vin, a hnuai lam aʔanga chunglam zâwngin min thlîrpui a, vântlâng zînga a chak lo ber leh tihnawmna h ber ni theite chu thupuih min neihpui a. Chawlh mamawh ber ber—bâwih/sal te, hnam dang lo awm vê te, ritphur ʔhîn ran te—chu a bîk taka târlan an ni. Ni sarilhna chawlhnaah hi chuan hamʔhatna dawng pha vê lo te, ngaihtuahna nei vê vak lo rante nê̄n lam thlavâng hauhtu an nei ta a ni.”—*The Lost Meaning of the Seventh Day* (Michigan: Andrews University Press, 2009), pp. 126, 127.

Hê thupêk hian Sabbath chu mi tinte tâna hlimna tûr, ni bîk a nihzia a sawi uâr a. Sabbath êngah chuan kan zâin intluk tlâng vek kan ni. Chawlhkâr ni dang chhûnga mi dangte ruâitu i nih pawhin, Sabbath nîa hnâ thawhtîr tûrin thuneihna rêng i nei lo. Chutiang atân chuan Pathianin chawlhna nî atân a pê a ni. Mî hnuai thawk i nih pawhin, bâwih pawh ni la, Sabbath hian Pathian siam leh tlan, mi dangte nê̄na intluk niin, ni danga hna thawh ʔhinte chawlhsan a hlim taka hun hmang tûrin Pathianin a sâwm che tih i hriat chhuah tharna tûr a ni. Sabbath serh vê lote zînga pawh, “ram dang mî

in khawpuia awm vê” (*Exodus 20:10*, NIV) pawhin Sabbath hlâwkna chu an têt vê tûr a ni.

Bâwih chhuak hlim, endawng lo tuâr thîn Israelte tân chuan chutiang taka danglamna lo thleng tûr chu mak pawh an ti hlê ta vê ang. Tûnah chuan ram thara chêng tûr an ni ta a, anmahni leh hnehchhiahtûte tih dân ang an chhawm zêl kha Pathian duh dân a ni lo. An khawtlâng inkaihhraina atâna dân chipchiâr deuh tak a pêk hnûin, anni (leh keini pawh) Pathian hmâah chuan intluk tlâng vek kan ni tih, awmzenei taka kêr tina thil hriat chhuahtirtu tûr chu a pe ta a ni.

Engtin nge in khawtlângah Sabbath chungchâng, in serh hlâwkpuiaawmzia chu in hrilh vê theih ang?

NILÂINI
Tihdamna Nî

JULY 17

A tîra Sabbath leh Sabbath serh hmathlîr neih lâwk dân kha a zâu vîn, mi tin huâp a ni a, hê leia Isua a lo kal laite kha chuan sâkhaw hruaitûten an kalpui dân erawh a danglam nasa tawh hlê thung. Zalênna leh intluk tlânna nî ni lo vîn, Sabbath chu mihring nî, khapnate leh hnam dân lekna nî a ni ta zâwk mah a. Chutiang dodâl zâwng chuan Isua kha lo dîng chhuakin, mi dangte chungha khapna dân an lek ang chî kha a ngaithei lo.

Chutiang a duh lohzia lantîr nân Sabbath nî takin tihdam rawngbâwlna pawimawh tak tak a nei zâwk thîn a. Rilrûa tum nei sâ rânin, ni dangah ni lo, Sabbath nîa khâng thilmakte kha tí niâwmin a lang a. Sabbath pawimawhna dik tak târlan a tum a ni. Khângah khân Isuan Sabbath nîa tihdam a thian thûte pawh a sawi lang kher a, chû chu Farisai hote pawhin Isua tihlum tûra phih-awh nân hman an lo tum rêng a ni.

Isuan Sabbath nâa mi a tihdam thû: *Matthaia 12:9–13, Marka 1:21–26, 3:1–6, leh Johana 9:1–16* hi chhiar la. Hêng thûa thil pawimawh ber ber i hmuh chu engte nge ni?

