

hukumallah.org

Lampiran 5d: Makanan pada Hari Sabat — Panduan Praktis

Halaman ini merupakan bagian dari seri tentang perintah ke-4: Hari Sabat:

1. Lampiran 5a: Hari Sabat dan Hari Pergi ke Gereja, Dua Hal yang Berbeda
2. Lampiran 5b: Cara Memelihara Hari Sabat di Masa Modern
3. Lampiran 5c: Menerapkan Prinsip-Prinsip Sabat dalam Kehidupan Sehari-Hari
4. Lampiran 5d: Makanan pada Hari Sabat — Panduan Praktis (Halaman ini).
5. Lampiran 5e: Transportasi pada Hari Sabat
6. Lampiran 5f: Teknologi dan Hiburan pada Hari Sabat
7. Lampiran 5g: Pekerjaan dan Hari Sabat — Menghadapi Tantangan di Dunia Nyata

Dalam artikel sebelumnya, kami telah memperkenalkan dua kebiasaan yang menjadi pedoman dalam memelihara hari Sabat — melakukan persiapan lebih awal dan berhenti sejenak untuk bertanya apakah sesuatu perlu dilakukan — dan kita telah membahas cara menjalani hari Sabat dalam rumah tangga campuran. Sekarang kita beralih ke salah satu bidang praktis pertama yang paling membutuhkan prinsip-prinsip ini: makanan.

Begitu orang percaya memutuskan untuk memelihara hari Sabat, pertanyaan-pertanyaan tentang makanan pun muncul. ***Haruskah saya memasak? Bolehkah saya menggunakan oven atau oven gelombang mikro? Bagaimana dengan makan di luar atau memesan makanan untuk diantarkan?*** Karena makan merupakan bagian yang begitu rutin dalam kehidupan sehari-hari, kebingungan cepat muncul dalam hal ini.

Dalam artikel ini, kita akan melihat apa yang dikatakan Kitab Suci, bagaimana kiranya orang Israel pada zaman dahulu memahaminya, dan bagaimana prinsip-prinsip ini diterapkan pada masa modern.

Makanan dan Hari Sabat: Lebih dari Sekadar Api

Fokus Rabinis pada Api

Di antara semua peraturan Sabat dalam Yudaisme rabinis, larangan menyalakan api dalam Keluaran 35:3 merupakan aturan pokok. Banyak pemuka agama Yahudi Ortodoks melarang menyalakan atau memadamkan api, mengoperasikan peralatan yang menghasilkan panas, atau menggunakan perangkat listrik, misalnya dengan menekan sakelar lampu, menekan tombol lift, atau menyalakan telepon, berdasarkan bagian Kitab Suci ini. Mereka menganggap kegiatan-kegiatan ini sebagai berbagai bentuk menyalakan api, sehingga melarangnya pada hari Sabat. Meskipun pada awalnya aturan-aturan ini mungkin tampak mencerminkan keinginan untuk menghormati Allah, penafsiran seketat itu dapat mengikat orang pada aturan buatan manusia alih-alih membebaskan mereka untuk menikmati hari Allah. Ajaran-ajaran seperti inilah sebenarnya yang dikecam keras oleh Yesus ketika Ia berbicara kepada para pemimpin agama, seperti terlihat dalam perkataan-Nya: “Celakalah kamu, ahli-ahli Taurat, karena kamu membebani orang dengan beban yang hampir tidak sanggup mereka pikul, dan kamu sendiri tidak mau menggerakkan satu jari pun untuk menolong mereka” (Lukas 11:46).

Perintah ke-4: Kerja versus Istirahat, Bukan Api

Sebaliknya, Kejadian 2 dan Keluaran 20 menyajikan hari Sabat sebagai hari untuk berhenti bekerja. Kejadian 2:2-3 memperlihatkan Allah berhenti dari pekerjaan penciptaan-Nya dan menguduskan hari ketujuh. Dalam Keluaran 20:8-11, Israel diperintahkan untuk mengingat hari Sabat dan dilarang melakukan pekerjaan apa pun. **Fokusnya bukan pada sarana (api, alat, atau hewan), melainkan pada kegiatan bekerja.** Pada zaman dahulu, menyalakan api memerlukan usaha yang besar: mengumpulkan kayu, memantik percikan api, dan menjaga panasnya. Musa dapat saja menyebutkan tugas-tugas lain yang membutuhkan banyak tenaga untuk

