

## **“El descanso no es no hacer nada”**

Todos los pecados -me has dicho- parece que están esperando el primer rato de ocio. ¡El ocio mismo ya debe ser un pecado! -El que se entrega a trabajar por Cristo no ha de tener un momento libre, porque el descanso no es no hacer nada: es distraernos en actividades que exigen menos esfuerzo. (Camino, 357)

2 de agosto

Has de ser una brasa encendida, que lleve fuego a todas partes. Y, donde el ambiente sea incapaz de arder, has de aumentar su temperatura espiritual.

–Si no, estás perdiendo el tiempo miserablemente, y haciéndolo perder a quienes te rodean. (*Surco, 194*)

"Todo es nada, y menos que nada, lo que se acaba y no contenta a Dios" (Sta. Teresa de Jesús, Libro de la vida, 20, 26.). ¿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. (*Amigos de Dios, 10*)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/dailytext/el-descanso-no-  
es-no-hacer-nada/](https://opusdei.org/es/dailytext/el-descanso-no-es-no-hacer-nada/) (21/01/2026)