

laleydedios.org

Apéndice 5d: La comida en el sábado — guía práctica

Esta página forma parte de la serie sobre el cuarto mandamiento: El sábado:

1. Apéndice 5a: El sábado y el día de ir a la iglesia, dos cosas diferentes
2. Apéndice 5b: Cómo guardar el sábado en los tiempos modernos
3. Apéndice 5c: Cómo aplicar los principios del sábado en la vida diaria
4. Apéndice 5d: La comida en el sábado — guía práctica (Página actual).
5. Apéndice 5e: El transporte en el sábado
6. Apéndice 5f: La tecnología y el entretenimiento en el sábado
7. Apéndice 5g: El trabajo y el sábado — cómo afrontar los desafíos del mundo real

En el artículo anterior presentamos dos hábitos que sirven de guía para guardar el sábado — prepararse con anticipación y hacer una pausa para preguntarse si algo es necesario — y analizamos cómo vivir el sábado en un hogar mixto. Ahora pasamos a uno de los primeros ámbitos prácticos en los que estos principios más importan: la comida.

En cuanto los creyentes deciden guardar el sábado, surgen preguntas sobre las comidas. ***¿Debo cocinar? ¿Puedo usar mi horno o microondas? ¿Qué hay de salir a comer o pedir comida a domicilio?*** Como comer es una parte tan habitual de la vida diaria, este es un ámbito en el que la confusión surge rápidamente. En este artículo

veremos lo que dice la Escritura, cómo lo habrían entendido los antiguos israelitas y cómo se aplican estos principios en los tiempos modernos.

La comida y el sábado: más allá del fuego

El enfoque rabínico en el fuego

Entre todas las regulaciones sobre el sábado en el judaísmo rabínico, la prohibición de encender fuego en Éxodo 35:3 es una regla clave. Muchas autoridades judías ortodoxas prohíben encender o apagar una llama, utilizar aparatos que generan calor o usar dispositivos eléctricos, por ejemplo, al accionar un interruptor de luz, presionar el botón de un ascensor o encender un teléfono, basándose en este pasaje bíblico. Consideran estas actividades como variantes del acto de encender fuego y, por lo tanto, las prohíben el sábado. Aunque al principio pueda parecer que estas reglas reflejan un deseo de honrar a Dios, interpretaciones tan estrictas pueden atar a las personas a reglas humanas en lugar de liberarlas para deleitarse en el día de Dios. Estas son, de hecho, las clases de enseñanzas que Jesús condenó duramente al dirigirse a los líderes religiosos, como se ve en sus palabras: “¡Ay de ustedes, expertos en la ley, porque abruman a las personas con cargas que apenas pueden llevar, y ustedes mismos no moverán un solo dedo para ayudarlas!” (Lucas 11:46).

El cuarto mandamiento: trabajo frente a descanso, no fuego

En cambio, Génesis 2 y Éxodo 20 presentan el sábado como un día para dejar de trabajar. Génesis 2:2-3 muestra a Dios dejando de realizar su obra creadora y santificando el séptimo día. Éxodo 20:8-11 ordena a Israel recordar el sábado y no hacer ningún trabajo. **El énfasis no está en los medios (fuego, herramientas o animales), sino en el acto de trabajar.** En el mundo antiguo, encender fuego requería un esfuerzo considerable: recoger leña, producir chispas y mantener el calor. Moisés podría haber mencionado otras tareas que exigían mucho trabajo para ilustrar el mismo punto, pero

probablemente se usó el fuego porque era una tentación frecuente para ponerse a trabajar en el séptimo día (Números 15:32-36). Sin embargo, el mandamiento hace hincapié en dejar el trabajo cotidiano, no en prohibir el uso del fuego en sí. En hebreo, שָׁבַת (shavat) significa “cesar”, y este verbo es la base del nombre שַׁבָּת (Shabbat).

Un enfoque de sentido común para la comida

Visto desde esta perspectiva, el sábado llama hoy a los creyentes a **preparar la comida con anticipación y reducir al mínimo las actividades extenuantes durante sus horas sagradas**. Cocinar comidas elaboradas, preparar alimentos desde cero o realizar otras tareas de cocina que requieren mucho trabajo debe hacerse de antemano, no el sábado. Sin embargo, utilizar electrodomésticos modernos que requieren un esfuerzo mínimo — como una estufa, un horno, un microondas o una licuadora — es coherente con el espíritu del sábado cuando se usan para preparar una comida sencilla o calentar un plato ya cocinado. La cuestión no es simplemente accionar un interruptor o presionar un botón, sino usar la cocina de una manera que implique realizar el trabajo habitual de los días de semana en el santo sábado, que **debe dedicarse principalmente al descanso.**

Salir a comer el sábado

Uno de los errores más comunes entre quienes guardan el sábado en la actualidad es salir a comer el sábado. Aunque pueda parecer una forma de descanso — al fin y al cabo, ustedes no están cocinando —, **el cuarto mandamiento prohíbe explícitamente hacer que otros trabajen para ustedes**: “No hagas ningún trabajo, ni tú, ni tu hijo ni tu hija, ni tu sirviente ni tu sirvienta, ni tus animales, ni ningún extranjero que resida en tus poblaciones” (Éxodo 20:10). Cuando comen en un restaurante, obligan al personal a cocinar, servir, limpiar y manejar dinero, haciéndolo trabajar para ustedes el sábado. Incluso cuando están de viaje o en ocasiones especiales, esta práctica socava el propósito del día. Planificar las comidas con anticipación y llevar alimentos sencillos y

listos para comer garantiza que puedan seguir comiendo bien sin pedirles a otros que trabajen para ustedes.

Uso de servicios de entrega de comida a domicilio

El mismo principio se aplica a los servicios de entrega de comida a domicilio, como Uber Eats, DoorDash o aplicaciones similares. Aunque la comodidad puede resultar tentadora, especialmente si están cansados o de viaje, hacer un pedido requiere que otra persona haga las compras, prepare, transporte y entregue comida a su puerta — todo ello **trabajo realizado para ustedes durante horas sagradas**. Esto va directamente en contra del espíritu del sábado y del mandato de no hacer que otros trabajen para ustedes. Un enfoque mejor es planificar con anticipación: empaquen comida para su viaje, preparen las comidas el día anterior o tengan a mano alimentos no perecederos para emergencias. Al hacerlo, muestran respeto tanto por el mandamiento de Dios como por la dignidad de quienes, de otro modo, estarían trabajando para ustedes.