



## **RECUPERANDO NUESTRA PASIÓN POR LA VIDA**

### **Éxodo 20:8-11**

El Señor - *“Acuérdate de guardar el día de descanso al mantenerlo santo. Tienes seis días en la semana para hacer tu trabajo habitual, pero el séptimo día es un día de descanso y está dedicado al Señor tu Dios. Ese día, ningún miembro de tu casa hará trabajo alguno. Esto se refiere a ti, a tus hijos e hijas, a tus siervos y siervas, a tus animales y también incluye a los extranjeros que vivan entre ustedes. Pues en seis días el Señor hizo los cielos, la tierra, el mar, y todo lo que hay en ellos; pero el séptimo día descansó. Por eso el Señor bendijo el día de descanso y lo apartó como un día santo.”* (Éxodo 20:8-11)

- **"Estar ocupado", el "cansancio" y "falta de propósito" son tres de las luchas de muchas personas en el mundo actual.**
  - **Me encuentro extremadamente ocupado estos días haciendo \_\_\_\_\_.**
  - **Me encuentro extremadamente cansado estos días porque \_\_\_\_\_.**
  - **Lucho por encontrar un propósito para mi vida porque \_\_\_\_\_.**
- **El ajetreo, el cansancio y la falta de propósito pueden alejarnos de lo mejor de Dios, y tener un "día de reposo" constante nos ayuda a reavivar nuestra pasión y recibir dirección para nuestras vidas.**
- **En este cuarto mandamiento, Dios está apartando un día especial para el descanso y la adoración con el fin de ayudar a su pueblo a reenfocarse, revitalizarse y vivir vidas más saludables.**
- **Los cristianos del primer siglo cambiaron su "día de reposo" por el domingo porque: 1) Jesús se levantó de la tumba un domingo, 2) ahora estamos bajo "gracia" en lugar de "la ley judía", y 3) el octavo día (primer día después del día de reposo) es el "Día de empezar de nuevo".**
- **El día de reposo fue pretendía ser un día de unión con el Señor y la familia, pero finalmente se convirtió en un día de carga para el pueblo judío.**
- **Jesús – “El día de descanso se hizo para satisfacer las necesidades de la gente, y no para que la gente satisfaga los requisitos del día de descanso.”** (Marcos 2:27)
- **Nuestro "día de reposo" debe ser un día semanal que nos ayude a ser más fuertes emocional, mental, física, relacional y espiritualmente en nuestras vidas.**

**Dios Quiere Que Prioricemos:**

**DESCANSAR NUESTRA MENTE Y CUERPO**

- El Señor - *“Acuérdate de guardar el día de descanso al mantenerlo santo. Tienes seis días en la semana para hacer tu trabajo habitual, pero el séptimo día es un día de descanso y está dedicado al Señor tu Dios.”* (Éxodo 20:8-10)
- **"Sábado"** significa "descanso" en el idioma hebreo.
- Algunas personas sienten que tienen que trabajar, estudiar o estar ocupadas todo el tiempo.
- *“El trabajo del necio tanto lo fatiga...”* (Eclesiastés 10:15 NVI)
- Gran parte del estrés de la vida proviene de tener "prisa" la mayor parte del tiempo.
- Dormir y descansar lo suficiente es esencial para controlar el estrés.
- Si nos quedamos cansados, estamos desequilibrados física, relacional y espiritualmente.
- A menudo somos reacios a descansar porque: 1) creemos falsamente que hacemos más trabajando sin descanso, 2) queremos tener el control de todo, 3), luchamos con la inmadurez.
- En nuestro "día de reposo" se supone que debemos descansar nuestro cuerpo, reenfocar nuestro espíritu y recargar nuestras emociones.
- ¿Qué puedo hacer para asegurarme de descansar y relajarme más?

**Dios Quiere Que Prioricemos:**

**REFORZAR NUESTRAS RELACIONES**

- El Señor - *“El séptimo día es un día de descanso y está dedicado al Señor tu Dios. Ese día, ningún miembro de tu casa hará trabajo alguno. Esto se refiere a ti, a tus hijos e hijas, a tus siervos y siervas, a tus animales y también incluye a los extranjeros que vivan entre ustedes..”* (Éxodo 20:10)

**Dios quiere que prioricemos:**

- **NUESTRA RELACIÓN CON LOS AMIGOS**
  - *“Un amigo es siempre leal, y un hermano nace para ayudar en tiempo de necesidad.”* (Proverbios 17:17)
  - *“Como el hierro se afila con hierro, así un amigo se afila con su amigo.”* (Proverbios 27:17)
  - La "riqueza" de un individuo puede estar determinada principalmente por la calidad de las amistades que tienen en sus vidas.
- **NUESTRA RELACIÓN CON LOS FAMILIARES**
  - *“Vive feliz junto a la mujer que amas, todos los insignificantes días de vida que Dios te haya dado bajo el sol. La esposa que Dios te da es la recompensa por todo tu esfuerzo terrenal.”* (Eclesiastés 9:9)
  - El Señor quiere que veamos a nuestro Esposo como una bendición y recompensa de Él.
  - *“Los hijos son un regalo del Señor; son una recompensa de su parte.”* (Salmo 127:3)

