पाठ 12 **दिसम्बर 12 --18**

सब्त : ईश्वर के प्रेम को जानना और दिखाना

सब्त अपराह्न **दिसम्बर 12**

इस सप्ताह के पाठ के लिए पढ़ें : उत्पत्ति 1-2; निर्गमन 16: 14-29; यशायाह 58: 1-14; मत्ती 12: 1-13; प्रेरितों के काम 13: 14-45.

याद वचन: *"तब उसने उनसे कहा, सब्त का दिन मनुष्य के लिए बनाया गया है, न कि मनुष्य सब्त के दिन के लिए। इसलिए मनुष्य का पुत्र सब्त के दिन का भी स्वामी है।" (मरकुस 2: 27-28).*

जोडी अपने कॉलेज में एकमात्र सेवेंथ-डे एडवेंटिस्ट थी। उसने कुछ स्कूल पार्टियों में जाना नहीं चुना क्योंकि वे सब्त के दिन होती थी। जोडी का पाटियों में न जाने के कारण उसके सब्त के विषय में सबको पता था। एक दिन उसकी एक दोस्त गेल ने जोडी को बताया कि उसका पति छह सप्ताह के लिए शहर से बाहर रहने वाला है। "क्या आप मेरे साथ अगले छह शुक्रवार की रात बिताना चाहती हैं?" गेल ने पूछा। गेल को पता था कि जोडी वैसे भी उन रातों पर "कुछ नहीं" करती है, तो क्यों न उसके साथ समय बिताया जाए?

अगले चार शुक्रवार की रात को जोडी और गेल ने एक साथ खाना खाया, और अपने ईसाई अनुभव को साझा किया। 5 वें सप्ताह के अंत में, गेल ने जोडी को बताया कि वह उस दिन जल्द खरीदारी कर रही थी। "मैंने अपनी घड़ी को देखा और खुद से कहा, ओह, अच्छा। सब्त बहुत जल्द!" अचानक मैंने देखा कि पिछले चार शुक्रवार की रात में, मेरे पास एक नया ईसाई अनुभव था। मैंने परमेश्वर के बारे में अधिक सीखा। मेरा विश्वास और भी गहरा हो गया। यह सब सब्त के कारण था।

यह एक दिलचस्प कहानी है। यह दिखाता है कि हम सब्त के बारे में कैसे सोच सकते हैं। यह सिर्फ आराम का दिन नहीं है। यह लोगों को परमेश्वर और उसके प्यार के बारे में अधिक सिखाने का एक तरीका भी है।

रविवार **दिसम्बर 13**

आश्चर्य और चमत्कार से भरे जाने का समय (उत्पत्ति 1-2)

क्या आपने कभी सोचा है कि परमेश्वर ने हमें उत्पत्ति में दो कहानियाँ देने के लिए क्यों चुना कि उसने पृथ्वी कैसे बनाई? उत्पत्ति 1 हमें बताता है कि कैसे परमेश्वर ने छा दिनों में पृथ्वी को बनाया। अध्याय, उसके द्वारा छ: दिन में पुरुष और स्त्री बनाने के साथ समाप्त होता है। उत्पत्ति 2 उसी कहानी को बतलाता है, लेकिन दिन छा में क्या हुआ, इस बारे में विस्तार से बात करता है। आदम अब तस्वीर का केंद्र है। अध्याय 2 हमें दिखाता है कि परमेश्वर ने आदमी के लिए सब कुछ बनाया: बगीचा, नदियाँ, जानवर और जाहिर है, स्त्री।

परमेश्वर ने पृथ्वी को कैसे बनाया इसके बारे में कहानी सिर्फ एक अध्याय के द्वारा बहुत अद्‌भुत है। हमें दो चाहिए। सबसे पहले, हमें एक अध्याय की आवश्यकता है जो हमें शक्तिशाली परमेश्वर के बारे में बताता है जो एक कलाकार है जो सुंदरता से प्यार करता है। फिर हमें एक अध्याय की आवश्यकता

है जो हमें एक ईश्वर को दिखाता है जो एक मानव परिवार को एक दूसरे के लिए प्यार और देखभाल करने हेतु बनाता है और साथ-साथ जो कुछ भी ईश्वर ने बनाया है।