menggambarkan hal yang sama, tetapi api kemungkinan besar dijadikan contoh karena hal itu sering menggoda orang untuk bekerja pada hari ketujuh (Bilangan 15:32-36). Namun, perintah itu menekankan keharusan menghentikan pekerjaan sehari-hari, bukan larangan menggunakan api itu sendiri. Dalam bahasa Ibrani, שָׁבַת (shavat) berarti “berhenti”, dan kata kerja inilah yang mendasari nama שַׁבָּת (Shabbat).

Pendekatan Akal Sehat terhadap Makanan

Dilihat dari sudut pandang ini, hari Sabat mengharuskan orang percaya masa kini untuk **menyiapkan makanan terlebih dahulu dan meminimalkan kegiatan yang menguras tenaga selama jam-jam kudusnya**. Memasak hidangan yang rumit, menyiapkan makanan dari awal, atau melakukan pekerjaan dapur lain yang membutuhkan banyak tenaga harus dilakukan terlebih dahulu, bukan pada hari Sabat. Namun, penggunaan peralatan modern yang hanya memerlukan sedikit tenaga — seperti kompor, oven, oven gelombang mikro, atau blender — selaras dengan semangat hari Sabat apabila peralatan itu digunakan untuk menyiapkan hidangan sederhana atau menghangatkan hidangan yang sudah dimasak. Persoalannya bukan sekadar menggerakkan sakelar atau menekan tombol, melainkan menggunakan dapur sedemikian rupa sehingga pekerjaan rutin hari biasa dilakukan pada hari Sabat yang kudus, yang **harus dikhususkan terutama untuk beristirahat.**

Makan di Luar pada Hari Sabat

Salah satu kesalahan yang paling umum di kalangan pemelihara hari Sabat masa kini adalah pergi makan di luar pada hari Sabat. Meskipun hal ini mungkin terasa seperti suatu bentuk istirahat — bagaimanapun, Anda tidak memasak — **perintah keempat secara tegas melarang membuat orang lain bekerja untuk Anda**: “Janganlah engkau melakukan pekerjaan apa pun, baik engkau, anakmu laki-laki atau anakmu perempuan, hambamu laki-laki atau hambamu perempuan, hewan-hewanmu, maupun orang asing mana pun yang tinggal di kota-kotamu” (Keluaran 20:10). Ketika Anda makan di restoran, Anda memaksa stafnya untuk memasak, melayani, membersihkan, dan menangani uang, sehingga mereka bekerja untuk Anda pada hari Sabat. Bahkan saat bepergian atau pada acara-acara khusus, praktik ini merusak

tujuan hari itu. Merencanakan makanan terlebih dahulu dan membawa makanan sederhana yang siap dimakan memastikan Anda tetap dapat makan dengan baik tanpa meminta orang lain bekerja untuk Anda.

Menggunakan Layanan Pengantaran Makanan

Prinsip yang sama berlaku pada layanan pengantaran makanan seperti Uber Eats, DoorDash, atau aplikasi serupa. Meskipun kemudahan yang ditawarkan mungkin menggoda, terutama jika Anda lelah atau sedang bepergian, melakukan pemesanan mengharuskan orang lain untuk berbelanja, menyiapkan, mengangkut, dan mengantarkan makanan ke pintu Anda — semuanya merupakan **pekerjaan yang dilakukan untuk Anda selama jam-jam kudus**. Hal ini secara langsung bertentangan dengan semangat hari Sabat dan perintah bahwa Anda tidak boleh membuat orang lain bekerja untuk Anda. Pendekatan yang lebih baik adalah merencanakan terlebih dahulu: siapkan bekal makanan untuk perjalanan Anda, siapkan makanan sehari sebelumnya, atau simpan persediaan makanan yang tidak mudah rusak untuk keadaan darurat. Dengan berbuat demikian, Anda menunjukkan rasa hormat baik terhadap perintah Allah maupun terhadap martabat mereka yang, jika tidak demikian, akan bekerja untuk Anda.