Isuan Sabbath a pawimawh tih a nemnghet thîn a. Pathian leh kan chhông te, kan kohhran leh chhehvêla mîte nêna kan inkôngkaiha tihthar sauh nâna remchâng a hmang tûrin Sabbath serh leh ri kham kan siam fel a ngai thîn. Mahse, mahni lam thupuia nei a, hmasial taka chêt nân Sabbath hi kan hmang ngai tûr a ni lo. Isua pawhin, “ ‘Sabbath nî-ah thil tih thar a thiange e,’ a ti a” (*Matthaia 12:12, NKJV*).

Kohhran member tam tak chuan mi dangte tân thil thâ tam tak an tihsak a. Mahse, tam tak chuan chông âia tam zâwk chu kan la ti tûr a ni tih ngaih dân an la nei cheu. Hrehawm tuâr te, hnehchhiah te, hlamchhiah tuârte Pathianin a ngaihsak tih kan hria a, chû chu keini pawhin kan ti vê tûr a ni. Mahni eizawna hna pângngai chu thawk lo tûr a tih kan ni ngêi mai a, kâr tuâna kan phurrit phurh thinte chu kan hlip tûr a ni. Sabbath nî chuan dik leh phûr taka Sabbath hmanna kawng khat atân, mi dangte ngaihsakna hun kan insiam tûr a ni: “Thupêk palîna angin, Sabbath chu chawlh nân leh Pathian chibaibûk nâna hman tûr a ni. Khawvêl thila kan hnathawh zawng zawng chu kalsan vek tûr a ni a, chutih ruâlin, zahngaihna leh mi dangte thar na tûr lam thilte tih chu Lalpâ ruâhmanna nêna inrem thlap a. . . . Hrehawm tuârte chhâwk zângkhâi te, mi lungngâite hnem te hi hmangaih rawngbâwlna niin, Pathian ni thianghlim zahna lantîrna a ni.”—Ellen G. White, *Welfare Ministry*, p. 77.

Sabbath nîn mi dangte thar na tûr eng thil nge i tih vê thîn?

NINGÂNĪ

JULY 18

Sabbath Chawlhna Ram Tân

Kan hmuh tâk angin, Sabbath kha Israel hnam nunphung rênga tel ang a ni. Mahse, Sabbath thupui hi chu kâr tina ni khat

thil lek a ni lo. Kum sarihna apianga chawlhna bîk pawh a tel a, kum sarih hmun sarih hnûa lo thleng, jubilee kum, kum 50-na rawn herchhuahpuitu chu a ni.

***Leviticus 25:1–7* chhiar la. Hetiang ang chi zirtîrna thûa thil pawimawh chu eng nge ni? Nangmâ nun leh hnathawhah, hetiang zirtîrna ang hi engtiang kawngtein nge i seng luh theih ang?**

Sabbath kum hian ram chawlh (dahtui) kum a neihtîr thei a. Ram enkawltu nihna thiltih chhinchhiah tlâk tak niin, thil finthlâk leh zawngchhang chî tak a ni tih mi tam takin an pawm.

A kum sarihna chu bâwihte tân a ni (*Exodus 21:1–11*). Israel mî tûte pawh kha mi dangte bâwih/chhiahhlawh atâna inhralh a tûl hunte pawh awm thei a ni a; mahse, a kum sarihnaah chuan bâwih an chhuah leh thîn. Chutiang bawkin, a kum sarihnaah chuan leibâte pawh an inngaidam thîn a ni (*Deuteronomi 15:1–11*).

Pathianin thlalêra Israelte hnêna manna a pe thîn a, sik leh sa hun khat thlâi han chîn loh dâwn pawhin, a hmâ kuma Pathian malsâwmna kha rinchhan a, Sabbath kum daih tûr malsâwmna a vûr ang tih rinningam a ngai thîn. Chutiang bawkin, bâwihte han chhuahtîr leh leibâte han ngaihdam chu zahngaihna thiltih a ni a, kan mamawhte min phuhrûksak tûra Pathiana innghah ngamna pawh a ni tho baw. Mahnî mamawh tâwk nei tûrin mi dangte hnehchhiah kher a ngai lo tih zirlai an zirna tûr a ni.

