



ishwarerain.org

পরিশিষ্ট ৫ছ: সাবাথ ও কাজ — বাস্তব জীবনের চ্যালেঞ্জ মোকাবিলা

এই পৃষ্ঠা চতুর্থ আদেশের ধারাবাহিক অংশ: সাবাথ

1. [পরিশিষ্ট ৫ক: সাবাথ এবং গির্জায় যাওয়ার দিন — দুটি ভিন্ন বিষয়](#)
2. [পরিশিষ্ট ৫খ: আধুনিক যুগে সাবাথ কিভাবে পালন করবেন](#)
3. [পরিশিষ্ট ৫গ: দৈনন্দিন জীবনে সাবাথের নীতিমালা প্রয়োগ](#)
4. [পরিশিষ্ট ৫ঘ: সাবাথে খাদ্য — ব্যবহারিক দিকনির্দেশনা](#)
5. [পরিশিষ্ট ৫ঙ: সাবাথে পরিবহন](#)
6. [পরিশিষ্ট ৫চ: সাবাথে প্রযুক্তি এবং বিনোদন](#)
7. [পরিশিষ্ট ৫ছ: সাবাথ ও কাজ — বাস্তব জীবনের চ্যালেঞ্জ মোকাবিলা](#) (বর্তমান পৃষ্ঠা)।

কেন কাজ সবচেয়ে বড় চ্যালেঞ্জ

বেশিরভাগ বিশ্বাসীর জন্য সাবাথ পালনের সবচেয়ে বড় বাধা হলো চাকরি-ব্যবসা। খাবার, পরিবহন ও প্রযুক্তি আগেভাগে প্রস্তুতি নিয়ে সামঞ্জস্য করা যায়, কিন্তু কাজের অঙ্গীকার একজন মানুষের জীবিকা ও সত্তার কেন্দ্রে আঘাত করে। প্রাচীন ইস্রায়েলে এটি খুব কমই সমস্যা ছিল, কারণ গোটা জাতিই সাবাথে থেমে যেত; ব্যবসা, আদালত ও বাজার স্বয়ংক্রিয়ভাবে বন্ধ থাকত। সার্বজনীনভাবে সাবাথ ভঙ্গ ছিল বিরল এবং প্রায়ই জাতীয় অবাধ্যতা বা নির্বাসনের সময়ের সাথে যুক্ত (দেখুন নেহেমিয়া 13:15-22)। কিন্তু আজ আমরা অধিকাংশই এমন সমাজে বাস করি যেখানে সপ্তম দিনটি স্বাভাবিক কর্মদিবস—ফলে এই আদেশটি প্রয়োগ করা সবচেয়ে কঠিন হয়ে দাঁড়ায়।

নীতিমালা থেকে বাস্তবে

এই ধারাবাহিক জুড়ে আমরা জোর দিয়েছি যে সাবাথের আদেশ কোনো বিচ্ছিন্ন নিয়ম নয়, বরং ঈশ্বরের পবিত্র ও চিরন্তন আইনের অংশ। এখানেও প্রস্তুতি, পবিত্রতা ও প্রয়োজনীয়তার একই নীতিগুলো প্রযোজ্য—তবে দামের হিসাবটা বেশি। সাবাথ পালন করার সিদ্ধান্ত আয়, পেশার গতিপথ বা ব্যবসার মডেলে প্রভাব ফেলতে পারে। তবু শাস্ত্র ধারাবাহিকভাবে সাবাথ পালনে

ঈশ্বরের ব্যবস্থার প্রতি আনুগত্য ও ভরসার পরীক্ষা হিসেবে তুলে ধরে—প্রতি সপ্তাহে আমরা আমাদের চূড়ান্ত আনুগত্য কোথায় রাখি তা প্রদর্শনের সুযোগ।

চারটি সাধারণ কর্মপরিস্থিতি

এই প্রবন্ধে আমরা চারটি বড় ক্ষেত্র বিবেচনা করব যেখানে সাবাথ-সংঘাত দেখা দেয়:

1. নিয়মিত চাকরি — খুচরা বিক্রয়, উৎপাদন বা অনুরূপ ক্ষেত্রে অন্যের অধীনে কাজ।
2. স্বনিয়োজিত — নিজের দোকান বা হোম-বিজনেস পরিচালনা।
3. প্রথম সাড়া-দাতা ও স্বাস্থ্যসেবা — পুলিশ, দমকল, চিকিৎসক, নার্স, সেবাদাতা ইত্যাদি।
4. সামরিক বাহিনী — বাধ্যতামূলক ও পেশাদার উভয় সেবা।

