

opusdei.org

Månadsreträtt april

#Hemifrån

Kristus lever. Det är denna sanning som gör vår tro meningsfull: Jesus, som dog på korset har uppstått och besegrat döden och mörkets makt, lidandet och ångesten. Några idéer för att göra reträtten i mars hemifrån.

2021-04-08

April 2021

*Påskmysteriet: kraften i
uppståndelsen*

Schema för reträten

Betraktelse

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannsakan

Betraktelse: Uppståndelsen: seger, hopp, glädje, optimism. ”Detta är den seger som har besegrat världen: vår tro” (1 Joh 5:4). Guds hand har inte förkortats. Genom korset till härlighet. Det nya livet i den helige Ande är en frukt av uppståndelsen.

---o0o---

Lästips

Den helige Josemaría: *När Kristus går förbi: ”Kristus är närvarande i de kristna”*

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Tålmodet finns i Gud, förmågan att vänta, att ta det varligt. »Sakta för han moderfåren fram« (Jes 40:11, 1917). Man ser det i skapelsen: han låter inte allt ske på en gång, utan låter allt ha sin tid. Livet föds och växer och mognar. Vi däremot har en säregen förmåga att förhasta oss, att springa före, före Gud, oss själva och andra. Kärlek är aldrig något man kräver, inte ens av sig själv. Kärlek är i första hand en gåva som man öppnar sig för. Varje gång man gör det blir öppenheten lite större, och man rymmer mer kärlek som kan ges vidare. »Genom att hålla ut skall ni vinna ert liv« (Luk 21:19). Wilfrid Stinissen, *Störst av allt är kärleken*

Låt inte något moln komma mellan oss. Om du gör något fel, gottgör det med detsamma genom att säga ”Jag

älskar dig” med hela ditt hjärta.

Gabrielle Bossis: *I and Him*

Om jag hade något annat sätt att föra dig närmare mig än lidandet, skulle jag välja det. *Gabrielle Bossis: I and Him*

När vi möter ondskan i alla dess former, även dem som kommer från att människan använder friheten illa, kan och bör kristna behålla sin tro i Guds kärlek och hoppet genom att betrakta Jesus på korset. Det är framför allt på korset som han uppenbarar för oss att Guds rättvisa är Guds barmhärtighet. Fernando Ocariz: *Love in action*

Du måste följa honom längs korsvägen, låta dig bli korsfäst på hans vis, inte på ditt. S:ta Katarina av Sienna, *Brev*

O min Jesus, jag förstår så väl att såsom sjukdom mäts med en termometer, och att hög feber visar

oss sjukdomens allvar, så är det också med det andliga livet, att lidandet är den termometer som mäter kärleken till Gud i en själ. S:ta Faustina: *Liv*

Vi kan inte göra någonting av egen kraft mina barn, men vi kan göra allt med den gode Gudens hjälp...

S:tJohannes Vianney: *Lilla katekesen av kyrkoherden i Ars*

Lev i Guds närvaro och du kommer att leva ett övernaturligt liv.

Josemaría Escrivá, Vägen, nr 278

---o0o---

Samvetsrannsakan

Vi försätter oss i Guds närvaro.

1. «Då kom Jesus och stod mitt ibland dem och sade till dem: "Frid åt er alla.»» (Joh

20: 19-20). Bemöter jag varje dags utmaningar med frid i sinnet? Vad gör jag för att skapa en rofylld stämning runt omkring mig tillsammans med min man, mina barn, kollegor etc?

2. «Alla som är födda av Gud besegrar världen» (1 Joh 5:4). Vilken inställning har jag till utmaningarna i samhället? Är Jesus min ständiga referens när jag tar mig an att förvandla världen?

3. «En god idrottsman kämpar inte för att vinna en enda seger på första försöket (...) Han försöker flera gånger och även om han till en början inte segrar, fortsätter han ihärdigt» (*Smedjan*, nr 169). Får emottagandet av sakramenten min längtan att växa för att fortsätta vandra med Herren och för att vara säker på att han hjälper mig en dag och annan?

4. Kristi uppståndelse tar oss till ett nytt liv. Hur förvandlas denna verklighet till glädje och optimism i min familj när svårigheter drabbar oss?

5. «Och hoppet sviker oss inte, ty Guds kärlek har ingjutits i våra hjärtan genom att han har gett oss den heliga anden» (Rom 5:5). Vilka av mina planer i familjen, arbetet och samhället kan jag anförtro åt den helige Ande mer, så att han slutför dem?

6. «Medan de gick där och samtalade och diskuterade kom Jesus själv och slog följe med dem» (Luk 24:15). Delar jag det liv jag lever med Kristus med andra människor? Ber jag den helige Ande om hjälp så att jag möter den levande Jesus i mina fromhetsövningar?

7. «Då följde han med in och stannade hos dem. När han sedan låg till bords med dem tog han brödet,

läste tackbönen, bröt det och gav åt dem. Då öppnades deras ögon och de kände igen honom» (Luk 24:29-31).
Anstränger jag mig för att ständigt förundras över Eukaristin? Försöker jag dela denna stora gåva med min familj?

Vi ångrar oss.

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/article/
manadsretratt-april-hemifran/](https://opusdei.org/sv-se/article/manadsretratt-april-hemifran/)
(2026-03-20)