- El Señor quiere que veamos a nuestros hijos como una bendición de Él, y lo son cuando toman buenas decisiones en sus vidas.
- *“Un hijo sabio trae alegría a su padre; un hijo necio trae dolor a su madre.”* (Proverbios 10:1)
- **NUESTRA RELACIÓN CON NUESTRO PADRE CELESTIAL**
  - Jesús – *“Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas”* (Marcos 12:30)
  - **Amar a nuestro Padre Celestial como Jesús nos instruyó que lo amemos requiere: 1) enfocar nuestros pensamientos en Él a diario, 2) expresar constantemente nuestro amor y aprecio por Él, y 3) esforzarnos diariamente por servirle y vivir para Él.**
- ***¿Qué cambios debo hacer para pasar más tiempo y fortalecer mi relación con los miembros de mi familia, mis amigos cercanos y mi Padre Celestial?***

**Dios Quiere Que Prioricemos:**

### **RECARGAR NUESTROS ESPÍRITUS**

- El Señor - *“Pues en seis días el Señor hizo los cielos, la tierra, el mar, y todo lo que hay en ellos; pero el séptimo día descansó. Por eso el Señor bendijo el día de descanso y lo apartó como un día santo.”* (Éxodo 20:11)
- **Muchas personas se toman un día para descansar, relacionarse y divertirse, pero descuidan su necesidad más importante que es reconectarse con su Dios para que sus espíritus se recarguen y puedan reanudar su seguimiento.**
- *“Entremos directamente a la presencia de Dios con corazón sincero y con plena confianza en él. Pues nuestra conciencia culpable ha sido rociada con la sangre de Cristo a fin de purificarnos, y nuestro cuerpo ha sido lavado con agua pura. Mantengámonos firmes sin titubear en la esperanza que afirmamos, porque se puede confiar en que Dios cumplirá su promesa. Pensemos en maneras de motivarnos unos a otros a realizar actos de amor y buenas acciones. Y no dejemos de congregarnos, como lo hacen algunos, sino animémonos unos a otros, sobre todo ahora que el día de su regreso se acerca.* (Hebreos 10:22-25)
- ***¿Por qué es tan importante para nosotros la adoración colectiva con otros creyentes?***

**Cuando adoramos constantemente con otros creyentes, nosotros:**

- **ENCONTRAMOS LA PRESENCIA DE DIOS**
  - Reunirse con otros cristianos es importante pero no suficiente; para fortalecernos y sostenernos tenemos que tener encuentros reales con el Señor.
- **NOS EQUIPAMOS ESPIRITUALMENTE**
  - La vida está llena de todo tipo de "tormentas", y adorar junto con otros cristianos nos fortalece y nos permite triunfar sobre esos desafíos.
- **NOS ANIMAMOS A OTROS**
  - Las personas que nos rodean necesitan mucho aliento y esperanza, y lo reciben al ver la presencia del Señor en los cristianos cuando son recibidos por nosotros y adoran con nosotros.

- **EXPRESA NUESTRA FE EN EL SEÑOR**
  - Cuando asistimos a los servicios de la Iglesia, proclamamos al mundo que Jesús es nuestro Salvador y creemos que Él es la esperanza futura del mundo.
  - Es especialmente imperativo que los padres y madres sean un modelo para sus hijos de que DIOS es la prioridad en sus vidas.
  - *“Después de que murieron todos los de esa generación, creció otra que no conocía al Señor ni recordaba las cosas poderosas que él había hecho por Israel.” (Jueces 2:10)*
  
- **Muchas personas han convertido el "domingo" en un "día de diversión": adorando al sol, la diversión, el entretenimiento o los deportes en lugar de DIOS, pero cuando damos prioridad a otras actividades o relaciones ante el SEÑOR, nosotros (o ellos) nos hemos convertido en el DIOS de nuestras vidas.**
- El Señor - *“Guarden como santo el día de descanso; en ese día no se ocupen de sus propios intereses, sino disfruten del día de descanso y hablen del día con delicia, por ser el día santo del Señor. Honren el día de descanso en todo lo que hagan ese día y no sigan sus propios deseos ni hablen palabras inútiles. Entonces el Señor será su delicia. Yo les daré gran honor y los saciaré con la herencia que prometí a su antepasado Jacob. ¡Yo, el Señor, he hablado!” (Isaías 58:13-14)*
- ***¿Qué me está diciendo el Señor a través de este mensaje y qué pasos debo tomar para implementar eso en mi vida?***