

EL SÁBADO: UN DÍA DE LIBERTAD

“El sábado se hizo para el hombre, y no el hombre para el sábado” (Marcos 2:27).

SÁBADO 13 DE JULIO

¿LA ESCLAVITUD DEL SÁBADO?

Introducción | Mateo 11:28; Juan 8:31-36

¿Alguna vez te sentiste fuera de lugar en la iglesia, y pensaste: *¿No se supone que la iglesia sea un refugio para quienes necesitan desesperadamente un Salvador?* Desafortunadamente, me he sentido muchas veces fuera de lugar en la iglesia: ninguna cálida bienvenida, nada de tiempo para conectarse con los creyentes; y ni siquiera un "¡vuelve pronto! de despedida. Si yo, como miembro de iglesia, me he sentido así, ¿puedes imaginar cuántas visitas han tenido una experiencia similar? Quizás esta triste realidad está basada en nuestra percepción del sábado y su propósito. En el libro de Marcos leemos que "el sábado se hizo para el hombre, y no el hombre para el sábado" (Marcos 2:27). Pero a veces perdemos de vista el propósito del sábado y terminamos quebrantándolo sin siquiera darnos cuenta.

Una de las mayores luchas para los israelitas en la época de Cristo era la carga de la observancia del sábado sobre ellos. Tenían tantas leyes rabínicas que muchos se volvieron inflexibles y endurecieron su corazón hacia Dios. Un sábado gravoso, sin gozo y sin comunión con Dios, no es el sábado que Dios quiere para nosotros. ¿Te sientes cargado cada sábado? Juan 8:32 nos recuerda que "la verdad los hará libres". Nuestro Salvador quiere liberarnos. Nos dio el sábado para descansar, confraternizar, adorar y hacer un alto de todas las cosas que nos apresan (escuela, trabajo, problemas, deudas, etc.). ¿Por qué todavía portamos nuestras cargas, cuando tenemos a alguien que nos hizo esta promesa? "Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados, y yo les daré descanso" (Mateo 11:28) ¿Será porque estamos tan concentrados en lo que podemos y no podemos hacer que no disfrutamos del sábado?

Una vez que nos damos cuenta de la libertad que ofrece el sábado y cómo podemos disfrutarla cada semana, nuestra observancia cambiará drásticamente. Seremos una bendición para otros porque habremos aprendido a recibir la bendición del sábado. Te desafío a hacer del sábado un día de libertad, ¡y no de esclavitud!

Juan Antialón. Rahway, Nueva Jersey, EE.UU.

SÁBADO, DÍA DE LIBERTADES

Logos | Éxodo 16:16-26; 20:8-11; Levítico 25:1-11; Deuteronomio 5:12-15; 15:1-11; Marcos 3:1-6; Lucas 6:6-11; 13:10-17; 14:1-6; Juan 5:1-18; 9:1-34.

Históricamente, el discurso religioso en cuanto al sábado se ha orientado en sus dimensiones legales y de calendario. Pero ¿existe alguna relación entre el sábado y los temas relativos a la obra de la justicia social? Esta semana analizaremos particularmente lo que la Biblia dice sobre la libertad en conexión con el sábado.

EL SÁBADO, DÍA DE DIGNIDAD

Respetado aun luego de la caída de la humanidad, el sábado ofrece una visión radical para la sociedad, en nuestro mundo plagado por el pecado. El Mandamiento del séptimo día, registrado en Éxodo 20:8 al 11 y en Deuteronomio 5:12 al 15, reconoce este día como día de descanso para toda la humanidad. En el día sábado, "ninguna obra harás tú, ni tu hijo, ni tu hija, ni tu siervo, ni tu sierva, ni tu buey, ni tu asno, ni ningún animal tuyo, ni el extranjero que está dentro de tus puertas, para que tu siervo y tu sierva puedan descansar como tú" (Deuteronomio 5:14, RVR 95). El sábado no es solo para el creyente o los ciudadanos de un solo país; ¡ni siquiera es solo para los seres humanos!

En la ley civil revelada a Moisés en el monte Sinaí, Dios les dio un año sabático a los Israelitas (*shemitá*, en hebreo). Cada siete años, debían liberar a sus compatriotas de deudas, incluyendo a quienes se hubieran esclavizado a causa de sus deudas. Dios prometió a los israelitas que "Jehová, tu Dios, te habrá bendecido" al observar la *shemitá* (Deuteronomio 15:6, RVR 95).

