

Trabalho e descanso

Deus, que nos convida a trabalhar para colaborar com Ele na Criação, quer também que descansemos. O repouso merecido é vontade de Deus para cada um de nós.

22/12/2010

«O homem tem de imitar a Deus quer trabalhando quer descansando, dado que o próprio Deus quis apresentar-lhe a própria obra criadora sob a forma de trabalho e de descanso» [1].

Estas palavras de João Paulo II fazem referência ao relato da Criação, primeiro «evangelho do trabalho» [2]. O autor sagrado, depois de narrar como Deus, durante seis dias, dá existência ao céu, à terra e a tudo o que neles existe, conclui: **"No sétimo dia Deus terminou a obra que tinha feito e descansou. E Deus abençoou o sétimo dia e o santificou, porque nesse dia Deus descansou de toda a obra que tinha realizado na criação" [3].**

A partir daí, compete ao homem aperfeiçoar essa obra divina mediante seu trabalho [4], sem esquecer que ele é também criatura, fruto do amor de Deus e chamado à união definitiva com Ele. O descanso do sétimo dia, que Deus santifica, tem para o homem um profundo significado: além de uma necessidade, é tempo apropriado para reconhecer Deus como autor e Senhor de toda a Criação, e é

antecipação do descanso e alegria definitivos na Ressurreição.

Uma vida que transcorresse submersa nos afãs do trabalho, sem considerar o fundamento de onde tudo provém e o sentido – o fim – para o qual tudo tende, «correria o perigo de esquecer que Deus é o Criador, de Quem tudo depende» [5] e para Quem tudo se orienta.

Fazer tudo para a glória de Deus – a unidade de vida – é viver com fundamento sólido e com sentido e fim sobrenaturais, é descansar na filiação divina dentro do próprio trabalho e converter o descanso em serviço a Deus e aos outros.

Na Obra, tudo é meio de santidade: o trabalho e o descanso a vida de piedade e o convívio afetuosos com todos; a alegria e a dor. Numa palavra, existe uma possibilidade de santificação em cada minuto de nossa vida: em

tudo devemos amar e cumprir a Vontade de Deus [6].

SITUAR O TRABALHO E O DESCANSO

O trabalho é um dom de Deus e a própria criação é já uma chamada [7]: o fato de que Deus chame à existência uma criatura livre e a crie por amor traz implícita uma vocação a corresponder.

O trabalho é o âmbito de encontro entre a liberdade criadora de Deus e a liberdade do homem, lugar de resposta e, portanto, de oração feita de obras e de contemplação. Vendo a mão de Deus em todas as coisas e, especialmente, nos outros homens e em si mesma, a criatura esforça-se para levar tudo à perfeição desejada por Deus, buscando assim sua própria plenitude.

O convite divino para o trabalho é consequência de um coração de Pai

que quer contar com a colaboração dos seus filhos. O esforço que essa tarefa traz consigo há de ser humilde, filial, resposta de amor e não iniciativa autônoma que procure a própria glória.

Poder-se-ia aplicar ao trabalho aquela imagem do nosso Padre, em que uma criança se aproxima de um grupo de pescadores que puxavam a rede com enorme esforço: agarrou a corda ***com suas mãozinhas e começou a puxar com evidente falta de habilidade. Aqueles pescadores rudes, nada refinados, devem ter sentido seu coração estremecer e permitiram que aquele garotinho colaborasse; não o afastaram, ainda que ele mais estorvasse do que ajudasse***[8].

Deus conhece bem as suas criaturas. Ao mesmo tempo em que nos convida a colaborar com Ele, sabe que a nossa natureza é frágil e

quebradiça. A chamada divina para o trabalho inclui a necessidade do descanso. Como se deduz do relato da criação, «a alternância entre trabalho e descanso, própria da natureza humana, é desejada pelo próprio Deus» [9].

Esta necessidade parte, em primeiro lugar, da limitação física.

Superestimar as próprias forças ou um espírito de sacrifício mal entendido poderiam dar lugar a danos na saúde, o que Deus não quer e que, a prazo, condicionariam a disponibilidade para servi-Lo. No entanto, em algum momento, o Senhor pode pedir-nos maior desgaste, situações que exijam um desprendimento heroico, inclusive da própria saúde para cumprir a Sua Vontade.

D. Álvaro, ao sair à rua com quarenta graus de febre para procurar meios econômicos, enquanto se erguiam os

edifícios de Villa Tevere, é um exemplo desse amor sem condições.

Mas, pelo mesmo motivo – servir a Deus – é bom dedicar tempo necessário ao descanso, como o nosso Padre assinalou em numerosas ocasiões: ***Parece-me, por isso, oportuno recordar-vos a conveniência do descanso. Se a doença chegar é preciso recebê-la com alegria, como vinda da mão de Deus; mas não podemos provocá-la com a nossa imprudência: somos homens e necessitamos de repor as forças do nosso corpo***[10].

