

Santificar el descans

Déu, que ens convida a treballar per col·laborar amb Ell en la Creació, vol també que descansem. El repòs merescut és voluntat de Déu per a cada un de nosaltres.

08/08/2011

«El setè dia, Déu havia acabat la seva obra. El dia setè, doncs, va reposar de tota l'obra que havia fet. Déu va beneir el dia setè i en va fer un dia sagrat, perquè aquell dia reposà de la seva obra creadora». [1] Aquestes paraules del Gènesi es troben

resumides en una frase del llibre de l'Èxode: «En sis dies el Senyor va fer el cel, la terra, el mar i tot el que s'hi mou, però el dia setè va reposar». [2] La doctrina de l'Església ha aplicat aquests textos al deure de descansar: «L'home ha d'imitar Déu tant treballant com descansant, atès que Déu mateix ha volgut presentar-li la pròpia obra creadora sota la forma del treball i del descans». [3] «Així com Déu "el dia setè, doncs, va reposar de tota l'obra que havia fet." (Gn 2,2), la vida humana segueix un ritme de treball i descans» [4]

Correspon a la persona humana perllongar l'obra creadora mitjançant el seu treball [5], sense oblidar el descans. El dia setè, que Déu santifica, té per a l'home un significat profund: d'una banda, és temps apropiat per reconèixer Déu com a autor i Senyor de tota la creació; d'altra banda, bestreta del descans i alegria definitius en la

Resurrecció i és una necessitat per seguir treballant.

El missatge de sant Josepmaria valora molt el treball, però assenyalant-li un límit. No el glorifica com si fos el fi últim, ni de bon tros presenta l'èxit professional com un ídol al qual l'home ha de sacrificar la vida. El descans no és una eventualitat opcional, és un deure de llei moral natural i un precepte de l'Església, establert com a part constitutiva de la santificació de les festes.[6]

Una vida que transcorregués submergida en els afanys del treball, com si tot depengués de la seva tasca, «correria el perill d'oblidar que Déu és el Creador, de qui depèn tot». [7] El cristià ha de fer tot per la glòria de Déu [8] i en aquest "tot" està inclòs el descans, que és part del camí de santificació. **«Tot és mitjà de santedat: el treball i el descans**

(...): en tot hem d'estimar i complir la Voluntat de Déu».[9]

Harmonitzar el treball i el descans

Déu és un Pare que coneix perfectament als seus fills. Al mateix temps que ens convida a col·laborar amb Ell en el perfeccionament de la creació mitjançant el treball, ens mana descansar per recordar-nos que el treball no és la finalitat última de la nostra vida i perquè no oblidem els nostres límits, ni la condició fràgil i trencadissa de la nostra naturalesa. La crida divina a treballar inclou el deure d'interrompre el treball, la necessitat del descans. «L'alternança entre treball i descans, pròpia de la naturalesa humana, és volguda per Déu mateix». [10]

Sobreestimar les pròpies forces podria donar lloc a danys per a la salut física i psíquica que Déu no vol i que serien obstacle per servir els altres. El descans -escriu Sant Joan

Pau II- «és una cosa sagrada, sent per a l'home la condició per alliberar-se de la sèrie, de vegades excessivament absorbent, dels compromisos terrenals i prendre consciència que tot és obra de Déu». [11]

Certament hi ha moments en què el Senyor pot demanar esforços que comportin un major desgast, però aquestes situacions han de ser moderades en la direcció espiritual, perquè només llavors tindrem la garantia que és Déu qui ens ho demana i que no ens estem enganyant amb motius humans poc clars.

Sant Josepmaria impulsava a treballar amb intensitat, combatent la mandra i el desordre, però afegia: **«¿com pot treballar l'ase si no li donen menjar, ni disposa d'un temps per a refer—se...?»** [12]. «Em sembla, per això, oportú recordar-vos la conveniència del descans. Si

arribés la malaltia, la rebrem amb alegria, com vinguda de la mà de Déu; però no podem provocar-la amb la nostra imprudència: som homes, i necessitem reposar les forces del nostre cos». [13] La vida del Beat Àlvar del Portillo és un exemple grandios d'aquesta disponibilitat per treballar amb esperit heroic de sacrifici i, alhora, de docilitat per descansar el necessari.