Además, Dios mandó al pueblo de Israel que en ese año sabático permitiera que la tierra descansara después de seis años de cultivo (Levítico 25:1-11). Pero, ¿cómo comerían en el año sabático? Increíblemente, aunque no es sorpresa, Dios prometió que produciría "como para tres años" (25:21). Dios prometió abundantemente más de lo que los Israelitas podían esperar: proveyó comida para el sexto año, y para el séptimo año de descanso, así como para el primer año del siguiente ciclo de siete años, cuando se sembrarían nuevos cultivos. De manera similar, Dios proveyó una doble porción de maná el sexto día de cada semana para los israelitas, ya que el maná no caería durante el séptimo día (Éxodo 16:16-26).

El sábado ofrece libertad de las cargas del trabajo humano. Esta libertad dada por Dios nos lleva a reconocer la dignidad y la humanidad de toda la raza humana; valores que se ven disminuidos en el mundo actual. El pueblo de Dios reconocía que todo proviene de Dios, y no de sus propias obras. Cuando guardamos el sábado aceptando el poder de Dios para proveer, nos salvaguardamos en contra de la avaricia, el egoísmo y la crueldad.

EL SÁBADO, DÍA DE IDENTIDAD

Como puedes haber comprendido de la lección hasta ahora, el sábado es más que un día que se distingue por lo que podemos y no podemos hacer. Más que cualquier otro día, el sábado nos enseña sobre la relación que Dios desea tener con nosotros y la relación que desea que tengamos los unos con los otros. Es más, a manera de recordatorio doble, nos recuerda que Dios nos dio una identidad.

El sábado es un recordatorio -o una conmemoración- de la Creación y la redención.

Cuando recordamos el sábado, recordamos que Dios es nuestro Creador y nuestro Redentor (Éxodo 20:11; Deuteronomio 5:15). Y cuando conocemos la relación que Dios tiene con nosotros, podemos llegar a vernos a nosotros mismos como era su intención: creados con un propósito y redimidos para el servicio.

El sábado nos recuerda la libertad que trae conocer la Identidad de Dios en su relación con nosotros. El mundo está buscando el significado de ser humanos y el significado de la existencia. Gran parte del dolor existencial viene de no conocer las verdaderas respuestas a esas preguntas, y esto tiene consecuencias enormes. En el séptimo día recordamos nuestros orígenes, nuestra condición actual, nuestra redención, y todo lo que Cristo es para nosotros. El sábado nos recuerda que Dios suplente nuestros deseos ontológicos más profundos.

EL SÁBADO, DÍA DE SANIDAD

Durante su ministerio, Jesús disipó malinterpretaciones sobre el sábado que se habían perpetuado por mucho tiempo. En seis de los siete milagros que realizó en sábado (la sanación del inválido en el estanque de Betesda [Juan 5:1-13]; el hombre con la mano paralizada [Marcos 3:1-6]; la mujer que llevaba 18 años enferma [Lucas 13:10-17]; el enfermo de hidropesía [Lucas 14:1-6]; y el ciego [Juan 9:1-34]), los líderes religiosos judíos acusaron a Jesús de quebrantar el sábado. Al realizar estos milagros, Jesús reveló el verdadero significado del sábado como un día de sanidad en Cristo.

El sábado nos recuerda que Jesús nos ofrece libertad en un mundo de pecado. Él quiere liberarnos de nuestras enfermedades espirituales y físicas. Quiere liberarnos de la esclavitud de la sociedad, que nubla el verdadero significado de su Palabra. Quiere liberarnos del cansador daño del pecado.

EL SÁBADO, DÍA DE LIBERTAD

Al recordar el séptimo día como Dios ordena, reconocemos que dependemos únicamente de él para nuestro sustento espiritual, físico, social y mental. En el Sermón del Monte, Jesús exhortó: "Así que no se preocupen diciendo: '¿Qué comeremos?' o '¿Qué beberemos?' o '¿Con qué nos vestiremos?' [...] Más bien, busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas les serán añadidas" (Mateo 6:31,33).

El sábado es una experiencia de la verdadera libertad que viene por confiar solo en los méritos de Jesús para que nos redima, sostenga y enseñe a amarnos unos a otros.