उत्पत्ति 1 और 2 को पढ़िए। फिर सोचिए कि पहला सब्त (उत्पत्ति 2: 1-3) हमें पहली कहानी को याद करने में कैसे मदद करता है कि कैसे परमेश्वर ने उत्पत्ति अध्याय 1 में पृथ्वी को बनाया है। पहला सब्त हमें दूसरी कहानी को याद करने में भी मदद करता है। किस प्रकार परमेश्वर ने उत्पत्ति अध्याय 2 में पृथ्वी बनाई है। उत्पत्ति में हम पाते हैं कि परमेश्वर ने सब्त को आशीष दी और इसे पवित्र बनाया। इसका क्या मतलब है?

इस चित्र को अपने दिमाग में बनाएँ: आप उस पहले सब्त में आदम और हवा हैं। यह आपका पहला दिन है! यह आपके पति या पत्नी के साथ आपका पहला दिन है। यह परमेश्वर के साथ आपका पहला दिन है। यह कई चीजें सीखने का दिन है! आप उस ईश्वर के बारे में सीखना शुरू करते हैं जिसने आपके आस-पास की सभी सुंदरता को बनाया है। आप एक हाथी और फिर एक मेंढक को देखकर आश्चर्य से भर जाते हैं। आप जिराफ या भैंस को खेलते और मजे करते हुए देखते हैं। आप अपने आसपास के कई रंगों और आकृतियों को देखते हुए शांत हो जाते हैं और पक्षियों के सुंदर संगीत को सुनते हैं। जैसे ही आप बगीचे में विभिन्न फलों और फूलों का स्वाद लेते हैं, सूंघते हैं, आनंद महसूस करते हैं। सबसे बढ़कर, आप लोगों के लिए प्यार और देखभाल के बारे में सीखना शुरू करते हैं। आप इसे अपने ईश्वर से और
उसके लिए सीखते हैं। फिर आप इसे बाकी लोगों को दिखाते हैं जो उसने बनाया था।

पहला सब्त आदम और हव्वा के लिए कुछ भी करने का उबाऊ दिन नहीं था। यह परमेश्वर द्वारा बनाया गया एक दिन था। यह प्रथम पुरुष और स्त्री के लिए सोचने का समय था, जिसने उन्हें और उसके द्वारा बनाई गई हर चीज के बारे में सोचा। यह मनुष्यों के लिए आश्चर्य और चमत्कार से भरा समय था।

सोमवार **दिसम्बर 14**

पुनः सीखने के लिए समय (निर्गमन 16: 14-29)

जब परमेश्वर ने मूसा से इस्राएलियों को मिस्र से बाहर ले जाने के लिए कहा, तो यह स्पष्ट है कि परमेश्वर के लोगों को यह जानने की आवश्यकता है कि परमेश्वर फिर से कौन है। परमेश्वर चाहता है कि इस्राएली उसकी उपासना करें। वह उनसे एक शानदार भविष्य का वादा करता है। सब्त
परमेश्वर के लोगों के लिए एक महत्त्वपूर्ण सीखने का अनुभव है। यह उन्हें खोजने में मदद करता है कि वे क्या भूल गए हैं। सब्त ने इस्राएल के आसपास के अन्य देशों को भी दिखाया कि इस्राएल का परमेश्वर के साथ एक विशेष संबंध है। मन्ना का अनुभव इस्राएलियों को शिक्षित करने के परमेश्वर के तरीके को दर्शाता है।

निर्गमन 16: 14-29 में, इस्राएलियों को क्या सबक सीखने की जरूरत है?

