



Apéndice 5g: El trabajo y el día de reposo — Cómo afrontar los desafíos del mundo real

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

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

Por qué el trabajo es el mayor desafío

Para la mayoría de los creyentes, el mayor obstáculo para guardar el día de reposo es el empleo. La comida, el transporte y la tecnología pueden ajustarse con preparación, pero los compromisos laborales tocan el núcleo del sustento y la identidad de una persona. En el antiguo Israel esto rara vez era un problema porque toda la nación se detenía para el día de reposo; los negocios, tribunales y mercados cerraban por defecto. Las infracciones al día de reposo a nivel comunitario eran inusuales y a menudo estaban vinculadas a periodos de desobediencia nacional o exilio (véase [Nehemías 13:15-22](#)). Hoy, sin embargo, la mayoría vivimos en sociedades donde el séptimo día es un día laboral normal, lo que convierte a este en el mandamiento más difícil de aplicar.

Pasar de los principios a la práctica

A lo largo de esta serie hemos enfatizado que el mandamiento del día de reposo es parte de la santa y eterna Ley de Dios, no una regla aislada. Los mismos principios de preparación, santidad y necesidad aplican aquí, pero las consecuencias son mayores. Decidir guardar el día de reposo

puede afectar ingresos, trayectorias profesionales o modelos de negocio. Sin embargo, la Escritura presenta de manera consistente la observancia del día de reposo como una prueba de lealtad y confianza en la provisión de Dios — **una oportunidad semanal para mostrar dónde está nuestra lealtad definitiva.**

Cuatro situaciones laborales comunes

En este artículo consideraremos cuatro categorías principales donde surgen conflictos con el día de reposo:

1. **Empleo regular** — trabajar para otra persona en comercio minorista, manufactura o empleos similares.
2. **Trabajo por cuenta propia** — administrar tu propia tienda o negocio en casa.
3. **Primeros respondedores y salud** — policías, bomberos, médicos, enfermeros, cuidadores y roles afines.
4. **Servicio militar** — tanto el servicio por conscripción como la carrera militar.

Cada situación requiere discernimiento, preparación y valentía, pero el fundamento bíblico es el mismo: “Seis días trabajarás y harás toda tu obra, mas el séptimo día es día de reposo para el SEÑOR tu Dios” ([Éxodo 20:9-10](#)).

Empleo regular

Para los creyentes en empleos regulares —comercio, manufactura, servicios u oficios similares— el mayor desafío es que **los horarios de trabajo suelen ser fijados por otra persona**. En el antiguo Israel este problema casi no existía porque toda la nación guardaba el día de reposo, pero en las economías modernas el sábado suele ser un día de alta actividad. El primer paso para quien guarda el día de reposo es **dar a conocer sus convicciones desde el principio** y hacer todo lo posible por organizar la semana laboral alrededor del día de reposo.

Si estás buscando un nuevo empleo, menciona tu observancia del día de reposo durante la entrevista y no en el currículum. Esto evita quedar descartado antes de tener oportunidad de explicar tu compromiso y también te permite destacar tu flexibilidad para trabajar otros días. **Muchos empleadores valoran a los empleados que trabajan los domingos o turnos menos deseados a cambio de tener libre el sábado.** Si ya estás contratado, pide respetuosamente quedar exento de las horas del día de reposo, ofreciendo ajustar tu horario, trabajar días festivos o recuperar horas en otros días.

Acércate a tu empleador con **honestidad y humildad, pero también firmeza**. El día de reposo no es una preferencia, sino un mandamiento. Los empleadores tienen más probabilidades de acomodar una solicitud clara y respetuosa que una vaga o titubeante. Recuerda que la preparación durante la

semana es tu responsabilidad: termina proyectos a tiempo, deja tu espacio de trabajo organizado y asegúrate de que tu ausencia en el día de reposo no cargue innecesariamente a tus compañeros. Al mostrar integridad y fiabilidad, fortaleces tu caso y demuestras que guardar el día de reposo produce —no impide— un mejor trabajador.