PARA PENSAR Y DEBATIR

¿Se te ocurren otros ejemplos de la Biblia en los que el sábado ofrece libertad?

Habiendo estudiado algunos aspectos del sábado en relación con la justicia social, ¿por qué y cómo piensas que el sábado es relevante en tu cultura y país y, de manera más general, en nuestro mundo actual?

Michel Lee, Austin, Texas, EE UU.

PRINCIPIOS SABÁTICOS PARA TODA LA HUMANIDAD

Testimonio | Éxodo 23:10, 11; Levítico 25:1, 11; Juan 5:1, 18

"Jesús les declaró que la obra de aliviar a los afligidos estaba en armonía con la ley del sábado, y en armonía con la obra de los ángeles de Dios, que siempre están descendiendo y ascendiendo entre el cielo y la tierra para servir a la humanidad doliente. Jesús dijo: 'Mi Padre hasta ahora trabaja, y yo trabajo'. Todos los días son de Dios, y apropiados para realizar sus planes en favor de la raza humana. Si la interpretación que los judíos daban a la ley era correcta, entonces era culpable Jehová, cuya obra ha vivificado y sostenido toda cosa viviente desde que echó los fundamentos de la tierra. Por tanto, el que declaró buena su obra, e instituyó el sábado para conmemorar su terminación, debía hacer un alto en su labor y detener los interminables procesos del universo'.¹

Dios no puede detener su mano por un momento, o el hombre desmayaría y moriría. Y el hombre también tiene una obra que cumplir en sábado: atender las necesidades de la vida, cuidar a los enfermos, proveer a los menesterosos. No será tenido por inocente quien descuide el alivio del sufrimiento en sábado. El santo día de reposo de Dios fue hecho para el hombre, y las obras de misericordia están en perfecta armonía con su propósito. Dios no desea que sus criaturas sufran una hora de dolor que pueda ser aliviada en sábado o cualquier otro día".²

"Cada séptimo año había una provisión especial para los pobres. El año sabático, como se lo llamaba, comenzaba al fin de la cosecha. En el tiempo de la siembra que seguía al de la siega, el pueblo no debía sembrar; no debía podar ni arreglar viñedos en la primavera: y no debía contar con una cosecha ni del campo ni de la viña. De lo que la tierra produjera espontáneamente, podían comer cuando estaba fresco, pero no podían guardar ninguna porción de esos productos en sus graneros. La producción de ese año debía dejarse para el consumo gratuito del extranjero, el huérfano y la viuda, e inclusive para los animales del campo".³

¹ *El Deseado de todas las gentes*, p. 176. | ² *Ibíd.*, p. 177. | ³ *Patriarcas y profetas*, pp. 571, 572.

PARA PENSAR Y DEBATIR

En la segunda cita, se usan las palabras "perfecta armonía" para describir la correlación entre "obras de misericordia" y la intención de Dios para el sábado. En música, la armonía se suma a la melodía y hace que la canción sea más completa y rica. ¿De qué forma las "obras de misericordia" realizadas en sábado se suman a nuestra experiencia del sábado?

Hay una clara relación entre el sábado y las obras de justicia social. ¿Cómo los principios del año sabático pueden ser parte de nuestra vida hoy?

Oliver Gragg, Madison. Nuevo Hampshire, EE. UU.

“IR A LA IGLESIA”: ¿EL ANTÍDOTO DE DIOS PARA LA VIOLENCIA ARMADA?

Evidencia | Isaías 58:10-14; 61:1, 2; Lucas 4:17-19.

Un día, en el almuerzo, le pregunté a mi amigo Chris, que es ateo, cuál pensaba que era la solución para los tiroteos en las escuelas y la violencia con armas en los Estados Unidos. Su respuesta me sorprendió: “La iglesia es lo único que conozco que puede resolver estos problemas. El problema con la violencia con armas es que estas personas atribuladas comienzan a aislarse de su comunidad. La solución es construir comunidades que lleguen a personas así. Los ateos lo han intentado, pero nunca han manejado bien esta noción de iglesia”.

