

Roman Krawczyk

Szabat : odpoczynek formą świętowania

Forum Teologiczne 14, 51-65

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Ks. ROMAN KRAWCZYK
Wydział Teologii
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

SZABAT.
ODPOCZYNEK FORMĄ ŚWIĘTOWANIA

Słowa kluczowe: szabat, odpoczynek, świętowanie, praca, regeneracja sił ludzkich.
Key words: Sabbath, rest, celebration, work, regeneration.
Schlüsselworte: Sabbat, Erholung, Feiern, Arbeit, Regeneration von Kräften.

W biblijnych tekstach o szabacie jego genezę kojarzy się ze stworzeniem świata (Księga Wyjścia) oraz z wyjściem Izraelitów z Egiptu (Księga Powtórzonego Prawa). W ten sposób święto to stanowiło w świadomości Izraelitów swego rodzaju potwierdzenie, że wszechświat został stworzony przez Jahwe, który kieruje losami narodu żydowskiego, czego znakiem był exodus z Egiptu. Judaizm uważał więc szabat za specjalny dar Boga dla Żydów, nie zaś za rytuał dla całego świata. „Szabat nie jest żydowską niedzielą lub żydowskim weekendem. Szabat to najważniejsze święto żydowskie zarazem najważniejszy akt wiary każdego Żyda”¹.

Taka interpretacja teologiczna szabatu była rezultatem długiego procesu rozwoju myśli religijnej. Natomiast początek praktykowania szabatu, ciągle niewyjaśniony do końca, sięga czasów sprzed Mojżesza i miał znaczenie społeczne, humanitarne. Z historycznego punktu widzenia szabat „wyrósł u Izraelitów na podłożu socjalnym, podłożu dającym możliwość wypoczynku słabszym, poddanym, a nawet zwierzętom domowym”².

„Duch szabatu” – wyzwolenie człowieka z niewolnictwa pracy – jest obecny również w chrześcijaństwie. Kościół w swym nauczaniu podkreśla zarówno prawo, jak i potrzebę odpoczynku, ukazując jego wartość w różnych wymiarach życia oraz pochodzący stąd obowiązek odpoczynku; Kościół wskazuje na znacze-

Adres/Address/Anschrift: ks. prof. dr hab. Roman Krawczyk, Katedra Teologii Biblijnej, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, ul. Kard. S. Hozjusza 15, 11-041 Olsztyn.

¹ J. Korzeniowski (red.), *Kalendarz żydowski*, Warszawa 1988, s. 17.

² L. Stefaniak, *Szabat*, w: E. Dąbrowski (red.), *Podręczna Encyklopedia Biblijna*, t. 2, Poznań 1960, s. 573.

nie odpoczynku dla życia rodzinnego, kulturalnego, społecznego i religijnego. Odpoczynek daje możliwość rozwoju tych sił i zdolności, których nie można doskonalić w pracy zawodowej.

Problem odpoczynku rozumianego w duchu biblijnym, w dzisiejszym świecie nastawionym na maksymalizację osiągnięć – często za cenę utraty zdrowia – zasługuje na szczególną analizę. Podejmiemy ją w niniejszym artykule. Przeprowadzimy kolejno analizę terminologii i treści teologicznej szabatu (1), pochodzenia szabatu (2), sakralizacji szabatu (3). Kolejnym, istotnym punktem analiz będzie próba opisanego form obrzędowych szabatu rozumianego jako dzień świętowania, a nie obowiązku (4). Artykuł zakończymy wnioskami o uniwersalnych inspiracjach szabatu (5).

1. Terminologia i treść teologiczna szabatu

Termin „szabat”³ wywodzi się od rdzenia *šbt*, który w formie czasownikowej jest używany w sensie: „zaprzestać działalności”, „odpocząć” (Rdz 8,22; Joz 5,12; Iz 24,8; Prz 22,10; Lm 5,15; Ne 6,3). Takie rozumienie etymologiczne rdzenia *šbt* wynika jednoznacznie z tekstu biblijnego Rdz 2,2-3: *Bóg [...] odpoczął dnia siódmego (jôm šebi ‘i) po całej swej pracy, którą wykonał*. Szabat łączy się więc jednoznacznie z zaprzestaniem pracy⁴. „Odpoczynek” Boży stanowi zakończenie akcji stwórczej Boga. Ten antropopatyzm (przenoszenie na Boga myśli i uczuć człowieka) jest podkreśleniem, że tydzień – sześć dni pracy i jeden dzień odpoczynku – to wyraz woli Bożej. I to Bóg (Rdz 2,3) *blógostawił, ów dzień siódmy i uczynił go świętym, w tym bowiem dniu odpoczął po całej swej pracy, którą wykonał stwarzając*.

W Biblii występuje również dłuższa forma tego terminu: *šabbātōn*, to jest „szabat wielki”, świąteczny odpoczynek, *święty szabat poświęcony dla Jahwe* (Wj 16,23; Kpł 23,24.29). Wagę tego święta podkreśla również wyrażenie *šabbāt šabbātōn*: *Dzień siódmy będzie szabatem odpoczynku poświęconym dla Jahwe* (Wj 31,15; 35,2; Kpł 23,3).

W tekstach o szabacie zawartych w Kodeksach Prawnych Pięcioksięgu (Kodeks Przymierza, Świętości, Kapłański) świętowanie tego dnia przybiera for-

³ C. Spicq, P. Grelot, *Szabat*, w: X. Leon-Dufour (red.), *Słownik teologii biblijnej*, Poznań 1973, s. 924–926; R. Krawczyk, *Instytucje społeczne i religijne starożytnego Izraela*, Siedlce 2009, s. 67–82; J. Synowiec, *Dziesięć przykazań (Wj 20,1-17; Pwt 5,6-20)*, Kraków 1999, s. 91–112; K. Romaniuk, *Biblijna teologia odpoczynku*, Warszawa 1992.

