



## 2. Los descansos de Jesús

Cristian Chugchilán

Misión Argentina del Centro Oeste

San Luis, Argentina

cristian.chugchilan@adventistas.org.ar

Recibido: 31 de noviembre de 2022

Aceptado: 24 de abril de 2024

### Introducción

¿Qué pasa si el líder o el pastor se cansan? ¿Qué deben hacer cuando ya no tienen ganas de hacer lo que tienen que hacer? ¿Que se canse alguien que no posee mayor responsabilidad es justificable, pero que se canse un líder ya pareciera ser algo grave.

Recuerdo que, no hace mucho, durante los primeros años cursando la carrera de Teología, me sentí cansado física, mental y hasta espiritualmente. Pensé si yo sería el único en estar atravesando esa experiencia, y me pregunté: ¿qué tan grave puede ser esto?

Mientras estaba en este dilema, vino a mi mente la persona de Jesús. Justo había iniciado una investigación sobre su vida y liderazgo. Decidí revisar cuál fue su proceder ante el cansancio, en especial, cómo fueron sus tiempos de descanso, y extraer algunas lecciones que nos pueden ayudar a saber cómo actuar cuando nos sintamos cansados.

### Jesús y el cansancio

Con seguridad, viene a nuestro pensamiento que cuando Jesús se sentía cansado se fortalecía en la oración; efectivamente, era así. Uno de sus lugares favoritos era el monte, es decir, “los cerros que rodean el mar de Galilea, especialmente en la zona noreste”.<sup>1</sup> “Despedida a la gente, subió

---

<sup>1</sup> Francis D. Nichol, ed., *Comentario bíblico adventista del séptimo día*, vol. 1 (Florida Oeste, BA: ACES, 1995), 405.



al monte a solas a orar...” (Mt 14,23). El propósito era pasar tiempo con Dios y, a la vez, dar ejemplo a sus discípulos.

En una ocasión, oró durante toda la noche porque tenía que elegir a los doce: “Y pasó la noche orando a Dios. Cuando fue de día, llamó a sus discípulos y eligió a doce de ellos” (Lc 6,12-13). En palabras de Bietz, “Jesús fue cuidadoso en escoger a sus discípulos que trabajarían con él en esta tierra. Pero no perdió tiempo sometiéndolos a pruebas psicológicas, de aptitud, comprensión, habilidades, conducta o ajuste emocional”.<sup>2</sup> Más bien, recurrió a la oración.

Retornando al tema del descanso, ¿cómo fue su actitud? Miremos lo que la Biblia dice respecto al cansancio físico que Jesús experimentó. Él había salido de Judea e iba nuevamente a Galilea, pero antes tenía que pasar por Samaria. Fue así como llegó a la ciudad de Sicar. “Allí estaba el pozo de Jacob. Y Jesús, *cansado* del camino, se sentó junto al pozo. Era como la hora sexta [el mediodía]” (Jn 4,6; énfasis añadido). La Biblia dice literalmente que Jesús estaba cansado físicamente, con hambre y con sed. Sus discípulos había ido en busca de comida, él necesitaba tomar un descanso.

Posiblemente, “... Jesús y los discípulos habían estado en camino desde el alba, y tal vez había viajado unos 25 o 30 km. Juan con frecuencia menciona las emociones y limitaciones físicas de Jesús como un hombre entre los hombres”.<sup>3</sup> Pero jamás realizó un milagro para satisfacer sus necesidades personales o calmar los malestares provocados por la sed o el hambre.

La palabra griega *κεκοπιακῶς* (*kekopiakōs*) de Juan 4,6 proviene de *κοπιᾶω* (*kopiāō* = “cansar”, “cansarse”), de una derivación de *κόπος* (*kōpos* = “trabajar”). Se ha señalado que “Es difícil traducirlo con precisión, porque se usa para todo tipo de sufrimiento físico y moral, aflicción, tormento, dificultades, esfuerzo y cansancio, pero en griego secular especialmente para fatiga”.<sup>4</sup> Se refiere al trabajo duro, ya sea físico o intelectual.

<sup>2</sup> Reinhold R. Bietz, *Jesús, el líder* (Florida Oeste, BA: ACES, 1991), 29-30.

<sup>3</sup> Nichol, *Comentario bíblico adventista del séptimo día*, 1:915.

<sup>4</sup> Ceslas Spicq, *Theological lexicon of the New Testament*, tomo 2, trad. por James D. Ernest (Peabody, MA: Hendrickson Publishers, 1994), 322-329.