La declaración de Chris me desafió a expandir mi idea de lo que significa "ir a la iglesia el sábado". Lo que Chris me describió era un centro comunitario donde los ancianos se sentaban al lado de los jóvenes, los médicos almorzaban al lado de los sin hogar, las familias podían compartir sus cargas unos con otros, y alcanzar a quienes estaban en problemas en su comunidad local. Para Chris, la iglesia era el lugar ideal para el solitario, el adicto, el atribulado, el marginado y el desesperado, adonde ir para encontrar descanso y comunidad. ¿Podrá ser que Dios designara el sábado como un antídoto para los problemas de la sociedad?

Chris me recordó lo que hizo Cristo cuando fue a la iglesia en sábado. En Lucas 4:17 al 19, Cristo leyó una porción de Isaías 61:1 y 2 (ver también Isaías 58:6), que es un pasaje del Antiguo Testamento sobre la justicia social. Isaías 58 es especialmente interesante, ya que une la justicia social (versículos 1-12) con la verdadera observancia del sábado (versículos 13, 14). Jesús estaba muy interesado en hacer en sábado las cosas escritas en Isaías 58 (Marcos 2:23-28; Lucas 6:6-11; 13:11-17; 14:1-6; Juan 5:2-9).

En mi iglesia se hace un almuerzo a la canasta cada sábado después del sermón, al que invitamos a personas que pasan hambre; después pueden llevarse las sobras también. Los sábados de tarde hay un programa para inmigrantes que quieren mejorar su inglés. Muchas personas solas que quieren hablar o ser escuchadas también encuentran una comunidad en estos eventos de los sábados por la tarde.

Al final de nuestra conversación, Chris me dijo: "Como ateo, a menudo he considerado ir a la Iglesia solamente porque son los mejores constructores de comunidad que conozco y lo que nuestra sociedad necesita para vencer problemas sociales de racismo, clasismo y violencia armada". Como cristianos, no deberíamos sorprendernos. Chris nos está llamando como Isaías profetizó que se llamaría a los guardadores del sábado: "reparadores de muros derruidos", "restauradores de calles transitables (Isaías 58:12).

PARA PENSAR Y DEBATIR

Elige un periódico local y busca identificar en sus artículos las necesidades específicas de tu comunidad local. Luego, busca en la Biblia y ora para planificar actividades que tu iglesia podría patrocinar los sábados de tarde, para suplir esas necesidades.

Jonathan Wheeler. Stanford, California, EE.UU.

VOLVER A HACER JUSTO EL SÁBADO

Cómo hacer | Salmo 92:5; Isaías 66:23; Lucas 6:9

¿Qué significa realmente la libertad del sábado? ¿Es simplemente un día centrado en nosotros mismos? ¿O un tiempo de comunión personal con Dios? En realidad, el sábado es un día apartado para mostrarnos cómo vivir en armonía con la creación y, más importante aún, con nuestro Creador. ¿Cómo se ve esto en la vida real? ¿De qué manera el sábado puede mostrarnos lo que significa amar a nuestro prójimo como Cristo nos mandó amar al "más pequeño" (Mateo 25:40,45)?

Comprende el propósito del sábado. Para apreciar el significado práctico del sábado, tenemos que mirar hacia atrás. Debemos volver a los Diez Mandamientos, y aún más atrás, a la creación del sábado. El origen del sábado está centrado en el reposo; reposo para la persona, reposo para el desconocido, reposo para la tierra (Lev. 25). Cuando comprendamos que se trata de reposo, encontraremos maneras simples de proveer reposo para la maravillosa creación de Dios, sea humana o no.

Encuentra a quienes están cerca de ti y que necesitan un descanso. El sábado fue hecho para toda la humanidad, no solo para los miembros de una religión (Marcos 2:27): después de todo, todos necesitan descanso. ¿Conoces una madre joven que nunca tiene descanso porque siempre está cuidando de sus hijos? Ofrecete a llevarlos a una caminata por la naturaleza; tú cuida de los niños y deja que la madre tenga un descanso. ¿Conoces a alguien que trabaja en una granja y tiene que hacer algunos trabajos necesarios el sábado por la mañana, como ordeñar las vacas? Ofrecete a ayudar antes de salir hacia la iglesia.

