

# **Les vacances: ocasió per temperar el cos i l'esperit**

Pel Sant Pare Benet XVI, la “pausa estiuenca és un do de Déu veritablement providencial” i un temps adient “per dedicar més temps a l'oració, a la lectura i a la meditació sobre els significats profunds de la vida, en el context serè de la pròpia família i dels éssers estimats”.

19/07/2005

Benet XVI va resar el matí de diumenge l'Àngelus al costat de més de sis mil persones, entre residents, estiuejants i pelegrins que van acudir a Les Combes, la localitat de la Vall d'Aosta on el Papa passa les seves vacances.

Abans de l'oració mariana, el Sant Pare es va referir al seu "estimat predecessor Joan Pau II, que durant diversos anys va transcórrer aquí breus períodes de descans" i "el record del qual està encara viu entre les estupendes muntanyes de la Vall d'Aosta".

"Aquesta pausa estiuenca -va prosseguir- és un do de Déu veritablement providencial després dels primers mesos de l'exigent servei pastoral que la Providència divina m'ha confiat".

"En el món que vivim, és gairebé una necessitat temperar de nou el cos i l'esperit, especialment per als qui

viuen en la ciutat, on les condicions de vida, amb freqüència frenètiques, deixen poc espai al silenci, a la reflexió i al contacte amb la natura. Les vacances són, a més, dies per dedicar més temps a l'oració, a la lectura i a la meditació sobre els significats profunds de la vida, en el context serè de la pròpia família i dels éssers estimats".

"En el contacte amb la natura -va concloure el Papa-, la persona troba la seva dimensió, es descobreix de nou criatura, petita però al mateix temps única, "capaç de Déu" perquè interiorment està oberta a l'Infinit. Gràcies a la recerca del sentit que sent en el seu cor, percep en el món que l'envolta la petjada de la bondat i de la providència divina i gairebé naturalment s'obre a la lloança i a l'oració".

Ciutat del Vaticà, 17 de juliol del  
2005 Vatican Information  
Service

---

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca/article/les-vacances-  
ocasio-per-temperar-el-cos-i-lesperit/](https://opusdei.org/ca/article/les-vacances-ocasio-per-temperar-el-cos-i-lesperit/)  
(16/02/2026)