

► Contorno

Entonces Dios bendijo el día séptimo y lo santificó, porque en él descansó de toda la obra de creación que había hecho.

Génesis 2:3 (NVI)

A. Introducción

B. Sabatt

- 1. Se trata de aprender a _____.**
(Éxodo 16:21-23.) C/R: Génesis 2:2-3)

- 2. Es aprender a _____ un día con Dios.**
(Exodus 16:23. C/R: Exodus 16:27-29)

- 3. Se trata de aprender a vivir en _____.**
(Éxodo 31:16-17.)

Los devocionales, las guías de grupo, los bosquejos y otros recursos basados en este mensaje están disponibles en brookwoodchurch.org/messages o en la aplicación de la Iglesia de Brookwood.

Respuestas: B. 1. descansar 2. pasar 3. gozo

Información de recursos: Las citas de las Escrituras marcadas (NTV) se toman de la *Santa Biblia*, Nueva Traducción Viviente, copyright © 1996, 2004, 2015 por Tyndale House Foundation. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, una división de Tyndale House Ministries, Carol Stream, Illinois 60188. Todos los derechos reservados. C/R se refiere a una 'referencia cruzada'.

ROOTED

IN THE SPIRIT

Mensaje 6: Vivir del descanso

18 de mayo de 2025

GUÍA DE GRUPO

Esta guía está diseñada para ayudarte a crecer en tu relación con Dios y a desarrollar relaciones significativas y duraderas con los demás. Reúnete con amigos o visita brookwoodchurch.org/groups para construir nuevas relaciones. ***¡Seamos más fuertes juntos!***

INCLUIDO EN ESTA GUÍA

1. Conectar
2. Orar
3. Explorar y discutir
4. Maneras prácticas de observar el día de reposo

CONECTAR

- ¿Qué te llamó la atención del devocional o de tu lectura bíblica de esta semana?
- ¿Cuál de estas opciones es la verdadera para usted (seleccione alguna que corresponda)? Luego comparte y discute.
 - El concepto de sabbat es nuevo para mí.
 - Creo que entiendo el significado del sabbat, pero no parece tan importante.
 - El sabbat parece importante, pero no tengo idea de cómo practicarlo.
 - El sabbat es una parte regular de mis ritmos semanales.
 - La iglesia a la que asistí mientras crecía me dio una visión dura/legalista del sabbat.

ORAR

Dedica unos minutos a la oración, dirigiendo tu atención hacia Dios. Considera estos puntos de oración mientras invitas a Dios a que te guíe y te guíe.

- Amado Señor, te libero a todos y a todo. ¿Qué llevas contigo que necesitas darle a Dios? Dios, te libero *esto* ... y te libero *esto* ... (nombra cosas específicas y personas que te vengan a la mente).
- Te ruego que me ayudes a escuchar tu voz por encima del ruido. Haz una pausa para un momento de silencio que te ayude a estar presente. Respira profundamente un par de veces.
- Les traigo todo lo que tengo y todo lo que soy y ruego que me llenen con más de ustedes.

EXPLORAR Y DISCUTIR

No te apresures en esto. No pasa nada si no llegas a todas las preguntas. El objetivo es tener conversaciones significativas que te ayuden a crecer en tu comprensión de la Biblia y en tu relación con Dios y con los demás. A veces tendrá sentido pasar a la siguiente pregunta. Otras veces, es posible que te detengas y los proceses un poco más. Permite que Dios guíe el ritmo de tu conversación.

Nota: El Sabbath se escribe con mayúscula cuando se refiere específicamente a la festividad judía. La palabra está en minúsculas cuando se habla más generalmente de practicar períodos de descanso.

Génesis 2:2-3 (NVI)

²Al séptimo día Dios había terminado la obra que había estado haciendo, y al séptimo día descansó de toda su obra. ³Entonces Dios bendijo el día séptimo y lo santificó, porque en él descansó de toda la obra de creación que había hecho.

La palabra descansado es la palabra hebrea *SABBAT*,
que significa detenerse, o cesar.

Bryan Jones

1. ¿Qué te enseñan esos versículos acerca del día de descanso?
2. ¿Cuándo te detienes para descansar de tu trabajo y responsabilidades?