Seria uma pena que, podendo descansar, diminuíssem as forças por falta de repouso. Sabendo que somos de Deus e que não nos pertencemos a nós mesmos, temos a responsabilidade de cuidar de nossa saúde, de estarmos em condições de dar a Deus toda a glória.

O descanso é também uma necessidade espiritual, «é uma coisa *sagrada*, sendo para o homem a condição para se libertar da série, por vezes excessivamente absorvente, dos compromissos terrenos, e tomar consciência de que tudo é obra de Deus» [11].

Sair das exigentes solicitações – prazos, projetos, riscos, incertezas – que demanda o trabalho profissional, facilita o sossego necessário para redimensionar a existência e a própria tarefa.

Saber desapegar-se periodicamente desses chamarizes implica, por vezes, num ato de abandono no Senhor e contribui para relativizar a importância material do que fazemos, «persuadidos de que as vitórias do homem são sinal da grandeza de Deus e consequência do Seu inefável desígnio» [12].

Trabalhamos por fidelidade, por amor, para que Deus se sirva – Ele quis servir-Se – da nossa entrega, sem nos atribuir a eficácia: **não é nada nem aquele que planta, nem aquele que rega, mas sim Aquele que dá o crescimento, Deus [13].** A interrupção do trabalho habitual ajuda a valorizar a desproporção entre a nossa contribuição pessoal e os frutos de santidade e de apostolado que produz.

Se formos objetivos, com a objetividade que dão a fé e o trato com o Senhor, veremos que também o esforço que pomos no trabalho é dom de Deus que sustenta, guia e empurra. O trabalho profissional – no laboratório, na fábrica, na oficina, no campo, no lar – sendo o eixo da santidade e a atividade que de algum modo estrutura a existência, não deve absorver outras facetas igualmente importantes.

«Portanto, se depois de seis dias de trabalho o homem procura um tempo de relaxamento e de mais atenção a outros aspectos da própria vida, isto responde a uma autêntica necessidade, em plena harmonia com a perspectiva da mensagem evangélica» [14].

Dedicar tempo à família, aos amigos; empregá-lo para incrementar a formação e a cultura e para aproximar-se do Senhor com mais calma supõem também excelentes ocasiões para procurar a santidade nas quais «as preocupações e as tarefas diárias podem encontrar sua justa dimensão: as coisas materiais pelas quais nos inquietamos dão lugar aos valores do espírito; as pessoas com as quais convivemos recuperam, no encontro e no diálogo mais sereno, seu verdadeiro rosto» [15].

O descanso responde também, portanto, à necessidade de vigiar, de parar para retificar o rumo para pôr Deus no centro e descobri-Lo nos outros. Os Convívios, um passeio com a família, os tempos de oração, as tertúlias, os tempos de retiro..., cada um destes exemplos, a seu modo, está em consonância com essa necessidade e contém notas essenciais do que significa descansar com sentido.

Repor forças no corpo e no espírito: uma mudança de atividade – o descanso não é não fazer nada – que se distancia das preocupações diárias, situando-as em sua justa medida.

Isto é particularmente importante em ambientes onde uma competitividade desmesurada, movida muitas vezes pelo desejo de glória humana, tende a absorver tal quantidade de tempo e energias que

tornam difícil atender a outras obrigações. O agir de Deus é o modelo do agir humano. Se Deus *retomou o fôlego* no sétimo dia, também o homem deve *folgar* e fazer com que aqueles que estão a seu lado, especialmente os mais necessitados, *recobrem alento* [16].

«Nesta perspectiva, o descanso dominical e festivo adquire uma dimensão *profética*, afirmando não só a primazia absoluta de Deus, mas também a primazia e a dignidade da pessoa em relação às exigências da vida social e econômica, antecipando, de certo modo, os *novos céus e a nova terra*, onde a libertação da escravidão das necessidades será definitiva e total. Em resumo, o dia do Senhor converte-se assim também, no modo mais próprio, no dia do homem» [17].

ANTECIPAÇÃO DA RESSURREIÇÃO

Com a plenitude da Revelação, em Cristo, o trabalho e o descanso atingem uma compreensão mais plena, enxertados na dimensão salvadora: o descanso como antecipação da Ressurreição ilumina a fadiga do trabalho como união à Cruz de Cristo.

«Meu Pai não cessa de trabalhar... (Jo 5, 17); trabalha com a força criadora, mantendo na existência do mundo, que chamou do nada ao ser e trabalha com a força salvífica nos corações dos homens, a quem destinou desde o princípio ao descanso (Hb 4, 1; 9-16) em união consigo próprio na casa do Pai (Jo 14, 2)» [18].

