

opusdei.org

Månadsreträtt augusti #Hemifrån

Några idéer för att göra
reträten i augusti hemifrån.

2020-08-25

Augusti 2020

Kristus är vårt ljus

Schema för reträtten

Betraktelse

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannsakan

Betraktelser:

Sannfärdighet.

Att leva av tro

---o0o---

Lästips: Benedikt XVI: Audiens den 24/10 2012, Vad är tro?

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Människa, varför ringaktar du dig själv, du som är så dyrbar för Skaparen? Du som är så hedrad av Gud, varför vanhedrar du så dig själv? ... För din skull kommer ljuset och skingrar mörkret. Petrus Chrysologos

Varför böjer du dig ner för att dricka ur den världsliga tröstens pöl, när du kan släcka din törst med vatten som

leder ända till det eviga livet? Den helige Josemaría, *Vägen*, nr 148.

Vi kan inte tro, hoppas eller älska för mycket. Vi är uppmanade att älska Gud gränslöst, med en kärlek som strömmar över på dem som finns i vår närhet i ett överflöd av generositet, förståelse och kärlek till nästan. Den helige Josemaría, *Guds Vänner*, nr 83.

Allt som inte leder dig till Gud, hindrar dig. Ryck upp det med rötterna och kasta det långt i från dig. Den helige Josemaría, *Vägen*, nr 189.

Lösgör dig från dina onyttiga tankar som i bästa fall bara är slöseri med tid. Den helige Josemaría, *Guds Vänner*, nr 187–188.

Tag, Herre, och mottag all min frihet, mitt minne, mitt förstånd och all min vilja. Allt vad jag äger och har. Du har gett mig det, till dig, Herre, ger

jag det åter. Allt är ditt, förfoga över
det helt enligt din vilja. Ge mig bara
din kärlek och din nåd, så är det nog.
Ignatius av Loyola

Jesus, låt allt som är du strömma in i
mig.

Låt din kropp och ditt blod vara min
mat och min dryck.

Låt ditt lidande och din död vara min
styrka och mitt liv.

Jesus, med dig vid min sida har jag
allt jag behöver.

Ge mig skydd i skuggan från ditt
kors.

Låt mig inte fly från den kärlek du
vill ge mig,

men låt ondskans makter fly från
mig.

Genomlys varje förlust och död jag
går igenom

med ditt ljus och din sanning.

Fortsätt att kalla på mig till den
dagen kommer

då jag med alla dina heliga får
lovprisa dig i evighet.

Amen. *Ignatius av Loyola*

---o0o---

Möjlig samvetsrannsakan

Herren sade: ”Sanningen skall göra
er fria” (Joh 8:32). Talar jag om Jesus
Kristus, Vägen, Sanningen och Livet,
som befriar oss från syndens slaveri?
Läser och betraktar jag Evangeliet
för att föra den glada nyheten
vidare?

Bara sanningen kan fylla själen. Är
jag uppriktig och finkänslig gentemot
de andra, medveten om att det är ett
oumbärligt villkor för sann vänskap?

Ser jag till att aldrig ljuga, även om det innebär att det blir obekvämt för mig? Hjälper jag mina barn att vara uppriktiga genom att själv vara det? Visar jag dem hur man handlar med ansvar? Känner de att jag har full förståelse för dem? Har de mitt fulla förtroende?

Ägnar jag tid åt att tänka ut aktiviteter eller projekt till förmån för andra? Engagerar jag vänner och bekanta? Vad gör jag för att ha ett kristet inflytande på mitt grannskap, stad eller land i den mån jag kan och tillsammans med andra personer? Räknar jag med Guds nåd?

Har jag tagit något initiativ för att främja en kultur som respekterar och sprider människans värdighet? Är jag medveten om att små handlingar kan vara effektiva: ett brev eller e-post till en tidning, till stadsdelsnämnden eller kommunen? Stödjer jag dem som gör gott?

Uppmuntrar jag mina bekanta att bidra ekonomiskt till de organisationer som har möjlighet att ha ett kristet inflytande på kulturen?

”Jesus svarade henne: «Kvinna, din tro är stark, det skall bli som du vill.»” (Matt 15:28). Vänder jag mig till Herren med förtroende, medveten om att han alltid hör min bön? Tror jag att han alltid vill mitt bästa även när jag tycker att han inte hör min bön?

Ber jag till Gud för att börja om på nytt i mitt liv även om allt verkar förlorat? Är jag medveten om att min bön inte får mina svårigheter eller bekymmer att försvinna, utan att den ger mig kraft att ta mig igenom dem med stil och att Jesus håller mig vid handen som han gjorde med Petrus när han var på väg att sjunka mitt i stormen?

Ber jag Herren att göra min tro större för att kunna göra hans vilja?

”Ingen kan tjäna två herrar” (Matt 6:24). Är jag medveten om att jag inte bör fästa mitt hjärta vid världsliga ting för att följa Kristus och vara lycklig? Gör jag en bedömning innan jag köper något för att se om utgiften är lämplig?

Är jag måttfull i ord och handling? Hjälper mitt sätt att vara min familj och vänner att själva vara måttfulla vad gäller hur de använder sina saker? Är vi generösa med de mest behövande, vilket är oundgängligt för att skåda Gud?

Är jag beredd att sätta min nästas behov framför min hobbyutövning, materiella ting och vila? Ler jag och är jag glad fast jag inte alltid känner för det? Bidrar jag till att det i mitt hem finns underhållning som främjar allas samliv? Vad gör jag för att vara mer förenad med min man/ min hustru?

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/article/
manadsretratt-augusti-hemifran/](https://opusdei.org/sv-se/article/manadsretratt-augusti-hemifran/)
(2025-04-05)