

Jueves 06 de Octubre de 2022 | Matutina para JÃ³venes | Necesitamos descanso

## DescripciÃ³n



## Necesitamos descanso

«En lugares de delicados pastos me harÃ© descansar». Salmo 23: 2, RV95

La caracterÃstica mÃ¡s sobresaliente del siglo XXI es la velocidad. Todo es mÃ¡s rÃ¡pido hoy que hace

treinta o cincuenta años. Teléfonos más rápidos, aviones más rápidos, trenes más veloces. ¿Te has preguntado por qué las personas hoy en día se aburren con mucha más facilidad que antes? Es culpa de la rapidez con la que vivimos. Hace treinta años, si querías hablar con tu amigo debías llamarlo a la casa y rogar que estuviera allí. De lo contrario, debías esperar al día siguiente para verlo. Hoy, con solo teclear en tu teléfono tienes a todo el mundo a tu disposición, y al instante.

Los comerciantes también se aprovechan de la velocidad de la vida para ganar clientes. Queremos todo más rápido así que nos ofrecen entrega en dos días (como Amazon Prime) y así nos convierten en adictos a sus servicios expresos. Pero todo esto significa que la vida también pasa más rápido delante de nosotros y, por supuesto, nos moriremos más rápido. Por eso, hoy más que nunca, los profesionales de la salud están resaltando la importancia del descanso para la salud física y mental.

En el Salmo 23 David dice que una de las bendiciones más importantes que podemos recibir de nuestro Dios-Pastor es el descanso. El descanso es importante para las ovejas. Ellas caminan constantemente mientras van pastando. Nunca se quedan quietas. Cerca del mediodía, el sol les produce calor y sed. El pastor experto sabe que las ovejas no deben tomar agua cuando están acaloradas, ni cuando tienen el estómago lleno de alimentos sin digerir. Por eso busca un lugar de sombra, de pastos verdes y frescos, para llevar a sus ovejas, y allí las hace descansar.

La calma, el solaz y la reflexión son vitales para el ser humano. Detenernos por un instante para evaluar lo que estamos haciendo con nuestra vida y la de los que están bajo nuestra responsabilidad es necesario. Sé que esto puede sonar difícil, especialmente en un mundo que nos exige todo rápido, pero no debemos perder de vista que el Señor Jesús le pidió a sus discípulos que permanecieran quietos en oración un tiempo, antes de lanzarse a conquistar el mundo.

**Esas pausas siguen siendo necesarias hoy. Por eso, el mensaje de @Dios para ti en este día es: «Haz una pausa para compartir conmigo en este día. El descanso te hará mucho bien».**