প্রতিটি অবস্থায় বিচক্ষণতা, প্রস্তুতি ও সাহস দরকার, কিন্তু বাইবেলীয় ভিত্তি একই: “ছয় দিন তুমি পরিশ্রম করিয়া তোমার সমস্ত কাজ করিবে; কিন্তু সপ্তম দিনটি তোমার প্রভু ঈশ্বরের সাবাথ” (নির্গমন 20:9-10)।

নিয়মিত চাকরি

খুচরা বিক্রয়, উৎপাদন, সার্ভিস-ইন্ডাস্ট্রি বা অনুরূপ নিয়মিত চাকরিতে থাকা বিশ্বাসীদের জন্য সবচেয়ে বড় চ্যালেঞ্জ হলো কাজের সময়সূচি সাধারণত অন্যেই নির্ধারণ করে। প্রাচীন ইস্রায়েলে গোটা জাতি সাবাথ মানত বলে এ সমস্যা প্রায় ছিল না; আধুনিক অর্থনীতিতে শনিবার প্রায়ই ব্যস্ততম দিন। সাবাথ-মানার প্রথম পদক্ষেপ হলো শুরুতেই আপনার বিশ্বাসের অবস্থান স্পষ্ট করা এবং সম্ভব সব উপায়ে আপনার সপ্তাহের কাজ সাবাথকে কেন্দ্র করে সাজানো।

নতুন চাকরি খুঁজলে, রেজুমেতে নয়—সাফাৎকারে সাবাথ পালনের কথা উল্লেখ করুন। এতে ব্যাখ্যার আগেই বাদ পড়ার ঝুঁকি কমে এবং অন্যান্য দিনে কাজের নমনীয়তা দেখানোর সুযোগও হয়। অনেক নিয়োগকর্তা রবিবার বা কম পছন্দের শিফটে কাজ করার বিনিময়ে শনিবার ফাঁকা রাখতে ইচ্ছুক কর্মীকে মূল্যায়ন করেন। আপনি যদি আগে থেকেই কর্মরত থাকেন, সম্মানের সাথে সাবাথ-ঘন্টা থেকে অব্যাহতি চান; সময়সূচি বদলানো, ছুটির দিনে কাজ করা বা অন্য দিনে ঘন্টা পূরণের প্রস্তাব দিন।

নিয়োগকর্তার কাছে যান সততা ও বিনয়ের সাথে, তবে দৃঢ়তাসহ। সাবাথ কোনো পছন্দ নয়—এটি এক আদেশ। অস্পষ্ট বা দ্বিধাগ্রস্ত অনুরোধের চেয়ে পরিষ্কার ও সম্মানজনক অনুরোধ মান্য হওয়ার সম্ভাবনা বেশি। মনে রাখবেন, সাপ্তাহিক প্রস্তুতি আপনার দায়িত্ব—আগেভাগে কাজ শেষ করুন, কর্মস্থল গুছিয়ে রাখুন, এবং সাবাথে আপনার অনুপস্থিতিতে সহকর্মীদের বাড়তি চাপ না পড়ে তা নিশ্চিত করুন। সততা ও নির্ভরযোগ্যতা দেখিয়ে আপনি নিজের অবস্থান মজবুত করেন এবং প্রমাণ করেন যে সাবাথ পালন কর্মদক্ষতাকে বাধা নয়, বরং উন্নত করে।

যদি নিয়োগকর্তা একেবারেই সময়সূচি বদলাতে রাজি না হন, প্রার্থনাপূর্ণভাবে বিকল্প ভাবুন। অনেক সাবাথ-মানা ব্যক্তিই ঈশ্বরের আদেশ মানতে গিয়ে বেতন কমিয়েছেন, বিভাগ বদলেছেন, এমনকি কর্মজীবনই পরিবর্তন করেছেন। সিদ্ধান্তগুলো কঠিন হলেও, সাবাথ হল বিশ্বাসের সাপ্তাহিক পরীক্ষা—ঈশ্বরের জোগান আমরা যে ক্ষতি ভাবি তার চেয়েও বড়—এই ভরসাই এখানে মূল।

