

# En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

## Vägledning vecka 15a

Vi stannar upp för att se tillbaka på den nåd vi har mottagit

**Vägledning: Inventering**



I den andliga övningar, uppmanade St Ignatius reträttledaren för de som gör övningar, att påminna dem som gör reträtten att det är viktigt att "stanna kvar" där de "hittade frukt." Dessa senaste veckorna i reträtten har erbjudit en stor nåd. Denna återblickens vecka tar inte upp nytt material. Materialet för denna veckas eftertanke är den nåd vi har fått under de senaste veckorna.

Efter att vi har fått erfarenhet av att vara älskade syndare, har vi fått nåden att bli inbjudna till att följa Jesus. Vi minns vårt personliga svar att följa honom och vår växande önskan att få lära känna honom mer och få vara med honom, han som älskar oss så mycket. Vi har börjat låta honom berätta berättelsen om Guds plan och om hans eget liv.

Vi reflekterade över hans egen kallelse och hur Gud har förberett hans ankomst genom hela berättelsen om förbundet i de hebreiska skrifterna. Vi fördes in i skildringen genom hans föräldrar, och deras omgivning, vid den tidpunkten han kom till oss i kraft av den Helige Ande. Slutligen befinner vi oss där i stallet där han föddes för oss. Denna vecka av reträtten finns en uppmaning att stanna kvar där ett tag. Vi kanske har varit för upptagna för att ta kunna ta in det hela. Kanske vi inte kunde se sambandet mellan hans fattigdoms ankomst i stallet och hans fattigdoms ankomst i våra liv.

När vi vaknar varje morgon den här veckan kommer vi att återvända till någon nåd som vi känner oss tacksamma för. Det kan vara en och samma nåd hela veckan. Det kan helt enkelt var att tex göra det stallet till vårt hem och att vara med Jesus där.

Den nåd vi önskar den här veckan är att dras djupare in i Jesu person. Resurserna för denna vecka kommer att hjälpa oss komma igång, och ta oss ännu djupare, och hjälpa oss att finna ord för att be.

# En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

---

Vi kommer att låta våra reflektioner hamna i bakgrunden av vår vardag. Vad vi än möter, så kan varje dag denna vecka bli en del av mysteriet som vi har reflekterat över. All mänsklig erfarenhet är den mänskliga erfarenheten Jesus kom för att träd in i. Denna vecka ser vi och älskar att komma djupare.

Slutligen, tackar vi, varje kväll för den nya nåd vi fått den här veckan. För än en kort stund - kanske när vi klär oss för natten - kan vi uppleva tacksamhet för de rörelser i vår dag som förbinder oss med Jesus, han som har kommit in i vår värld - för att vara ett med oss i våra mänskliga erfarenheter och för att inbjuda oss till att följa honom i hans kallelse.

## Praktisk hjälp för att komma igång denna vecka.

För att komma igång den här veckan måste vi vara tydliga med hur olik den här veckan är från våra tidigare veckor. Detta är en vecka för att blicka tillbaka, stanna kvar och njuta av. Vi gör inte detta för att vi inte är intresserade av att gå framåt, utan för att vi är intresserade av att se till att vi tar in allt som erbjudits oss. Parallellen som används här är inte som att läsa en god bok och sedan stanna upp och läsa den igen. En bättre motsvarighet är denna: En kompis visar mig fotona i sitt familjealbum och passerar ganska snabbt förbi de tidigaste sidorna. Jag kan hejda min vän här och säga: "Åh, de är underbara. Låt oss stanna upp och titta lite närmare på dessa bilder. Jag vill verkligen titta och njuta av dem. Titta på hur ung din mor såg ut. Är det huset du växte upp i? Åh, titta vilken styrka i din fars ögon. Åh, den här bilden fångar precis vem du är, även som en baby. "

Ett annat sätt att beskriva vad vi gör den här veckan är att säga att vi ber, inte med nytt material, men med den nåd som vi har fått de senaste veckorna. Jag tar vad jag har fått och går in i gåvan djupare, för att stanna kvar där, och njuta av den.

Vi gör detta eftersom vi vet att gåvor ofta innehåller ytterligare gåvor inom dem. Denna vecka kommer vi att samla ihop de gåvor vi fått och kommer att öppna dem för att upptäcka vad mer som erbjuds oss.

Vi kommer att göra denna djupa uppskattning av vad vi har fått mitt i vårt dagliga upptagna liv. Om nåden de senaste veckornas - kallelse och gensvar, en förärad känsla av Guds plan, hur Gud blir kött för mig - för att bli till gåva i mitt existerande liv, och som då kommer att ha betydelse för och i mitt verkliga liv.

- Jag har sagt att jag vill vara med Jesus i hans uppdrag. Idag vill jag bara smaka det valet med varje enskild uppgift och val jag gör i min dag.