Éxodo 16:23-30 (NVI)

²³ Él les dijo: «Esto es lo que el SEÑOR ordenó: 'Mañana será día de reposo, un día de reposo santo para el SEÑOR. Así que hornea lo que quieras hornear y hierve lo que quieras hervir. Guarda lo que quede y guárdalo hasta la mañana'».

²⁴ Así que lo guardaron hasta la mañana, como había mandado Moisés, y noapestaba ni le llenaba de gusanos. ²⁵ —Cómelo hoy —dijo Moisés—, porque hoy es día de reposo para el SEÑOR. Hoy no encontraréis nada de eso en el terreno. ²⁶ Seis días lo recogerás, pero el séptimo día, el día de reposo, no habrá.

²⁷ Sin embargo, algunos del pueblo salieron al séptimo día a recogerlo, pero no lo encontraron. ²⁸ Entonces el SEÑOR le dijo a Moisés: «¿Hasta cuándo vas a negarte a guardar mis mandamientos y mis instrucciones?» ²⁹ Tengan en cuenta que el SEÑOR les ha dado el día de reposo, por eso al sexto día les da pan para dos días. Cada uno se quedará donde está en el séptimo día; Nadie debe salir". ³⁰ Y el pueblo descansó el séptimo día.

3. ¿Por qué mandó Dios a los israelitas que observaran un día de descanso?

4. ¿Qué significa que es un día de reposo para el Señor?

5. ¿Cuál es la importancia de recolectar suficiente comida en el sexto día para cubrir el séptimo?

6. ¿Por qué crees que el pueblo se negó a guardar los mandamientos e instrucciones de Dios?

7. Si el día de reposo es una práctica regular (o semi-regular) para ti, ¿qué impacto tiene eso en tu relación con Dios? Si el día de reposo no es una práctica regular, ¿cómo sería diferente tu vida si lo incorporaras a tu ritmo semanal?

MANERAS PRÁCTICAS DE OBSERVAR EL DÍA DE REPOSO

No tienes que resolver esto por tu cuenta. Comienza pidiéndole al Espíritu que ponga pensamientos en tu mente acerca del día de descanso. Luego pasa unos minutos en silencio escuchando Su voz.

- Prepárese para el día de descanso del día anterior haciendo todos tus mandados, limpiando la casa, etc.
- Si el día de reposo es nuevo para ti, comienza con medio día.
- Prepara tu comida favorita.
- Reduce la prisa y saborea tu comida.
- Siéntese junto al fuego o flote en la piscina.
- Desconéctate de las pantallas.
- Toma una siesta.
- Evite ir de compras.
- Resiste hacer las tareas del hogar.
- No mires el mercado de valores ni leas las noticias.
- Escuche música relajante o de adoración. Fuerte o bajo.
- Lea un libro (¡seguro que hay uno al que has querido llegar!).
- Haz una lista de todas las cosas de las que te sientes responsable. Confía esto a Dios arrugando el papel y tirándolo a la basura.
- Lee un capítulo de la Biblia.
- Medita y ora.
- Haz una lista de las formas en que Dios ha obrado en tu vida (incluyendo las dificultades) y dedica tiempo a alabarlo y agradecerle por Su fidelidad.
- Ten en cuenta que Dios quiere que disfrutes de Él y de la vida que Él te ha dado. Juegue juegos de cartas o juegos de mesa. O ambas cosas. Construye un rompecabezas.
- Disfruta de un pasatiempo o aprende uno nuevo.
- Juega con tus hijos.
- Da un paseo, prestando atención especial a la belleza de la creación de Dios.
- Memoriza este versículo: *Entonces Dios bendijo el séptimo día y lo santificó, porque en él descansó de toda la obra de creación que había hecho.* **Génesis 2:3 (NVI)**
- *Dios mío...* No intentes hacer todo esto. Eso te robará el descanso y la refrigeración.
- Anota una o dos cosas útiles que hayas hecho o en las que hayas pensado durante el día. Añade a esta lista cada vez que practiques el día de reposo para que no tengas que empezar de cero cada semana.

El día de reposo es un día o tiempo intencional en el que permitimos que el amor y la maravilla de Dios nos inunden.

Dan Allender, Sabbath