

Праця та відпочинок

Бог хоче, щоб ми не тільки старанно працювали задля участі у ділі творення, але і відпочивали.

17.12.2009

“Сам Бог побажав явити власну творчу діяльність у формі праці та відпочинку, тож людині треба наслідувати Бога і в тому, і в іншому.”[1]

Цими словами Папа Іван Павло II відсилає нас до акту Творіння, до

першого “Євангелія праці”. [2]
Священний автор, описавши, як протягом шести днів Бог дав існування небесам, землі та всьому, що на ній, завершує: *Бог закінчив сьомого дня своє діло, що його творив був, і спочив сьомого дня від усього свого діла, що творив був. І благословив Бог сьомий день і освятив його; того бо дня спочив Бог від усього свого діла, що, творячи, зробив був.* [3]

Відтоді людям довірено доповнити божественне діло створення своєю власною працею [4], не забуваючи, що вони самі є творінням - плодом Божої любові, покликаним до остаточного єднання з Ним. Освячений Богом відпочинок сьомого дня набуває глибокого людського сенсу — не лише природна потреба, але час, належний до пізнання Бога як Творця і Господа усього творіння

та очікування остаточного відпочинку й радості Воскресіння.

Життя під тиском безперервної роботи без часу на звернення до джерела, з якого усе походить і до чого як до кінцевої мети прямує, може примусити людей “забути, що Бог є нашим Творцем, від кого усе залежить”[5] і до кого все спрямовано.

Робити все задля Божої слави у цілісності життя - значить мати у житті міцну основу, надприродний сенс і мету. Це значить - під час праці мати відпочинок у нашому Богосинівстві, а наш відпочинок перетворювати на служіння Богові та ближнім.

“У Справі усе набуває значення святості: праця і відпочинок, побожне життя і радощі життя у спільноті, щастя і біль. Одним словом, кожна мить нашого життя

містить у собі можливість для освячення: ми повинні любити та сповнювати Божу волю в усьому.”[6]

Місце праці та відпочинку

Праця є Божим даром, а створення само по собі вже є закликом.[7]

Вже те, що Бог з любові викликає до існування вільне створіння, містить покликання, яке вимагає відповіді.

Праця є місцем зустрічі творчої свободи Бога з людською свободою, місцем для нашої відповіді, отже, для виражених у вчинках молитви та споглядання. Людина, яка в усій створеній реальності, а особливо в собі та інших, бачить Божу руку, намагається робити усе з бажаною Богові довершеністю, шукаючи в такий спосіб свого власного звершення.

З серця Отця, який хоче розраховувати на співпрацю зі своїми дітьми, приходить божественне запрошення до праці. Наша відповідь повинна бути простою, дитячою, що укорінюється в любові, а не у самодостатній ініціативі задля власної слави.

Щоб описати нашу працю, св. Хосемарія звертався до такого образу. Маленький хлопчик допомагав рибалкам витягувати на берег сітку, повну риби. Він вхоплювався в сітку “своїми крихітними ручками та починав щосили незграбно тягти її. Серця простих грубуватих рибалок пом'якшилися і вони дозволили дитині приєднатися до них, не проганяючи, хоча він радше перешкоджав, ніж допомагав їм.”[8]

Бог добре знає своє створіння. Запрошуючи нас до співпраці, він знає про нашу слабкість та уразливість. Божественний заклик до праці включає потребу у відпочинку. Як ми бачимо у створення “закладене у людській природі чергування праці та відпочинку є бажанням самого Бога.”[9]

Ця потреба зумовлена передусім фізичними обмеженнями. Переоцінка своїх сил або неправильне розуміння справжнього значення духа жертовності може нашкодити нашому здоров'ю, що зовсім не є Божою волею, адже це може призвести до обмеження наших можливостей у служінні Йому.

Інколи буває, звісно, наш Господь вимагає від нас більших зусиль або поміщає нас в обставини, які задля сповнення його волі

вимагають героїчної відмови навіть від нашого здоров'я. Дон Альваро, який у гарячці йшов з лікарняного ліжка шукати гроші на будівництво Вілли Тевере, є прикладом такої беззастережної любові.

Але задля служіння Богу ми потребуємо часу на відпочинок, на що неодноразово вказував наш Отець: “Я думаю, доречним буде нагадати вам про потребу відпочинку. У разі хвороби ми з радістю приймаємо її з рук Божих. Але ми не можемо провокувати її власною нерозсудливістю. Ми є людьми і потребуємо відновлення наших сил.”[10]

Шкода, якби, незважаючи на можливість відпочинку, наші сили були б підірвані через нехтування цією можливістю. Знаючи, що ми належимо не нам самим, але Богу, ми відповідальні

дбати про своє здоров'я, щоб бути здатними віддати Богові усю належну Йому славу.