El descans no consisteix en el simple oci, en el sentit de mol·lície. No s'ha d'entendre negativament, sinó com una activitat positiva. **«El descans no és no fer res: és distreure'ns en activitats que exigeixen menys esforç».** [14] El descans de Déu en concloure la creació no és inactivitat. Es llegeix en l'Escriptura, en el context de l'obra creadora, que Déu juga amb l'orbe de la terra i que les seves delícies són estar amb els fills dels homes.[15] També el descans

de l'home és una activitat recreativa, i no la simple abstenció del treball.

La raó d'ésser del descans és la feina, no a l'inrevés. Es descansa per treballar, no es treballa per descansar o per obtenir els mitjans econòmics que permetin lliurar a l'oci. Conclosa la creació, Déu va descansar de la seva obra, però també va seguir actuant:

«Obra amb la força creadora, sostenint en l'existència al món que ha cridat del no-res a l'ésser, i obra amb la força salvífica en els cors dels homes, als qui ha destinat des del principi al descans (He 4, 1; 9-16) en unió amb ell mateix, a la casa del Pare (Jn 14, 2)».[16]

«Sempre he entès el descans com a apartament de les coses contingents de cada jornada, mai com a dies d'oci. Descans significa estancar: fer còpia de forces, ideals, plans... En poques paraules:

canviar d'ocupació, per tal de tornar, en acabat :—amb nova empenta:—, al quefer habitual [17]. Sant Josepmaria estima que la distracció i el descans **«són tan necessaris en la vida de cadascú com el treball».** [18]

El descans és positivament matèria de santificació. No és només una exigència de la santificació de les festes, un deixar de treballar que permet dedicar temps al culte diví, sinó una activitat que ha de ser santificada. De la mateixa manera que el cristià ha de "treballar en Crist" -viure la vida de Crist en el treball-, igualment ha de "descansar en Crist". Aquesta expressió es pot referir al repòs etern, però també s'aplica al descans en aquesta terra. "Descansar en Crist" significa, d'una banda, abandonar en Ell totes les preocupaciones [19], i això és possible en tot moment, fins i tot enmig de la feina. D'altra banda, es

pot referir-se als temps dedicats específicament al descans, i llavors "descansar en Crist" significa cercar en aquells moments la unió amb Ell, a la qual el mateix Senyor convida quan diu als Apòstols: «Veniu ara tots sols en un lloc apartat, i descanseu una mica». [20] Jesús volia que els seus descansessin amb Ell, i **«no rebutjava el descans que li oferien les seves amistats»**. [21] La unió amb Crist no ha de conèixer pauses: el descans no és parèntesi en el tracte amb Ell.

En ambients on hi ha una competitivitat exagerada que tendeix a absorbir gairebé tot el temps disponible, és especialment important no perdre la visió cristiana del descans. En particular, «el descans dominical no només afirma la primacia absoluta de Déu, sinó també la primacia i la dignitat de la persona en relació amb les exigències de la vida social i

econòmica, anticipant, en certa manera, el cel nou i la terra nova, on l'alliberament de l'esclavitud de les necessitats serà definitiva i total. El dia del Senyor esdevé així també, en la manera més propia, en el dia de l'home». [22]

Descansar com a fills de Déu

Amb la plenitud de la Revelació, en Crist, el treball i el descans assoleixen una comprensió més plena, inserits en la dimensió salvadora: el descans com a bestreta de la Resurrecció il·lumina la fatiga del treball com a unió a la Creu de Crist.

Així com en Crist, Creu i Resurrecció formen una unitat inseparable, encara que siguin dos esdeveniments històrics successius, anàlogament, el treball i el descans cal que siguin integrats en unitat vital. Per això, més enllà de la successió temporal, del canvi d'ocupació que suposa el

descans respecte del treball, es treballa i es descansa en el Senyor: es treballa i es descansa com a fills de Déu.