⁴ Niektórzy autorzy wywodzą rdzeń *šbt* od słowa: *šebac* = siedem. Stąd rzeczownik *šabbat* nieraz oznacza w Biblii siódmy dzień tygodnia, ale w Kpł 23,15 oznacza siedem tygodni (*šebac šabbātōt*), a w sensie szerszym rok szabatowy przypadający co siedem lat (Kpł 25,2.8.34-35.43). Zob. B.W. Matysiak, *„Małe święta” starożytnego Izraela*, Olsztyn 2006, s. 62–63.

mę pasywną: jego zachowanie polega na zaprzestaniu pracy. *Pamiętaj, że byłeś niewolnikiem w Egipcie i że twój Bóg Jahwe, wywiódł cię stamtąd ręką potężną i wyciągniętym ramieniem; dlatego to Jahwe, twój Bóg nakazał ci obchodzić dzień szabatu* (Pwt 5,15). Szabat jest tu motywowany wyzwoleniem Izraela do wolności. Szabat nie jest nakazem czegokolwiek, nie jest wymaganiem, ale przypomnieniem, że szabat jest pamiątką wyzwolenia Izraela. Świętowanie szabatu ma polegać na świętowaniu tego właśnie daru Bożego dla Izraela. Interpretacja, że Izraelita został w szabat wyzwolony od obowiązku pracy po to, aby ten dzień mógł poświęcić na kult religijny (wyzwolenie z pracy dla kultu) – nie ma z powyższym tekstem nic wspólnego. Tekst Pwt 5,15 podaje motywację społeczną szabatu, natomiast tekst Wj 20,11: *W sześciu dniach uczynił Jahwe niebo i ziemię, w siódmym zaś dniu odpoczął* podaje motywację teologiczną: odpoczynek Boży jest dla Izraela wzorem świętowania szabatu.

W Pwt 5,15 (i w innych tekstach o szabacie w Kodeksach Prawnych Pięcioksięgu) świętowanie szabatu ma formę pasywną (zaprzestanie pracy), natomiast w Dekalogu – zarówno w Księdze Wyjścia jak i w Księdze Powtórzonego Prawa – szabat ma formę aktywną, ale sposób obchodzenia go jest ujęty również ogólnikowo: *Pamiętaj, abyś święcił dzień szabatu* (Wj 20,8), *Przestrzegaj święcenia dnia szabatu, jak ci to nakazał Jahwe, twój Bóg* (Pwt 5,12). Oznacza to, że dzień siódmy ma być *szabatem dla Jahwe, twego Boga* (Wj 20,11; Pwt 5,14). Nie wiadomo, na czym ma polegać „święcenia szabatu dla Jahwe” – we wszystkich tekstach mowa jest jedynie o zaprzestaniu pracy⁵.

Cechą charakterystyczną tak pojmowanego szabatu jest jego zasięg uniwersalny obejmujący nie tylko ludzi, ale także zwierzęta, a spośród ludzi wynajętych do pracy – „syna niewolnicy” i cudzoziemca. Dorosła niewolnica i rodzimi pracownicy nie mogli być łatwym przedmiotem wyzysku, natomiast dzieci niewolnicy i cudzoziemcy byli narażeni na bezkarne wykorzystywanie. Ten sam motyw wpłynął też na to, że zwierzęta (wół i osioł) są tu wymienione na pierwszym miejscu przed ludźmi. Oto tekst Wj 23,12: *Sześć dni będziesz pracował, a w dniu siódmym zaprzestasz pracy, aby odpoczął i twój wół i twój osioł, aby odetchnął zarówno syn twojej niewolnicy, jak i cudzoziemiec*.

Odpoczynek szabatowy obejmował także pola uprawne, winnice i ogrody oliwne: polegał on na tym, że raz na siedem lat leżały one odłogiem (Wj 23,10-11). W Dekalogu nakaz odpoczynku szabatowego jest bardziej uszczegółowiony: *Nie będziesz w tym dniu wykonywał żadnej pracy, ani ty sam, ani twój syn, ani twoja córka, ani twój sługa, ani twoja służebnica, ani twoje bydło, ani obcy, który przebywa w obrębie twoich bram* (Wj 20,10). Co zastanawiające,

⁵ Księga Liczb (Lb 28,3.9-10) podaje nowy szczegół, ten mianowicie, aby ofiara składana każdego dnia, w dzień szabatu była podwojona. Zob. M. Filipiak, *Problematyka społeczna w Biblii*, Warszawa 1985, s. 93.

wśród osób mających odpoczywać w szabat, nie wymienia się żony. Ponieważ jednak wymieniona jest córka, można zakładać, że autor biblijny jako oczywiste uznał, że przykazanie o odpoczynku adresowane jest zarówno do mężczyzny, jak i jego żony. W tekście wymieniono również członków rodziny, mających prawo i obowiązek odpoczynku (w sensie szerszym w skład rodziny wchodził również służący), a spośród cudzoziemców wymienia się obcych, którzy przebywają *w obrębie twoich bram*. Jeśli chodzi o zwierzęta, tekst Wj 20,10 (w porównaniu z Wj 23,12) jest bardziej ogólnikowy – *ani twoje bydło*. W paralelnym tekście Dekalogu z Księgi Powtórzonego Prawa szczególnej ochronie podlegają zwierzęta używane do pracy: *ani twój wół, ani twój osioł ani inne zwierzęta* (Pwt 5,14).

W starych tekstach biblijnych szabat nie był obwarowany rygorystycznymi przepisami. Nie wykonywano jedynie ciężkich prac (Wj 20,9-10; 23,12; 34,21; Pwt 5,13-14), nie przeprowadzano transakcji handlowych (Am 8,5), odbywano jedynie niedługie podróże (2 Krl 4,23). Szabat miał być dniem odpoczynku, dniem radosnym, w którym człowiek ma się cieszyć odpoczynkiem wolnym od trosk i zabiegania. Takie ujęcie szabatu dominuje u proroków. W tekście Jr 17,19-27 szabat jest przedstawiony jako dzień, w którym panuje w mieście beztroski, wolny od pracy, trosk i załatwiania interesów: *W dzień szabatu nie wykonujcie żadnej pracy, lecz raczej święćcie dzień szabatu [...] będą wchodzić przez bramę miasta królowie i książęta zasiadający na tronie Dawida. Będą wjeżdżać na wozach i koniach, oni, ich dostojnicy, mężowie judzcy i mieszkańcy Jerozolimy, a miasto to będzie zamieszkałe na wieki* (Jer 17, 24-25). Podobnie mówi prorok Izajasz: *Jeżeli powściągniesz swe nogi od przekraczania szabatu, żeby w dzień święty swych spraw nie załatwiać [...], jeżeli go uszanujesz przez unikanie podróży, tak aby nie przeprowadzać swej woli ani nie omawiać spraw swoich, wtedy znajdziesz swą rozkosz w Jahwe. Ja cię powiodę w triumfie przez wyżyny kraju, karmić cię będą dziedzictwem Jakuba twojego ojca, albowiem usta Jahwe to wyrzekły* (Iz 58,13-14). Zaniechanie pracy w szabat bardziej niż praca bez wytchnienia jest gwarantem zadowolenia z życia i zjednywania sobie pomocy Jahwe.

