

opusdei.org

Månadsreträtt februari #Hemifrån

Treenighetens kärlek till
människorna skänker genom
Kristi närvaro i Eukaristin
Kyrkan och hela mänskligheten
alla nådegåvor. (S:t Josemaría,
'När Kristus går förbi'). Några
idéer för att göra reträtten i
februari hemifrån.

2021-02-02

Februari 2021

Ta ett steg vidare i tron

Schema för reträten

Betraktelse

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannskan

Betraktelse: I den heliga Mässan
offrar sig Jesus för mina synder.

---o0o---

Lästips

Scott Hahn: *Lammets måltid*

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Treenighetens kärlek till
människorna skänker genom Kristi
närvaro i Eukaristin Kyrkan och hela
mänskligheten alla nådegåvor. (...)
Det är Kristi offer som frambärs åt
Fadern med den helige Andes

medverkan: ett offer av oändligt värde, som bland oss förevigar den återlösning som det gamla förbundets offer inte kunde utverka. Den helige Josemaría: *När Kristus går förbi*, nr 86

Guds kärlek till hans skapade varelser är så stor, och vårt gensvar borde vara så fulländat, att klockorna stannade när den heliga Mässan firas. Den helige Josemaría: *Smedjan*, nr 436

Vad vacker det är. Efter konsekrationen är den gode Guden där så som han är i himlen. Om människan förstod detta mysterium väl skulle hon dö av kärlek. Gud besparar oss eftersom vi är svaga. S:t Jean-Marie Vianney: *Predikan om mässan*

Tiden förenas med evigheten under det heliga Mäsoffret. Den helige Josemaría: *När Kristus går förbi*, nr 94

Det är sant att du inte tillför något själv, att Gud gör allt i din själ. Men i fråga om hur du besvarar nåden får det inte förhålla sig så. Den helige Josemaría: *Smedjan*, nr 276

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

Mina kära, nu är vi Guds barn, men det har ännu inte blivit uppenbart vad vi kommer att bli. 1 Joh 3:2

Herren kallar oss att upptända stjärnor i den natt som andra unga genomlever. Han säger till dig att se på de sanna stjärnorna, alla de olika tecken han ger oss för att leda vår väg, och att vara som bonden som skådar upp på stjärnorna innan han går för att plöja sin åker. Gud upptänder stjärnor för att hjälpa oss att fortsätta vår vandring:
»Stjärnorna tänder sitt ljus och

börjar med glädje sin vakttjänst; han kallar på dem och de svarar: 'Här är vi!'« (Bar 3:34–35). Kristus själv är vårt hoppas stora ljus och vår ledsagare genom natten, han som är den »strålande morgonstjärnan« (Upp 22:16). Franciskus, *Christus vivit*, nr 33

---o0o---

Kort samvetsrannsakan

”Detta är min kropp som blir offrad för er. Gör detta till minne av mig” (Luk 22:19). Inser jag vilken stor gåva från Gud Eukaristin är? Hur ofta deltar jag i den heliga mässan, hur ofta tar jag emot den heliga kommunionen?

”Den som äter detta bröd skall leva i evighet” (Joh 6:58). Bemödar jag mig om att tacka Gud efter att ha tagit emot honom i Eukaristin? Umgås jag med Jesus som kung, läkare, lärare och vän? Överlämnar jag åt honom

mina glädjeämnen, sorger och svårigheter genom att förena dem med Kristi offer?

”Var gång ni äter det brödet och dricker den bägaren förkunnar ni alltså Herrens död, till dess han kommer” (1 Kor 11:26). Är jag medveten om att Kalvariebergets offer på nytt blir närvarande i den heliga mässan till förmån för mänskligheten? Söker jag Guds förlåtelse i botens sakrament regelbundet och alltid när jag behöver den? Gör jag det jag kan för att underlätta att de som behöver biktas sig kan göra det innan de tar emot kommunionen? Försöker jag samla mig och be i kyrkan innan mässfirandet börjar?

De första lärjungarna ”deltog troget i apostlarnas undervisning och den inbördes hjälpen, i brödbrytandet och bönerna” (Apg 2:42). Gör jag allt jag kan för att delta i mässan

tillsammans med min familj? Ber jag för dem, för hela Kyrkan, för Påven och biskoparna, för Verket och dess apostolat, för mina konkreta behov?

”Tiden är inne, Guds rike är nära.

Omvänd er och tro på budskapet” (Mark 1:15). Ber jag Gud, särskild under fastan, om nåden att älska honom djupare? När jag betraktar Kristi lidande, leder det till att jag förnyar föresatsen att inte synda mer? Gottgör jag när jag ser att man förolämpar Gud?

”Nej, när du fastar, smörj in ditt hår och tvätta ditt ansikte, så att människorna inte ser att du fastar, utan bara din Fader i det fördolda. Då skall din Fader, som ser i det fördolda, belöna dig” (Matt 6:17-18). Söker jag små uppoffringar som kan göra livet trevligare för andra? Försöker jag få vanan att le? Tar jag emot motgångar med glädje?

”Ha fördrag med varandra och var överseende om ni har något att förebrå någon. Liksom Herren har förlåtit er skall också ni förlåta” (Kol 3:13). Kan jag bortse från de små stridigheter eller missförstånd som kan uppstå hemma? Undviker jag att bli arg i mina barns närvaro, så att de inte bildar sig ett felaktigt omdöme? Räknar jag med skyddsänglarnas hjälp för att gissa min mans och mina barns behov? Har jag svårt för att förlåta?

”Vad ni gör skall ni göra helhjärtat, det gäller ju Herren och inte människor” (Kol 3:23). I mitt arbete, bemödar jag mig om att avsluta mina uppgifter väl av kärlek till Gud? Har jag upptäckt värdet av arbetet i det fördolda, som endast Gud ser?

”Ja, också genom din egen själ skall det gå ett svärd” (Luk 2:35).

Upptäcker jag Jungfru Marias, Guds moder och min moders, närvaro i

mässan och under dagens lopp.
Älskar jag, såsom hon, Gud vilja?

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/article/
manadsretratt-februari-hemifran/](https://opusdei.org/sv-se/article/manadsretratt-februari-hemifran/)
(2026-02-15)