

# **Descanso: acopiar fuerzas, ideas, planes...**

Proponemos algunas consideraciones que san Josemaría Escrivá hizo en sus escritos sobre el descanso y el continuo caminar hacia Dios que debe procurar cada cristiano en su vida ordinaria.

30/06/2007

**De Surco:**

- \* La santidad, el verdadero afán por alcanzarla, no se toma pausas ni vacaciones (Punto 129).
- \* Siempre he entendido el descanso como apartamiento de lo contingente diario, nunca como días de ocio.

Descanso significa represar: acopiar fuerzas, ideales, planes... En pocas palabras: cambiar de ocupación, para volver después con nuevos bríos al quehacer habitual. (Punto 514)

- \* El Señor, después de enviar a sus discípulos a predicar, a su vuelta, los reúne y les invita a que vayan con El a un lugar solitario para descansar... ¡Qué cosas les preguntaría y les contaría Jesús! Pues... el Evangelio sigue siendo actual. (Punto 470)

## **De Amigos de Dios:**

- \* Voy a proseguir este rato de charla ante el Señor, con una nota que

utilicé años atrás, y que mantiene toda su actualidad. Recogí entonces unas consideraciones de Teresa de Ávila: 'Todo es nada, y menos que nada, lo que se acaba y no contenta a Dios'. ¿Comprendéis por qué un alma deja de saborear la paz y la serenidad cuando se aleja de su fin, cuando se olvida de que Dios la ha creado para la santidad? Esforzaos para no perder nunca este punto de mira sobrenatural, tampoco a la hora de la distracción o del descanso, tan necesarios en la vida de cada uno como el trabajo. (Punto 10)

\* Pensad que Dios ama apasionadamente a sus criaturas, y ¿cómo trabajará el burro si no se le da de comer, ni dispone de un tiempo para restaurar las fuerzas, o si se quebranta su vigor con excesivos palos? Tu cuerpo es como un borrico —un borrico fue el trono de Dios en Jerusalén— que te lleva a lomos por las veredas divinas de la

tierra: hay que dominarlo para que no se aparte de las sendas de Dios, y animarle para que su trote sea todo lo alegre y brioso que cabe esperar de un jumento. (Punto 137)

\* No existen fechas malas o inoportunas: todos los días son buenos, para servir a Dios. Sólo surgen las malas jornadas cuando el hombre las malogra con su ausencia de fe, con su pereza, con su desidia que le inclina a no trabajar con Dios, por Dios. ¡Alabaré al Señor, en cualquier ocasión! (Punto 52)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde <https://opusdei.org/es-es/article/descanso-acopiar-fuerzas-ideas-planes/>  
(23/02/2026)