2. Pochodzenie szabatu⁶

Geneza szabatu do dziś nie została dostatecznie wyjaśniona. Księga Rodzaju (Rdz 2,2-3) odnosi to święto do początków świata, odzwierciedlając w ten sposób przekonanie autora tego tekstu, że święto szabatu wyprzedza chronologicznie prawodawstwo Mojżeszowe. Miałyby to potwierdzać epizod z przepiórkami

⁶ R. Krawczyk, *Instytucje społeczne i religijne*, s. 71–73.

(Wj 16,22-23) w okresie wędrówki przodków Izraela przez pustynię po wyjściu z Egiptu: *Tak właśnie rozkazał Jahwe: jutro odpoczynek, święty szabat poświęcony dla Jahwe* (Wj 16,23). Wiemy jednak, że Izraelici przypisywali starożytne pochodzenie wielu swoim później powstałym instytucjom, i tak też jest w naszym przypadku. Szabat w swojej teologicznej treści związany jest nierozdzielnie z jahwizmem, chociaż historyczne Sitz im Leben tego święta może jahwizm wyprzedzać. Wskazuje się na różne starożytne ośrodki, gdzie mogło się dokonać zapoczątkowanie tego święta. Najpierw wymienia się starożytną Mezopotamię. Niektóre teksty babilońskie istotnie wymieniają siódemkowe dni miesiąca (7.14.21.28) – uważane za dni feralne – oraz dzień pełni księżyca *šappatu*, dzień radosny, przypadający w środku miesiąca. Izraelici, wedle niektórych autorów, przejęli ten właśnie dzień radosny jako swoje święto⁷. Dopiero prorok Ezechiel miał wprowadzić ideę szabatu liczonego niezmiennie co siedem dni i zmienił jego charakter: pierwotnie święto radosne przybrało charakter święta obwarowanego szczegółowymi zakazami. Miał też wprowadzić do święta nową ideę: ideę dnia odpoczynku po sześciu dniach pracy (Ez 46,1) oraz ideę szabatu jako znaku przymierza Izraela z Jahwe: *Dałem im także szabaty, aby były znakiem między Mną a nimi [...] Świątce moje szabaty, niech będą znakiem między Mną a wami* (Ez 20,12.20)⁸.

Hipotezę babilońską genezy szabatu większość egzegetów odrzuca. Babilońskie dni „siódemkowe” były dniami – jak już mówiliśmy – zgubnymi, a izraelski szabat nigdy nie miał takiego charakteru – przeciwnie, był dniem zawierzenia Bożej opatrności nad Izraelem. Poza tym, babiloński *šappatu* nie był dniem odpoczynku od pracy. Trudno więc Ezechiela uważać za twórcę szabatu: nie przedstawia on go jako święta nowego, przeciwnie – zarzuca swoim rodakom, że go nie zachowują (Ez 20,13; 22,26; 23,38).

Inni autorzy zakładają, że Izraelici mogli szabat zapożyczyć od pierwotnych mieszkańców Palestyny, Kananejczyków albo od Kenitów-Madianitów. Kananejczycy znali wprawdzie cykle siódemkowe dni miesiąca, ale u nich dzień siódmy nie ma żadnej cechy charakterystycznej dla izraelskiego szabatu. Poza tym – „szabat nie mógłby stać się znakiem przymierza Jahwe z Izraelem (Ez 20,12.20; Wj 31,12.17), gdyby był świętem Babilończyków czy Kananejczyków”⁹.

Hipoteza z kolei „kenicka-madianicka” bazuje na tym, że Mojżesz był z Madianitami spowinowacony przez małżeństwo z Seforą, córką Jetry-Raguela

⁷ Zob. A. Deissler, *Jam jest twój Bóg, który cię wyzwolił*, Warszawa 1977, s. 52; M. Filipiak, „Pamiętaj, abys święcił dzień szabatu” (Wj 20,8; Pwt 5,12). *Studium egzegetyczno-teologiczne*, Roczniki Teologiczno-Kanoniczne 1 (1980), s. 5-14.

⁸ H. van Oyen, *Ethique de L'Ancien Testament*, Genève-Paris 1974; R. de Vaux, *Instytucje Starego Testamentu*, t. 2, Poznań 2004, s. 487-495.

⁹ M. Filipiak, *Problematyka społeczna w Biblii*, s. 90.

(Wj 2,21-22) i stąd mógł od nich zapożyczyć szabat. Kenici byli wędrownymi kowalami, którzy powstrzymywali się od pracy (nie rozpalali ognia!) w dzień Saturna (siódmy dzień tygodnia). Czy jednak Kenici rzeczywiście czcili Saturna? Nie ma na to żadnych dowodów, istnieje tylko jeden tekst biblijny, który zdaje się czynić aluzję do tego kultu. Oto prorok Amos zarzuca Izraelitom, że ich przodkowie czcili na pustyni dwa asyryjskie bóstwa Sakkuta i Kewana (Am 5,26). Słowo „Kewan” jest asyryjską nazwą bóstwa Saturna. O Kenitach nie mamy jednak żadnych pewnych historycznie danych; nie wiemy, czy znali pojęcie tygodnia, czy rzeczywiście czcili Kewana wspomnianego przez Amosa.

Skoro trudno dowieść istnienia poza Izraelem święta, które by dokładnie odpowiadało izraelskiemu szabatowi, czy nie należałoby przyjąć izraelskiej genezy tego święta? Wprawdzie trudno powiedzieć, kiedy, w jakim środowisku (kultowym) i na jakim podłożu się pojawiło, ale wiele tekstów biblijnych potwierdza starożytność szabatu – choć jest oczywiste, że charakter tego święta i jego „aspekt ceremonialny” ulegały zmianom.

O starożytności szabatu świadczy fakt, że poświadczają go – za wyjątkiem Kodeksu Deuteronomistycznego (Pwt 12-26) – wszystkie tradycje Pięcioksięgu: Kodeks Przymierza (Jahwistyczny: Wj 34,21 i Elohistyczny: Wj 23,12), dwie redakcje Dekalogu (Wj 20,8-20; Pwt 5,12-13), Kodeks Świętości (Kpł 19,3.30; 23,3; 26,2) i Kodeks Kapłański (Wj 31,12-17; Lb 28,9-10). We wszystkich kodeksach szabat jest tak samo ujęty: jest to siódmy dzień tygodnia, w którym obowiązuje odpoczynek po sześciu dniach pracy. Charakterystyczna jest różnica „czasowej” lokalizacji szabatu: Kodeks Przymierza odnosi szabat do początków osiedlania się Izraelitów w Kanaanie, Dekalog – do epoki Mojżeszowej. Początek świętowania szabatu trudno więc ustalić, natomiast jego podstawowy zakaz odnosił się do obowiązku przerwania pracy: *Sześć dni będziesz pracował, a w dniu siódmym masz odpoczywać* (Wj 34,21a; zob. też Wj 23,12). Później – w związku z przejściem z epoki nomadycznej do warunków życia osiadłego – jego pierwotne znaczenie zostało poszerzone: *Będziesz odpoczywał tak w czasie orki, jak i w czasie żniw*¹⁰.

