

## **“Luta contra essa frouxidão”**

És túbio se fazes  
preguiçosamente e de má  
vontade as coisas que se  
referem ao Senhor; se procuras  
com cálculo ou “manha” o  
modo de diminuir os teus  
deveres; se só pensas em ti e na  
tua comodidade; se as tuas  
conversas são ociosas e vãs; se  
não aborreces o pecado venial;  
se ages por motivos humanos.  
(Caminho, 331)

27 de setembro

Luta contra essa frouxidão que te faz preguiçoso e desleixado na tua vida espiritual. - Olha que pode ser o princípio da tibieza..., e, na frase da Escritura, aos túbios, Deus os vomitará. (*Caminho, 325*)

Que pouco Amor de Deus tens quando cedes sem luta só porque não é pecado grave! (*Caminho, 328*)

Como podes sair desse estado de tibieza, de lamentável languidez, se não empregas os meios! Lutas muito pouco e, quando te esforças, o fazes como que por birra e com desgosto, quase com o desejo de que os teus débeis esforços não produzam efeito, para assim te autojustificares: para não te exigires e para que não te exijam mais. (*Sulco, 146*)

opusdei.org/pt-br/dailytext/luta-contra-  
essa-frouxidado/ (16/01/2026)