

Sábado 15 de Abril de 2023 | Matutina para Adultos | ¿Dichoso el que respeta el día de descanso?

Descripción



¿Dichoso el que respeta el día de descanso?

¿Dichoso el que obedece mis mandamientos y los cumple con fidelidad. Dichoso el

que respeta el día de descanso? (Isaías 56:2, TLA).

Cada día se publican nuevos estudios que siguen confirmando la estrecha relación que existe entre la salud y la adoración. Es innegable que las personas que asisten a servicios religiosos una vez por semana o más, y que oran y estudian la Biblia con regularidad, tienen un 40 % menos de probabilidad de sufrir hipertensión. ¿Por qué sucede esto? Porque los seres humanos fuimos creados para que cada semana hagamos una pausa renovadora y entremos en la esfera de lo sagrado. Y para eso el Señor nos ha dejado el cuarto mandamiento: «Acuérdate del sábado, para consagrarlo. Trabaja seis días, y haz en ellos todo lo que tengas que hacer, pero el día será un día de reposo para honrar al Señor tu Dios. No hagas en ese día ningún trabajo» (Éxodo. 20:8-10, NVI).

Dios nos ha dado el sábado como una cura para el agobiante estrés al que estamos sometidos durante la semana. El sábado es el antídoto divino contra la ansiedad. Otras investigaciones han puesto de manifiesto que una buena experiencia de adoración semanal reduce la presión arterial, disminuye el dolor de la artritis y aminora el riesgo de una posible enfermedad cardíaca. Todo eso se puede evitar si cumplimos con el mandato divino!

Ya lo habrás dicho el profeta Isaías: «Dichoso el que respeta el día de descanso» (Isa. 56:2, TLA). Más adelante, el mismo profeta declaró: «Respetar el sábado; no te dediques a tus negocios en mi día santo. Considera este día como día de alegría, como día santo del Señor y digno de honor; huirlo no dedícandote a tus asuntos, ni buscando tus intereses y haciendo negocios. Si haces esto, encontrarás tu alegría en mí, y yo te llevaré en triunfo sobre las alturas del país y te haré gozar de la herencia de tu padre Jacob». El Señor mismo lo ha dicho» (Isa. 58:13, 14, DHH).

El sábado no es un día de restricciones. Los que consideran que el sábado es una carga, no han descubierto su verdadero sentido y valor. Dios nos ha proporcionado el sábado para que experimentemos gozo aquí, y para que dentro de muy poco podamos ir al cielo y gozar de la herencia eterna que el Señor está preparando para nosotros. En tanto llega ese momento, seguimos disfrutando del sábado aquí en la tierra. Feliz sábado.

⁷⁶ Francis D. Nichol, *Comentario bíblico adventista del séptimo día* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1995), t. 4, p. 345.