

# Como aproveitar as férias?

Depois de enviar os seus discípulos a pregar, o Senhor reúne-os e convida-os a ir com Ele a um lugar solitário para descansar ... Reunimos 11 breves reflexões de S. Josemaria para meditar sobre o descanso.

07/08/2021

**Pode interessar :** Artigo em duas partes, que aborda alguns problemas relacionados com o cansaço e o descanso: 'Sine sole sileo': cansaço e

descanso (I) e A alma baila: cansaço e descanso (II). E para toda a família: Dez chaves para aproveitar o verão em família

1. "Parece apropriado recordar a conveniência do descanso. Se a doença vier, recebê-la-emos com alegria, como vinda da mão de Deus; mas não podemos provocá-la com a nossa imprudência: somos homens e precisamos de reabastecer as forças do nosso corpo", *Carta de S. Josemaria Escrivá*, 15-X-1948, n. 14

2. Urge recristianizar as festas e os costumes populares. - Urge evitar que os espetáculos públicos se vejam nesta disjuntiva: ou piegas, ou pagãos.

Pede ao Senhor que haja quem trabalhe nessa urgente tarefa, a que podemos chamar "apostolado da diversão", *Caminho*, 975

**Um "Amigo" que não aborrece**

3. Aquele amigo confiava-nos sinceramente que nunca se tinha aborrecido, porque nunca se tinha sentido só, sem o nosso Amigo.

Caía a tarde, com um silêncio denso... Sentiste muito viva a presença de Deus... E, com essa realidade, que paz!, Sulco, 857

4. Jesus (...) diz-nos : *se alguém tem sede, venha a Mim e beba.* E oferece-nos o Seu Coração, para encontrarmos nele o nosso repouso e a nossa fortaleza. Se aceitarmos o Seu chamamento, veremos como as Suas palavras são verdadeiras, e aumentará a nossa fome e a nossa sede, até desejarmos que Deus estabeleça no nosso coração o lugar do Seu repouso e não afaste de nós o Seu calor e a Sua luz. Cristo que passa, 170

5. Cristo, que é a nossa paz, é também o Caminho. Se queremos a paz, temos de seguir os Seus passos.

A paz é consequência da guerra, da luta, dessa luta ascética, íntima, que cada cristão deve sustentar contra tudo aquilo que, na sua vida, não é de Deus: contra a soberba, a sensualidade, o egoísmo, a superficialidade, a estreiteza do coração. É inútil clamar pelo sossego exterior se falta tranquilidade nas consciências, no fundo da alma, *porque é do coração que saem os maus pensamentos, os homicídios, os adultérios, as fornicações, os furtos, os falsos testemunhos, as blasfêmias.*

Cristo que passa, 73

6. O Senhor, depois de enviar os seus discípulos a pregar, reúne-os quando regressam, e convida-os a irem com Ele para um lugar solitário, para descansarem... Que coisas lhes perguntaria e lhes contaria Jesus! Pois olha: o Evangelho continua a ser atual. Sulco, 470

**De viagem...**

7. Escrevias-me: "Juntou-se ao nosso grupo um rapaz, que ia para o norte. Era mineiro. Cantava muito bem e foi acompanhando o nosso coro. Rezei por ele até chegar à sua estação. Ao despedir-se, comentou: "Como gostava de continuar a viagem convosco!"".

Lembrei-me imediatamente do "mane nobiscum", fica connosco, Senhor! E pedi-Lhe novamente com fé que os outros "O vejam", em cada um de nós, companheiros do "seu caminho". Sulco, 227

8. Uma saudação vibrante de um irmão recordou-te, naquele ambiente de viagem, que os caminhos honestos do mundo estão abertos para Cristo; falta apenas que nos lancemos a percorrê-los, com espírito de conquista.

Se Deus criou o mundo para os seus filhos, para o habitarem e o

santificarem; por que esperas? Sulco,  
858

9. A graça do Senhor não nos faltará, pois Deus estará a nosso lado e enviar-nos-á os seus Anjos, para que sejam nossos companheiros de viagem, nossos prudentes conselheiros ao longo do caminho, nossos colaboradores em todos os empreendimentos. *In manibus portabunt te, ne forte offendas ad lapidem pedem tuum*, diz o salmo: Os Anjos levar-te-ão nas suas mãos, para que não tropeces em nenhuma pedra. Cristo que passa, 63

## **Sem pausas**

10. A santidade, o verdadeiro afã por alcançá-la, não faz pausas nem férias. Sulco, 129

11. Todos os pecados da tua vida parecem ter-se posto de pé. - Não desanimes. - Pelo contrário, chama por tua Mãe, Santa Maria, com fé e

abandono de criança. Ela trará o sossego à tua alma. Caminho, 498

---

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/como-aproveitar-as-ferias/> (28/01/2026)