3. Sakralizacja szabatu

Szabat w starych tekstach Starego Testamentu ma polegać na zaprzestaniu pracy i odpoczynku. Sam fakt zaprzestania pracy ma wymiar socjalny, ale dodana motywacja tego zaprzestania ma wymiar religijny i sprawia, że szabat nabiera

¹⁰ Taka motywacja (zaprzestanie pracy) dowodzi, że teksty wyżej cytowane odnoszą się do etapu życia już osiadłego Izraelitów, nomadzi bowiem nie mogą mieć odpoczynku (po pracy!), ponieważ rodzaj ich pracy zmusza ich do codziennego udawania się na poszukiwanie nowych pastwisk.

wymiaru sakralnego. Siódmy dzień tygodnia ma być *szabatem dla Jahwe*, dlatego Wj 35,2 mówi o *świętym szabacie wypoczynku*. Szabat jest dniem świętym: *I uczynił go Jahwe świętym* (Rdz 2,3), *Pobłogosławił dzień szabatu i uznał go za święty* (Wj 20,11). Szabat jest *Znakiem między Jahwe a Izraelem, Wiecznym przymierzem, świętością* (Wj 31,12-17; por. Ez 20,12.20). *Jahwe bowiem uczynił w sześciu dniach niebo i ziemię, morze i to wszystko, co jest w nich, a w dniu siódmym odpoczął. Dlatego pobłogosławił Jahwe dzień szabatu i uczynił go świętym* (Wj 20,11). Szczególnie znaczenie ma błogosławieństwo udzielone szabatowi; tak jak błogosławieństwo udzielone w dniu stworzenia istotom żywym (ryby, ptaki, człowiek: Rdz 1,22.28) udzieliło im zdolności bycia płodnymi i rozmnażania się, tak błogosławieństwo szabatu wyposażyło ten dzień w „siły żywotne” zapewniające człowiekowi wszechstronny rozwój. Szabat nie jest więc tylko „przerwaniem pracy”, ale wolną od pracy przerwą rekreacyjną umożliwiającą człowiekowi spojrzenie na siebie w świetle wartości pozautilitarnych (w wymiarze technicznym, materialnym). Szabat, dzień święty z ustanowienia Jahwe, spełniał społeczne funkcje antropotwórcze: wypoczynek po pracy bez żadnych zobowiązań rytualnych (Wj 20,9-10; Pwt 5,13-14). Szabat przypominał człowiekowi nie obowiązki kultowe, lecz Boże dzieło wyzwolenia człowieka. Aspekt społeczny, humanitarny jest w tym przykazaniu na pierwszym miejscu.

Z czasem jednak motyw religijny nabierał coraz większego znaczenia. Wpłynęły na to uwarunkowania społeczne i historyczne. Po upadku państwa (586 r.) i zburzeniu świątyni ustał kult w niej odprawiany, a jedynym świętem, które w tych warunkach mogło być obchodzone był szabat. Zaczął odgąd spełniać niezwykle ważną funkcję jako znak i rękojmia trwania wiecznego przymierza Izraela z Jahwe (Ez 20,12.20; Wj 31,12-17). Łamanie szabatu stało się zamachem na przymierze z Jahwe, przestępstwem, za które groziła kara śmierci (Wj 31,14; 35,2; Lb 15,32-36). Istotnym czynnikiem, który wpłynął na zwiększenie świętości szabatu było związanie go z opisem stworzenia świata i odpoczynku Stwórcy po sześciu dniach stwarzania. To znaczy: opis stworzenia w ciągu sześciu dni powstał dla uzasadnienia świętości szabatu (Pwt 5). Jak napisał Johannes Gründel – „do społecznego uzasadnienia szabatu została dołączona motywacja religijna – postulat święcenia szabatu – lecz jest to motywacja wtórna, choć wkrótce zyskuje znaczenie decydujące”¹¹. Schemat siedmiu dni zawarty w późniejszej relacji o stworzeniu świata przeniesiony został z już wcześniej praktykowanego święcenia szabatu, a nie odwrotnie. Jednak to uzasadnienie religijne szabatu zyskało z czasem znaczenie decydujące i wpłynęło w decydujący sposób na zwiększenie świętości szabatu – dnia ustanowionego i praktykowanego przez samego Stwórcę. Z tym właśnie związany jest wzrastający coraz bardziej rygo-

¹¹ J. Gründel, *Rozważając Dekalog*, Warszawa 1978, s. 71.

ryzm wymagań związanych z święceniem szabat. Oto szabat jest, jak podkreślają teksty, *rozkoszą, dniem świętym Jahwe, dniem czcigodnym* (Iz 58,13), dlatego zakazy związane z szabatem stają się coraz liczniejsze i coraz bardziej surowsze. W ten sposób szabat, pierwotnie dzień odpoczynku, dzień uwolnienia od znoju pracy, staje się bardziej ciężarem niż wyzwoleniem człowieka. „Wielu Żydów pozwoliło się zmasakrować przez Syryjczyków, byle tylko nie znieważyc szabat przez obronę własną (1 Mch 2,32-38; 2 Mch 6,11; 15,1)”¹². W tej sytuacji, niebezpiecznej dla Żydów, przywódca powstania Matatiasz zdecydował, że w szabat wolno się bronić, jeżeli się jest zaatakowanym (1 Mch 2,39-41). „W szabat, jak zauważa Marian Filipiak, przerywano jednak pościg za wrogiem, przerywano też podział łupów zdobytych na polu walki (2 Mch 8,26-28)”¹³. Według Józefa Flawiusza esseńcyzy „w każdy szabat, o wiele bardziej surowo niż inni Judejczycy, wystrzegali się jakiegokolwiek pracy: nie tylko, że przygotowywali posiłki dzień wcześniej, by nie musieli rozpałać ognia tego dnia (por. Wj 35,3), ale nie ośmielali się nawet przenosić sprzętu na inne miejsce lub iść z potrzebą”¹⁴.

