opusdei.org

Sich erholen heißt neue Kraft schöpfen, Pläne schmieden, Ideale erneuern....

Ich habe Erholung immer als ein Ausspannen vom Alltag, aber nie als Zeit des Müßiggangs verstanden. Sich erholen heißt Kräfte sammeln, Hoffnungen beleben, Zukunftspläne erwägen - kurz: die Art der Tätigkeit wechseln, um dann mit frischem Schwung zur gewohnten Arbeit zurückzukehren.

19.07.2010

Ich habe Erholung immer als ein Ausspannen vom Alltag, aber nie als Zeit des Müßiggangs verstanden. Sich erholen heißt Kräfte sammeln, Hoffnungen beleben, Zukunftspläne erwägen - kurz: die Art der Tätigkeit wechseln, um dann mit frischem Schwung zur gewohnten Arbeit zurückzukehren.

Die Spur des Sämanns, 514

Wenn wir bei der Arbeit, im Studium, in unseren apostolischen Aufgaben ermüden und wie vor einer Mauer stehen, dann blicken wir auf Christus: auf den gütigen Jesus, auf den ermüdeten Jesus, auf den hungrigen, den durstigen Jesus. Wie leicht machst Du es uns, Herr, Dich zu verstehen! Wie leicht machst Du es uns, Dich zu lieben! Du zeigst

Dich wie einer von uns, die Sünde ausgenommen, damit es uns wirklich greifbar deutlich wird, daß wir mit Dir zusammen unsere bösen Neigungen und unsere Schuld überwinden können. Weder Müdigkeit noch Hunger, noch Durst, noch Tränen machen etwas aus... Denn auch Christus war müde und hungrig und durstig, und auch Er weinte. Was zählt, ist der Kampf, um den Willen des Vaters zu erfüllen, der im Himmel ist (vgl. *Joh* 4,34): ein liebenswerter Kampf, denn der Herr bleibt stets an unserer Seite.

Freunde Gottes, 201

Die Freude und ein ebenso übernatürlicher wie menschlicher Optimismus sind mit physischer Ermüdung, mit Schmerz und Tränen - wir haben ja ein Herz - und mit den Schwierigkeiten im inneren Leben oder im Apostolat vereinbar.

Jesus, *»perfectus Deus, perfectus Homo«* - vollkommener Gott, vollkommener Mensch -, trug in sich die ganze Seligkeit des Himmels und hat doch Erschöpfung und Müdigkeit, Weinen und Leiden erfahren wollen..., damit wir zutiefst verstehen, was es heißt, daß man, um ganz auf Gott ausgerichtet zu sein, ganz und gar menschlich sein muß.

Im Feuer der Schmiede, 290

Wehrt euch gegen diese übertriebene Selbstverzärtelung: verlangt mehr von euch! Manchmal denken wir zuviel an die Gesundheit; an die Entspannung, die sicherlich nötig ist, denn wir wollen ja mit frischer Kraft an unsere Arbeit zurückkehren, aber - so schrieb ich schon vor vielen Jahren -: Muße heißt nicht etwa Nichtstun: Sie ist vielmehr ein Sich-Entspannen bei weniger anstrengender Tätigkeit.

Freunde Gottes, 62

Warum versuchst du nicht, dein ganzes Leben - Arbeit und Muße, Weinen und Lachen - in einen einzigen Dienst an Gott zu verwandeln?

Du kannst es..., und du mußt es!

Im Feuer der Schmiede, 679

Halte dir ständig vor Augen, daß du an der menschlichen und geistlichen Bildung aller in deiner Umgebung mitwirkst. Durch das Geheimnis der Gemeinschaft der Heiligen wirkt sich dein Einfluß sogar auf alle Menschen und zu jeder Zeit aus: Wenn du arbeitest und wenn du dich ausruhst, wenn du froh und wenn du traurig bist, wenn du bei deiner Arbeit oder auf der Straße als Kind Gottes betest und der Widerschein deines Seelenfriedens nach außen dringt, wenn du gelitten und geweint hast, und doch lächelst.

Im Feuer der Schmiede, 846

Daß dir in manchen Augenblicken die Kräfte fehlen? - Warum sagst du es nicht deiner Mutter: *»Consolatrix afflictorum, auxilium christianorum..., Spes nostra, Regina apostolorum«?*

Der Weg, 515

---

pdf | automatisch generiertes Dokument von https://opusdei.org/de-ch/article/sich-erholen-heisst-neue-kraft-schopfen-plane-schmieden-ideale-erneuern/ (16.12.2025)