স্বনিয়োজিত

যারা স্বনিয়োজিত—হোম-ব্যবসা, ফ্রিল্যান্স সার্ভিস বা দোকান—তাদের জন্য পরীক্ষাটা ভিন্ন, কিন্তু বাস্তব। এখানে নিয়োগকর্তা সময় ঠিক করে না; আপনিই পবিত্র সময়ে ইচ্ছাকৃতভাবে “বন্ধ” রাখবেন কি না সেটি ঠিক করেন। প্রাচীন ইস্রায়েলে যারা সাবাথে

বিক্রি করতে চাইত, তাদের নেহেমিয়া তিরস্কার করেছিলেন (নেহেমিয়া 13:15-22)। একই নীতি আজও প্রযোজ্য: সপ্তাহান্তে গ্রাহকের চাহিদা থাকলেও, ঈশ্বর সপ্তম দিনকে পবিত্র রাখতেই বলেন।

ব্যবসা শুরু করতে চাইলে ভেবে দেখুন এটি আপনার সাবাথ পালনে কী প্রভাব ফেলবে। কিছু খাত সহজেই সপ্তম দিনে বন্ধ রাখা যায়; কিছু খাত আবার সপ্তাহান্তের বিক্রি বা ডেডলাইনের ওপর নির্ভরশীল। এমন ব্যবসা বেছে নিন যেখানে আপনি ও আপনার কর্মীরা সাবাথে কাজ-মুক্ত থাকতে পারেন। শুরু থেকেই ব্যবসার পরিকল্পনা ও গ্রাহক-যোগাযোগে সাবাথ-বন্ধের নিয়ম লিখে দিন। প্রত্যাশা আগেভাগে স্থির করলে গ্রাহকেরাও আপনার সীমারেখা মানতে শিখবে।

আপনার ব্যবসা যদি ইতিমধ্যে সাবাথে চালু থাকে, তবে আয়ের ক্ষতি হলেও পবিত্র দিনে বন্ধ করার প্রয়োজনীয় পরিবর্তন করুন। শাস্ত্র সতর্ক করে—সাবাথের শ্রম থেকে লাভ তুলে নেওয়াও অবাধ্যতা, ঠিক নিজে কাজ করার মতোই। অংশীদারিত্ব বিষয়টিকে জটিল করতে পারে: অবিশ্বাসী অংশীদার সাবাথে দোকান চালালেও আপনি সেই শ্রমের লাভভাগ পান, আর ঈশ্বর এমন ব্যবস্থা গ্রহণ করেন না। ঈশ্বরকে সম্মান করতে, যেকোনো ব্যবস্থার বাইরে থাকা উচিত যেখানে আপনার আয় সাবাথের কাজে নির্ভরশীল।

এই সিদ্ধান্তগুলো ব্যবহৃত হতে পারে, তবে তারা শক্তিশালী সাক্ষ্য তুলে ধরে। গ্রাহক ও সহকর্মীরা আপনার সততা ও ধারাবাহিকতা দেখবে। সাবাথে ব্যবসা বন্ধ রেখে আপনি কাজের মাধ্যমে ঘোষণা দেন—আপনার চূড়ান্ত ভরসা ঈশ্বরের জোগানে, নিরবচ্ছিন্ন উৎপাদনে নয়।

প্রথম সাড়া-দাতা ও স্বাস্থ্যসেবা

একটি সাধারণ ভুল ধারণা হলো প্রথম সাড়া-দাতা বা স্বাস্থ্যক্ষেত্রে কাজ করা সাবাথে স্বয়ংক্রিয়ভাবে বৈধ। এই ধারণা সাধারণত আসে এই সত্য থেকে যে যিশু সাবাথে মানুষকে সুস্থ করেছিলেন (ম্যাথিউ 12:9-13; মার্ক 3:1-5; লুক 13:10-17)। কিন্তু গভীরভাবে দেখলে বোঝা যায়, যিশু সাবাথে বাড়ি থেকে বেরিয়ে “হিলিং ক্লিনিক” চালানোর উদ্দেশ্যে যাননি। তাঁর আরোগ্য দান ছিল করুণার স্বতঃস্ফূর্ত কাজ, নির্দিষ্ট সময়সূচিভিত্তিক কোনো পেশা নয়। যিশুকে কখনো আরোগ্যের জন্য পারিশ্রমিক নিতে দেখা যায়নি। তাঁর উদাহরণ শেখায়—সাবাথেও প্রকৃত প্রয়োজনমতো সং কাজ করা বৈধ; কিন্তু এতে চতুর্থ আদেশ বাতিল হয় না বা স্বাস্থ্যসেবা/জরুরি সেবাকে স্থায়ী ব্যতিক্রম বানায় না।

