

Éxodo 20:8-11

Practicando el Camino: Sabbath

Reverendo Brian North

Iglesia Rose Hill

5 de enero de 2025

Hoy comenzamos una nueva serie de sermones para comenzar el nuevo año, titulada "Practicando el Camino". Está basada en un libro bestseller del New York Times del pastor John Mark Comer, y el libro tiene un subtítulo de "Estar con Jesús; ser como él; hacer como él hizo". Y así, naturalmente, estamos iniciando la serie con un pasaje que no es de la vida de Jesús. De hecho, es del Antiguo Testamento.

En esta serie, veremos lo que John Mark Comer llama "las prácticas" de Jesús. A menudo, se las llama "disciplinas espirituales". Son los hábitos que Jesús practicó para cultivar su propia vida espiritual. Podríamos pensar: "¿Necesitaba hacer eso? ¿No es Dios que vino a nosotros en la carne?" Sí, pero recuerda, Filipenses 2:5-7 dice: "Haya, pues, en vuestras relaciones con los demás este sentir que hubo también en Cristo Jesús, el cual, siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a que aferrarse, sino que se despojó a sí mismo, tomando forma de siervo, hecho semejante a los hombres" (Filipenses 2:5-7, énfasis añadido).

Se despojó a sí mismo. La palabra griega para "se despojó a sí mismo" literalmente dice "se despojó a sí mismo". Así que, sí, Jesús tuvo que participar en prácticas para permanecer en relación con su Padre celestial y hacer su voluntad. Nosotros debemos hacer lo mismo.

Por lo tanto, las nueve prácticas que veremos en esta serie no son el fin de todo en el discipulado de Jesús, y no son necesariamente todos los hábitos que vemos que Jesús practica. Por ejemplo, Jesús caminaba mucho... era un hábito... pero caminar en sí no es una práctica espiritual. Podría incorporarse en una variedad de prácticas, pero no es una práctica espiritual en sí misma. El esquí, por otro lado, es una práctica espiritual aunque Jesús no lo hiciera. Estoy bromeando. En realidad no es una práctica espiritual, aunque es un recordatorio de que estamos lavados como la nieve. Con esa introducción a la serie, oremos y luego profundicemos en el pasaje de hoy... Éxodo 20:8-11.

Cuando la gente piensa en disciplinas espirituales, o prácticas espirituales, el sábado es probablemente una de las primeras que viene a la mente. La oración y el ayuno son probablemente las otras dos en las que piensa la mayoría de los cristianos. Ninguna de estas tres es natural para nosotros, y de estas tres principales, la oración es probablemente la única que muchos cristianos realizan con regularidad e intencionalidad.

Pero, como escribe Comer, "El viaje espiritual comienza con el descanso... El descanso es esencial para el aprendizaje bajo Jesús" (John Mark Comer, Practicing the Way). Y todos sabemos que el descanso es importante. Por eso dormimos, por ejemplo. Necesitamos descansar. Nuestros cuerpos están diseñados por Dios para necesitar descansar para

recuperarse y renovar sus energías, y eso es lo que hacen nuestros cuerpos durante unas horas cada noche.

El Sabbath es un descanso intencional. El verano pasado me tomé un Sabbath prolongado, un tiempo sabático. Fue un tiempo intencional de descanso. Eso no significa que me sentara en el sofá a comer Doritos todo el día, todos los días. Más bien, me dediqué a cosas que me rejuvenecieron espiritualmente, así como física, emocional y relacionalmente con las personas más cercanas a mí. En pocas palabras, eso es el Sabbath. Es un día semanal de descanso y rejuvenecimiento, salir de la rueda de hámster que es el resto de la semana para tanta gente y tener un día de descanso. Sí, un día entero.

