

# La importancia del ocio y el descanso en la vida del cristiano



**Jonathan Andrés Rúa Penagos**

Magíster en Teología de la Universidad Pontificia Bolivariana  
Teólogo, estudiante de Filosofía de la Fundación Universitaria Luis Amigó y de  
Licenciatura en Educación Física de la Universidad de Antioquia.  
Correo: jonarua@hotmail.com | Web: www.jonathanrúa.com



**A**l mirar la historia del cristianismo se constata que el concepto de ocio ha sido visto peyorativamente (Garrido, 2005); sin embargo, algunos estudios sobre el tema permiten acercarse a él en un sentido diferente, en donde el ser humano se dispone para liberarse de una vida agitada y excesivamente productiva (Moltmann, 1972; Rahner, 2002). La vida del cristiano también se desenvuelve en un contexto ocioso y, si miramos bien, las prácticas ociosas que allí se desarrollan son, en su mayoría, para fortalecer el seguimiento de Jesús, la opción por el bien, la justicia y los pobres.

Hay dos inquietudes que surgen en el contexto de esta reflexión. La primera, da cuenta de una hiperactividad del seguidor de Jesús. No estamos hablando de un trastorno por déficit de atención con hiperactividad, sino de una excesiva disposición para el hacer y la competencia (Scannone, 2007). Es como si el modelo del sistema de producción capitalista hubiese impreso en la vida un interés exacerbado hacia el trabajo. Y aunque actividades como

el estudio, la pastoral, las tareas administrativas y las responsabilidades en general, están minuciosamente planeadas, corren el riesgo de sumir a muchas personas en un activismo esclavizante.

Por otro lado, puede existir una comprensión en donde el tiempo libre se mira con sospecha y posibilidad para el pecado. Esta puede ser una razón para mantenerse ocupado, de allí que no quede oportunidad para “desviarse del camino”. Y es que, como veremos en párrafos posteriores, el concepto de ocio en una de sus acepciones bíblicas ha tenido una connotación negativa que puede ser re-significada. Nos preguntamos así: ¿cuál es el sentido del descanso y el ocio en la vida del cristiano?

Conviene, entonces, aclarar qué es eso de ocio y cómo la tradición bíblica ha entendido esta práctica humana. La palabra ocio se opone a otra, a la categoría de negocio. El negocio es una actividad que está destinada al lucro personal por medio del intercambio, venta o compra de bienes y servicios. Por el contrario, el ocio

es aquello que hace el hombre, o que incluso no hace, y que tiene como fin el disfrute, el goce, el placer, la recreación o el uso del tiempo libre.

Si hay algo que haga parte fundamental de la tradición judeo-cristiana es que Dios es creador. Él es quien sostiene lo que existe, sus brazos contienen toda su obra que se va re-creando permanentemente para vivir plenamente lo que su corazón ha dispuesto: "En el principio creó Dios el cielo y la tierra" (Gen 1,1). Esta afirmación tiene como telón de fondo la confianza en un Dios que libera al hombre y que espera de él que permanezca en esa libertad.

Aunque existen en la Biblia al menos dos relatos sobre la creación (Cf. Gn 1, 1-2, 4a y Gn 2, 4b-25), ambos reflejan que es Dios quien invita al ser humano a cuidar lo existente. Dios, que ve alegremente lo que hizo, propone un modelo de vida en cuya base esté la convivencia fraterna y el reconocimiento del otro como un ser digno.

El ser humano es recreado permanentemente por hacedor, y sobre todo, afirma la tradición bíblica, es en su hijo Jesucristo que esa recreación se sigue actualizando (2 Cor 5, 17). La re-creación de los cristianos consiste, en este sentido, en la manifestación permanente del amor de Dios, es decir, de la gracia, que gratuitamente se desborda en los humanos para que vivan con sentido y justicia.

Ahora bien, el hombre participa de un atributo creador de Dios; esto es, el hombre que es recrea-

do, puede crear con sus propias manos. Lo ideal es que lo que él crea y recrea esté al servicio de la paz y el bien común.

Luego de crear, Dios descansa (Gn 2, 2a). Toda esta teología del descanso es la que está detrás del precepto del sábado. La liturgia gira en torno al descanso para reconocer lo que se ha hecho y para no hacerse esclavo del trabajo.

En la Sagrada Escritura hay tres acepciones del concepto de ocio que valen la pena ser abordadas. La primera está asociada al que no hace nada, al perezoso: "Hazle trabajar para que no esté ocioso, que la ociosidad enseña muchos vicios" (Sir 33, 28). Este es el sentido clásico del concepto de ocio y es quizá el que más fuerza ha tenido en la tradición cristiana occidental. De allí que la moral, muchas veces, esté sustentada en un activismo, precisamente para no dar pie a la aparición de vicios y pasiones en el hombre.

Aunque esta es la acepción más común, no es la única. Afirma el autor sagrado: "La sabiduría del escriba se adquiere en los ratos de sosiego, el que se libera de los negocios se hará sabio" (Sir 38, 24). Por eso, el tiempo de ocio puede ser empleado para hacerse sabio, no es precisamente sólo en el trabajo donde se aprende a vivir intensamente. El ocio es, además, el tiempo en donde la liturgia se desenvuelve, el sentido liberador de las acciones simbólicas que actualizan y hacen presentes el amor de Dios, se establece en un tiempo de ocio: "No así el que se aplica de lleno a meditar la ley del Altísimo. Indaga la sabiduría de

todos los antiguos, y dedica su ocio a estudiar las profecías" (Sir 39, 1). La meditación de la Palabra, Palabra sanadora, salvífica y liberadora transcurre en tiempo de goce.

Con lo dicho hasta ahora se comprende cómo el ocio y el descanso son, más que una oportunidad para la pereza, la posibilidad para encontrarse con el Señor de la vida. Así, es menester valorar el trabajo como elemento fundamental de la cotidianidad (Pontificio Consejo Justicia y Paz, 2005, Cap. VI), pero dándole el lugar que le corresponde, de tal modo que no se convierta en un ídolo que termine por opacar la posibilidad de contemplar la mirada de Dios que se hace presente en cada momento de la vida.

## Referencias

- Biblia de Jerusalén.* (1998). Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Garrido Moreno, J. (2005). *El anfiteatro: una oscura imagen de la antigua Roma. Berceo, 149*, 153-178.
- Moltmann, J. (1972). *Sobre la libertad, la alegría y el juego.* Salamanca: Sígueme.
- Pontificio Consejo Justicia y Paz. (2005). *Compendio de la doctrina social de la Iglesia.* Bogotá: Conferencia Episcopal de Colombia.
- Rahner, H. (2002). *El hombre lúdico.* Valencia: Edicep.
- Scannone, J. C. (2007). Del individualismo competitivo a la comunión: ¿hacia un nuevo paradigma? *Stromata, 63* (1-2), 37-51.