

# **“Descanso significa represar: acopiar fuerzas”**

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

3 de agosto

Siempre he entendido el descanso como apartamiento de lo contingente

diario, nunca como días de ocio.  
(*Surco*, 514)

Aprovéchame el tiempo. -No te olvides de la higuera maldecida. Ya hacía algo: echar hojas. Como tú...

-No me digas que tienes excusas. -No le valió a la higuera -narra el Evangelista- no ser tiempo de higos, cuando el Señor los fue a buscar en ella.

-Y estéril quedó para siempre.  
(*Camino*, 354)

Luchad contra esa excesiva comprensión que cada uno tiene consigo mismo: ¡exigíos! A veces, pensamos demasiado en la salud; en el descanso, que no debe faltar, precisamente porque se necesita para volver al trabajo con renovadas fuerzas. Pero ese descanso –lo escribí hace ya tantos años– no es no hacer nada: es distraernos en actividades

que exigen menos esfuerzo. (*Amigos de Dios*, 62)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/dailytext/descanso-  
significa-represar-acopiar-fuerzas/](https://opusdei.org/es/dailytext/descanso-significa-represar-acopiar-fuerzas/)  
(30/03/2026)