Este patrón, y mantenerlo como un patrón, como una disciplina, es importante; este patrón está establecido en las primeras páginas de las Escrituras, donde, después de los 6 días de la Creación, Dios descansa el séptimo día. Esto tiene profundos significados teológicos y simbólicos, y quiero destacar 5 de ellos:

1. Conclusión y satisfacción: el descanso de Dios significa la finalización de la creación. Todo estaba terminado y era "muy bueno" (Génesis 1:31). Su descanso no es por agotamiento (ya que Dios no se cansa ni se fatiga, como se afirma explícitamente en Isaías 40:28), sino una pausa para disfrutar y reflexionar sobre la perfección de lo que Él creó.
2. Un modelo para la humanidad: el séptimo día estableció un ritmo para la vida humana. Es la base del sábado, un día de descanso y adoración. Éxodo 20:8-11, que leemos esta mañana, vincula el mandamiento del sábado con la obra de creación de Dios, llamando a las personas a emular su descanso dejando de trabajar y dedicando tiempo a Dios y a la renovación.
3. Tiempo sagrado: al bendecir y santificar el séptimo día, Dios lo apartó como sagrado o santo. Esto enfatiza la importancia del descanso y la adoración como parte integral del florecimiento humano y la vida espiritual.
4. Un símbolo de confianza: el descanso demuestra confianza en la provisión de Dios. Al observar el sábado, los humanos muestran fe en que Dios proveerá para sus necesidades incluso cuando no estén trabajando.
5. Un presagio del descanso eterno: Hebreos 4 habla de un "descanso sabático" para el pueblo de Dios que experimentamos con Dios en la eternidad. Cuando tomamos un sábado, nos estamos preparando para el sábado eterno en el Reino de Dios.

Entonces, en esencia, el descanso de Dios en el séptimo día es una profunda teología.

Ahora bien, cuando las Escrituras nos dicen que Dios descansó el séptimo día, hay un cierto tipo de trabajo que continúa para él. Jesús incluso dice en Juan 5:17: "Mi Padre trabaja hasta el día de hoy, y yo también trabajo". Así que Dios descansó el séptimo día de la creación, pero

continuó sosteniendo y gobernando el universo. Colosenses 1:16-17 lo expresa bien: “En él fueron creadas todas las cosas... y en él todas las cosas subsisten”.

Sin embargo, este descanso es tan importante que Dios lo incluye en los 10 Mandamientos, como leemos en nuestro pasaje de Éxodo esta mañana. Y explícitamente modela el mandamiento después de los seis días de la Creación y luego el séptimo día de descanso. Dios nos da un modelo de cómo debemos vivir. Cuando pienso en esto, pienso en el bautismo de Jesús: Jesús no necesitaba ser bautizado, y sin embargo lo hace porque quiere ser nuestro modelo. No nos pide que hagamos algo que él mismo no haría. Lo mismo ocurre con el sábado. Dios descansa, en parte, como un ejemplo para mostrarnos qué es y cuán importante es.

Ahora bien, a menudo se ha señalado que los primeros cuatro mandamientos tratan de nuestra relación con Dios (relación vertical), mientras que los últimos seis tratan de nuestras relaciones con otras personas (relación horizontal). Eso es mayormente cierto. Lo que se pasa por alto es que este cuarto mandamiento, que normalmente se considera un mandamiento de “relación con Dios”, en realidad es un mandamiento de transición que también incluye nuestras relaciones con las personas. El sábado nos ayuda a centrarnos en Dios y nos ayuda a relacionarnos con otras personas, ya que impacta a los sirvientes, a los miembros de la familia y a toda una comunidad cuando todos descansan, lo que vemos en estos versículos de hoy. De hecho, tiene un amplio impacto social cuando se practica correctamente. No hace mucho tiempo que los negocios cerraban los domingos por el Shabat. Por eso, al tomar un verdadero Shabat, usted, como Dios, da el ejemplo a los demás y los anima a tomarlo.

La palabra “sábado” es una palabra que a veces se malinterpreta. “Sábado” es la forma en que pronunciamos la palabra hebrea Shabbat. Y: “Shabbat” significa parar o dejar de hacer algo; tomar un descanso. No significa automáticamente que el sábado sea cuando adoramos. La mayoría de los cristianos asocian la idea del “sábado” tanto con el descanso como con la adoración. Supongo que esto se debe a que también se nos dice que santifiquemos el sábado, y porque al tomar todos un descanso del trabajo, podemos reunirnos para adorar. Y no hay nada de malo en reunirse para adorar los domingos. Pero el hecho es que el sábado no es el único día sagrado, y la adoración y el descanso no son las únicas cosas santas que hacemos. Incluso nuestro trabajo es sagrado.

