

opusdei.org

Månadsreträtt november #Hemifrån

Några idéer för att göra
reträten i november hemifrån.

2020-11-05

November 2020

*Jag är helig i mina allra mest
personliga omständigheter*

Schema för reträtten

Betraktelse

Föredrag

Lästips

Tankar för din personliga bön

Samvetsrannskan

---o0o---

Betraktelse: Det eviga livet börjar
här

Föredrag: Levande tro i familjen

---o0o---

Lästips

Franciskus: *Gläd er och jubla*

Den helige Josemaría: ”Att lidelsefullt
älska världen”

---o0o---

Tankar till din personliga bön

Himlen och jorden tycks förenas vid horisonten, mina barn. Men inte så: det är i era hjärtan, där de verkligen förenas, när ni lever ert vanliga liv på ett heligt sätt ... Den helige Josemaría, ”Att lidelsefullt älska världen”

Om jag älskar kommer det inte att finnas något helvete för mig. Den helige Josemaría, *Smedjan*, nr 1047

Hur ljuvlig är inte den personens död, som redan dött för alla sina synder och inte behöver gå genom skärselden! Teresa av Avila, *Fullkomlighetens väg*, 40, 9

Du har fått den helige Andes kraft för att detta ska bli möjligt, och heligheten är i grund och botten en frukt av den helige Ande i ditt liv. Var gång du känner frestelsen droppa sitt gift i din svaghet, lyft då blicken mot den Korsfäste och säg till honom: ”Herre, jag är en stackare, men du kan utföra ett mirakel: gör mig lite

bättre”. Franciskus, *Gläd er och jubla*,
nr 15

Helgelse gör oss inte mindre
mänskliga: den är nämligen mötet
mellan din svaghet och nådens kraft.
Franciskus, *Gläd er och jubla*, nr 34

Den sjuke behöver inte vara rädd när
han frestas att förlora hoppet; för om
han har syndat, har Kristus lidit och
gottgjort. Helige Filippo Neri,
Maximer

Vet ni inte att Kristus har dött för var
och en av oss? Jodå, för detta vårt
arma, lilla hjärta har Jesu
försoningsoffer ägt rum. Den helige
Josemaría, *Guds vänner*, nr 220

Låt barnen vara, och hindra dem inte
från att komma hit till mig!
Himmelriket tillhör sådana som de.
Matt 19:14

Guds rike är inom er. Luk 17:21

Kristna dygder är en inte en fråga om att göra utan om att vara. Såsom du är så kommer du att handla; kärleken påverkar ditt inre och som en följd därav, dina handlingar.

Gerald Vann, The Divine Pity, s. 24

Tiden som Gud i sin nåd nu ger dig är av det allra största värde. *Helige Alfons Liguori*

Det är vår kallelse och Guds vilja att vi skänker helighet i den omgivning vi lever och att vi själva blir heliga. Cardinal Van Thuan, *Prayers of Hope*

Ett säkert sätt för att förbereda oss väl inför för döden är att vara nära Jesus i bön, i sakramenten och också i barmhärtighetsgärningar. Den som utövar barmhärtighet behöver inte frukta döden. *Franciskus, Allmän audiens 2103 (Katekes om trosbekännelsen)*

“... jag är redo att dö när du vill, var du vill, och hur du vill”. Salige Alvaro del Portillo, *Saxum*, s 152

Låt oss ständigt förbereda oss inför detta steg, som kommer att försätta oss i den Heliga Treenighetens närvaro för evigt. Den helige Josemaría, *Plogfåran*, nr 881

---o0o---

Kort samvetsrannsakan

1. ”Jag är uppståndelsen och livet. Den som tror på mig skall leva om han än dör, och den som lever och tror på mig skall aldrig någonsin dö” (Joh 11:25-26). Mediterar jag ofta över det eviga livet, döden, Guds domstol, skärselden, himlen och helvetet? Gör jag det utifrån hoppet att Kristus skänker oss frälsning? Talar jag med andra om det eviga livet?

2. Leder insikten om att jag kommer att dö till att jag tar vara på den tid som Gud ger mig på jorden? Är jag medveten om att jag skall få ansvara inför Herren för hur jag använt de talenter han har anförtrott mig? Bryr jag mig i första hand om Guds omdöme eller handlar jag av mänskliga skäl?
3. I den eviga lycksaligheten kommer vi att tillsammans med Jungfru Maria, Sankt Josef, änglarna och alla helgonen – se Gud ”ansikte mot ansikte” (1 Kor 13:12). Är hoppet på himlen närvarande i mitt liv?
4. ”Gud vill visserligen (...) att ’alla skall få tid att omvända sig’ (2 Petr 2:9). Men efter att ha skapat människan som en fri och ansvarig varelse respekterar han hennes beslut” (Katolska kyrkans lilla katekes 213). Är jag medveten om att den som framhärdar i

dödssynd avvisar Guds
barmhärtiga kärlek?

5. Omvändelsen är alltid möjlig så länge vi befinner oss på jorden. Förmedlar jag till mina vänner den lycka som vänskapen med Kristus ger? Ber och frambär jag offer för att de som lever utan att tänka på Gud skall omvända sig?
6. Talar jag om bikten med mina släktingar och vänner? Gör jag det lätt för mina barn att ta emot detta sakrament, och alltid respekterar deras frihet?
7. Tror jag på kroppens uppståndelse? Ber jag för de avlidna? Ber jag för själarna i skärselden, särskilt under det eukaristiska offret? Ber jag om deras förbön?
8. Herren säger: "Var fullkomliga såsom er Fader i himlen är fullkomlig" (Matt 5:48). Vill jag motsvara kallelsen till helighet? Börjar jag varje dag med att be

och frambära dagen åt Herren?
Förnyar jag detta offer under
dagen?

9. Anstränger jag mig för att
arbeta bra och uppoffrar jag
mitt arbete åt Gud? Använder
jag lämpliga medel för att
fortbilda mig? Undviker jag
slarv?
10. Vilken är min avsikt när jag
arbetar? Försöker jag handla av
kärlek till Gud och till andra?
Vill jag tjäna och vara till nytta
för andra?
11. Bär jag arbetets mödor med stil
och uppoffrar jag dem åt Gud?
Ifall jag blir arbetslös, drar jag
andlig frukt av en sådan svår
period och hjälper jag andra att
göra det, samtidigt som jag gör
allt jag kan för att söka arbete?
12. Rådfrågar jag omdömesgilla
människor när jag i mitt
yrkesutövande konfronteras
med etiska frågor? Ber jag Gud
om styrka för att inte

kompromissa med orättvisa handlingar eller bedrägerier?

13. Kan mina barn och mina vänners barn och släktingar se att jag praktiserar min kristna tro med naturlighet, att Gud inte bara finns på mina läppar utan också i mina gärningar? Försöker jag lära dem att uppoffra de dagliga göromålen åt Gud, särskilt pluggandet?
14. Lär jag mina barn och barnbarn och mina vänners barn att be? Gör jag det på ett taktfullt sätt, utan att någonsin tvinga dem, så att de kan upptäcka hur underbart det är att umgås med Gud?
15. Förbereder jag mig för advent tillsammans med Jungfru Maria? Ber jag henne om nåden att omvända mig på *nytt*?

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/article/
manadsretratt-november-hemifran/](https://opusdei.org/sv-se/article/manadsretratt-november-hemifran/)
(2026-03-22)