আধুনিক জগতে সাধারণত সাবাথ-না-মানা কর্মীর কোনো অভাব নেই। হাসপাতাল, ক্লিনিক, জরুরি সেবা—সবই ২৪/৭ চলে প্রধানত এমন লোকদের দ্বারা যারা সাবাথ মানেন না। এই প্রাচুর্য ঈশ্বরের সন্তানকে এমন চাকরি সচেতনভাবে নেওয়ার যুক্তি সরিয়ে দেয় যা নিয়মিত সাবাথে কাজ করায়। তা যতই মহৎ শোনাক, মানুষের সেবা—এমনকি সাহায্যমুখী পেশাও—ঈশ্বরের সপ্তম দিনে বিশ্রামের আদেশকে অতিক্রম করতে পারে না। আমরা বলতে পারি না, “মানুষকে সেবা করা ঈশ্বরের আইনের থেকে বেশি গুরুত্বপূর্ণ,” যখন ঈশ্বরই আমাদের জন্য পবিত্রতা ও বিশ্রাম সংজ্ঞায়িত করেছেন।

এর মানে এই নয় যে সাবাথ-মানা ব্যক্তি কখনো প্রাণ বাঁচাতে বা কষ্ট লাঘবে কাজ করবেন না। যিশু শিখিয়েছেন, “সাবাথে সং কাজ করা বৈধ” (ম্যাথিউ 12:12)। অনাকাঙ্ক্ষিত জরুরি পরিস্থিতি—দুর্ঘটনা, অসুস্থ প্রতিবেশী, নিজের ঘরে সঙ্কট—এলে জীবন ও স্বাস্থ্যের সুরক্ষায় এগিয়ে যাওয়াই উচিত। কিন্তু এটি নিয়মিতভাবে প্রতি সাবাথে কাজ করায় বাধ্যকারী পেশা নেওয়ার থেকে সম্পূর্ণ আলাদা। বিরল ক্ষেত্রে যখন সত্যিই কেউ নেই, আপনি সাময়িকভাবে গুরুত্বপূর্ণ চাহিদা মেটাতে এগোতে পারেন; তবে এগুলো ব্যতিক্রম—নিয়ম নয়—এবং ঐ ঘন্টাগুলোতে পারিশ্রমিক নেওয়া থেকে বিরত থাকাই উত্তম।

নির্দেশক নীতি হলো করুণার স্বতঃস্ফূর্ত কাজ ও নিয়মিত চাকরির মধ্যে পার্থক্য করা। করুণা সাবাথের আত্মার সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ; পরিকল্পিত, মুনাকামুখী শ্রম তা ক্ষুণ্ণ করে। সম্ভব হলে স্বাস্থ্যসেবা বা জরুরি সেবায় থাকা সাবাথ-মানা ব্যক্তিদের

উচিত সময়সূচি নিয়ে আলোচনার মাধ্যমে সাবাথকে সম্মান করানো, এমন দায়িত্ব খোঁজা যা আদেশ ভঙ্গ না করে, এবং এ পথে ঈশ্বরের যোগানের উপর ভরসা করা।

সামরিক বাহিনী

সামরিক সেবা সাবাথ-মানাদের জন্য একটি বিশেষ চ্যালেঞ্জ, কারণ এখানে প্রায়ই সরকারি কর্তৃত্বের অধীনে বাধ্যতামূলক দায়িত্ব থাকে। শান্ত্রে ঈশ্বরের লোকদের এই টানাপোড়েনের উদাহরণ আছে। ইম্রামেল বাহিনী, উদাহরণস্বরূপ, জেরিখোর চারপাশে সাত দিন পদযাত্রা করেছিল—অর্থাৎ তারা সপ্তম দিনে বিশ্রাম নেয়নি (যিহোশূয় ৬:১-৫); আবার নেহেমিয়া শহরের দরজায় সাবাথে প্রহরা বসানোর কথা বর্ণনা করেন যাতে পবিত্রতা রক্ষা হয় (নেহেমিয়া ১৩:১৫-২২)। এসব উদাহরণ দেখায়—জাতীয় প্রতিরক্ষা বা সঙ্কটের সময় দায়িত্ব সাবাথেও গড়াতে পারে; কিন্তু এগুলো সামষ্টিক টিকে থাকার সাথে যুক্ত ব্যতিক্রম, ব্যক্তিগত কর্ম-পরিকল্পনা নয়।

