

"O descanso não é não fazer nada"

Todos os pecados - disseste-me - parece que estão à espera do primeiro momento de ócio. O próprio ócio já deve ser um pecado! Quem se entrega a trabalhar por Cristo não há-de ter um momento livre, porque o descanso não é não fazer nada; é distrair-se em actividades que exigem menos esforço.
(Caminho, 357)

2 de agosto

Hás-de ser um carvão ardente que pegue fogo por toda a parte. E, onde o ambiente for incapaz de arder, hás-de aumentar a sua temperatura espiritual.

Se não, estás a perder o tempo miseravelmente e a fazê-lo perder aos que te rodeiam. (**Sulco**, 194)

Tudo o que se acaba e não contenta Deus, é nada e menos que nada.

Compreendem porque é que uma alma deixa de saborear a paz e a serenidade quando se afasta do seu fim, quando se esquece de que Deus a criou para a santidade? Esforcem-se por nunca perder este ponto de mira sobrenatural, nem sequer nos momentos de diversão ou de descanso, tão necessários como o trabalho na vida de cada um.
(**Amigos de Deus**, 10)

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
opusdei.org/pt-pt/dailytext/o-descanso-
nao-e-nao-fazer-nada/](https://opusdei.org/pt-pt/dailytext/o-descanso-nao-e-nao-fazer-nada/) (04/03/2026)