परमेश्वर इस्राएलियों को मन्ना के चमत्कार देता है। परमेश्वर उन्हें प्रत्येक दिन के लिए पर्याप्त भोजन देता है। क्या होता अगर परमेश्वर अपने लोगों को हर दिन जरूरत से ज्यादा देता? तब वे भूल सकते थे कि परमेश्वर ने उनकी जरूरतों का ध्यान रखा। इस प्रकार, हर दिन परमेश्वर ने लोगों के लिए एक चमत्कार किया। उन्होंने परमेश्वर की देखभाल को महसूस किया। सब्त के दिन, चीजें अलग थीं। परमेश्वर अपने लोगों को दिखाना चाहता था कि सब्त विशेष था। इसलिए, उसने सिर्फ एक नहीं, दो चमत्कार किए। परमेश्वर ने शुक्रवार को अपने लोगों को दोहरा भोजन दिया। तब परमेश्वर ने भोजन को आशीर्वाद दिया ताकि यह रात भर खराब न हो। उसने सब्त को मुक्त रखा ताकि इस्राएलियों को कोई मन्ना इकट्ठा न करना पड़े। उनके पास उस ईश्वर के बारे में सोचने का समय था जिसने उन्हें पाप और मिस्रियों से मुक्त किया। उनके पास यह सोचने के लिए अधिक समय था कि ईश्वर के लोग होने का क्या मतलब है।

इस्राएलियों ने इस मन्ना को 40 साल तक (निर्गमन 16: 35) खाया। परमेश्वर इस्राएलियों को यह याद रखने में मदद करने के लिए मूसा को एक बर्तन रखने के लिए भी कहता है कि परमेश्वर ने उन्हें रेगिस्तान में कैसे खिलाया (निर्गमन 16: 32, 33). इससे उन्हें सब्त के दिन के अपने खूबसूरत अनुभव को याद करने में मदद मिली। ऐसे समय भी हैं जब परमेश्वर ने इस्राइल को दिखाया कि सब्त विशेष है।

सब्त परमेश्वर की उस योजना का हिस्सा है जो इस्राएलियों को फिर से परमेश्वर के बारे में जानने में मदद करता है। यह उन्हें यह समझने में भी मदद करता है कि परमेश्वर के पवित्र और चुने हुए लोग कैसे हैं। परमेश्वर अपने लोगों को एक विशेष कारण से सब्त के दिन को मानने और पवित्र रखने के लिए कहता है। यह उन्हें परमेश्वर के करीब लाएगा। यह उन्हें परमेश्वर के प्यार के बारे में गहरी समझ भी प्रदान करेगा।

कोई आप से कहता है कि सब्त "उबाऊ" है। आप उसे परमेश्वर के बारे में जानने के लिए एक समय के रूप में कैसे बता सकते हैं?

मंगलवार **दिसम्बर 15**

सबसे महत्त्वपूर्ण चीजों को प्रथम स्थान देने का समय

(यशायाह 58: 1-14).

इस्राएल ने परमेश्वर के साथ अपने अनुभव में कई उतार-चढ़ाव देखे। जिस तरह से उन्होंने सब्त का पालन किया, उससे पता चला कि उनके दिल में क्या था। जब इस्राएल ने सब्त का सम्मान नहीं किया, तो उन्होंने परमेश्वर को दिखाया कि वह उनके जीवन में महत्त्वपूर्ण नहीं है (यिर्म० 17: 19-27). जब इस्राएल ने सब्त का सम्मान किया, तो यह पता चला कि उनका जीवन परमेश्वर के साथ सही था।

यशायाह 58: 1-14 पढ़िए। इन पदों में परमेश्वर अपने लोगों से क्या कह रहा है जो आज हमारे लिए महत्त्वपूर्ण है?

_____

_____

इस्राएली ऐसा करते हैं मानो वे परमेश्वर का अनुसरण करते हैं। वे सकी उपासना करते हैं। वे उपवास करते हैं, या धार्मिक कारणों से थोड़े समय के लिए

कोई भोजन नहीं करते हैं। लेकिन उनके जीवन जीने के तरीके से पता चलता है कि वे केवल परमेश्वर के अनुयायी होने का ढोंग कर रहे हैं। परमेश्वर की व्यवस्था का पालन करने के लिए उनके दिल में कोई वास्तविक इच्छा नहीं है। यशायाह 58 वें अध्याय में आगे कहता है कि परमेश्वर अपने लोगों से क्या उम्मीद करता है।