Adora con otros que aman a Dios. Aunque no siempre nos demos cuenta, la adoración en sí misma es una forma de descanso. Nos separa de las actividades diarias de trabajo y conecta nuestro corazón y mente con el Cielo, para que seamos renovados espiritualmente. Al cantar, compartir, orar y escuchar con otros creyentes, nos ayudamos unos a otros a levantar las cargas de la semana. Al unirnos al pie de la cruz, llevamos a los otros creyentes al lugar donde Cristo realizó el máximo esfuerzo por nosotros, con el propósito de que podamos tener un eterno descanso sabático en él.

Cuida también de ti mismo. El descanso sabático se aplica a todos, y eso te incluye a ti. Esto significa asegurarte de tener buena salud. Duerme durante ocho horas y come alimentos nutritivos: sal afuera para respirar aire fresco y recibir el calor del sol. Pasar tiempo en la creación de Dios te ayudará a renovar tu compromiso con la libertad del sábado.

PARA PENSAR Y DEBATIR

Haz una lista de maneras prácticas en que puedes aliviar las cargas de quienes están cerca de ti.

¿Cómo los cristianos, que conocemos la verdad del sábado, podemos asegurarnos de recordar aplicar esta verdad al cuidar de los demás seres humanos?

Jason Miller, Silver Spring, Maryland. EE. UU.

UN REGALO QUE VALE LA PENA COMPARTIR

Opinión | Mateo 12:11, 12

"¿Quién de ustedes no rescataría a su burro de un hoyo durante el sábado?" Esta pregunta la hizo Jesús a los fariseos hace más de dos mil años (ver Lucas 14:5). Aunque muchos de nosotros podríamos burlarnos por considerarla pretenciosa, también nosotros a menudo evitamos comprometernos activamente en obras de misericordia en sábado. Pero Jesús nos muestra, por ejemplo y precepto, que durante el sábado, más que en cualquier otro día, somos llamados a rescatar sus ovejas.

Jesús se deleitaba en realizar obras de misericordia y amor en sábado. Fue un sábado que sanó al inválido en el estanque de Betesda (Juan 5), abrió los ojos de un hombre que había nacido ciego (Juan 9:14), libró a una mujer que había sido afligida por un espíritu por 180 años (Lucas 13:11-16), y restauró la mano paralizada de un hombre (Mateo 12:9-13).

Al sacar en sábado a las personas del sufrimiento, la enfermedad y el pecado, Jesús les otorgó descanso de las cosas que las afligían, y así compartió el sábado con ellas en un sentido más real. Su mayor gozo era asegurarse de que otros pudieran descansar de sus cargas en sábado.

Y si pensamos de esta manera sobre el sábado -como un descanso al que podemos invitar activamente a otros-, el servicio se hace fundamental para nuestra experiencia de adoración. Al reconocer a quienes nos rodean como ovejas de Jesús, no podemos dejarlos en el hoyo del pecado, del dolor y del sufrimiento mientras nosotros disfrutamos del sábado en la comodidad de nuestras iglesias y hogares. Vamos a querer que ellos disfruten del mismo descanso que nosotros, no solo compartiendo con ellos la enseñanza bíblica del sábado, sino también con acciones prácticas de bondad. Ya sea visitando al enfermo, animando al doliente o alimentando al hambriento, los invitamos, aunque sea por un ratito, a descansar de las pesadas cargas que llevan.

Este tipo de servicio nos hace desenfocarnos de nuestro yo, y nos bendice tanto como bendice a otros. La compasión, la empatía y la misericordia alegran tanto al receptor como al dador. La "adrenalina del ayudador" es real: dar realmente nos hace felices.¹

En lo más profundo, en su mismo centro, el sábado nos recuerda que Dios es nuestro Creador y Redentor, y que todo lo que tenemos es un regalo de él. Pero recibimos sus bendiciones para poder ser una bendición para otros. El sábado es uno de sus mayores regalos, ¿por qué no compartirlo?

¹ Sander Van der Linden, "The Helper's High: Why It Feels So Good to Give". *OdeWire.com*, diciembre de 2011, pp. 26, 27.

PARA PENSAR Y DEBATIR

¿Por qué los actos de bondad y misericordia en sábado son aún más especiales?

¿De qué manera práctica tú, tu familia y tu Iglesia pueden extender el descanso sabático a tu comunidad?

Thando Malambo Amankwah, Ottawa, Ontario, Canadá

SÁBADO: HECHO PARA EL HOMBRE

Explora | Marcos 2:27

EN RESUMEN...