Sabbath thupui leh kalhmangte kha Israel khawtlâng nun nêan inzawm hnâi hlê rêng a. Chutiingin, keinî hunah pawh, Sabbath serhna hi ni dang zawngte âia thlarau lam inzirtîrna leh insiam thatna nî a ni vê tûr a ni. A nihna takah chuan, Sabbath serh hi, Isuan A lalram leh A felna zawng hmasa tûra min zirtîrna a taka nunpui dân kawng khat a ni. “In Pâin in mamawh zawng zawngte a hre sâ vek a . . . in mamawh apiang chu A pe zêl ang che u” (*Matthaia 6:32, 33, NLT*).

Sabbath serhnain kâr khata ni ruk dangte lakah eng danglamna nge a thlen ang? Mi vir leh uikawm, hmasial tak, Sunday ațanga Zirtâwp thlenga eng mah ngaihsak lo ni ta ıla, Sabbath nî-ah tal chutiang kan nih loh tho chuan a pawî lêm dâwn em ni? (Nge, chutiang Sabbath nîa nih loh chu a theih tak tak dâwn chuâng lo zâwk?)

ZIRTÂWPNÎ

JULY 19

ZIR ZÂUNA: Chhiar tûr: Ellen G. White lehkhabu, *Thlahtubulte leh Zâwlneite*-a “Tuipui Sen Ațangin Sinai-ah,” pp. 289–302; *Chatuan Nghahfâk*-a “Sabbath,” pp. 304–314.

“Sabbath nîa damlote tihdam leh țanpui hi Sabbath thupêk nê n a inrem thu Isuan a zirtîr a. Mihringte zînga tuarna neite pui tûra lei leh vân kâr tawn sek Pathian vântirhkohte rawngbâwlna nê n pawh a inrem thlap bawk. . . .

“Mihringten hê nî-ah hian thawh tûr an nei vê a, nunna atâna thil tûl tak zette - damlo engkawh hnâ te, tlachham chhawmdâwl hnâ te chu an thawh ngei tûr a ni. Sabbath nîa damlote țanpui hnâ thlahthlamtu chu thiamloh chang lovin a chhuak dâwn hauh lo. Pathian Chawlhni thianghlim chu mihring tâna siam a ni a, chu ni thianghlima zahngaihna thiltih chu, a ni thianghlimna nê n a inrem thlap a ni. Sabbath nî-ah a ni emaw, ni dangah a ni emaw, Pathianin A thilsiamten tuarna an neih, tihdam (țanpui) theih ni bawk sî chu, hun rei lote chhûng chauh pawh an tuar zui zêl A duh lo a ni.”—Ellen G. White, *Chatuan Nghahfâk*, (2nd Edition, 2014), pp. 217, 218.

ZAWHNA SAWI HO TÛR:

❶ Engtiang kawngtein nge i Sabbath nuntawng chu Pathian i rinchhanzia târlanna a lo nih tawh țhin? Nangmâ nunah manna-ang kha tawngin, Amah i rinchhan zâra Pathianin i mamawh a phuhrûksak che i tawng tawh ngai em? Chuti ni se, chuta țanga i thil zir chhah chu in pâwlah sawi ang che.

- ② *Exodus 20:8–11* leh *Deuteronomi 5:12–15*-a târlan anga thupêk palînaa Sabbath nihphung hrang hrang sawi uârna kan hmû a. Chûng zînga a khawi chu nge i han ngaihhlut thar deuh bîk le?
- ③ In class-ah leh mi mal pawhin, in chênna vêla Sabbath malsâwmna leh hlâwkna in chan mi dangte têtîr vê dân tûr ngaihtuah teh.
- ④ Sabbath-in i nun thlâk danglam dân kawng thenkhat chu engte nge ni? Nangmâ nunah hmasâwn deuh ngaihna laite a awm em?

KHÂIKHÂWMNA: Pathianin Thilsiam leh Tlanna hriat rengna atân Sabbath a pê a, a nihna takah chuan kan hlâwkna tûr zâwk a ni. Pathianin thil min pêkte rinchan tûra min zirtîrna niin, kan intluktlânna tûr te, thlarau lam thila inkaihhruaina tûr a ni. Isuâ nuna kan hmuh tâk ang khân, Sabbath chu damlote tihdamna leh, a mamawhtûte tâna hlâwkna kan intêltîr nâna inlaichîna kan siamthatna tûr nî a ni.