यशा० 58: 13, 14 पढ़ें। परमेश्वर इस अध्याय के अंत में सब्त के बारे में क्यों बात करता है? यशायाह ने इस्राएल को चेतावनी दी: "तू उस पवित्र दिन में अपनी इच्छा करने का यत्न न करे।" दूसरे शब्दों में, सब्त का समय परमेश्वर की उपासना करने का ढोंग करने का समय नहीं है। यह समय आपके खुद के विचारों को सोचने और जीवन जीने का नहीं है जिससे परमेश्वर का सम्मान नहीं होता है। सब्त का दिन आनंद और पवित्र दिन होना चाहिए। यशायाह 58 के बाकी हिस्सों से पता चलता है कि सब्त के दिन हमारे लिए परमेश्वर और उसकी योजना के बारे में सीखने में आनंद का दिन होना चाहिए। तब हमें परमेश्वर को हमारे जीवन में जीने देना चाहिए। हमें दूसरे लोगों के प्रति उसका प्यार दिखाना चाहिए। इसलिए, हमें परमेश्वर की उपासना करने की तुलना में सभी कामों को सही रीति से करना चाहिए। हमें परमेश्वर को अपने हृदय को बदलने देना चाहिए। तब हम सब्त को पवित्र रख सकते हैं। सीखने के द्वारा हमारा जीवन बदलना चाहिए। सब्त बाइबल की सच्चाइयों को सीखने और जीने का समय है जो सबसे ज्यादा मायने रखती है।

क्या सब्त आपको आनंद से भर देता है? यदि नहीं, तो आप उसे बदलने के लिए क्या कर सकते हैं? क्या आपने सब्त को "सम्मान" देना सीखा है? अपनी कक्षा से बात करें कि सब्त को सम्मानित करने का क्या मतलब है?

बुधवार **दिसम्बर 16**

संतुलन के लिए समय (मत्ती 12: 1-13)

यीशु ने परमेश्वर की व्यवस्था का आदर और सम्मान किया (मत्ती 5: 17-18). लेकिन यीशु हमेशा धार्मिक अगुवाओं के साथ व्यवस्था के बारे में सहमत नहीं था। सब्त को कैसे पालन किया जाए, इस बारे में अगुए अकसर यीशु के साथ बहस करते थे। सभाओं के अगुए, या इस्राइल में स्थानीय उपासना स्थल, यहूदियों को सब्त के दिन व्यवस्था के बारे में शिक्षित करते थे। अगुवाओं ने सब्त के दिन तोराह पढ़ा। तोराह पुराने नियम में पहली पाँच पुस्तकें थीं। धर्मगुरु व्यवस्था के विषय में कि क्या करना है और क्या नहीं सब जानते थे। लेकिन यीशु ने सिखाया कि सब्त पालन उन चीजों से कहीं अधिक गहरा है जो एक व्यक्ति सब्त के दिन कर सकता है और नहीं कर सकता है।

पढ़ें मत्ती 12: 1-13 और लूका 13: 10-17. ये आयतें हमें क्या दिखाती हैं कि यीशु ने अपने समय में और आज हम लोगों को सिखाया है?

यीशु ने सब्त के दिन चंगा किया। उसके चमत्कारों ने यहूदियों को कई महत्त्वपूर्ण आध्यात्मिक सवालों के बारे में बताना शुरू किया। पाप क्या था? सब्त का क्या मतलब है? क्या यीशु पिता के साथ समान था? यीशु के पास कितनी शक्ति थी?

सब्त के बारे में यीशु की भावनाओं को इस सप्ताह के याद वचन में दिखाया गया है: "तब उसने उनसे कहा," सब्त का दिन मनुष्य के लिए बनाया

गया है, न कि मनुष्य सब्त के दिन के लिए। इसलिए मनुष्य का पुत्र सब्त के दिन का भी स्वामी है," (मरकुस 2: 27, 28,). यीशु दिखाना चाहता था कि सब्त एक भारी बोझ नहीं होना चाहिए। परमेश्वर ने "सब्त" को लोगों के लिए परमेश्वर के बारे में जानने का समय बनाया। सब्त के दिन परमेश्वर के बारे में जानने का एक तरीका है प्रकृति में समय बिताना।