Chrystus nie odrzucił szabat, sam go zachowywał: *Przybył też do Nazaretu, gdzie się wychował, i jak zwykle wszedł w szabat do synagogi i zgłosił się do czytania* (Łk 4,16). Tak samo uczniowie Jezusa początkowo również zachowywali szabat (Mt 28,1; Mk 15,42; 16,1; J 19,42). Jak dowiadujemy się z innych tekstów ewangelijnych Chrystus odrzucił jednak zdecydowanie narosłe w ciągu wieków rygorystyczne przepisy, którymi obwarowano szabat: *Szabat został ustanowiony dla człowieka, a nie człowiek dla szabat* (Mk 2,17) – nauczał Jezus. Zasada sformułowana przez Jezusa ujmuje proporcje Prawo – Człowiek całkiem inaczej, aniżeli czynili to judaistyczni legaliści, którzy stawiali Prawo niemal na równi z bóstwem i nie dostrzegali w ogóle człowieka. Jezus głosił, że zachowania szabat ustępuje przed przykazaniem miłości (Mt 12,5; Łk 13,10-16; 14,1-5; Mk 3,4). Po uzdrowieniu w szabat człowieka z uschniętą ręką, Jezus pytał: *Czy w szabat należy czynić dobrze czy źle? Ratować życie czy zabijać? Lecz oni milczeli* (Mk 3,4).

W gminie chrześcijańskiej¹⁵ „szabatem” stał się pierwszy dzień tygodnia – niedziela, jako pamiątka zmartwychwstania Chrystusa, dzień Pański (Dz 20,7; Ap 1,10)¹⁶. Ale tym samym dzień odpoczynku stał się również dniem kultu,

¹² M. Filipiak, *Problematyka społeczna w Biblii*, s. 99.

¹³ Ibidem, s. 99.

¹⁴ Józef Flawiusz, *Wojna Żydowska II*, 147.

¹⁵ Gminy judeochrześcijańskie przestrzegały wszystkich zasad judaizmu łącznie z szabatem (Dz 2,1.46; 3,1; 10,9; Ga 4,9-11; Kol 2,16), natomiast gminy rekrutujące się z elementu pogańskiego zwyczajom szabatowym się przeciwstawiały (Ga 4,10; Kol 2,18; Rz 14,5). W gminach założonych przez św. Pawła szabat nie przestrzegano.

¹⁶ Izraelski szabat był dniem odpoczynku po pracy, chrześcijańska niedziela, otwierając tydzień, jest dniem odpoczynku przed pracą. Myśli biblijnej bardziej odpowiada idea odpoczynku po pracy: Jahwe „odpoczął” po sześciu dniach stwarzania.

„Dniem Pańskim” i ten aspekt zaczął dominować. Odpowiadało to szabatowym nabożeństwom w synagogach z okresu późnego judaizmu. Tak oto dzień odpoczynku stał się również dniem kultu – „świętowanie” w dawnym znaczeniu odpoczynku po pracy zostało zepchnięte na drugi plan. Warto tu przytoczyć opinię niemieckiego biblisty Alfonsa Deisslera: „My, chrześcijanie, powinniśmy od nowa zastanowić się nad naszą niedzielą z punktu widzenia starotestamentalnego szabatu. Nie powinno się jej traktować jedynie pod kątem pójścia do Kościoła, lecz dostrzegać w niej także obietnicę wyzwolonego człowieczeństwa”¹⁷.

4. Formy obrzędowe szabatu

O nadchodzącym szabacie¹⁸ powinien Żyd myśleć przez cały tydzień, już od pierwszego dnia tygodnia (niedzieli). Gdy tylko zobaczy coś odpowiedniego na szabat, co można przechować, należy to kupić. Takiego produktu kupionego z myślą o szabacie nie wolno spożyć wcześniej (chyba, że mógłby się zepsuć). Na szabat kupuje się tylko produkty najlepsze, najdroższe. Podstawowymi artykułami szabatowymi są: dwie białe świece, co najmniej dwie chałki (chała, l. mnoga chałot, oznacza bułkę), dwa bochenki pszennego chleba oraz butelkę wina gronowego. Ten, kto przez cały tydzień musiał się zadowalać chlebem żytnim, na cześć szabatu wypiekał pszenne białe chleby. Wino może być czerwone, białe albo zrobione z rodzynek. Na szabat należy się ubrać w świąteczne szaty oraz biżuterię. Stroju nabytego na szabat nie wolno używać przy innych uroczystych okazjach – najważniejszą uroczystą okazją jest bowiem szabat.

Bezpośrednie przygotowania do szabatu obejmują różne prace porządkowe (pranie, prasowanie) oraz prace kuchenne (gotowanie, smażenie, pieczenie). Bezpośrednie prace dla szabatu można rozpoczynać już w czwartek w południe. W piątek powinny one być zakończone przed zapaleniem świec szabatowych. W czasie szabatu niedozwolone jest bowiem przygotowywanie posiłków przeznaczonych na ten dzień. Wszystkich dorosłych Żydów obowiązuje kąpiel w czwartek wieczorem w domu, a następnie w piątek rano w łaźni rytualnej, a jeśli takowej nie ma, można tego dokonać w domu, zanurzając trzykrotnie w wodzie całe ciało wraz z głową. Kąpiel musi być zakończona przed zapaleniem świec szabatowych.

Na szabat należy dodatkowo przygotować co najmniej dwa dania ciepłe, ale należy je przygotować w piątek przed zapaleniem świec szabatowych; powinny

¹⁷ A. Deissler, *Jam jest twój Bóg, który cię wyzwolił*, s. 54; R. Krawczyk, *Dekalog. Kodeks etyki społecznej Starego Testamentu*, Siedlce 1994, s. 55.

¹⁸ Obrzędy szabatowe opracowano na podstawie następujących prac: A. Unterman, *Żydzi. Wiara i życie*, Łódź 1989; S.Ph. De Vries, *Obrzędy i symbole Żydów*, Kraków 1999; N. Kameraz-Kos, *Święta i obyczaje żydowskie*, Warszawa 2000; B.W. Matysiak, „Male święta” starożytnego Izraela, s. 68–70.

one być dostatecznie ciepłe aż do obiadu sobotniego (poprzez nieustanne podgrzewanie na zakrytym ogniu). Nieumiejętne przygotowanie posiłków jest obrazą dla szabatu. Posiłki piątkowe powinny być mniej obfite, aby uroczysta wieczerza szabatowa lepiej smakowała; brak apetytu w czasie takiej wieczerzy byłby znieważeniem szabatu.

Świece szabatowe zapala się przed zachodem słońca, ale można też trochę wcześniej – zgodnie z zasadą: lepiej wcześniej niż później, jeśli nie mamy niezbędnych danych pozwalających – samodzielnie obliczyć czas zapalania świec szabatowych, należy po prostu obserwować słońce: kiedy zaczyna się chować za wysokimi drzewami lub budynkami na horyzoncie, to znak, że należy już zapalić świece. Jednak zapalenie ich już po zachodzie słońca, powodowałoby wadliwość szabatu.

