



tanrininyasasi.org

Ek 5f: Şabat'ta Teknoloji ve Eğlence

Bu sayfa dördüncü emir üzerine olan Şabat dizisinin bir parçasıdır:

1. [Ek 5a: Şabat Günü ve Kiliseye Gitme Günü, Birbirinden Farklı Şeyler](#)
2. [Ek 5b: Modern Zamanlarda Şabat'ı Nasıl Tutmalı](#)
3. [Ek 5c: Şabat İlkelerinin Günlük Hayata Uygulanması](#)
4. [Ek 5d: Şabat'ta Yiyecek — Pratik Rehberlik](#)
5. [Ek 5e: Şabat'ta Ulaşım](#)
6. [Ek 5f: Şabat'ta Teknoloji ve Eğlence](#) (Mevcut sayfa).
7. [Ek 5g: İş ve Şabat — Gerçek Dünya Zorluklarında Yol Bulmak](#)

Teknoloji ve Eğlencenin Neden Önemli Olduğu

Şabat'ta teknoloji meselesi öncelikle eğlenceyle bağlantılıdır. Bir kişi Şabat'ı tutmaya başladığında, karşılaştığı ilk zorluklardan biri doğal olarak açılan boş zamanı nasıl değerlendireceğine karar vermektir. Şabat tutan kiliselere veya gruplara gidenler bu zamanın bir kısmını düzenlenmiş etkinliklerle doldurabilir, ancak onlar bile sonunda “yapacak hiçbir şey yok” gibi görünen anlarla yüzleşmek zorunda kalırlar. Bu özellikle çocuklar, gençler ve genç yetişkinler için geçerlidir, fakat daha yaşlı yetişkinler bile bu yeni zaman ritmiyle mücadele edebilir.

Teknolojiyi bu kadar zorlayıcı yapan bir diğer sebep de günümüzde bağlantıda kalma baskısıdır. Haberlerin, mesajların ve güncellemelerin sürekli akışı internet ve kişisel cihazların yaygınlaşması sayesinde ortaya çıkan yeni bir olgudur. **Bu alışkanlığı bırakmak istek ve çaba gerektirir.** Fakat Şabat bunu yapmak için mükemmel bir fırsat sunar—dijital dikkat dağıtıcıları bırakıp Yaratıcı ile yeniden bağ kurmak için haftalık bir davet.

Bu ilke **sadece Şabat ile sınırlı değildir**; Tanrı'nın çocuğu her gün sürekli bağlantının ve dikkat dağınıklığının tuzağına karşı dikkatli olmalıdır. Mezmurlar Tanrı'yı ve O'nun Yasası'nı gece gündüz derin düşünmeye yönelik teşviklerle doludur (Mezmurlar 1:2; 92:2; 119:97-99; 119:148); bunu

yapanlara sevinç, istikrar ve sonsuz yaşam vaat edilir. Yedinci gündeki fark ise şudur: Tanrı'nın kendisi dinlendi ve bizim de O'nu taklit etmemizi buyurdu (Çıkış 20:11) — bu da her hafta seküler dünyadan bağlantıyı kesmenin sadece faydalı değil, ilahi olarak atanmış bir gün olduğu anlamına gelir.

Spor ve Seküler Eğlence İzlemek

Şabat kutsal zaman olarak ayrılmıştır ve zihnimiz bu kutsallığı yansıtan şeylerle dolu olmalıdır. Bu nedenle spor, seküler filmler ya da eğlence dizileri izlemek Şabat'ta yapılmamalıdır. **Böyle içerikler günün getirmesi gereken ruhsal faydayla bağlantısızdır.** Kutsal Yazılar şöyle der: “Kutsal olun, çünkü ben kutsalıyım” (Levililer 11:44-45; 1. Petrus 1:16'da yinelenir) ve bize kutsallığın sıradan olandan ayrılmayı içerdiğini hatırlatır. Şabat, dikkatimizi dünyanın dikkat dağıtıcı şeylerinden çevirip yerine ibadet, dinlenme, yüceltici sohbetler ve ruhu tazeleyen, Tanrı'yı onurlandıran etkinliklerle doldurmamız için haftalık bir fırsat sunar.