Frederick también lo describe como “llegar a cansar; esforzarse físicamente, mentalmente, o espiritualmente; trabajo duro; trabajo; esforzarse; luchar”.<sup>5</sup>

Para Josefo, *kopiáo* siempre significó “cansarse, fatigarse, agotarse”, pero *kópos* conserva la connotación de “fatiga excesiva, agotamiento”. Cuando Jesús llegó al pozo de Jacob al mediodía, en pleno calor del día, después de subir la alta meseta de Samaria, estaba más cansado de lo normal; el viaje del día había sido inusualmente difícil. “Esto explica no sólo que no fuera con sus discípulos a comprar provisiones a Sicar, sino también que se sentara tal como estaba, en el suelo, sin elegir otro lugar”.<sup>6</sup>

Jesús, como cualquier ser humano, era consciente del cansancio físico. Tal fue así que, en una ocasión, dijo: “Venid aparte, a un lugar tranquilo, y descansad un poco. Porque eran muchos los que iban y venían, de manera que ni aun tenían tiempo para comer” (Mc 6,31). Aquí, podemos ver que Jesús es quien señala la importancia del descanso (esto es maravilloso para el hombre). Más tarde, usaría sus declaraciones para hacer referencia a que él mismo era el descanso para los cansados: “Venid a mí todos los que estáis fatigados y agobiados, y yo os daré descanso” (Mt 11,28).

Mientras estemos en este mundo, todos experimentaremos cansancio. El estudiante con sus muchas tareas, el padre por sostener a su familia, la madre con los quehaceres del hogar o el trabajo, la pareja que enfrenta dificultades en su relación, el pastor al dirigir a la iglesia, etc. Por lo cual, el descanso es importante. Y es interesante ver que la Biblia muestra el principio de un descanso aún mayor, cuando Dios determinó después de la creación: “Y reposó el séptimo día” (Gn 2,2). No porque Dios se canse,

<sup>5</sup> Frederick William Danker, *Greek-English lexicon of the New Testament and other early Christian literature* (Londres: The University of Chicago Press, 2021), 494.

<sup>6</sup> Spicq, *Theological lexicon of the New Testament*, 2:327. En el NT, *κόπος/κοπιáo*: “trabajo duro” significa constante, trabajo manual exhaustivo; la fatiga de largas e incansables peregrinaciones misioneras; golpes, heridas y sufrimientos soportados en el curso de lapidaciones y motines; las calumnias e injurias de los enemigos, las humillaciones del encarcelamiento; las dificultades para gobernar y ejercer la autoridad apostólica; la preparación de sermones, discursos pronunciados al aire libre, la redacción de epístolas; cuidado de todas las iglesias y de cada alma, que no se salvarán en el camino escarpado si no es mediante una costosa resistencia y violencia. No hay vida cristiana ni ministerio apostólico sin trabajo rudo y perseverante.

sino para beneficio del hombre. También al pueblo de Israel se le dio la orden de que hiciera lo mismo: “... seis días trabajarás, pero el séptimo día será sábado de sagrado reposo, día de santa reunión” (Lv 23,3). El clímax de estos textos habla tanto del descanso físico como de la adoración a Dios. Así, el descanso existe antes del pecado y después.

Esto debe llevar a los cristianos a mantener un equilibrio entre la importancia que se le da al trabajo y el tiempo de descanso. Tal fue la situación de Cristo: “Al brocal del pozo de Sicar llegó Jesús cansado, después de una larga jornada (Jn 4,4-6). Quería descansar, pero su reposo se convirtió en trabajo, y su descanso se hizo evangelización”.<sup>7</sup> En aquellos tiempos, judíos y samaritanos no se llevaban bien, casi que se odiaban a muerte. “Los judíos tenían su templo en Jerusalén; y los samaritanos, en el monte Gezirin. La mujer pretendía seguir la tradición”.<sup>8</sup> Jesús, en el diálogo con la mujer samaritana, estaba curando de raíz la enemistad entre judíos y samaritanos. Hasta sus discípulos se sorprendieron al verlo dialogar con la samaritana. Y allí, Jesús declaró que era el Mesías (Jn 4,25-26).

Mientras Jesús descansaba en el pozo, conquistó el corazón de una mujer: “Y muchos samaritanos de esta ciudad creyeron en él por el testimonio de la mujer... Y decían a la mujer: Ya no creemos solo por tu palabra, sino porque nosotros mismos lo hemos oído, y sabemos que en verdad este es el Salvador del mundo” (cf. 39-42). Agustina Varetto explica que Jesús quería demostrar que no había pueblos ni razas indignos de ser alcanzados. Por eso fue a esta despreciada provincia: “... esta era la primera vez que Jesús muestra la universalidad de su mensaje”.<sup>9</sup> No le importaron la distancia ni el calor del día.

En otra ocasión, se muestra que Jesús “estaba en la popa, durmiendo sobre un cabezal” (Mc 4,38). Según el Evangelio de Marcos, se cree que ese día predicó cinco sermones. Obviamente, debía estar muy cansado, pero aprovechó esta situación para probar la fe de sus discípulos. “Jesús

<sup>7</sup> Luciano Jaramillo, *Un tal Jesús* (Miami, FL: Editorial Vida, 1998), 59-64.

