

DESCANSO

1. El descanso del cristiano.
2. Necesidad de descanso.

1. El descanso del cristiano

El descanso significa dejar las ocupaciones cotidianas, despegarse de las normales fatigas del día, de la semana y del año. Dejar y despegarse de todo cuanto podría expresarse con el símbolo «Marta». Es importante que el descanso no sea andar en vacío, que no sea solamente un vacío. Es importante que el descanso se llene con el encuentro. Pienso -sí, ciertamente- en el encuentro con la naturaleza, con las montañas, con el mar y con el arbolado. El hombre, en sabio contacto con la naturaleza, recobra la quietud y se calma interiormente. Pero eso no es aún todo lo que puede decirse del descanso. Hace falta que el descanso se llene de un contenido nuevo, con ese contenido que se expresa en el símbolo de «María». «María» significa el encuentro con Cristo, el encuentro con Dios. Significa abrir la vista interior del alma a su presencia en el mundo, abrir el oído interior a la Palabra de su verdad (JUAN PABLO II, Ángelus 20-VII-1980).

Cuéntase que el evangelista S. Juan acariciaba apaciblemente una perdiz. De pronto ve venir hacia él a cierto filósofo con el aparejo de cazador. Este se maravilla de que un varón que gozaba de tanta reputación se entretuviera en cosas insignificantes y de tan poco relieve.

¿Eres tu -le dice- ese Juan cuya insigne fama y celebridad había suscitado en mí tan gran deseo de conocerte? ¿Por qué, pues, te entretienes en tan fútiles diversiones? Por toda respuesta le dijo S. Juan: ¿Qué es esto que llevas en la mano? Un arco -respondió el otro-. Y ¿por qué no lo llevas siempre tenso? No conviene -replicó el filósofo-, porque a fuerza de estar curvado la tensión le enervaría y se echaría a perder. Así, cuando fuera necesario lanzar un disparo más potente contra alguna fiera, por haber perdido su fuerza debido a la continua rigidez, el tiro no partiría ya con la violencia necesaria. Pues bien -concluyó el Apóstol-, no te admire tampoco, joven, que yo conceda a mi espíritu este inocente y breve esparcimiento. Si de vez en cuando no le permitiese descansar de su tensión concediéndole algún solaz, la misma continuidad del esfuerzo le ablandaría, y no

podría obedecer cuando fuera necesario a las solicitudes del espíritu (CASIANO, Colaciones, 24).

El tiempo libre se debe emplear rectamente para descanso del espíritu y para cuidar la salud de la mente y del cuerpo, por medio de ocupaciones y estudios libres, por medio de viajes a otras regiones, que enriquecen el espíritu y que, además, enriquecen a los hombres con un conocimiento mutuo; por medio también de ejercicios y manifestaciones deportivas, que son una ayuda para conservar el equilibrio psíquico, incluso colectivamente, así como para establecer relaciones fraternas entre los hombres de toda condición, de todas las naciones o de razas diferentes (CONC. VAT. II, Const. Gaudium et spes, 61).

2. Necesidad de descanso

Pensad que Dios ama apasionadamente a sus criaturas, y ¿cómo trabajará el burro si no se le da de comer, ni dispone de un tiempo para restaurar las fuerzas, o si se quebranta su vigor con excesivos palos? Tu cuerpo es como un borrico -un borrico fue el trono de Dios en Jerusalén- que te lleva a lomos por las veredas divinas de la tierra: hay que dominarlo para que no se aparte de las sendas de Dios, y animarle para que su trote sea todo lo alegre y brioso que cabe esperar de un jumento (SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ DE BALAGUER, Amigos de Dios, 137).

Viéntenme algunos días -aunque no son muchas veces, y dura como tres o cuatro o cinco días-, que me parece que todas las cosas buenas y hervores y visiones se me quitan, y aún de la memoria, que aunque quiera no se qué cosa buena haya habido en mí; todo me parece sueño, o a lo menos no me puedo acordar de nada. Apriétanme los males corporales en junto; túrbaseme el entendimiento que ninguna cosa de Dios puedo pensar, ni sé en qué ley vivo. Si leo no lo entiendo; paréceme estoy llena de faltas, sin ningún ánimo para la virtud, y el grande ánimo que suelo tener queda en esto, que me parece a la menor tentación y murmuración del mundo no podría resistir. Ofréceseme entonces que no soy para nada, que quién me mete en más de lo común. Tengo tristeza, paréceme tengo engañados a todos los que tienen algún crédito de mí; querríame esconder donde nadie me viese; no deseo entonces soledad para virtud, sino de pusilanimidad; paréceme querría reñir con todos los que me contradijesen (SANTA TERESA, Primera cuenta de conciencia (1560), n. 21).

El Señor hace descansar a sus discípulos para enseñar a los que gobiernan que quienes trabajan de obra o de palabra no pueden trabajar sin interrupción (SAN BEDA, Coment. Evang. S. Marcos).

Vienen días que sola la palabra me aflige y querría irme del mundo, porque me parece me cansa en todo. Y en esto no soy sola yo, que lo he mirado en muchas personas mejores que yo y se que pasa así (SANTA TERESA, Camino de perfección, 38, 6).

¡Oh desventurada miseria humana, que quedaste tal por el pecado, que aún en lo bueno hemos menester tasa y medida, para no dar con nuestra salud en el suelo, de manera que no lo podamos gozar! Y verdaderamente conviene a muchas personas (en especial a las de flaca cabeza o imaginación) y es servir más a Nuestro Señor y muy necesario entenderse (SANTA TERESA, Fundaciones, 6, 7).

Caminaba solo al atardecer, me paseaba a la orilla del mar, porque así es como ordinariamente busco un solaz después de mis trabajos. La cuerda, en efecto, no puede soportar una tensión ininterrumpida, y las extremidades del arco necesitan un poco de relajación, si se quiere poder tensar el arco de nuevo sin que se haya hecho inútil para el arquero y que éste fuera de uso en el momento en que se le necesita (SAN GREGORIO NACIANCENO, Discurso 26, sobre si mismo).

El cuerpo suele ser tan inexorable en sus exigencias que es preciso, después, dárselo todo si se le ha negado lo poco a que tenía derecho (CASIANO, Colaciones, 23).

Los cristianos deben colaborar para que las manifestaciones culturales y las actividades colectivas, que son características de nuestro tiempo, se impregnen de espíritu humano y cristiano (CONC. VAT. II, Const. Gaudium et spes, 61).