

## **Bara att börja (3): Vidga din familj**

Påven Franciskus uppmanar oss att bygga en kultur där människor blir sedda och inkluderade och sätta stopp för slit-och-släng –kulturen där vissa människor betraktas som oönskade. I denna video, den tredje i serien “Bara att börja. Sätt att hjälpa andra” visas några resultat av människors strävan efter att vidga sina hjärtan och familjer.

2016-05-21

Följande kan hjälpa dig att använda videon på ett personligt sätt, i trosundervisning, tillsammans med dina vänner, i skolan eller församlingen.

## **Diskussionsfrågor**

— Vad har Thomas från Singapore samt Annemarie och Mathias från Tyskland gemensamt?

— På vilket sätt kan man säga att dessa personer har vidgat sina familjer?

— Tror du att de kan sörja för sina familjer helt ensamma? Vilka hjälper dem?

— Varför tror du att Sara, volontär på ett barnhem i Filippinerna, påstår att vem som helst kan hjälpa och att man inte behöver vara ett proffs för att arbeta för att hjälpa andra?

— Finns det människor som skulle behöva en familjs värme och kärlek? Hur kan vi bidra till att ge dem det?

## **Konkreta förslag**

— Be dagligen för din familj och alla familjer i världen.

— Vara mer uppmärksam på personer som behöver som lyssnar eller stöttar.

— Försöka sprida glädje och optimism i din omgivning.

— Informera dig om institutioner nära dig som erbjuder boende för människor som behöver det – exempelvis äldreboenden – och om möjligt ge av din tid och närvaro till dem som bor där.

## **Meditera med Skriften**

— Som en mor tröstar sitt barn, så skall jag trösta er (Jes 66:13).

— Välsignad är vår herre Jesu Kristi Gud och fader, barmhärtighetens fader och all trösts Gud. Han tröstar oss i alla våra svårigheter, så att vi med den tröst vi själva får av Gud kan trösta var och en som har det svårt (2 Kor 1:3-4).

— Om en broder eller syster är utan kläder och saknar mat för dagen, vad hjälper det då om någon av er säger: ”Gå i frid, håll er varma och ät er mätta”, men inte ger dem vad kroppen behöver? (Jak 2:15-16).

— Kom ihåg att visa gästfrihet, ty det har hänt att de som gjort det har haft änglar till gäster utan att veta om det (Heb 13:2).

## **Meditera med den helige Josemarías ord**

— Mästaren går förbi, gång på gång, mycket nära oss. Han tittar på oss ... Och om du tittar på honom, lyssnar på honom, om du inte avvisar

honom, kommer han att lära dig att ge dina handlingar en övernaturlig innebörd ... då kommer även du att så tröst, frid och glädje varhelst du befinner dig (*Korsvägen*, STATION VIII:, nr. 4).

— Tänk alltid på att Herren har en förkärlek för barn och för sådana som blir som barn (*Vägen*, nr. 872).

— Om kärleken, även den mänskliga kärleken, skänker så mycket tröst här nere, hur kommer då inte Kärleken att vara i himlen? (*Vägen*, nr. 428).

## **Texter och länkar för att meditera vidare**

— [Har du sett första videoklipp i serien "Bara att börja"? Video "Arbeta gratis"](#)

— [Har du sett andra videoklipp i serien "Bara att börja"? Video "Ge kroppen och själen näring"](#)

R. Vera

Dígito Identidad

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad  
från [https://opusdei.org/sv-se/article/  
bara-att-borja-3-vidga-din-familj/](https://opusdei.org/sv-se/article/bara-att-borja-3-vidga-din-familj/)  
(2025-12-15)