Şabat'ta Spor ve Egzersiz Yapmak

Nasıl ki seküler sporları izlemek dikkatimizi rekabete ve eğlenceye çeviriyorsa, Şabat günü aktif olarak spor veya fitness rutinlerine katılmak da odağı dinlenme ve kutsallıktan uzaklaştırır. Spor salonuna gitmek, atletik hedefler için antrenman yapmak veya oyun oynamak, hafta içi emeğin ve kişisel gelişimin sıradan ritmine aittir. Aslında fiziksel egzersiz doğası gereği **Şabat'ın çaba harcamaktan vazgeçme ve gerçek dinlenmeyi kucaklama çağrısına** aykırıdır. Şabat bizi kendi performans ve disiplin arayışlarımızı bile bir kenara bırakmaya davet eder ki Tanrı'da tazelenme bulabilelim. Egzersizlerden, antrenmanlardan veya maçlardan geri adım atarak günü kutsal kılar ve ruhsal yenilenmeye alan açarız.

Şabat'a Uygun Fiziksel Etkinlikler

Bu, Şabat'ın içeride ya da hareketsiz geçirilmesi gerektiği anlamına gelmez. Hafif, huzurlu açık hava yürüyüşleri, doğada yavaş zaman geçirmek ya da çocuklarla nazik oyunlar o günü onurlandırmanın güzel bir yolu olabilir. Yenilemek yerine rekabet etmeyen, dikkat dağıtmak yerine ilişkileri derinleştiren ve dikkatimizi insan başarısından çok Tanrı'nın yaratılışına yönelten etkinlikler, Şabat'ın dinlenme ve kutsallık ruhuyla uyumludur.

Teknoloji İçin İyi Şabat Uygulamaları

- İdeal olarak, seküler dünyaya gereksiz tüm bağlantılar Şabat'ta durmalıdır. Bu, katı ya da neşesiz olacağımız anlamına gelmez; bilerek dijital gürültüden geri çekildiğimiz ve günü kutsal olarak onurlandırdığımız anlamına gelir.
- Çocuklar Şabat saatlerini doldurmak için internet bağlantılı cihazlara güvenmemelidir. Bunun yerine fiziksel etkinlikler, kitaplar ya da kutsal ve yüceltici içeriklere adanmış medya

teşvik edilmelidir. **Burada imanlılar topluluğu özellikle faydalıdır**, çünkü diğer çocuklarla oynama ve sağlıklı etkinlikleri paylaşma fırsatı sunar.

- Gençler teknoloji konusunda Şabat ile diğer günler arasındaki farkı anlayacak olgunlukta olmalıdır. Ebeveynler, önceden etkinlikler hazırlayarak ve bu sınırların arkasındaki “neden”i açıklayarak onları yönlendirebilir.
- Haber ve seküler güncellemeler Şabat’ta tamamen bırakılmalıdır. Manşetlere bakmak ya da sosyal medyada gezinmek zihni hızla haftaiçi kaygılarına geri çekebilir ve dinlenme ile kutsallık atmosferini bozabilir.
- Önceden plan yapın: Gerekli materyalleri indirin, kutsal Kitap çalışma rehberlerini yazdırın ya da uygun içerikleri gün batımından önce sıraya koyun ki Şabat saatlerinde telaşa düşmeyin.
- Cihazları bir kenara koyun: Bildirimleri kapatın, uçak modunu kullanın ya da cihazları Şabat saatlerinde belirlenmiş bir sepete koyun; böylece odak değişimini sembolize edin.
- Amaç teknolojiyi şeytanlaştırmak değil, bu özel günde onu uygun şekilde kullanmaktır. Kendinize daha önce tanıttığımız aynı soruyu sorun: **“Bugün gerekli mi?”** ve **“Bu bana dinlenme getiriyor ve Tanrı’yı onurlandırıyor mu?”** Zamanla bu alışkanlıkları uygulamak, sizin ve ailenizin Şabat’ı bir mücadele değil, bir sevinç olarak deneyimlemesine yardımcı olacaktır.