En la lección de esta semana, hemos aprendido sobre el sábado y algunas maneras en que podemos guardarlo y disfrutar de las muchas libertades que en él se nos otorgan. Al detenernos para tener alivio de nuestras vidas ocupadas y adorar en el sábado, se nos recuerda que el sábado conmemora la Creación y reafirma que Dios es el Creador de la Tierra.

En Marcos 2:27, Jesús dijo: "El sábado se hizo para el hombre, y no el hombre para el sábado". Cristo nos recuerda que el sábado no es solo un ritual semanal lleno de liturgias, o una cosa más que tenemos que hacer al final de la semana. En realidad, él nos ha dado la libertad de entender y celebrar el sábado en su multifacética profundidad y belleza bíblica.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- » Ayuda a alguien a prepararse para el sábado. Por ejemplo, si tienes un compañero de pieza que no guarda el sábado, al prepararte para el sábado no limpies solo tu parte, sino también el espacio de tu compañero para que pueda experimentar descanso en el sábado.
- » Invita a tus amigos a adorar contigo en sábado.
- » Pasa el sábado en la naturaleza, solo o con amigos, y adora a Dios por medio de las bellezas naturales de la creación.
- » Dedica tiempo en sábado para trabajar como voluntario y proveer servicios a los débiles y necesitados de tu comunidad. Recuerda: es lícito hacer el bien en sábado.
- » Crea una actividad que ilustre para otros la importancia del sábado.
- » Comparte un testimonio sobre cómo el guardar el sábado ha sido una bendición para ti.

LECTURA ADICIONAL

Marcos 2; 3; Lucas 6.

Elena de White, *El Deseado de todas las gentes*, cap. 29 ("El sábado"); *Testimonios para la iglesia*, tomo 1, pp. 464, 465 ("La debida observancia del sábado").

Luden Nana Yobo, Houston, Texas, EE. UU.

MÁS PREGUNTAS (DEL FOLLETO DE ADULTOS)-----

Lee Éxodo 16:16 al 18. ¿Cuál crees que es la importancia de la medida específica para cada persona que se enfatiza en estos versículos?

¿Qué podemos hacer los viernes que nos ayude a disfrutar mejor lo que Dios nos ofrece el sábado?

Lee Éxodo 20:8 al 11 y Deuteronomio 5:12 al 15. ¿Cómo se complementan estas dos versiones del cuarto mandamiento?

¿De qué manera la observancia del sábado nos hace mejores personas, más bondadosas, más solidarias y compasivas?

Lee Éxodo 20:8 al 11. ¿Qué dice sobre los siervos y los extranjeros, y hasta los animales, y qué significa?

¿Cómo puedes compartir el sábado en tu comunidad? Es decir, ¿cómo pueden beneficiarse los demás miembros de tu comunidad por el hecho de que tú guardes el sábado?

¿Qué haces por el bien de los demás en sábado?

Lee Levítico 25:1 al 7. ¿Qué se destaca en esta clase de instrucción? ¿De qué manera podrías incorporar este tipo de principios en tu vida y tu trabajo?

¿Qué diferencia debería marcar la observancia del sábado con los otros seis días de tu semana? Al fin y al cabo, si eres codicioso, egoísta e indiferente de domingo a viernes, ¿qué importa realmente si no eres ninguna de estas cosas en sábado? (O dicho de otro modo: ¿realmente puedes no ser esas cosas en sábado si eres así el resto de la semana?)

¿De qué manera vives el sábado como una demostración de tu confianza en Dios? ¿Has tenido una experiencia similar a la del maná en tu vida, donde Dios te proveyó en respuesta a tu confianza en él? Si es así, compártelo con la clase y cuenta lo que has aprendido.

Como hemos visto en el cuarto mandamiento que se encuentra en Éxodo 20:8 al 11 y Deuteronomio 5:12 al 15, Dios enfatizó diferentes aspectos del sábado. ¿Cuál es el aspecto del sábado que más aprecias?

En clase o individualmente, aporten ideas sobre las maneras en que se pueden compartir las bendiciones y los beneficios del sábado en tu comunidad.

¿Cuáles son algunas de las formas en que el sábado te cambia la vida? ¿Hay otros aspectos de tu vida en los que los modelos y principios sabáticos deberían tener mayor impacto?