Si tu empleador se niega por completo a ajustar tu horario, considera en oración tus opciones. Algunos que guardan el día de reposo han aceptado reducciones salariales, han cambiado de departamento o incluso de carrera para obedecer el mandamiento de Dios. Aunque tales decisiones son difíciles, el día de reposo está diseñado como una prueba semanal de fe, confiando en que **la provisión de Dios es mayor que lo que pierdes al obedecerle.**

Trabajo por cuenta propia

Para quienes trabajan por cuenta propia —negocio en casa, servicios freelance o una tienda— la prueba del día de reposo luce diferente pero es igual de real. En lugar de que un empleador fije tus horas, tú mismo lo haces, lo que significa que debes **cerrar intencionalmente** durante las horas sagradas. En el antiguo Israel, los comerciantes que intentaban vender en el día de reposo fueron reprendidos ([Nehemías 13:15-22](#)). El principio sigue vigente hoy: aunque los clientes esperen tus servicios el fin de semana, Dios espera que **santifiques el séptimo día.**

Si planeas iniciar un negocio, piensa cuidadosamente cómo afectará tu capacidad para guardar el día de reposo. Algunas industrias se prestan fácilmente a cerrar el séptimo día; otras dependen de ventas o plazos de fin de semana. **Elige un negocio que permita que tú y tus empleados mantengan libre de trabajo el día de reposo.** Incorpora el cierre sabático en tu plan de negocios y en la comunicación con clientes desde el inicio. Al fijar expectativas temprano, entrenas a tus clientes a respetar tus límites.

Si tu negocio ya opera en el día de reposo, debes hacer los cambios necesarios para cerrar en el día santo —aunque cueste ingresos—. La Escritura advierte que lucrar con trabajo en el día de reposo socava la obediencia tanto como realizar el trabajo tú mismo. Las sociedades o asociaciones pueden complicar este asunto: incluso si un socio incrédulo opera el negocio en el día de reposo, **tú sigues lucrando con ese trabajo**, y Dios no acepta tal arreglo. Para honrar a Dios, quien guarda el día de reposo debe apartarse de cualquier sistema donde su ingreso dependa de trabajo sabático.

Aunque estas decisiones pueden ser costosas, también crean un testimonio poderoso. Clientes y colegas verán tu integridad y consistencia. Al cerrar tu negocio en el día de reposo, proclamas con tus acciones que tu confianza final está en la provisión de Dios y no en la producción constante.

Primeros respondedores y salud

Existe una idea extendida de que trabajar como primer respondedor o en el área de la salud es automáticamente permisible en el día de reposo. Esta noción suele surgir del hecho de que **Jesús sanó personas en el día de reposo** (véanse [Mateo 12:9-13](#); [Marcos 3:1-5](#); [Lucas 13:10-17](#)). Sin embargo, al observar más de cerca vemos que Jesús no salía de su casa en el día de reposo **con la intención de “pasar consulta”**. Sus sanidades fueron actos espontáneos de misericordia, no un patrón profesional de trabajo programado. Nunca se dio el caso de **Jesús cobrando por las sanidades**. Su ejemplo nos enseña a ayudar a quienes están en verdadera necesidad aun en el día de reposo, pero no cancela el cuarto mandamiento ni convierte la salud y la emergencia en una excepción permanente.

En nuestro mundo moderno rara vez falta personal que no guarda el día de reposo dispuesto a cubrir estos roles. Hospitales, clínicas y servicios de emergencia funcionan 24/7 y están mayormente atendidos por personas que no observan el día de reposo. Esta abundancia **elimina la justificación para que un hijo de Dios acepte deliberadamente un empleo que exija trabajo regular en el día de reposo**. Aunque suene noble, ninguna vocación —ni siquiera una centrada en ayudar— está por encima del mandato de Dios de descansar en el séptimo día. **No podemos afirmar:** “Servir a la gente es más importante para Dios que guardar Su Ley,” cuando Dios mismo ha definido para nosotros la santidad y el descanso.

Esto no significa que quien guarda el día de reposo no pueda actuar para salvar una vida o aliviar el sufrimiento en el día santo. Como enseñó Jesús, “**es lícito hacer el bien en el día de reposo**” ([Mateo 12:12](#)). Si surge una emergencia inesperada —un accidente, un vecino enfermo o una crisis en tu propia casa—, debes actuar para proteger la vida y la salud. Pero eso es muy distinto de asegurar un puesto fijo que te obliga a trabajar cada día de reposo. En raros casos donde no haya otra persona disponible, puedes verte supliendo temporalmente una necesidad crítica, pero tales situaciones deben ser excepciones, no la norma, y debes evitar cobrar por tus servicios durante esas horas.