Aquesta nova perspectiva introdueix el descans al costat del propi treball, com una tasca filial, sense treure al treball allò que té d'esforç i fatiga. Allò que queda exclòs és un altre gènere de cansament ben diferent, que dimana de treballar per l'orgull de cercar com a meta suprema l'afirmació personal, o de treballar només per motius humans. Aquest cansament, Déu no el vol: *«És inútil que us lleveu tan de matí i aneu tan tard a reposar per menjar un pa que us guanyeu a dures penes»*. [23]

«Descanseu, fills, en la filiació divina. Déu és un Pare, ple de tendresa, d'infinít amor. Digueu-li Pare moltes vegades, i digueu-li –a soles– que l'estimeu, que l'estimeu moltíssim: que senti l'orgull i la

força de ser fills seus«. [24] Els fills de Déu trobem descans en l'abandó filial de qui sap que darrere de les dificultats i les preocupacions pròpies de la nostra condició terrenal, hi ha un Pare etern i omnipotent, que ens estima i ens sosté.

Saber-se fills de Déu; -altres Crist, el mateix Crist- mena a un treball més sacrificat i abnegat, en què s'abraça la Creu de cada dia amb l'amor de l'Esperit Sant, per complir la Voluntat de Déu sense defallir. El sentit de la filiació divina ens mou a treballar sense descans, perquè el cansament del treball passa a ser redemptor. Llavors, paga la pena entestar-se amb totes les energies en la tasca, ja que no només s'estan obtenint fruits materials, sinó que s'està portant el món a Crist.

En l'episodi de la Transfiguració es narra que «sis dies després»

d'anunciar la seva Passió i mort,
«Jesús prengué amb Ell Pere, Jaume i
Joan el seu germà, i els va conduir a
una muntanya alta, a ells sols. I es
transfigurà davant d'ells». [25] Sant
Tomàs, comentant aquest passatge,
relaciona el «sis dies després» en què
el Senyor es va manifestar als seus
deixebles per mostrar-los un
avançament de la Resurrecció
gloriosa amb el dia setè en què Déu
va descansar de l'obra creadoral. [26]
Els tres deixebles, admirats de la
glòria del Senyor expressen l'alegria
de contempla'l i el desig de
perllongar aquesta bestreta del Cel:
«és bo que estiguem aquí, si vols, hi
faré tres cabanes». [27] Però aquest
moment no anava a perpetuar-se
encara. Tanmateix el goig del Tabor
hauria de donar-los esperança per
continuar el camí que, passant per la
Creu, condueix a la Resurrecció.

Santificar el descans, i especialment
el diumenge —paradigma del

descans cristià que celebra la Resurrecció del Senyor—, ajuda a descobrir el sentit d'eternitat i contribueix a renovar l'esperança: «el diumenge significa el dia veritablement únic que seguirà al temps actual, el dia sense terme que no coneixerà ni tarda ni matí, el segle imperible que no podrà envellir, el diumenge és el prenunci incessant de la vida sense fi que reanima l'esperança dels cristians i els encoratja en el seu camí». [28]

Santificar les diversions a la llar i fora de la llar

Els primers cristians vivien la fe en un ambient hedonista i pagà. Des del principi, es van adonar que no es pot compatibilitzar el seguiment de Crist amb formes de descansar i de divertir-se que perverteixen i deshumanitzen.

Sant Agustí, amb paraules enèrgiques, deia en una homilia en

referència a espectacles d'aquest tipus: «Nega't a anar-hi, reprimint en el teu cor la concupiscència temporal, i mantent-te en una actitud forta i perseverant». [29]

Cal discernir «entre els mitjans de la cultura i les diversions que la societat ofereix, els que estiguin més d'acord amb una vida conforme als preceptes de l'Evangelí». [30] És necessària la iniciativa, amb valentia i veritable preocupació pel bé dels altres, per seleccionar diversions dignes, que responguin al sentit cristià del descans. En primer lloc a la pròpia llar: cal aprendre a passar-ho bé en família, superant la comoditat i la tendència a pensar només en un mateix, per a ocupar-se activament del descans dels altres. En les famílies amb fills petits, es requereix no poca atenció per seleccionar a la televisió els programes més adients i per veure'ls amb els fills, sense caure en la solució fàcil de deixar els més

joves sols davant el televisor o navegant a Internet. La família ha de ser una escola per aprendre a descansar pensant en els altres.