Відпочинок є також і духовною потребою, “чимось *священним*, адже це є притаманний людині спосіб віддалитися від часом надмірно вимогливого кола земних справ, щоб поновити свою обізнаність у тому, що все є роботою Бога.”[11]

Час, проведений віддалік щоденної робочої атмосфери з її крайніми строками, цілями, ризиками і невизначеністю, сприяє спокою, потрібному для бачення ширшої життєвої перспективи.

Щоб розпізнати, коли саме потрібні такі періодичні віддалення від подібної атмосфери, іноді треба усамітнитися в Господі. Це також допоможе нам побачити нашу

роботу у правильній перспективі,
«у переконанні, що тріумф
людської раси є знаком величі
Божої та розквіту його власного
містичного задуму.»[12]

Ми працюємо з відданості, з
любові, щоб Бог міг скористатися
нашою самопожертвою на свій
розсуд, ніколи не приписуючи собі
жодних результатів. *Так що ні
той, хто садив, є чимось, ні той,
хто поливав, а Бог, який зрощує.*
[13] Перерва у нашій звичайній
праці допомагає нам оцінити
непропорційність нашого внеску
плодам святості й апостольства,
які він приносить.

З об'єктивного погляду,
народженого з віри та близькості
до нашого Господа, навіть наші
власні зусилля під час праці є
даром Бога, який живить,
провадить та заохочує нас.
Професійна праця, чи то в

лабораторії, на заводі, в майстерні, у полі або домашньому господарстві, є суттю нашої святості та структурою нашого існування. Але вона ніколи не повинна поглинати інших, не менш важливих, аспектів нашого життя.

“Бажання людини, після шести днів праці, ... відпочити та приділити більше уваги решті сторін життя відповідає первісній потребі, що цілковито гармонує з Євангельським баченням.”[14]

Час, проведений з родиною та друзями, у вдосконаленні формації, культурному розвитку або у спокої спілкування з Господом, є чудовою нагодою шукати святості там, де “щоденні турботи та завдання набувають належної перспективи: матеріальні речі, про які ми турбуємось, відкривають шлях до

духовних цінностей; у мить зустрічі, не обтяжені шаленим темпом життя, ми бачимо справжнє обличчя людей, поруч з яким живемо.”[15]

Дозвілля допомагає також не втрачати уваги, уповільнюючи темп життя, щоб скоригувати наше спрямування, помістити Бога у центрі нашого життя та віднайти його в людях навколо нас. Майстрування, хобі, бесіди у колі родини, час молитви, зустрічі друзів, усамітнення є прикладами такої діяльності.

Відпочинок не означає бездіяльності та лінивства. Суттєвими складовими змістовного відпочинку є оновлення тілесних та духовних сил через зміну діяльності, яка допомагає нам відсторонитися щоденних справ та умістити їх на належне їм місце.

Це надзвичайно важливо у середовищі, де надмірна конкуренція, спричинена прагненням успіху, забирає так багато часу та енергії, що не залишає їх на виконання інших обов'язків. Праця Бога є моделлю для нас. Якщо Бог “спочив” сьомого дня, то і людина повинна також “не працювати” і дати іншим, особливо вбогим, “щоб перевести духа”. [16]

“Відпочинок у неділю стає тоді “пророчим”, стверджуючи не тільки абсолютну першість Бога, але також першість та гідність людини щодо вимог суспільного та економічного життя, та, у певному сенсі, наближаючи “нові небеса” і “нову землю”, де визволення з рабства потреб стане цілковитим та остаточним. Одним словом, день Господній стає, в своєму найсправжньому значенні, також *днем людини*.” [17]

Передчуття Воскресіння

В Христі, у повноті Одкровення, праця та відпочинок, поміщені у план спасіння, набувають шляхетності. Відпочинок освітлює втому від праці світлом передчуття Воскресіння та перетворює її на єднання з Хрестом Христовим.

“Отець мій творить аж по сю пору” (Ів 5, 17)... Він працює творчою силою, живлячи існування світу, покликаного ним до буття з нічого, і силою спасіння в серцях тих, кого від початку призначив до “відпочинку” (Євр 4:1, 9-16) у єднанні з ним в його “домі Отця” (Ів 14:2).”[18]

Саме як Христові Хрест і Воскресіння поєднані нероздільно, хоча й розділені у часі, так праця і відпочинок формують у нашому житті живу єдність. Отже, під час тимчасових подій або переміни

занять, що ми використовуємо як перерву в нашій праці, ми відпочиваємо у *Господі*, знаходячи спокій у нашому *Богосинівстві*.