यीशु अपने अनुयायियों, यहूदी नेताओं, और भीड़ को बाइबल, विश्वास और ईश्वर के बारे में अधिक गहराई से सोचने के लिए प्रश्न पूछता है। हमारे लिए केवल नियमों और व्यवस्था के बारे में सोचना और ईश्वर के बारे में भूलना आसान है। व्यवस्था हमें उस सेवा को बेहतर ढंग से जानने में मदद करने के लिए हैं जो हम परमेश्वर की सेवा करते हैं। यह ज्ञान परमेश्वर के प्रति हमारी आज्ञाकारिता और हमें यीशु के अनुग्रह पर विश्वास करने की ओर ले जाता है।

आपके लिए सब्त का दिन क्या है? क्या यह सिर्फ ऐसा न करने वैसा न करने का दिन है? या यह कि वाकई प्रभु में आराम करने और उसे
बेहतर जानने का समय है? यदि हाँ, तो आप इसे कैसे बदल सकते हैं ताकि आप इस सब्त से आशीर्वाद प्राप्त कर सकें जैसा परमेश्वर आपके लिए चाहता है?

बृहस्पतिवार **दिसम्बर 17**

समुदाय के लिए एक समय (प्रेरित 13: 14-45)

यीशु ने अपने अनुयायियों को दिखाया कि सब्त के दिन आराधनालय में उपासना करना महत्त्वपूर्ण है। एक आराधनालय एक यहूदी उपासना स्थल है। यीशु का मृतकों में से जी उठने के बाद, उसके अनुयायियों ने सब्त के दिन आराधनालय में उपासना करना जारी रखा। आराधनालय यीशु के अनुयायियों द्वारा यीशु के पुनरुत्थान, या मृतकों के जी उठने के बारे में बात करने के सबसे महत्त्वपूर्ण स्थानों में से एक बन गया। सब्त ने यीशु के अनुयायियों को एक साथ आने और सीखने का सही समय दिया। यीशु हिब्रू मसीहा था, या एक चुना हुआ। मसीहा को पुराने नियम में दिखाया गया था। पुराने नियम को प्रत्येक सब्त को सभास्थल में पढ़ा गया था। विश्वासियों के पास आराधनालय के सिवाय यीशु को साझा करने का बेहतर स्थान क्या था? (प्रेरितों 13: 16, 26 पढ़िए).

इन पदों को देखें: प्रेरितों के काम 13: 14-45; प्रेरितों 16: 13-14; प्रेरितों 17: 1-5; और प्रेरितों 18: 4.

इन आयतों में पौलुस और यीशु के अन्य अनुयायी यीशु के बारे में अपनी व्यक्तिगत कहानी साझा करते हैं। पौलुस इस्राएल के इतिहास के बारे में बात करता है, जो मिस्र में "हमारे पिता" (प्रेरितों 13: 17) से शुरू होता है। तब पौलुस इस्राएल के इतिहास के बारे में उस समय से बात करता है जब वे न्यायाधीशों के समय में वादा किए गए देश में रहना शुरू करते हैं। पौलुस राजाओं और दाऊद के बारे में भी बात करता है। वहाँ से, पौलुस यीशु के बारे में बात करता है।

पौलुस और अन्य अगुओं और शिक्षकों ने दिखाया कि कैसे बाइबिल ने परमेश्वर के बारे में उनके व्यक्तिगत अनुभव और समझ का समर्थन किया। इन लोगों ने जानकारी साझा की। फिर उन्होंने इस पर चर्चा की और इसके बारे में

बात की। इसलिए, उन्होंने अपना निजी अनुभव साझा किया, बाइबिल साझा की, उपदेश दिया, और सिखाया। यह एक बहुत शक्तिशाली संयोजन था। जैसा कि बाइबल की आयतें दिखाती हैं, कुछ धार्मिक अगुओं को यीशु के अनुयायियों और उनकी शक्ति से जलन थी।

