

3. Santificarás las fiestas

Este mandamiento protege el **derecho al descanso** y la necesidad humana de celebrar. Obliga a detener la rueda de la producción y el consumo para dedicar tiempo a la dimensión espiritual, a la familia y a la comunidad. Históricamente, fue una de las primeras leyes laborales, garantizando que incluso el esclavo tuviera un día de libertad. Santificar el tiempo significa recordar que no somos máquinas y que la vida tiene un ritmo que necesita pausas para la reflexión, el culto y el encuentro con los demás.

EJEMPLO

Llega el domingo y Elena tiene la bandeja de entrada llena de correos pendientes. Siente la ansiedad de adelantar trabajo, pero decide **apagar el ordenador y el móvil**. Dedicla la mañana a su práctica espiritual y el resto del día a dar un paseo por el parque con sus seres queridos. Al establecer este límite, Elena reconoce que su valor no depende de su productividad. Protege su derecho al descanso y dedica ese tiempo a nutrir su alma y sus relaciones humanas más profundas.