El principio rector es distinguir entre actos espontáneos de misericordia y empleo regular. La misericordia se alinea con el espíritu del día de reposo; el trabajo planificado y con fines de lucro lo socava. En la medida de lo posible, quienes guardan el día de reposo y trabajan en salud o emergencia deben negociar horarios que respeten el día de reposo, buscar roles o turnos que no violen el mandamiento y confiar en la provisión de Dios mientras lo hacen.

Servicio militar

El servicio militar presenta un desafío particular para quienes guardan el día de reposo, porque a menudo implica **deberes obligatorios bajo autoridad gubernamental**. La Escritura ofrece ejemplos del pueblo de Dios enfrentando esta tensión. El ejército israelita, por ejemplo, marchó siete días alrededor de Jericó, lo que significa que no descansaron en el séptimo día ([Josué 6:1-5](#)), y

Nehemías describe guardias apostados en las puertas de la ciudad en el día de reposo para hacer respetar su santidad ([Nehemías 13:15-22](#)). Estos ejemplos muestran que en tiempos de defensa nacional o crisis los deberes pueden extenderse al día de reposo, pero también resaltan que tales situaciones fueron excepciones ligadas a la supervivencia colectiva, no a elecciones profesionales personales.

Para quienes son **reclutados**, el entorno no es voluntario. Estás bajo órdenes y tu capacidad para elegir el horario es muy limitada. En este caso, quien guarda el día de reposo debe aún así presentar solicitudes respetuosas a sus superiores para ser relevado de servicio en el día de reposo siempre que sea posible, explicando que el día de reposo es una convicción profundamente arraigada. Incluso si la solicitud no es concedida, el solo hecho de hacer el esfuerzo honra a Dios y puede traer un favor inesperado. Por encima de todo, mantén una actitud humilde y un testimonio consistente.

Para quienes consideran **una carrera militar**, la situación es diferente. Un puesto de carrera es una elección personal, como cualquier otra profesión. Aceptar un rol que sabes que violará regularmente el día de reposo es incompatible con el mandamiento de guardarlo santo. Al igual que en otros campos, el principio es buscar asignaciones o posiciones donde se pueda honrar tu observancia del día de reposo. Si en un área no es posible guardarlo, vuelve a considerar en oración otro camino profesional, confiando en que Dios abrirá puertas en otras direcciones.

Tanto en el servicio obligatorio como en el voluntario, la clave es **honrar a Dios dondequiera que estés**. Mantén el día de reposo en la mayor medida posible sin caer en rebeldía, mostrando respeto por la autoridad mientras vives en silencio tus convicciones. Al hacerlo, demuestras que tu lealtad a la Ley de Dios no depende de la conveniencia, sino que está arraigada en la fidelidad.

Conclusión: Vivir el día de reposo como un estilo de vida

Con este artículo completamos nuestra serie sobre el día de reposo. Desde sus fundamentos en la creación hasta su expresión práctica en la comida, el transporte, la tecnología y el trabajo, hemos visto que el cuarto mandamiento no es una regla aislada, sino un ritmo vivo tejido en la Ley eterna de Dios. Guardar el día de reposo es más que evitar ciertas actividades; se trata de prepararse con anticipación, cesar del trabajo ordinario y santificar tiempo para Dios. Se trata de **aprender a confiar en Su provisión**, modelar la semana según Sus prioridades y reflejar Su descanso en un mundo inquieto.

Sin importar tus circunstancias —sea que trabajes para otros, por cuenta propia, cuides de tu familia o sirvas en un entorno complejo—, el día de reposo sigue siendo una invitación semanal a salir del ciclo de producción y entrar en la libertad de la presencia de Dios. Al aplicar estos principios, descubrirás que el día de reposo no es una carga, sino un deleite; una señal de lealtad y una fuente de fortaleza. Entrena tu corazón para confiar en Dios no solo un día a la semana, sino cada día y en cada área de la vida.