

# **“Erholung heißt nicht etwa Nichtstun.”**

Es scheint, hast du mir gesagt, daß alle Sünden auf den ersten müßigen Augenblick warten. Der Müßiggang selbst müsse schon eine Sünde sein. Wer sich der Arbeit für Christus verschrieben hat, darf keinen freien Augenblick haben, denn Erholung heißt nicht etwa Nichtstun: sie ist vielmehr ein Sich-Entspannen bei weniger anstrengenden Tätigkeiten. (Der Weg 357)

2. August

Du mußt selber Glut sein, um das Feuer überallhin zu tragen, und wo die Umgebung unfähig scheint, Feuer zu fangen, muß durch dich die geistliche Temperatur steigen. Andernfalls vergeudest du nur sträflich deine Zeit - und übrigens auch die Zeit der anderen, die um dich sind. (Die Spur des Sämanns 194)

Alles, was vergänglich ist und Gott mißfällt, ist nichts und weniger als nichts (Theresia von Avila, Buch ihres Lebens, 20, 26). Begreift ihr, warum eine Seele keinen Frieden und keine innere Ruhe mehr findet, wenn sie sich von ihrem Ziel entfernt und vergißt, daß Gott sie für die Heiligkeit geschaffen hat? Seht also zu, daß ihr niemals die Ausrichtung auf das Übernatürliche verliert, nicht

einmal in Zeiten der Entspannung  
oder der Erholung, die ja ebenso  
nötig sind wie die Arbeit. (Freunde  
Gottes 10)

---

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://opusdei.org/de-  
de/dailytext/erholung-heit-nicht-etwa-  
nichtstun/](https://opusdei.org/de-de/dailytext/erholung-heit-nicht-etwa-nichtstun/) (21.02.2026)