Puede que no pienses que trabajar en Amazon o Boeing o en una escuela o Starbucks o de niñera, o donde sea que trabajes... puede que no pienses que eso es sagrado: pero cuando Dios creó a Adán, lo puso en el jardín que Dios había hecho y le dio la tarea de cuidarlo. Dios lo puso a trabajar. No es que el botón de repetición de alarma sea un regalo sagrado de Dios y la ropa de trabajo venga del diablo. Dios nos da trabajo. Por lo tanto, no es que este día de descanso sea el único día sagrado; es sagrado además de los otros días. La diferencia con este día es que es un día para dejar de trabajar. Debemos hacer “Shabat” o “Sabbath” nuestro trabajo. Debemos dejar nuestra sagrada tarea de trabajar y dedicarnos a la sagrada tarea de descansar.

Ahora bien, no es un momento para relajarnos y literalmente no hacer nada, como si no pudiéramos movernos, no pudiéramos hacer ejercicio, no pudiéramos cocinar una comida, etc.

Es que nuestra vida de creación se deja de lado. Creo que una palabra y una forma de pensarlo aún mejores en nuestra sociedad es esta: nuestra vida de producción se deja de lado en el sábado. Podríamos decir que Dios, en el séptimo día, dejó de producir el universo. Ese tipo de trabajo se hizo. Y de manera similar, también lo es el nuestro. Lo que hacemos el resto de la semana para producir ingresos, o un armario lleno de ropa, o seguidores en las redes sociales, o para producir tareas escolares, o para producir una despensa de alimentos... todas las cosas que hacemos que están asociadas con la "producción" se dejan de lado por un día.

Ruth Haley Barton ha escrito un libro llamado "Ritmos sagrados: organizando nuestras vidas para la transformación espiritual" y es otro libro que recomendaría encarecidamente. Ella escribe: "El sábado es más que simplemente tomar un día de descanso; es una manera de ordenar la vida de uno en torno a un patrón de trabajar seis días y luego descansar el séptimo... "El día en sí está apartado, dedicado completamente al descanso, la adoración y el deleite en Dios, pero el resto de la semana debe vivirse de tal manera que haga posible el sábado" (Ruth Haley Barton, Ritmos Sagrados) "El trabajo remunerado debe limitarse a cinco días de la semana. Las tareas domésticas, las compras y los recados deben completarse antes de que llegue el sábado, o deben esperar. Deben tomarse decisiones valientes sobre el trabajo y los deportes, la iglesia y la participación comunitaria".

Aquí es donde nos metemos en problemas con el sábado: no lo priorizamos de tal manera. Una manera en la que incluso podemos tomarnos un día de reposo. Terminamos haciendo las compras, los eventos deportivos de los niños, limpiando la casa, revisando el correo electrónico del trabajo y todo tipo de otras cosas en este día. Priorizar y amar el día de reposo... verlo como un día de descanso y disfrute alrededor del cual se orienta todo el resto de la semana nos ayuda a hacer todo lo demás durante los otros seis días de la semana.

Esto probablemente plantea muchas preguntas sobre "¿qué está bien hacer en el día de reposo y qué no?" Jesús discutía con los líderes religiosos sobre esto todo el tiempo porque Jesús hizo muchas cosas en el día de reposo que los molestaban. Tenían casillas muy pequeñas de lo que se podía hacer en el día de reposo, y Jesús amplió esas casillas todo el tiempo. Pero Jesús enseñó que el día de reposo es para nuestro beneficio (Marcos 2:27). Entonces, ciertamente hay cierta flexibilidad en lo que hacemos en el día de reposo y no necesitamos ser legalistas como los líderes religiosos de su época. Sin embargo, probablemente hemos ido demasiado lejos en el cristianismo del siglo XXI, al menos aquí en Estados Unidos. De hecho, sospecho que muchos de nuestros sábados están dominados por gran parte de las cosas que se supone que debemos completar los otros 6 días de la semana.