Però no només es descansa a la pròpia llar. El Beat Àlvaro, seguint l'ensenyament de sant Josepmaria, considerava una tasca important la creació d'indrets «en els quals imperi un to cristià en les relacions socials, en les diversions, en l'aprofitament del temps lliure». [31]

El Concili Vaticà II anima tots els cristians a cooperar en la imponent tasca dirigida a aconseguir «que les manifestacions i activitats culturals col·lectives, pròpies del nostre temps, es humanitzin i s'impregnin d'esperit cristià». [32]

«Família, treball, festa: tres dons de Déu, tres dimensions de la nostra existència que han de trobar un equilibri harmònic». [33] En Jesús, Maria i Josep veiem aquest equilibri

harmònic. La vida familiar i el treball no els impedièren participar en les festes: «anaven cada any a Jerusalem per la festa de la Pasqua». [34] També aquest és una manera de descansar, de conrear el tracte amb els amics, de conèixer altres famílies i de donar to a la societat.

L'Església està necessitada de persones que actuïn, amb mentalitat laïcal, en aquest camp de la nova evangelització. **Urgeix recristianitzar les festes i els costums populars. —Urgeix evitar que els espectacles públics es trobin en aquesta alternativa: o ensopits o pagans. Demana al Senyor que hi hagi qui treballi en aquesta feina d'urgència, que podríem anomenar «apostolat de la diversió». [35]**

F. J. López Díaz - C. Ruiz Montoya

[1] *Gn* 2, 1-3.

[2] *Ex* 20, 11.

[3] Joan Pau II, Litt. enc. *Laborem exercens*, 14-IX-1981, n. 25.

[4] *Catecisme de l'Església Catòlica*, n. 2184.

[5] Cf. *Catecisme de l'Església Catòlica*, n. 307.

[6] Cfr. Conc. Vaticà II, Const. past. *Gaudium et spes*, n. 67; Codi de Dret Canònic, c. 1247; *Catecisme de l'Església Catòlica*, 2184 ss.; Sant Joan Pau II, *Carta Dies Domini*, 31-V-1998.

[7] Joan Pau II, Litt. apost. *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 65.

[8] Cfr. *1 Co*, 10, 31.

[9] Sant Josepmaria, *A solas con Dios*, n. 29.

[10] Sant Joan Pau II, Litt. apost. *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 65.

[11] *Ibíd.*

[12] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 137.

[13] Sant Josepmaria, *Carta 15-X-1948*, n. 14.

[14] Sant Josepmaria, *Camí*, n. 357; cfr. *Amics de Déu*, n. 62.

[15] Cfr. *Prv* 8, 31.

[16] Sant Joan Pau II, *Enc. Laborem exercens*, 14-IX-1981, n. 25. Cfr. *Jn* 5, 17.

[17] Sant Josepmaria, *Solc*, n. 514.

[18] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 10.

[19] Cfr. *Mt* 11, 28-30.

[20] Mc 6, 31; cfr. *És Crist que passa*, n. 108.

[21] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 121.

[22] Sant Joan Pau II, *Carta Dies Domini*, 31-V-1998, n. 68.

[23] *Sal 127 (126), 2.*

[24] Sant Josepmaria, *A solas con Dios*, n. 221.

[25] *Mt 17, 1-4.*

[26] Cfr. Sant Tomàs de Aquino, In Matth. Ev., XVII, 1.

[27] *Mt 17, 4.*

[28] Cfr. Sant Joan Pau II, *Carta Dies Domini*, 31-V-1998, n. 26.

[29] Sant Agustí, Sermo, 88, 17.

[30] San Juan Pablo II, *Carta Dies Domini*, 31-V-1998, n. 68..

[31] Beat Àlvaro del Portillo, Carta pastoral, 1-VII-1988.

[32] Conc. Vaticà II, Const. past. *Gaudium et spes*, n. 61.

[33] Benet XVI, Homilia a Milà, 3-VI-2012..

[34] *Lc 2, 41*.

[35] Sant Josepmaria, *Camí*, n. 975.

Apartat sobre el treball

.....

pdf | document generat
automàticament des de [https://
opusdei.org/ca-es/article/santificar-el-
descans/](https://opusdei.org/ca-es/article/santificar-el-descans/) (17/03/2026)