Świece szabatowe przygotowuje do zapalenia mężczyzna (Żyd, który ukończył 13 lat), a zapala je kobieta (Żydówka, która ukończyła 12 lat) i ona też błogosławi światło szabatu, odmawiając przepisaną modlitwę hebrajską. Jeśli jest matką, błogosławi również swoje dzieci. Jeśli Żyd uczestniczył w uroczystościach szabatowych w synagodze, wówczas po powrocie do domu, ojciec i matka błogosławią swoje dzieci, kładąc im dłonie na odkrytych głowach i wypowiadając biblijne błogosławieństwo, którego umierający Jakub udzielił synom Józefa: *Niech ci Bóg uczyni tak, jak Efraimowi i Manassesowi* (Rdz 48,20). Zaś do dziewcząt kierują słowa: „Niechaj uczyni ci Bóg, jak uczynił pramatkom Sarze, Rebecce, Racheli i Lei”¹⁹.

Świece zapala się w pomieszczeniu, w którym odbędzie się wieczerza szabatowa, a po zapaleniu nie wolno ich nigdzie przenosić. Zapala się co najmniej dwie świece, zaczynając od tej, która znajduje się po prawej stronie. Świece powinny być przynajmniej tak długie, by paliły się do końca wieczerzy. Jeśli okaże się, że były za krótkie i dopalają się w czasie wieczerzy, bezpośrednio od dopalającej się świecy zapalić należy następną.

Z chwilą odmówienia błogosławieństwa nad zapalonymi świecami, stają się one światłami szabatowymi, a dla kobiety, która je zapaliła, zaczął się już siódmy dzień tygodnia, czyli święty szabat, natomiast inni domownicy znajdują się jeszcze w szóstym dniu tygodnia, dlatego kobieta ta nie może już brać udziału w przygotowaniach do szabatu; może więc wcześniej od innych domowników oderwać się całkowicie od przedświątecznej krzątaniny. Wszelkie dodatkowe oświetlenia (lampy, żarówki) w domu lub mieszkaniu należy zapalić przed świecami szabatowymi. Mężczyzna nie powinien zapalać świec szabatowych. Jeśli nie ma w domu kobiety ani w sąsiedztwie niezamężnej kobiety żydowskiej, która by mu mogła zapalić szabatowe świece, powinien udać się na wieczerzę szabatową do krew-

¹⁹ Tekst tych błogosławieństw podaje za: S.Ph. De Vries, *Obrzędy i symbole Żydów*, s. 95.

nych, znajomych lub do jakiegokolwiek rodziny żydowskiej przestrzegającej szabatu. Jeśli i to jest niemożliwe – wolno mu zapalić świece i obchodzić uroczystość we własnym domu.

Po zachodzie słońca, tuż przed wieczerzą szabatową, odbywa się tzw. kiddusz, tj. poświęcenie, błogosławienie wina (lub soku z winogron) – a jeśli go nie ma, przedmiotem błogosławieństwa są tylko chałki szabatowe lub bochenki chleba pszennego. Błogosławieństwa dokonuje mężczyzna (a jeśli go nie ma, to kobieta) i on też próbuje błogosławionego chleba i wina. Kiddusz powinien odbywać się w tym samym pokoju, w którym pali się światło szabatowe – lecz nie jest to warunek konieczny do jego ważności.

Błogosławione przedmioty – kielich (złoty, srebrny lub szklany), dwie całe chałki osłonięte białą serwetą oraz solniczka²⁰ lub dwa całe bochenki chleba – umieszczone są na stole nakrytym białym obrusem lub białą serwetą. Dwie chały chleba symbolizują podwójne porcje pokarmu cudownie zsyłanego w każdy piątek Żydom na pustyni po ucieczce z Egiptu. Osłona chlebów jest symbolem rosy, która pokrywała pokarm na pustyni.

Bezpośrednio przed nalaniem wina, kielich powinien być starannie wytarty. Po błogosławieństwie osoba sprawująca kiddusz pierwsza próbuje wina, a następnie podaje kielich pozostałym uczestnikom zaczynając od mężczyzn. Jeśli w kidduszu uczestniczą goście spoza rodziny, to osoba sprawująca kiddusz, zanim sama go spróbuje, odlewa błogosławione wino do małych kieliszków, ale mogą oni je wypić dopiero po tym, jak osoba sprawująca kiddusz wypije rytualny łyk z dużego kieliszka. Po wypiciu wina wszyscy myją ręce, odmawiając nakazaną modlitwę, po czym najpierw osoba sprawująca kiddusz, a potem pozostali uczestnicy, odłamują kawałek chleba i zjadają go. W sobotę rano przed posiłkiem obowiązkowy jest drugi kiddusz szabatowy (w domu lub w synagodze, jeśli takowa się znajduje). Jeśli nie ma wina lub tak sobie życzą uczestnicy, poranny kiddusz może być spełniony nad niewielkim kieliszkiem wódki, nie wolno jej jednak użyć, jeśli wśród uczestników znajdzie się choć jedna osoba, która z jakichkolwiek przyczyn nie może brać wódki do ust.

W szabat obowiązują każdego Żyda trzy uroczyste posiłki: wieczerza szabatowa (w wigilię szabatu), śniadanie szabatowe oraz wieczerza na zakończenie szabatu. W czasie tych posiłków podanych na nakrytym białym obrusem stole, śpiewa się hymny szabatowe. Posiłki należy spożywać w tym pomieszczeniu, w którym zapalano światła szabatowe i w którym odbywa się kiddusz. Niezależnie od uroczystych posiłków można i należy jeść do woli, gdyż w czasie szabatu nie wolno być głodnym. Spożywa się także mniej uroczysty, lecz obfity obiad.

²⁰ Sól jest symbolem trwałości i nieprzemijalności, stąd: *Każdy dar należący do ofiary pokarmowej powinien być posolony* (Kpł 2,13; Lb 18,19; 2 Km 13,5).

Zdarza się w miesiącach zimowych, gdy dzień jest krótki, że ktoś może już nie mieć apetytu na posiłek wieczorny na zakończenie szabat. Nie wolno jednak uchylić się całkowicie od tego posiłku – gdyż jest on obowiązkowy; należy zjeść przynajmniej kawałek chleba.

