

“Sich erholen heißt Kräfte sammeln.”

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)

3. August

Ich habe Erholung immer als ein Ausspannen vom Alltag, aber nie als Zeit des Müßiggangs verstanden. (Die Spur des Sämanns 514)

Nutze mir die Zeit aus. - Vergiß nicht den Feigenbaum, der verflucht wurde. Er tat schon etwas: Blätter treiben. Wie du...

Komm mir nicht mit Entschuldigungen. - Es half dem Feigenbaum nichts, erzählt der Evangelist, daß nicht die Zeit der Feigen war, als der Herr sie pflücken wollte. Er blieb unfruchtbar für immer. (Der Weg 354)

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)

.....

pdf | automatisch generiertes
Dokument von [https://opusdei.org/de-
de/dailytext/sich-erholen-heit-krafte-
sammeln/](https://opusdei.org/de-de/dailytext/sich-erholen-heit-krafte-sammeln/) (18.03.2026)