

opusdei.org

Månadsreträtt juli #Hemifrån

Några idéer för att göra
reträten i juli hemifrån.

2020-07-08

Juli 2020

Leva av Gud

Schema för reträten

Betraktelse

Föredrag

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannsakan

Betraktelse: Att avsätta tid för Jesus

---o0o---

Föredrag: Påven om Jakobs bön

---o0o---

Lästips: Den helige Josemaría Escrivá
På väg mot heligheten

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Om den stumme demonen – som Evangeliet talar om – tar plats i själen, förstör den allt. Om man däremot omedelbart kastar ut den slutar allt väl, man fortskrider lyckligt, allt fungerar. En fast föresats: ”vild uppriktighet” i den andliga vägledningen, finkänsligt väluppfostrat ... och må den

uppriktigheten vara omedelbar. Den helige Josemaría, Smedjan, nr. 127

Jag vill åter påpeka att vi alla har vårt elände. Men vårt elände får aldrig förleda oss till att skilja oss från Guds kärlek, tvärtom bör det få oss att gripa tag i kärleken, att försjunka i Guds godhet, som gamla tiders krigare iklädde sig sin rustning: det där ecce ego, quia vocasti me - räkna med mig, du har ju kallat på mig - är vårt försvar. Vi får inte avlägsna oss från Gud för att vi upptäcker våra svagheter; vi måste angripa eländet, just för att Gud litar på oss.

Hur skall vi lyckas övervinna våra småaktigheter? Jag upprepar, just för att det är av grundläggande betydelse: genom ödmjukhet och genom uppriktighet i den andliga vägledningen och i botens sakrament. Gå till dem som ger er andlig vägledning med ett öppet

hjärta; slut det inte, för om den stumme demonen tränger sig in, är han svår att få ut. Förlåt att jag tjatar, men jag anser det vara oundgängligt att det i era sinnen inpräglas med eldskrift att ödmjukheten och uppriktigheten, dess omedelbara konsekvens, för med sig de övriga medlen och är som grunden för den effektivitet som gör det möjligt att segra. Om den stumme demonen får fotfäste i en själ, förstör den allt. Om man kastar ut honom omedelbart går allt väl, vi blir lyckliga, livet går i rätta spår: låt oss alltid vara våldsamt uppriktiga, men samtidigt hänsynsfulla och väluppfostrade. En sak vill jag tydligt klargöra: jag oroar mig mer för högmodet än för hjärtat och köttet. Var ödmjuka. När ni anser att ni har helt rätt, har ni inte rätt alls. Gå till den andliga vägledningen med öppen själ: stäng den inte, för - jag upprepar - då får den stumme demonen fotfäste, och han är svår att fördriva. Kom ihåg den där stackars

besatte som lärjungarna inte lyckades befria: bara Herren lyckades få honom fri genom bön och fasta. Vid det tillfället utförde Mästaren tre under. Det första vara att återge den besatte hörseln, för när den stumme demonen härskar över oss vägrar själen att höra; det andra var att återge honom talförmågan; och det tredje var att fördriva djävulen. Den helige Josemaría, Guds vänner, nr. 187-188

---o0o---

Möjlig samvetsrannsakan

Anstränger jag mig för att lära känna Kyrkans lära väl så att jag kan växa i helighet och verka apostoliskt i mina dagliga göromål? Har jag bestämda tider under dagen eller veckan för att fördjupa mig i den katolska tron? Har jag en djup kunskap om Katolska Kyrkans katekes och Katolska Kyrkans lilla katekes? Har jag något

exemplar till hands? Sprider jag dem bland mina vänner?

Johannes Paulus II skrev att han brukade be om råd innan han började läsa en bok och sade: ”Inte allt är värdefullt och nyttigt. Man måste kunna välja och be om råd om det man ska läsa” (Alzatevi! Andiamo! s. 89). Tar jag reda på vilken moralisk inriktning en bok eller film har som intresserar mig? Förklarar jag fördelarna med att göra på detta sätt för min man, mina barn och arbetskollegor?

Har jag en levnadsplan, det vill säga har jag ordnat min tid så att den förutser några stunder särskilt ägnade åt att umgås med Gud? Söker jag särskilt varje dag Jesus Kristus i brödet och i ordet: i Eukaristin och i bönen?

Den heliga mässan gör Kristi offer på korset närvarande. Är den dagens viktigaste händelse för mig? Är jag

beredd att övervinna svårigheterna – att ta mig dit, inte ha tid, andra åtaganden – för att ta emot Herren i Eukaristin?

Organiserar jag min dag så att Jesus kommer först? Ger jag utrymme åt stunder att läsa Evangeliet, be till jungfru Maria och göra samvetsrannsakan?

Prioriterar jag under semestern och resor stunder då jag umgås med Gud? Tar vi i familjen reda på platser och tider då den heliga mässan firas? Hjälper detta andra att upptäcka eller förnya sin tro? Hjälper jag dem att undvika tankspriddhet eller att inte ge efter för bekvämligheten att inte gå i söndagsmässan?

Ser jag den andliga vägledningen som en skola för att lära känna och bättre umgås med Jesus Kristus? Vänder jag mig till den regelbundet?

Öppnar jag upp mitt hjärta med enkelhet i den andliga vägledningen och låter mig läras känna? Antar jag de råd jag får med ansvar och övernaturligt sinne, i vetskap om att det är upp till mig att personligen bestämma hur jag ska agera?

Är jag medveten om att jag inte alltid kommer att hitta slutgiltiga svar på det som händer i mitt liv? Är mitt hjärta öppet för detta mysterium? Är min inställning att tro på och vara säker på den kärlek Gud har för mig?

Ber jag jungfru Maria om att stärka min kristna kallelse? Blir jag hjälpt av tanken på att jungfru Maria kommer att hjälpa mig i min dödsstund?

manadsretratt-juli-hemifran/
(2025-04-05)