

”Att be är att tala med Gud. Men om vad?”

Du har skrivit till mig: ”Att be är att tala med Gud. Men om vad?” Om vad? Om honom och om dig, om glädjeämnen och bekymmer, om framgångar och motgångar, om höga mål och vardagliga sorger ... Om dina svagheter. Tacksägelser och böner. Att älska och att sona. I korthet: att lära känna honom och dig själv, att ”umgås”.
(Vägen, nr. 91)

4 februari

En bön till Gud som är mitt liv. Om Gud är vårt liv, skall det inte förvåna oss att vårt kristna liv måste vara sammanvävt med vår bön. Men ni skall inte tro att bön är en handling som man utför och sedan lägger åt sidan. Den rättfärdige *har sin lust i Herrens lag och läser den dag och natt.* På morgonen tänker jag på dig, och på kvällen stiger min bön upp till dig likt rökelse. Hela dagen kan vara en tid för bön: från morgon till kväll och från kväll till morgon. Och inte nog med det: som den heliga Skrift påpekar måste även vår sömn vara bön.

(...) Bönelivet måste dessutom grundas på vissa dagliga stunder som uteslutande ägnas åt umgänget med Gud, stunder av samtal utan ljudet av ord, vid tabernaklet om det är

möjligt, för att glädja Herren som väntar på oss – så ensam! – sedan tjugo århundraden. Stilla bön är denna dialog med Gud, från hjärta till hjärta, i vilken hela själen deltar: förnuftet och fantasin, minnet och viljan. Meditation som bidrar till att ge övernaturligt värde till vårt stackars mänskliga liv, vårt vardagsliv.

Tack vare dessa stunder av meditation, muntliga böner, bönesuckar, kommer vi att – på ett naturligt sätt och utan att väcka uppmärksamhet – kunna omvandla vår dag till en ständig lovprisning av Gud. Vi kommer att stanna i hans närvaro, som förälskade ständigt vänder sig i tanken till den person de älskar, och alla våra handlingar – även de minsta – kommer att fyllas av andlig effektivitet.

Då en kristen ger sig av på denna väg av oavbrutet umgänge med Herren –

och det är en väg för alla, inte en stig
för privilegierade – växer det inre
livet och det blir säkert och fast.
Människan befästs i den både
älskvärda och krävande kampen för
att fullt ut göra Guds vilja. (När
Kristus går förbi, nr. 119)

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/dailytext/
att-be-ar-att-tala-med-gud-men-om-vad/](https://opusdei.org/sv-se/dailytext/att-be-ar-att-tala-med-gud-men-om-vad/)
(2026-03-21)