Chociaż doba szabatowa kończy się w sobotę wraz z zachodem słońca i ukazaniem się na wieczornym niebie trzech gwiazd, święto szabatowe trwa nadal aż do początku zmroku. Za początek zmroku uważa się ten moment, kiedy światło zapalanej świecy wystawionej na dwór przy bezchmurnym niebie zaczyna dawać cień. Uroczystość zakończenia szabat można rozpoczynać trochę później – w myśl zasady: lepiej później niż wcześniej. Uroczystość ta zaczyna się od zapalenia świec szabatowych i odmówienia specjalnej modlitwy i błogosławieństwa. Jeśli w domu nie ma mężczyzny, modlitwę odmawia kobieta i ona też dokonuje błogosławieństwa. Wraz z ostatnimi słowami błogosławieństwa kończy się święto szabat. Światło świec w tym momencie przestaje być światłem szabatowym.

W ciągu mniej więcej dwudziestu pięciu godzin trwania szabat²¹ nie wolno wykonywać żadnych zwyczajnych, codziennych prac. Żyd musi w tych godzinach odrzucić wszelkie myśli o sprawach świata i swym udziale w życiu społecznym, aby w pełni uświadomić sobie, że jedynie Bóg jest stwórcą i panem wszystkiego co istnieje.

Szabat zdaje się być świętem egzotycznym, specyficznym tylko dla bardzo wąskiej grupy ludzi – i to jest prawda. Ale podstawowa idea przenikająca to święto – idea radości opartej na zaufaniu Bogu jest głęboko humanitarna i – nowoczesna! W naszym:

1) laicyzującym się świecie zaczyna brakować ostatecznego punktu odniesienia, na którym człowiek mógłby się oprzeć i powiedzieć: Panie Boże, ufam Tobie we wszystkim i na każdy dzień. Starożytni Żydzi taki punkt odniesienia posiadali i dlatego potrafili święto szabat obchodzić w radości.

2) zagonionym, skazanym na ustawiczny pośpiech świecie, nawet w święta nie potrafimy oderwać się od naszych codziennych prac, planów, przewidywań. Nie potrafimy, jak w szabat Izraelici, „odrzucić wszystkich myśli o sprawach świata”.

5. Szabat i niedziela – inspiracje uniwersalne

Szabat dla Izraelity był czasem wyłączonym z naturalnego biegu rzeczy, Przypomnijmy: nie wolno mu było wtedy przygotowywać ani planować niczego na nadchodzący tydzień – był całkowicie odcięty od zwykłych spraw dnia po-

²¹ Nie wszędzie i nie zawsze w czasie trwania tej wiekowej tradycji świętowanie szabat wśród Izraelitów było praktykowane dokładnie według przedstawionego wyżej wzoru.

wszedniego. Okres szabat stał się przez to symbolem uświęconego czasu odkupienia, które – wedle Żydów – ma nastąpić wraz z nadejściem Mesjasza.

Odpoczynek szabatowy przeżywany w tym duchu był formą świętowania. Właśnie dla podkreślenia związanej z szabatem radości oraz prawdy o „dobroci” stworzonego przez Boga świata nie wolno w tym dniu ani pościć, ani okazywać publicznie żałoby, gdyż mogłoby to zostać odebrane jako negatywne nastawienie do stworzonego przez Boga porządku rzeczy. „Za każdym razem odradza się w człowieku nowy duch szabatowy, który z niewolnika przetwarza go w człowieka zrodzonego wolnym, w czujące się wolnym dziecko Stwórcy”²². Odpoczynek szabatowy w Starym Testamencie był przez Boga nakazany i to pod groźbą kary śmierci: *Szabat winien być dla was świętością. I ktokolwiek by go znieważył, będzie ukarany karą śmierci, i każdy, kto by wykonywał pracę w tym dniu, będzie wykluczony ze swojego ludu* (Wj 31,14). Słowa te brzmią niezwykle aktualnie dziś, gdy pracoholizm niszczy nie tylko kariery, ale i życie wielu ludzi. Odpoczynek bowiem to czas uwolnienia od zła, czas miłości, pokoju, świętowania, wytchnienia w Bogu. Potrzeba odpoczynku jest pochodną nauki o stworzeniu; człowiek jako byt stworzony, jest ograniczony i dlatego musi odpoczywać. Człowiek, który przeżywa odpoczynek w Bogu, jest spokojny mimo przeżywanych trudności życiowych. *Nauczycielu, nic Cię to nie obchodzi, że ginimy?* – wołali przerażeni uczniowie Jezusa. *Czemu tak bojaźliwi jesteście? jakże wam brak wiary* (Mk 4,38-40). W Bogu i z Bogiem człowiek może być pełen wdzięczności i ufności, jak dziecko; tak właśnie modlił się starzec Symeon: „Teraz, o Władco, pozwól odejść słudze Twemu w pokoju, według Twojego słowa” (Łk 2,29-32)²³. Istotną cechą starotestamentalnego szabat i chrześcijańskiej niedzieli jest regeneracja fizycznych i psychicznych, także duchowych sił ludzkich – niezbędna do tego, by życie miało wartość, by można je przeżywać radośnie nawet w trudzie pracy, ale w duchu ufności i radości. Sobór Watykański II w Konstytucji o liturgii (nr 106) wyraźnie określa, że niedziela, dzień w którym celebrować się eklezjalnie Tajemnicę Paschalną, zmartwychwstanie Chrystusa, jest „najstarszym i pierwszym dniem świątecznym, który należy tak przedstawić i wpoić w pobożność wiernych, aby stał się również dniem radości i odpoczynku od pracy”²⁴.

Odpoczynek ma wartość nie tylko autoteliczną (pożądaną dla niej samej) i zdrowotną (regeneracja fizycznych, psychicznych i duchowych sił człowieka), ale

²² S.Ph. De Vries, *Obrzędy i symbole Żydów* s. 102; zob. też J. Salij, *Odpoczynek w Bogu – obietnica i obowiązek. Sens odpoczynku niedzielnego w myśli św. Tomasza*, Ethos 3-4 (2007), s. 180–190; M. Starowiejski, *Odpoczynek ze świętym Pawłem*, Kraków 2008.

²³ K. Romaniuk, *Biblijna teologia odpoczynku*, Warszawa 1992.

²⁴ J.D. Santos Trigo, *Nakaz niedzielny: udział w Eucharystii i powstrzymanie się od pracy*, Communio 3 (1995), s. 82.

także instrumentalną, stwarzającą możliwość realizacji ludzkich potrzeb i aspiracji, a taka realizacja jest warunkiem zadowolenia, satysfakcji i radości z życia²⁵.

Odpoczynek w Dniu Pańskim jest czasem rekreacji, odnowy, czasem refleksji: „brak refleksji jest podstawową przyczyną naszej powierzchownej i niespokojnej kultury. Ludzie rodzą się, żyją i umierają, gubią się w tłumie bez zrozumienia prawdy o sobie... odczuwają wewnętrzną pustkę i rozczarowanie”²⁶.