<sup>8</sup> Abel Andrés, *Mujeres del Nuevo Testamento* (Buenos Aires: Talleres Gráficos de LEC, 1969), 41.

<sup>9</sup> Agustina Varetto de Canclini, *Más mujeres del evangelio* (Buenos Aires: Junta Bautista de Publicaciones, 1873), 27.

se levantó, reprendió al viento y dijo al mar: ‘¡Calla! ¡Enmudece!’. Y el viento cesó, y vino una gran calma. Y a ellos les dijo: ‘Por qué estáis así atemorizados? ¿Cómo aún no tenéis fe?’” (Mc 4,39-40).

Interesante: los descansos de Jesús parecen ser un respiro antes de realizar una obra mayor. Sinceramente, cuando estamos cansados, ¿no queremos solo meternos a la cama y que nadie nos moleste? ¿No buscamos tomar algo mientras escuchamos una música relajante? Por lo visto, el descanso de Jesús era muy diferente al que a veces pretendemos tener. Él tenía clara la misión que había venido a cumplir, fue *kerigmática*.<sup>10</sup> Merly Doney dice que “Jesús tenía poco tiempo para él mismo, desde la mañana hasta la noche estaba rodeado de personas que esperaban su ayuda”.<sup>11</sup>

Para nuestra sorpresa, los Evangelios presentan a Jesús haciendo un arduo trabajo. El Getsemaní nos muestra otra escena de la obra realizada a pesar de experimentar un cansancio agobiador, al punto de pedirle a su Padre “si es posible, pase de mí esta copa; pero no sea como yo quiero, sino como tú” (Mt 26,39). ¡Sorprendente! En medio de un cansancio al límite, hizo la voluntad de Dios para salvar al mundo.

Hoy, Jesús ya no está físicamente aquí en la tierra, pero ¿cómo manifiesta un descanso activo? Morris Venden explica que “nunca estaremos sin un intercesor por nuestra salvación. En otras palabras, Cristo continuamente efectúa la intercesión que nos salva del pecado y de la muerte”.<sup>12</sup> El apóstol Pablo dice: “¿Quién condenará? Cristo es el que murió; más aún, el que también resucitó, el que además está a la diestra de Dios e intercede por nosotros” (Ro 8,34) “... ya que está siempre vivo para interceder por ellos” (Hb 7,25).

Mientras intercede por nosotros, está haciendo algo más: “Voy pues a preparar un lugar para vosotros. Y después que me vaya y os prepare lugar,

<sup>10</sup> Jorge A. León, *Psicología pastoral de la iglesia* (Miami, FL: Editorial Caribe, 1978), 105, 106. Es decir, la proclamación del evangelio y la función terapéutica, pues vino también a brindar curación. Fue predicador y, a la vez, el pastor que cuidó y curó a las ovejas. Jesús envió a sus discípulos con la misma misión que la suya, la de “predicar el reino y sanar a los enfermos” (Lc 9,2).

<sup>11</sup> Merly Doney, *Jesus, the man who changed history* (Batavia, IL: Lion, 1998), 8.

<sup>12</sup> Morris Venden, *Nunca sin un intercesor* (Florida Oeste, BA: ACES, 1998), 63.

vendré otra vez, y os llevaré conmigo, para que donde yo esté, vosotros también estéis” (Jn 14,2-3). “Entonces vi un cielo nuevo y una tierra nueva” (Ap 21,1).

### Nuestro descanso

Revisar los descansos de Jesús nos lleva a examinar cómo están los nuestros. ¿Cómo dedicar tiempo para descansar sin sentirnos culpables y pensar que estamos haciendo un mal uso de él? O ¿cómo descansar y a la vez estar cumpliendo la misión? Las respuestas a estos interrogantes podemos encontrarlas en la vida misma de Jesús.

Por ejemplo, el viaje a Emaús nos deja una gran lección. Dos discípulos se hallaban caminando hacia esa pequeña ciudad situada a unos doce kilómetros de Jerusalén. Pronto Jesús se unió a ellos y abrió su entendimiento para que comprendiesen lo que de él decían las Escrituras del Antiguo Testamento. “Los discípulos estaban cansados, pero la conversación no decaía... [Jesús] andaba tan cuidadosamente como ellos sobre las toscas piedras, deteniéndose de vez en cuando para descansar un poco. Así prosiguieron por el camino montañoso”.<sup>13</sup> Ya el sol se había puesto, los labradores del campo habían dejado su trabajo. Cuando los discípulos estaban por entrar en la casa, “ellos lo apremiaron a quedarse diciéndole: ‘Quédate con nosotros, porque se hace tarde y el día ha declinado’. Entró, pues, a quedarse con ellos” (Lc 24,29). Así, a pesar del cansancio de los discípulos, no se negó a entrar a la casa. Y allí, los discípulos abrieron sus ojos y reconocieron a Jesús.

