

“Descanso significa represar: acumular forças”

Sempre entendi o descanso como um afastar-se do acontecer diário, nunca como dias de ócio. Descanso significa represar: acumular forças, idéias, planos... Em poucas palavras: mudar de ocupação, para voltar depois - com novos brios - aos afazeres habituais.
(Sulco, 514)

03/08/2006

A santidade, o verdadeiro afã por alcançá-la, não faz pausas nem tira férias. (*Sulco*, 129)

Aproveita o tempo. - Não te esqueças da figueira amaldiçoada. Já fazia alguma coisa: dar folhas. Como tu...

Não me digas que tens desculpas. De nada valeu à figueira - narra o Evangelista - não ser tempo de figos, quando o Senhor lá os foi buscar.

- E estéril ficou para sempre.
(*Caminho*, 354)

Lutai contra essa excessiva compreensão que cada um tem para consigo mesmo. Sede exigentes convosco! Às vezes, pensamos demasiado na saúde, ou no descanso, que não deve faltar, precisamente porque é necessário para voltarmos ao trabalho com forças renovadas. Mas esse descanso - assim o escrevi há tantos anos! - não é não fazer nada; é distrair-se em atividades que

exigem menos esforço. (*Amigos de Dios*, 62)

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/descanso-significa-represar-acumular-forcas/](https://opusdei.org/pt-br/article/descanso-significa-represar-acumular-forcas/)
(28/01/2026)