Odpoczynek w Dniu Pańskim jest też czasem dla rodziny. Codzienna praca rzuca członków rodziny w różne miejsca. Nawał pracy sprawia, że pozbawiamy nasze dzieci rodzicielskiej troski. Niedzielny odpoczynek służy ponownemu spojeniu rodzinnych wzorów sympatii i uczuć. Szczególnie należy dziś podkreślić ten właśnie wspólnotowy wymiar świętowania. Niedziela, podobnie jak szabat, to przeżywanie tego dnia jako uroczystości we wspólnocie. Warto tu przytoczyć słowa o. Jacka Salija: „Laicyzacja współczesnych społeczeństw polega na zaniku wynikających z religii więzi społecznych, na tym, że wiara staje się dla poszczególnych chrześcijan sprawą tylko prywatną”²⁷.

Wróćmy do Ewangelii. Gdy uczniowie Jezusa powrócili z ewangelizowania i opowiedzieli Mu *co dzialali i czego dokonali*, On rzekł do nich: *Pójdźcie wy sami osobno na miejsce pustynne i wypocznijcie nieco* (Mk 6,30-31; zob. też Mk 14,41; Mt 11,28; 26,45)²⁸.

Na zakończenie przytoczmy słowa włoskiego biblisty Enzo Bianchi, które oddają idealnie religijny wymiar święta szabat: „Szabat dla człowieka jest nauką wolności i jego przestrzeganie staje się praktykowaniem wolności w historii; ten, kto zachowuje szabat, wchodzi w wolność, do której wezwał go Bóg i sam staje się czyniącym wolność w historii... Historia związku Boga z człowiekiem rozpoczyna się więc od łaski; jej początkiem jest zatem Ewangelia, nie Prawo. Zaczyna się ona od wolności, a nie od zobowiązań, od święta, a nie od listy obciążeń, od radości, a nie od kary i pracy. Oczywiście, człowiek później będzie musiał podjąć pracę, ale zawsze i tylko w odniesieniu do tego początku”²⁹.

²⁵ M. Czerepaniak-Walczak, *Od próżniactwa do zniewolenia. W poszukiwaniu dyskursów czasu wolnego*, w: E. Marynowicz-Hetka (red.), *Pedagogika społeczna*, t. 2, Warszawa 2007, s. 219–236; eadem, *Wychowanie do czasu wolnego. Poszukiwanie miejsca dla homo ludens w świecie homo faber*, w: M. Dudzikowa, M. Czerepaniak-Walczak (red.), *Wychowanie. Pojęcia. Procesy. Konteksty*, t. 2, Gdańsk 2007, s. 303–324.

²⁶ S. Bacchiocchi, *Odpoczynek człowieka*, Warszawa 1985, s. 245.

²⁷ J. Salij, *Wiara świętująca i wiara odświętna*, *Chrześcijanin w świecie* 2 (1992), s. 13.

²⁸ H. Muszyński, *Od szabat do niedzieli*, w: J. Krucina (red.), *Niedziela dzisiaj*, Wrocław 1993, s. 15–17.

²⁹ E. Bianchi, *Niedziela. Dzień Pana, Dzień Człowieka*, Poznań 1998, s. 32, 53; zob. także: J. Kowalski, *Humanistyczny wymiar niedzieli*, *Chrześcijanin w świecie* 2 (1992), s. 42–53.

THE SABBATH. REST AS A FORM OF CELEBRATION (SUMMARY)

The author discusses an extremely important problem, namely, the significance of rest in our lives. Nowadays, most people tend to allow little or no time for appropriate and adequate rest in order to maximize their performance and achieve professional goals, which is often done at the expense of their own health. Therefore, the problem of rest, in the biblical sense, deserves special attention. Such an analysis of rest is conducted by the author based on the Israeli Sabbath, which, at present, is a day off work and a holiday. First, the author analyzes the terminology and theological content related to the Sabbath. Then, the theory of the origins and sacralization of the Sabbath is presented. Another important aspect is an attempt to describe the rites and rituals connected with the Sabbath day as a celebration day, and not as an obligation imposed on people. The last part of the work contains the following conclusions about universal inspirations related to the Sabbath: 1. An important aspect of the Old Testament Sabbath (and Christian Sunday) is physical and mental regeneration, which allows people to appreciate the value of their lives and enjoy them during both hard work and the time of rest. 2. Rest has an intrinsic value (a value for its own sake), a health value (physical, mental and spiritual regeneration) and an instrumental value that creates an opportunity to fulfill one's needs and aspirations. 3. Rest (the Sabbath – Sunday) is a time for family and serves to strengthen both family ties and community relations.

SABBAT. ERHOLUNG ALS EINE FORM DES FEIERNS (ZUSAMMENFASSUNG)

Der Autor analysiert ein wichtiges Problem der Erholung im Leben des modernen Menschen. Es wird sichtbar, dass die moderne Mentalität, einseitig konzentriert auf die Maximierung der Erfolge, oft um den Preis der Gesundheit, auf die richtig verstandene Erholung verzichtet. Das Problem der Erholung, betrachtet in der biblischen Perspektive, verdient also erhöhte Aufmerksamkeit. Momentan funktioniert der Sabbat als ein arbeitsfreier Tag und ein Festtag. Indem er das so verstandene Problem untersucht, wendet sich der Autor zuerst zur Analyse der Terminologie und des theologischen Inhaltes des Sabbats. Dann wurden auch verschiedene Theorien bezüglich der Herkunft und der Sakralisierung des Sabbats dargelegt. Letztendlich wird versucht, verschiedene rituelle Formen des Sabbats als eines Tages des Feierns und nicht als eine dem Menschen auferlegte Pflicht darzustellen. Es ergeben sich folgende Schlussfolgerungen: 1) Das herausragende Merkmal des alttestamentlichen Sabbats (wie auch des christlichen Sonntags) ist die Regeneration von physischen und psychischen menschlichen Kräften. Dies ist notwendig, damit das menschliche Leben einen Wert hat und in der Arbeitsmühe und in der Erholung mit Freude gelebt wird. 2) Die Erholung ist ein Eigenwert (gewollt um ihrer selbst willen), besitzt aber auch einen gesundheitlichen (Regeneration von physischen, psychischen und geistlichen Kräften) sowie einen instrumentellen Wert, indem sie die Möglichkeiten der Realisierung von Bedürfnissen und Aspirationen eröffnet. 3) Die Erholung (Sabbat – Sonntag) eröffnet eine Zeit für die Familie und dient der Pflege der familiären und gemeinschaftlichen Bande.