**El momento de “Sabbat”**  **Cultivar *la paz* es necesaria y es un proceso significativo, ya el día además de tener 24 horas… pueden ocurrir situaciones complicadas o difíciles se podría desarrollar en *un problema* que eventualmente es una oportunidad para experimentar *regocijo.***

*Dios Todopoderoso*… Tú eres merecedor (del día, de la hora o del momento de “SABBAT”). Ya que éste concepto es fundamental para la comprensión; para la práctica de nuestra fe y esencial para nuestra identidad como pueblo de Dios. “El Sabbat” es una oportunidad para una pausa con la conciencia plena de que Dios ha hecho lo necesario para nuestro bienestar. *Si creemos realmente que Dios nos sustenta, no tenemos nada de qué preocuparnos. Nuestra vida no depende de nosotros.* No obstante, es difícil dejar de trabajar y hacer un alto en nuestros planes y actividades, PERO con nuestro primer momento designado por Dios, el gozo, el descanso, y el espíritu del Sabbat sigue con nosotros, dándonos el regalo del tiempo seguro en las manos de Dios. Cuando dormimos, nuestra contribución es poca, y debemos confiar de Dios para que El se ocupe durante el momento que dormimos de nosotros y de quienes amamos.

El en momento del “Sabbat”; dedicarse al deleite, a orar, a festejar, a expresar agradecimiento, a un instante de adoración, de descanso, de celebración… recordando que nuestro trabajo en el mundo es noble y bueno, pero solamente cuando se pone en la perspectiva correcta. El Señor es nuestro gobernante en cada momento., y nosotros administradores de nuestras acciones y ejecuciones.

 **Nuestra postura con respecto al tiempo puede orientarnos, o bien hacia la gracia y el descanso, o bien hacia el esfuerzo propio y el agotamiento. El proceso de experimentar esta gracia [del tiempo de descanso] con nuestros cuerpos antes de comprenderla con nuestra mente… estamos poniendo nuestro cuerpo en un ritmo de acción; recordando que nuestra vida (nuestros días, nuestras semanas, nuestros momentos) no comienzan con nuestro esfuerzo, sino con Dios.**

**Podemos organizar nuestros momentos, nuestras horas, nuestros días, nuestros meses… ejerciendo una influencia poderosa en cuanto a cómo somos formados; y quien nos guía, recordando que el tiempo es mucho más que un recurso para el consumo humano.**

**En realidad*, el placer verdadero (en un momento de “Sabbat”) no se encuentra en hacer lo que nos guste, sino en que nos guste lo que hacemos.***