Assim como em Cristo, Cruz e Ressurreição formam uma unidade inseparável, apesar de serem dois acontecimentos históricos sucessivos, analogamente, o trabalho e o descanso devem estar integrados em

unidade vital. Por isso, para além da sucessão temporal, da mudança de ocupação que supõe o descanso em relação ao trabalho, descansa-se *no Senhor*, descansa-se *na filiação divina*.

Esta nova perspectiva introduz o descanso junto ao próprio trabalho, como uma tarefa filial, sem retirar do trabalho o que tem de esforço e fadiga. O que fica excluído é outro gênero de cansaço bem diferente, que deriva de trabalhar pelo orgulho de procurar como meta suprema a afirmação pessoal, ou de trabalhar apenas por motivos humanos. Esse cansaço, Deus não o quer: **Em vão madrugais e ides descansar tarde vós que comeis o pão de fadigas** [19].

Descansai, filhos, na filiação divina. Deus é um Pai, cheio de ternura, de amor infinito. Chamai-O Pai muitas vezes e dizei-Lhe – a

sós – que O amais, que O amais muitíssimo: que sentis o orgulho e a força de ser seus filhos[20].

Essa força de ser filhos de Deus conduz a um trabalho mais sacrificado, a uma maior abnegação, até abraçar a Cruz de cada dia com a força do Espírito Santo, para cumprir aí a Vontade de Deus, sem desfalecer; permite trabalhar sem descanso, porque o cansaço do trabalho passa a ser redentor. Então, vale a pena empenhar-se com todas as energias na tarefa porque já não só se estão obtendo frutos materiais, como se está levando o mundo a Cristo.

Quando se trabalha com essa disposição, para além do esforço humano de fazer frutificar os talentos, aparece o fruto sobrenatural de paz e alegria: **Muito bem, servo bom e fiel, já que foste fiel em poucas coisas, eu te darei muitas outras; entra no gozo do teu**

senhor [21]. E a *fecundidade apostólica*: Muito bem, servo bom, porque foste fiel em poucas coisas, serás governador de dez cidades [22].

Portanto, o trabalho «não pode consistir no mero exercício das forças humanas numa ação exterior; deve deixar um espaço interior, onde o homem, convertendo-se cada vez mais naquele que por vontade divina tem que ser, vai se preparando para aquele “descanso” que o Senhor reserva para os seus servos e amigos» [23].

No episódio da Transfiguração, narra-se que **seis dias depois de anunciar Sua Paixão e morte, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e João seu irmão, e levou-os a um monte alto, somente eles. E transfigurou-se diante deles [24].** São Tomás, comentando esta passagem, relaciona o sétimo dia em que Deus

descansou da obra criadora com o sétimo dia – **seis dias depois** – em que o Senhor se manifestou aos seus discípulos para mostrar –lhes uma antecipação da Ressurreição gloriosa, para que, levantando o olhar, não ficassem com uma visão terrena [25]. Os três discípulos, admirados diante da contemplação da glória, diante da presença do fim a que estão chamados, expressam a alegria de descansar no Senhor e com o Senhor: **que bom estarmos aqui; se quiseses farei aqui três tendas** [26] – afirma Pedro – vivendo antecipadamente a alegria e a paz do Céu. Esse momento ainda não iria perpetuar-se. No entanto, a luz e a paz do Tabor serão força para continuar o caminho que, passando pela Cruz, conduz à Ressurreição.

Nós também encontramos descanso no abandono filial: a paz e a serenidade de quem sabe que por detrás do cansaço, as dificuldades e

as preocupações próprias da nossa condição terrena, há um Pai eterno e onipotente, que nos apóia. Trabalhar com visão de eternidade evita preocupações inúteis e desassossegos infecundos e anima qualquer tarefa com o desejo de ver definitivamente o rosto de Cristo.

Santificar o descanso e especialmente o Domingo – paradigma do descanso cristão que celebra a Ressurreição do Senhor – ajuda a descobrir o sentido de eternidade e contribui para renovar a esperança: «o Domingo significa o dia verdadeiramente único que se seguirá ao tempo atual, o dia sem fim que não conhecerá nem tarde nem manhã, o século imortal que não poderá envelhecer; o Domingo é o prenúncio incessante da vida sem fim que reanima a esperança dos cristãos e os alenta no seu caminho» [27].

SANTIFICAR O DESCANSO E AS DIVERSÕES

Os primeiros cristãos viviam sua fé num ambiente hedonista e pagão. Desde o princípio, deram-se conta de que não se pode compatibilizar o seguimento de Cristo com formas de *descansar e de divertir-se* que pervertem e desumanizam.

