## "Descanso significa represar: acumular forças"

Sempre entendi o descanso como afastamento do trabalho diário; nunca como dias de ócio. Descanso significa represar: acumular forças, ideias, planos... Em poucas palavras: mudar de ocupação, para voltar depois – com novos brios – à actividade habitual. (Sulco, 514)

27/07/2006

A santidade, o verdadeiro afã por alcançá-la, não faz pausas nem 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 para vós próprios. Às vezes, pensamos demasiadamente na saúde e no descanso, que aliás não deve faltar, precisamente porque é preciso voltar ao trabalho com forças renovadas. Esse descanso, porém, escrevi-o há já tantos anos, não é não fazer nada, mas distrairmo-nos em actividades

que exigem menos	esforço.	(Amigos
de Deus, 62)		

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de https:// opusdei.org/pt-pt/article/descansosignifica-represar-acumular-forcas/ (22/11/2025)