

# Odihna

Am considerat întotdeauna odihna ca o îndepărtare de obligațiile cotidiene, niciodată ca pe niște zile de trândăvie

26.06.2020

Am considerat întotdeauna odihna ca o îndepărtare de obligațiile cotidiene, niciodată ca pe niște zile de trândăvie.

A se odihni înseamnă a-și face plinul: să aduni forțe, să faci provizie de idealuri, de proiecte...: într-un cuvânt, să schimbi preocupările

pentru a reveni apoi cu un nou elan la cele obișnuite.

*Brazdă, 514*

## **Exemplul lui Isus**

Când obosim – în muncă, la studiu, în munca apostolică –, când ni se îngustează orizontul, să îndreptăm ochii la Cristos: la bunul Isus, la Isus obosit, la Isus căruia îi este foame și sete. Cum să fac să înțeleg bine, Doamne! Cum să te iubesc! Te prezinți la noi ca unul dintre noi, egal în toate, cu excepția păcatului: pentru a ne face să atingem cu mâna că împreună cu tine vom putea învinge înclinațiile noastre rele, păcatele noastre. Pentru că nici oboseala, nici foamea, nici setea, nici lacrimile nu mai contează... Cristos a fost obosit, a simțit foamea, i-a fost sete, a plâns. Ceea ce contează este lupta – luptă amabilă, pentru că Domnul rămâne mereu cu noi –

pentru a împlini voința Tatălui care este în ceruri (Vezi In 4,34).

*Prietenii lui Dumnezeu, 201*

Bucuria, optimismul supranatural și omenesc sunt compatibile cu oboseala fizică, cu durerea, cu lacrimile – doar avem o inimă –, cu dificultățile ce se pot ivi în viața noastră interioară sau în munca noastră apostolică.

El care este *perfectus Deus, perfectus Homo* – Dumnezeu perfect și Om perfect – care se bucură de toată fericirea din Cer, El a voit să facă experiență oboselii și a epuizării, a lacrimilor și a durerii... Astfel vom putea înțelege mai bine cât trebuie să fim de umani, pentru a deveni divini cu adevărat.

*Forja, 290*

**Întoarcere la muncă**

Luptați împotriva înțelegerii excesive pe care fiecare o are despre sine: fiți exigenți cu voi înșivă!

De atâtea ori ne gândim prea mult la mântuire; la odihna, care de altfel nu trebuie să lipsească, pentru că este necesară pentru a ne întoarce la muncă cu energiile reînnoite. Dar odihna – cum am scris de mult timp – nu constă în a nu face nimic: constă în a ne distra cu activități care cer mai puțin efort.

*Prietenii lui Dumnezeu, 62*

Pentru ce nu încerci ca să-ți transforma viața întreagă într-o slujire a lui Dumnezeu: munca și odihna, necazurile și bucuriile?

— Poți să o faci..., și este de datoria ta!

*Forja, 679*

Siliți-vă de a nu pierde punctul de vedere supranatural, nici chiar în momentele de odihnă și de destindere, necesare în privința muncii din viața fiecăruia.

*Prietenii lui Dumnezeu, 10*

## **A da exemplu**

Amintește-ți mereu că în orice moment colaborezi la formarea spirituală și umană a celor care te înconjoară și a tuturor sufletelor, – preafericita Comuniune a Sfinților merge într-adevăr până acolo: când muncești și când te odihnești; când ești văzut voios sau preocupat; când, la lucru sau pe stradă, te rogi în calitate de copil al lui Dumnezeu și pacea sufletului tău transpare în afară; când se observă că ai suferit – că ai plâns –, și iată că zâmbești.

*Forja, 846*

**Cu ajutorul Sfintei Fecioare**

Îți lipsesc oare, câteodată, puterea? –  
De ce nu o spui Maicii tale:  
„Consolatrix afflictorum, auxilium  
christianorum..., Spes nostra, Regina  
apostolorum“?

*Drum*, 515

---

pdf | document generat automat din  
<https://opusdei.org/ro-ro/article/odihna/>  
(26.03.2025)