

opusdei.org

Månadsreträtt mars #Hemifrån

De som förmår hysa
medlidande och barmhärtighet
gentemot andra erfar den
själva. Några idéer för att göra
reträten i mars hemifrån.

2021-03-10

Mars 2021

Förlåtande och befriande kärlek

Schema för reträten

Betraktelse

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannsakan

Betraktelse:

Att ta emot Jesu förlåtelse för att vara barmhärtiga och öppna med alla människor.

---o0o---

Lästips

Josemaría Escrivá: "I Josefs verkstad"
och "De kristnas kallelse" i *När Kristus går förbi*

Scott Hahn: *Herre förbarma dig*

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Vi skall komma ihåg att alla buden har till uppgift att ange livets gränser. Om människan överskrider

dessa gränser förstör hon sig själv och nästan och sin relation till Gud. Genom detta sista Ord betonas att alla överskridelser kommer av en gemensam, inre rot: onda begär. Alla synder föds av ett ont begär. Där börjar hjärtat röra sig, och man träder in i denna våg, och till sist hamnar man i en överskridelse. Men inte en formell, juridisk överskridelse: en överskridelse som skadar oss själva och andra.

I evangelierna säger Herren Jesus detta tydligt: “Ty inifrån, ur människornas hjärtan, kommer de onda tankarna, otukt, stöld, mord, äktenskapsbrott, själviskhet, ondska, bedrägeri, liderlighet, avund, förtal, högmod, förblindelse. Allt detta onda kommer inifrån och gör människan oren” (Mark 7:21-23).

Så förstår vi att hela den väg som vandras av Tio Guds bud skulle vara meningslös om den inte nådde fram

till denna nivå, människans hjärta. Var föds all denna ondska? Tio Guds bud är klarsynta och djupa när det gäller denna aspekt. Resan slutar med det sista budet och målet är hjärtat, och om hjärtat inte befrias, tjänar inte resten till mycket. Detta är utmaningen: att befria hjärtat från all denna ondska, från allt detta fula. Guds bud kan reduceras till en snygg fasad på ett liv där man ändå lever som Guds slav, inte som hans barn. Bakom den kvävande korrekthetens fariseiska mask döljer sig ofta något ont, något ouppklarat.

Istället måste vi låta dessa bud om begäret ta av vår mask och visa vår fattigdom för att leda oss till en helig förödmjukelse. Var och en av oss kan fråga sig: vilka är de onda begär som ofta hemsöker mig? Avund, liderlighet, förtal? Allt detta är sådant som kommer till mig inifrån. Var och en kan ställa sig denna fråga, och det hjälper. Människan behöver

denna välsignade förödmjukelse, den som låter oss upptäcka att vi inte kan befria oss på egen hand, den som gör att vi ropar till Gud och ber honom rädda oss. Det förklarar Paulus på ett oöverträffat sätt när han talar om budet att inte begära (jfr Rom 7:7-24).

Förgäves hoppas man kunna korrigera sig själv utan den Heliga Andens gåva. Förgäves hoppas vi kunna rena vårt hjärta genom en gigantisk viljeansträngning. Det är inte möjligt. Man måste öppna sig för relationen till Gud, i sanning och frihet. Bara så kan våra mödor bära frukt, för det är den Heliga Anden som bär oss framåt.

Den bibliska lagens uppgift är inte att lura människan att tro att bokstavlig lydnad leder henne till en syrefattig och ouppnåelig räddning. Lagens uppgift är att leda människan till hennes sanning, till hennes fattigdom, som blir en autentisk och

personlig öppenhet för Guds barmhärtighet, som förvandlar och förnyar oss. Gud är den ende som förmår förnya vårt hjärta, om vi bara öppnar vårt hjärta för honom: det är det enda villkoret. Han gör allt, men vi måste öppna vårt hjärta för honom.

De sista orden i Tio Guds bud fostrar alla att erkänna att vi är tiggare. De hjälper oss att se vårt hjärtas oordning, för att sluta leva egoistiskt och för att bli fattiga i anden, autentiska inför Faderns åsyn, och låta oss återlösas av Sonen och undervisas av den Heliga Anden. Den Heliga Anden lär oss och leder oss. Låt oss gå med på att bli hjälpta. Låt oss vara tiggare och be om denna nåd.

“Saliga de som är fattiga i anden, dem tillhör himmelriket” (Matt 5:3). Ja, saliga är de som slutar tro att de kan rädda sig själva från sin svaghet

utan Guds barmhärtighet, som är den enda som kan bota. Enbart Guds barmhärtighet botar hjärtat. Saliga de som erkänner sina onda begär och som med ett ångerfyllt och förödmjukat hjärta inte står som rättfärdiga inför Gud och människorna, utan som syndare. Det är viktigt, det som Petrus säger till Herren: "Herre" gå bort från mig, för jag är en syndare.". Det är en vacker bön.

Det är de som förmår hysa medlidande och barmhärtighet gentemot andra, för de erfar den på sig själva. Påve Franciskus katekes om budorden, nr 14A.

---o0o---

Samvetsrannsakan

Vi försätter oss i Guds närvaro.

1. I sin fattigdom lägger en änka i Evangeliet "allt hon hade att leva på"

i tempelkistan (Mark 12:44). Är jag frikostig? Drömmer jag om att Gud kommer att göra stora ting med det som jag ställer till hans förfogande?

2. "Var barmhärtiga, så som er fader är barmhärtig" (Luk 6:36). Försöker jag vara barmhärtig för att också möta den barmhärtighet som finns hos Gud och hos andra? Ber jag Gud om att bli mer förstående och ha överseende med andras brister? Vill jag se den goda sidan av saker och ting?

3. "Jag hoppas att ni inte är förargade på era barn. När vi ber Gud om förlåtelse, förlåter han oss helt och hållet. Det är fantastiskt! (Den helige Josemaría Escrivá citerad i "Antes, más y mejor" av L. Linares, Rialp 2001). Ber jag Gud om hjälp när jag är förargad, så att min förlåtelse blir mer äkta?

4. "Ni har inte utvalt mig, utan jag har utvalt er och bestämt er till att gå

ut i världen och bära frukt” (Joh 15:16). Ber jag den helige Ande om insikt så att han hjälper mig att upptäcka den tanke Gud har för mig och ger mig kraft att följa hans kallelse? Hur kan jag rikta in mitt liv så att det blir en del av Guds drömmar för denna värld?

5. ”Kom och följ mig. Jag skall göra er till människofiskare” (Matt 4:19). Tänker jag ofta på att jag har ett uppdrag i världen och att jag alltid kan räkna med att Gud är med mig? Blir jag upplyft av att tänka på de personer med vilka jag kommer att kunna dela erfarenheten av att leva i Gud?

6. ”Med himmelriket är det också som när en köpman söker efter fina pärlor” (Matt 13:45). Tänker jag på hur Gud lett mig i mitt liv? Ser jag på min kristna kallelse som en väg till lycka?

Vi ångrar oss.

.....

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