যারা বাধ্যতামূলকভাবে সেবায় আছেন, পরিবেশটি স্বেচ্ছাসেবী নয়। আদেশের অধীনে থাকেন, সময় বাছাইয়ের স্বাধীনতা সীমিত। এ ক্ষেত্রে সাবাথ-মানা ব্যক্তির উচিত সম্মানের সাথে ঊর্ধ্বতনদের নিকট সাবাথ-দায়িত্ব থেকে অব্যাহতি চাওয়া, এবং জানানো যে সাবাথ তাঁর গভীর বিশ্বাস। আবেদন না-মানা হলেও, এই প্রচেষ্টাই ঈশ্বরকে সম্মান করে এবং অপ্রত্যাশিত অনুগ্রহ ডেকে আনতে পারে। সর্বোপরি, বিনয়ী মনোভাব ও ধারাবাহিক সাক্ষ্য বজায় রাখুন।

যারা পেশা হিসেবে সামরিক বাহিনীতে যাওয়ার কথা ভাবছেন, তাদের পরিস্থিতি আলাদা। এটি অন্য যেকোনো পেশার মতোই ব্যক্তিগত পছন্দ। আগে থেকেই জানেন যে নিয়মিত সাবাথে কাজ করতে হবে—এমন দায়িত্ব গ্রহণ করা সাবাথকে পবিত্র রাখার আদেশের সাথে অসামঞ্জস্যপূর্ণ। অন্য ক্ষেত্রের মতো এখানেও নীতি একই: এমন দায়িত্ব বা অবস্থান খুঁজুন যেখানে আপনার সাবাথ পালনে সম্মান দেখানো হয়। কোনো ক্ষেত্রে তা সম্ভব না হলে, প্রার্থনাপূর্ণভাবে ভিন্ন পেশাপথ বিবেচনা করুন—ঈশ্বর অন্য দরজা খুলবেন, এই ভরসায়।

বাধ্যতামূলক ও স্বেচ্ছা—দুই ধরনের সেবাতেই মূল কথা হলো আপনি যেখানে আছেন সেখানেই ঈশ্বরকে সম্মান করুন। বিদ্রোহ না করে যথাসম্ভব সাবাথ মানুন; কর্তৃত্বের প্রতি সম্মান দেখিয়ে শান্তভাবে নিজের বিশ্বাসে অটল থাকুন। এতে আপনি দেখান—ঈশ্বরের আইনের প্রতি আপনার আনুগত্য সুবিধা-অসুবিধা-নির্ভর নয়, বরং বিশ্বস্ততাভিত্তিক।

উপসংহার: জীবন-ছন্দ হিসেবে সাবাথ

এই প্রবন্ধের মাধ্যমে আমরা সাবাথ ধারাবাহিকটি শেষ করছি। সৃষ্টিতে তার ভিত্তি থেকে শুরু করে খাবার, পরিবহন, প্রযুক্তি ও কাজ—ব্যবহারিক প্রয়োগ পর্যন্ত—আমরা দেখেছি, চতুর্থ আদেশ কোনো বিচ্ছিন্ন নিয়ম নয়; এটি ঈশ্বরের চিরন্তন আইনের বোনা জীবন্ত ছন্দ। সাবাথ মানা শুধু কিছু কাজ এড়ানো নয়; এটি আগেভাগে প্রস্তুতি নেওয়া, দৈনন্দিন শ্রম থামানো এবং সময়কে ঈশ্বরের জন্য পবিত্র করা। এটি তাঁর জোগানে ভরসা শেখা, সপ্তাহকে তাঁর অগ্রাধিকারের চারপাশে গড়া, এবং অশান্ত জগতে তাঁর বিশ্রামকে আদর্শ হিসেবে দেখানো।

আপনার পরিস্থিতি যাই হোক—চাকরি, স্বনিয়োগ, পরিবার-সেবা, কিংবা জটিল পরিবেশে দায়িত্ব—সাবাথ প্রতি সপ্তাহে আমাদের উৎপাদনের চক্র থেকে সরে এসে ঈশ্বরের উপস্থিতির স্বাধীনতায় প্রবেশের আমন্ত্রণ। এই নীতিগুলো প্রয়োগ করলে আপনি

আবিষ্কার করবেন—সাবাথ বোঝা নয়, আনন্দ; আনুগত্যের চিহ্ন এবং শক্তির উৎস। এটি আপনার হৃদয়কে প্রশিক্ষণ দেয়—শুধু
সপ্তাহে একদিন নয়, প্রতিদিন এবং জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে—ঈশ্বরের উপর ভরসা রাখতে।