Y no es que no se puedan hacer ajustes o excepciones de vez en cuando, pero es demasiado fácil que esas excepciones terminen siendo una característica habitual de nuestros sábados, y entonces ya no es un sábado; ya no estamos descansando. Entonces, ¿qué se puede hacer en el sábado? Aquí hay algunas ideas, en tres categorías amplias. Puede haber superposición entre ellas, o puede mover las cosas a diferentes categorías, por lo que la mayoría de las categorías son simplemente para ayudarlo a pensar en esto desde diferentes perspectivas. Pero aquí tiene:

Descanse su cuerpo. Tome una siesta, salga a caminar o ande en bicicleta, báñese, coma sus comidas favoritas, siéntese al sol, escuche música, reciba un masaje, vea una película. Si está casado, métase en la cama con su cónyuge. Según Ruth Haley Barton, en la tradición judía de los rabinos, las parejas casadas obtienen puntos extra por la intimidad sexual durante el día de reposo.

Reabastece el Espíritu. Haz lo que te traiga alegría. Lee un libro. Haz ejercicio. Siéntate en tu sillón favorito y sueña. Ponte el pijama. Toca un instrumento musical (aunque ten cuidado si estás aprendiendo y hay otras personas en la casa, ¿no?). Juega a un juego de mesa. Teje. Vuela una cometa. Juega con Legos. Puede haber muchas cosas que te traigan alegría... pero asegúrate de que no sean cosas que realmente pertenezcan a los otros 6 días. Los estudios muestran que las redes sociales en realidad no traen alegría ni satisfacción, por cierto, así que apágalas.

Restaura el alma. Este es nuestro rejuvenecimiento espiritual. Así que, adora a Dios. Ve a la iglesia. Lee las Escrituras. Ora. Lleva un diario. Comparte en una comida aquello por lo que estás agradecido; nuestra familia hace eso en la cena todas las noches, de hecho, compartiendo aquello por lo que estamos agradecidos ese día. Pero, como un Shabat semanal, tal vez sea por lo que estás agradecido de la semana pasada (puedes hacer esto en una comunidad de jubilados, en tu casa, etc.). Apaga el televisor y habla con alguien. Toma el teléfono y úsalo como teléfono: llama a un pariente o un amigo con el que no has hablado en mucho tiempo. Siéntate tranquilo y observa lo que Dios pone en tu corazón. Escucha música de adoración.

El punto es que, para el Shabat, detén tu trabajo y haz otras cosas. Deja de producir. Sal de la mentalidad de consumidor y de productor, y quédate con Dios, con la gente. Rejuvenece tu mente, tu cuerpo y tu alma. Para eso es el Shabat. Es para nuestro beneficio, particularmente para beneficiar nuestra relación con Dios y con otras personas. Dios lo ordena; Jesús lo defiende, lo practica y lo modela para nosotros.

Terminaré con una cita de una autora llamada Nan Fink, a quien John Mark Comer cita en su libro. Tal vez esto te inspire. Ella es una judía que se convirtió en seguidora de Jesús. Ella escribe: "El Shabat no se parece a nada más. El tiempo como lo conocemos no existe durante estas veinticuatro horas, y las preocupaciones de la semana pronto desaparecen. Aparece un sentimiento de alegría. El objeto más pequeño, una hoja o una cuchara, brilla en una luz suave, y el corazón se abre. El Shabat es una meditación de increíble belleza" (Practicing the Way, p. 182).

Oro para que tú y yo orientemos nuestras semanas en torno al Shabat. Vivimos los otros 6 días intencionalmente de tal manera que el Shabat sea realmente un cese de nuestro trabajo... de nuestra producción. Tengamos un verdadero Shabat un día a la semana, el mismo día todas las semanas, en nuestro camino de practicar el camino de Jesús. Oremos... Amén.