सेवेंथ-डे-एडवेंटिस्ट चर्च में यीशु को उसी तरह साझा करने का एक मजबूत इतिहास है जिस तरह से पौलुस और यीशु के अन्य अनुयायियों ने किया था। हम यीशु के बारे में अपना निजी अनुभव साझा करते हैं। हम बाइबल की सच्चाई सिखाते हैं, प्रचार करते हैं और साझा करते हैं। यह सब्त स्कूल में, उपदेश के दौरान और अन्य सब्त सभाओं में होता है। यह हमारे चर्च की शिक्षा योजना का हिस्सा है। परमेश्वर की हमारी आराधना उसके बारे में अधिक जानने का समय है। यह हमारे सब्त के अनुभव का एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा है।

शुक्रवार **दिसम्बर 18**

अतिरिक्त विचार: एलेन जी० ह्वाइट, "द सब्त," पृष्ठ 281-289, द० डिजायर ऑफ एजेज में पढ़ें।

"परमेश्वर ने अपने लोगों को उनके आसपास के लोगों से अलग करने के लिए कई चीजें दीं। सब्त ने इस अलगाव को किसी भी चीज से अधिक दिखाया। परमेश्वर चाहता था कि सब्त को पवित्र रखने के द्वारा यहूदी दूसरों को यह दिखायें कि वे परमेश्वर की उपासना करते हैं। सब्त ने दिखाया कि यहूदी झूठे देवताओं की पूजा नहीं करते थे। सब्त यहूदियों का परमेश्वर के साथ संबंध को भी दिखाता था। लेकिन सब्त को पवित्र रखने के लिए लोगों को पवित्र होना चाहिए। विश्वास के द्वारा उन्हें यीशु के अनुग्रह और उसके पवित्र जीवन के उपहार को स्वीकार करना चाहिए। परमेश्वर ने इस्राएल से कहा: "तू विश्राम दिन को पवित्र रखने के लिए स्मरण रखना" (निर्ग० 20: 8). प्रभु ने इस्राएल से यह भी कहा, "तुम मेरे पवित्र लोग हो"(निर्ग० 22: 31). पवित्र जीवन जीना एकमात्र तरीका है जिससे यहूदी सब्त को पवित्र रख सकते हैं। तब वे दिखाएँगे कि वे परमेश्वर के उपासक हैं।" - युगों युगों की अभिलाषा, पृष्ठ 283.

"तब सब्त हमें पवित्र बनाने के लिए यीशु की शक्ति का प्रतीक है..... परमेश्वर सब्त को सबको देता है जो परमेश्वर के लोग इस्राएल का हिस्सा बन जाते हैं। हम यीशु मसीह में विश्वास करके परमेश्वर के लोगों का हिस्सा बन जाते हैं।" - युगों युगों की अभिलाषा, पृष्ठ 288, 289.

विचार विमर्श के लिए प्रश्न:

1. अक्सर सेवेंथ-डे एडवेंटिस्ट इस उधेड़-बुन में बहुत समय बिताते हैं कि उन्हें सब्त के दिन क्या करना चाहिए या क्या नहीं करना चाहिए। उन सवालों के एक सेट के साथ आयें जो सब्त पालन करने वालों को उन विचारों के बारे में सोचने में मदद करते हैं जो हमने इस सप्ताह पढ़े थे। (याद रखें, ये विचार शिक्षा के लिए सब्त के समय के बारे में बात करते हैं) यहाँ एक प्रश्न का उदाहरण दिया गया है: "मैं उस सब्त पर क्या करता हूँ जो मुझे परमेश्वर के प्रेम के बारे में और जानने में मदद करता है?

2. आज के अध्ययन में एलेन जी ह्वाइट के उदाहरणों के बारे में कुछ

और सोचें। इन उदाहरणों से पता चलता है कि सब्त पालन केवल नियमों के बारे में नहीं है। तब, "यीशु मसीह में विश्वास के द्वारा परमेश्वर के लोगों का हिस्सा बनने" का क्या अर्थ है? "पवित्र" बनने का क्या मतलब है? इसका सब्त से क्या लेना-देना है?

3. आप किन तरीकों से अपने सब्त के अनुभव को बेहतर बना सकते हैं? सब्त को अगले 12 महीनों में पवित्र मानकर आप जो कुछ सीखना चाहते हैं, उसके बारे में सोचें।