Ця нова перспектива визначає відпочинок разом з працею як синівське завдання, хоча й не звільняючи працю від зусиль та втоми, що її супроводжують. Що усувається, так це втома, яка походить від гордощів, самоствердження чи інших виключно людських мотивів. Бог не бажає нам такої втоми - *дарма устаєте рано, засиджуєтеся допізна: усе ж їсте загорьований хліб!*[19]

“Мої діти, відпочинок - у вашому Богосинівстві. Бог - це Отець, сповнений ніжності та безмежної любові. Називайте Його Отцем частіше, говоріть Йому, що ви любите Його, любите Його дуже,

відчуваєте гордість та силу бути його дітьми.”[20]

Сила бути Божими дітьми спонукає нас, силою Святого Духа обіймаючи щоденний Хрест, працювати з більшою жертовністю та самозреченням задля відданого сповнення Божої волі. Це уможливлює нашу “безупинну працю”, адже спричинена працею втома стає спасенною. Отже, варто працювати з усіх наших сил не лише задля очікуваної матеріальної винагороди, але щоб привести світ до Христа.

Коли ми працюємо з такою метою, ми пізнаємо надприродну винагороду мира та радості:
Гаразд, слуго добрий і вірний. У малому ти був вірний, поставлю тебе над великим. Увійди в радість пана твого.[21] Наша праця приносить апостольські

плоди: *Гаразд, добрий слуго, тому що ти був вірний у маленьким, візьми управу над десятьма містами.*[22]

Отже праця “не може полягати у простому використанні людської сили у зовнішній дії, вона повинна давати простір людині ставати дедалі більше тим, ким з Божої волі він повинен бути, щоб підготувати себе до “відпочинку”, який Господь приготував своїм слугам та друзям.”[23]

Про Преображення сказано: *по шістьох днях узяв Ісус Петра, Якова та Йоана, його брата, повів їх окремо на високу гору. І преобразився перед ними.*[24] Св. Тома Аквінський, коментуючи цей текст, відніс сьомий день, коли Бог спочив від своєї праці творення, до сьомого дня (*по шістьох днях...*), коли Господь відкрився своїм учням, щоб

заздалегідь повідомити їм про
своє славне Воскресіння, щоб вони
могли піднести свій погляд від
земних цілей.[25] Три учні,
переповнені спогляданням слави,
до якої вони були покликані,
виражають радість відпочинку в
Господі та з Господом: *“Господи,
добре нам тут бути! Якщо хочеш,
розташую тут три намети”*, -
передчуваючи небесні радість та
мир, вигукує Петро.

Ця мить не триватиме вічно.
Проте, світло і мир Табору будуть
джерелом сили продовжувати
дорогу, що через Хрест веде до
Воскресіння. Також і ми
знаходимо відпочинок у нашій
синівський відвертості, у мирі та
спокої усвідомлюючи, що за
втомою, труднощами і турботами,
з яких складене наше земне
життя, ми маємо вічного та
всемогутнього Отця, який захищає
нас.

Працюючи з поглядом у вічність,
ми відвертаємо непотрібні
турботи, обеззброюємо тривоги,
сповнюємо кожне завдання
бажанням остаточного
споглядання Ісусова обличчя.
Освячення відпочинку, а особливо
неділі, яка є зразком
християнського відпочинку та
святкуванням Воскресіння нашого
Господа, допомагає нам відкрити
значення вічності та оновити
нашу надію.

“Неділя символізує, що єдиний
день, що триватиме у сьогодні, є
день без кінця, що не розрізняє ні
вечора, ні ранку, нетлінний день,
що ніколи не старіє, Неділя - є
невпинним провіщенням
безкінечного життя, який
оновлює надію християн та
заохочує їх на їхній дорозі”. [27]

**Освячення відпочинку та
relaxation**

Перші християни сповідували свою віру у поганському та гедоністичному середовищі. Від початку вони розуміли, що наслідування Христа несумісно з формами відпочинку чи дозвілля, які розбещують та дегуманізують людей. Св. Августин, посилаючись на такі розваги, проповідував: “Відмовся ходити туди, постав контроль вище за хтивість свого серця, будь сильним та стриманим.”[28]

Не варто дивуватися, знов зустрічаючи у сьогоденнішому “неопоганському” навколишньому світі жахливі прояви такого духовного убозтва. “Серед усіх форм розваг та культури, що пропонує суспільство, вірні мають обирати ті, що якнайбільше відповідають життю у слухняності приписам Євангелія.”[29]

