

# Audio di vita cristiana: Imparare a riposare

L'estate è un periodo di riposo e di rigenerazione, ma come si può vivere al meglio questa occasione? Come unire riposo, vita interiore e cura delle relazioni?

02/07/2021

Può capitare di non sapere come riposarsi, o di vivere la vacanza come una parentesi obbligatoria ma, in fondo, superflua: “Non siamo

abituati a pensare che il Signore  
desideri il nostro riposo”.

Partendo dalle parole di Gesù agli apostoli (“Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'”) e riprendendo un’omelia di papa Francesco sul senso della fatica, don Carlo De Marchi in questa meditazione approfondisce il senso cristiano del riposo.

**Durata: 30 minuti**

Riferimenti bibliografici: Vangelo di Marco 6,31. Papa Francesco, omelia della Santa Messa del Crisma, 2 aprile 2015.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-it/article/audio-di-vita-  
cristiana-imparare-a-riposarsi/](https://opusdei.org/it-it/article/audio-di-vita-cristiana-imparare-a-riposarsi/)  
(09/02/2026)