Podemos mencionar lo que Elena de White afirma al respecto: “No es el trabajo lo que mata, sino la preocupación”.<sup>14</sup> Como seguidores de Jesús, necesitamos comprender que debemos hacer un uso correcto del tiempo y que es indispensable comprender el equilibrio que debe existir entre el trabajo y el descanso. Pero, por otro lado, refiriéndose a la temperancia en el trabajo, ella explica: “Las personas que se esfuerzan por realizar una gran cantidad de trabajo en un tiempo limitado, y continúan trabajando cuando su

<sup>13</sup> Elena de White, *La pasión de los siglos* (Earlton, NY: Homeward Publishing, 2004), 116.

<sup>14</sup> Elena de White, *Mente, carácter y personalidad*, tomo 2 (Florida Oeste, BA: ACES, 2010), 264.

mejor criterio les indica que deberían descansar, no son nunca ganadores”.<sup>15</sup> Y agrega: “Y cuando quieran echar mano de la energía que gastaron tan irresponsablemente, fracasarán en su intento, porque no la hallarán. La fuerza física ha desaparecido y ya no existen las energías mentales”.<sup>16</sup>

Esto nos indica que debemos reconocer la diferencia entre la ociosidad y el verdadero descanso. El primero nos lleva al pecado y a ser inútiles; el segundo nos lleva a despojarnos de todo, y aquí debemos seguir en lo posible el ejemplo de Jesús. Bien lo dijo el apóstol Pablo: “Así, si coméis, o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios” (1 Co 10,31), puesto que somos cristianos no solamente en el trabajo, sino también en la escuela, en la casa, en el parque, en la iglesia, en el supermercado, etc.

A veces, el error más grande de los líderes y pastores es lograr una hazaña grande o realizar eventos exorbitantes y después desaparecer como estrellas fugaces. Esto le brinda mala fama a su liderazgo, ¿dónde están?, ¿dónde los pueden encontrar? Las personas y la iglesia no son ingenuas y saben cuándo son tratadas como números y cuándo como seres humanos.

Esto no significa que el líder deba informar a todo el mundo qué hace y qué deja de hacer, sino que, sin importar donde esté, mientras ocupa su tiempo en el descanso, debe ser un buen mayordomo administrando sabiamente el tiempo. Pablo así lo expresó: “Mirad con cuidado cómo andáis, no como necios, sino como sabios. Aprovechad bien el tiempo, porque los días son malos” (Ef 5,15-16). Las palabras de Jesús hacen eco, al decir: “Porque ejemplo os he dado, para que como yo os he hecho, vosotros también hagáis” (Jn 13,15).

## Conclusión

Después de revisar algunas situaciones en cuanto a los descansos de Jesús, podemos ver que su descanso no consistió en hacer nada o estar ocioso; él seguía cumpliendo la tarea para la cual vino. Aún hoy, continúa

---

<sup>15</sup> Elena de White, *Consejos sobre la salud* (Miami, FL: Asociación Publicadora Interamericana, 1989), 98.

<sup>16</sup> *Ibid.*, 98.

trabajando. Él declaró: “Mi Padre trabaja hasta ahora, y yo también trabajo” (Jn 5,17). Mi intención no es que sacrifique su salud y trabaje las veinticuatro horas del día.

Elena de White dio un consejo a los observadores del sábado porque trabajaban arduamente sin conceder cambios ni plazos de descanso. Ella dice que “la recreación es necesaria para los que se dedican al trabajo físico y es aún más esencial para aquellos cuya labor es principalmente mental”.<sup>17</sup> Habla de recreaciones que son buenas para la mente y el cuerpo, la recreación al aire libre y la contemplación de las obras de Dios en la naturaleza serán del más alto beneficio. Es interesante que ella agregue lo siguiente: “Creo que mientras estamos procurando refrigerar nuestros espíritus y vigorizar nuestros cuerpos, Dios requiere de nosotros que empleemos todas nuestras facultades en todos los momentos con el mejor propósito”.<sup>18</sup>

Entonces, considero que mientras descansamos podemos seguir cumpliendo la misión: mostrando amor a nuestros seres queridos, leyendo juntos la Biblia y orando en familia antes de dormir. El descanso es parte del plan de Dios, pero no olvidemos que también daremos cuenta del tiempo empleado, incluso por los tiempos de descanso y por todo lo que hayamos hecho en esta vida. ¡Es fascinante ver en Jesús un descanso activo por la humanidad!

---

<sup>17</sup> Elena de White, *El hogar cristiano* (Florida Oeste, BA: ACES, 1973), 448.

<sup>18</sup> *Ibid.*, 450.