Йдеться не про те, щоб
зачинитися у герметично
закритому оточенні. Кожен з нас,
ініціативно, сміливо, із щирою
любов'ю до душ, зобов'язаний
боротися, щоб передати
суспільству християнський сенс і
радість дозвілля. Як нагадував нам
дон Альваро, кожен з нас
покликаний боротися за
зростання “християнської
тональності суспільного життя,
дозвілля, способу проводити
вільний час.”[30]

Ісус, Марія та Йосиф показують
нам як родинне життя надає час
для відпочинку та святкування:
*Батьки його ходили щороку в
Єрусалим на свято Пасхи.*[31]
Родина - духовний простір - є
школою, що навчає нас
відпочивати з думкою про
ближніх. Важливо добре
планувати вихідні, щоб у час
дозвілля бути зі своїми дітьми,

краще їх пізнавати, спілкуватися, грати... Треба навчитися робити родинне життя приємним, не впадаючи у спокусу залишити дітей наодинці з телевізором чи інтернетом.

Сьогодні батькам важливіше ніж будь-коли вибирати цікаві телепрограми, щоб переглядати їх разом з дітьми, навчати дітей стриманості та розсудливості у використанні комп'ютера — з конкретною метою, як, передусім, робочий інструмент.

Євангеліє св. Луки показує нам також, як хлопчик Ісус, натхненний Святим Духом, скористався з Пасхального паломництва до Єрусалиму, щоб просвітити людей навколо нього: *усі ті, що його слухали, чудувалися його розумові й відповідям.*[32]

Потреба у відпочинку не є перешкодою у наших

апостольських зусиллях. Навпаки, вона надає нові можливості, нові нагоди поглибити нашу дружбу і познайомитися з людьми та середовищем, куди ми можемо принести світло Христове. Другий Ватиканський Собор заохочує усіх християн прийняти виклик “оживити прояви культури та спільної активності людей нашого часу духом гуманістичним і Христовим.”[33]

Церква потребує людей з мирською ментальністю, щоб запроваджувати цю нову евангелізацію: “Конче потрібно намагатися ре-християнізувати популярні свята і традиції. Треба, щоб публічні розваги не зводилися лише до вибору між “сентиментальним” та язичницьким. Просімо Бога провадити робітників для такої дуже потрібної праці, яку можна

назвати апостольством
дозвілля.”[34]

[1] Іван Павло II, Енцикліка
Laborem exercens (14 вересня 1981),
25

[2] Там же.

[3] Вих 2:1-3

[4] Катехизм Католицької Церкви,
307

[5] Іван Павло II, Апостольське
попослання *Dies Domini* (31 травня
1998), 65

[6] Наодинці з Богом, 29

[7] Катехизм Католицької Церкви,
2566

[8] Друзі Бога, 14

[9] Іван Павло II,
Апостольське попослання *Dies Domini*
(31 травня 1998), 65

[10] Св. Хосемарія, Лист 15 жовтня 1948, 14

[11] Іван Павло II, Апостольське послання *Dies Domini* (31 травня 1998), 65

[12] Іван Павло II, Енцикліка *Laborem exercens* (14 вересня 1981), 25

[13] 1 Кор 3:7

[14] Іван Павло II, Апостольське послання *Dies Domini* (31 травня 1998), 67

[15] Там же.

[16] Катехизм Католицької Церкви, 2172

[17] Іван Павло II, Апостольське послання *Dies Domini* (31 травня 1998), 68

[18] Іван Павло II, Енцикліка
Laborem exercens (14 вересня 1981),
25

[19] Псалом 127 [126]:2

[20] Наодинці з Богом, 221

[21] Мт 25:21 and 23

[22] Лк. 19:17

[23] Іван Павло II, Енцикліка
Laborem exercens (14 вересня 1981),
25

[24] Мт 17:1

[25] Св. Тома, *In Matth. Ev.*, XXVII, 1

[26] Мт 17:4

[27] Іван Павло II, Апостольське
попелання *Dies Domini* (31 травня
1998), 26

[28] Св. Августин, *Sermo* 88, 17

[29] Іван Павло II, Апостольське послання *Dies Domini* (31 травня 1998), 68

[30] дон Альваро дель Портільо, Сімейні Листи (*I*), 386

[31] Лк 2:41

[32] Лк 2:47

[33] Другий Ватиканський Собор, Пастирська конституція *Gaudium et spes*, 61

[34] Дорога, 975

pdf | document generated
automatically from [https://
dev.opusdei.org/uk-ua/article/pratsia-ta-
vidpochinok/](https://dev.opusdei.org/uk-ua/article/pratsia-ta-vidpochinok/) (07.08.2025)