Santo Agostinho, referindo-se a espetáculos deste tipo, dizia numa homilia: «Nega-te a ir, reprimindo no teu coração a concupiscência temporal, e mantém-te numa atitude forte e perseverante» [28]. Não é estranho que se repitam agora, em ambientes *neo-pagãos*, manifestações clamorosas dessa indigência espiritual.

É preciso discernir «entre os meios da cultura e as diversões que a sociedade oferece, aqueles que estejam mais de acordo com uma

vida conforme os preceitos do Evangelho» [29].

Não se trata de permanecer num ambiente fechado. É necessário avançar, com iniciativa, com valentia, com verdadeiro amor às almas, de modo que cada um de nós se esforce para transmitir nos ambientes sociais o sentido e o gozo cristão do descanso. Como nos recordava D. Álvaro, é um trabalho importante para cada um a criação de lugares *onde impere um tom cristão nas relações sociais, nas diversões, no aproveitamento do tempo livre* [30].

Jesus, Maria e José mostram-nos como há na vida familiar tempo para o descanso e para a festa: **iam todos os anos a Jerusalém para a festa da Páscoa** [31]. A família, espaço espiritual, é uma escola para aprender a descansar pensando nos outros. Para isso, convém programar

bem as férias, empregar os tempos de descanso para estar com os filhos, para conhecê-los bem e conversar com eles, para brincar com os menorzinhos...

É preciso aprender a divertirmo-nos em família, sem cair na solução fácil de deixar os mais jovens sozinhos à frente do televisor ou navegando na Internet. Neste sentido, selecionar os programas mais interessantes da televisão e vê-los juntamente com os filhos, ou ensiná-los a utilizar o computador com sobriedade, sabendo em cada momento para que se usa – principalmente como ferramenta de trabalho – adquirem hoje uma grande importância.

O Evangelho de São Lucas mostra também como o Menino Jesus, movido pelo Espírito Santo, aproveita a ida a Jerusalém por motivo da festa da Páscoa para iluminar os homens: **Todos os que O**

ouviam estavam maravilhados da Sua sabedoria e das Suas respostas [32].

O descanso não é uma interrupção do trabalho apostólico. Pelo contrário, abre novas possibilidades, novas ocasiões de aprofundar na amizade e conhecer pessoas e ambientes para os quais levar a luz de Cristo.

O Concílio Vaticano II incentiva todos os cristãos para este imponente trabalho: a cooperar «para que as manifestações e atividades culturais coletivas, próprias do nosso tempo, se humanizem e se impregnem de espírito cristão» [33].

A Igreja está necessitada de pessoas que atuem com *mentalidade laical*, neste campo da *nova evangelização*. Urge recristianizar as festas e costumes populares. – ***Urge evitar que os espetáculos públicos sejam vistos nesta disjuntiva: ou piegas***

ou pagãos. Pede ao Senhor que haja quem trabalhe nessa tarefa urgente, a qual podemos chamar “apostolado da diversão”[34].

1. João Paulo II, Litt. enc. Laborem exercens, 14-IX-1981, n. 25.

2. Ibid.

3. Gn 2, 1-3.

4. Cfr. Catecismo da Igreja Católica, n. 307.

5. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 65.

6. A sós com Deus, n. 29.

7. Cfr. Catecismo da Igreja Católica, n. 2566.

8. Amigos de Deus, n.14.

9. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-V-1998, n. 65.

10. Carta 15-10-1948, n. 14.

11. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 65.

12. João Paulo II, Litt. enc. Laborem exercens, 14-09-1981, n. 25.

13. 1 Cor 3, 7.

14. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 67.

15. Ibid.

16. Cfr. Catecismo da Igreja Católica, n. 2172.

17. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 68.

18. João Paulo II, Litt. enc. Laborem exercens, 14-09-1981, n. 25.

19. Sal 127 [126], 2.

20. A sós com Deus, n. 221.

21. Mt 25, 21 e 23.

22. Lc 19, 17.

23. João Paulo II, Litt. enc. Laborem exercens, 14-09-1981, n. 25.

24. Mt 17, 1-4.

25. Cfr. São Tomás, In Matth. Ev., XVII, 1.

26. Mt 17, 4.

27. Cfr. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 26.

28. Santo Agostinho, Sermões 88, 17.

29. João Paulo II, Litt. apost. Dies Domini, 31-05-1998, n. 68.

30. D. Álvaro, Cartas de Família (1), n. 386.

31. Lc 2, 41.

32. Lc 2, 47.

33. Conc. Vaticano II, Const. past. Gaudium et spes, n. 61.

34. Caminho, n. 975.

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/trabalho-e-
descanso/](https://opusdei.org/pt-br/article/trabalho-e-descanso/) (29/01/2026)