# En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

---

- Jag har förstått hur inkarnationen var Guds färdiglagda plan för att frälsa oss. Idag vill jag medvetet acceptera att vara i köttet, inklusive med all dess förundran, alla gränser och det förringande av att vara en kroppslig person. Konkreta stunder under dagen ger mig möjlighet att omfamna vem jag är, med den kropp och identitet jag har ärvt, tillsammans med de val jag har gjort, med min kondition, min hälsa, min sjukdom.
- Jag har sett och berörts av Födelsen. Jag har antagligen gått in i denna givande betraktelse över hur Jesus blev en av oss, och kanske kommer in på scenen med dessa minnen som rör vid mitt hjärta fortfarande färska. Idag vill jag gå omkring i mitt liv och känna av spänningen i min kultur som gör motstånd mot att närma sig, att vara i, en stall-liknande ställning. Jag kommer att märka - och i bakgrunden, tugga på - hur mycket jag in i denna värld ansträngningar mig för att täcka över det enkla, de nakna, fattigdomen av mänsklighetens existens.

Kanske kommer jag den här veckan att försöka medvetet för att vara mig själv, vara mer transparent. Jag kan försöka att se hur en dag skulle vara om jag försökte att inte imponera på andra med endast yttre saker utan att istället bara vara tillsammans med andra med omtanke.

Varje dag i denna vecka, kan jag hitta andra sätt att granska, vara med och njuta djupare av de gåvor som Gud erbjuder mig under denna speciella resa för att se Jesus tydligare, att älska honom mer innerligt, och att följa honom mer nära, dag för dag.

## För resan

Ignatius vill få oss att stanna upp en stund i fattigdom och ödmjukhet i stallet. Ett uttalande om vem Han är, börjar genom detta barns födelse. I. Dessa händelser och förhållanden runt omkring oss är viktiga ord här i början av hans långa kärleksförklaring.

När vi sitter och ser på, kanske vi känner någon form av ängslan av att vara där. Närvaro är allt om vi ska bli bekanta med hans vägar. Varför är det så bråttom? Vi bara sitter här och tittar och lyssnar. I vår fantasi, kanske våra egna nära och kära kommer för att besöka oss där. Vad skulle vi berätta om de saker som vi har varit närvarande och har fått uppleva? Kanske skulle vi känna i bönen att vi vill att våra gamla vänner skulle möta våra nya. Finns det glädje i våra hjärtan medan vi vandrar sakta över till platsen där Maria håller barnet? Finns det en vördnadsfull förtrogenhet inom oss när vi sitter och talar med Josef och våra besökare?

Det finns olika sätt att ta reda på fakta och ett annorlunda sätt som vi växande lär känna andra människor på. Jesus, Maria och Josef är människor och Ignatius skulle vilja få oss att vara en person och att vi skulle personligen lära känna de vi möter här i stallet och alla dem som vi kommer att se de kommande veckorna. I den mänskliga processen att bli vänner, går vi genom olika stadier. Det hela börjar med att titta och lyssna och ta emot allt som erbjuds. Vi går från att vara bekanta till att bli vänner och sedan närmare än så, - partner eller följeslagare. I dag är vi tillgängliga för att överväldigas av vad vi ser och hör.

# En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

---

Det är bra för oss att dröja kvar här och börja röra oss allt närmare och närmare, inte bara till krubban och barnet utan även till den personliga verkligheten av denna världsomformande händelse. Vilken mystisk Gud manifesteras i denna fattiga situation? Den omfamning den älskande Guden ger sträcker ut sig från minsta håla till den största planeten. Denna Gud kommer till allas stall om det bara finns rum och ett välkomnade. På sätt och vis finns det efter händelsen i Betlehem inget nytt att se men det är mycket att förstå. Guds domar är inte våra egna. Guds vägar är mycket högre och Guds domar är lägre när det gäller det som är viktigt, och detta möts i denna ringa plats där endast de ödmjuka kan se och tro.

Så vi sitter en stund på en hög av halm och börjar acceptera. Vi accepterar honom lite mer varje dag i våra egna stall. Vi erkänner mysteriet att vi inte har förstått allt. Vi erkänner att vi är älskade på konstiga sätt. Vi börjar erkänna att Guds vägar börjar dra oss närmare Honom. Vi erkänner att vi måste stanna här lite längre och titta på våra egen ande som vaknar.

## Med dessa eller med liknande ord

Käre Jesus!

Jag är hemma. Jag är församlad i detta stall med dig, Maria och Josef. Det är kallt och illaluktande och jag står i kogödsel och undrar halvt om jag inte har suttit i en del av det för ett tag sedan. Och ändå känner jag mig så väldig lycklig på ett stillsamt sätt.

Vanligtvis tycks det som om jag brukar känna att jag inte är redo för dig. Vid ett annat tillfälle skulle jag låtit er alla vänta utanför innan du kom in, tills jag kunde ha sopat stallet, fått in rent hö, skrapat av av mina skor, och fått in lite varma kläder för oss alla.

Och själv ville jag vara en bättre människa. Vad jag verkligen ser i detta stalls mörker är mitt hjärtas mörker. Jag är inte bara missnöjd min omgivning, Jesus - det gäller även mig själv. Är jag tillräckligt bra för att vara här med dig? Det är först nu när jag ser på dig och dina föräldrar som jag känner en så djupt kärlek till i detta dragiga, mörka stall. Dina små händer är fortfarande knutna i ett nyfött barns grepp, och när jag hålla ut mitt finger, tar du tag i det ordentligt. Min Herre och Frälsare håller min hand! Jag svämmar över av glädje och tårar. I detta ögonblick är vi tillsammans i den intimitet som har bundit människor samman sedan tidernas begynnelse.

Käraste Jesus barn, hjälp mig att kika bortom det dunkla ljuset av detta stall in i mörkret av mitt eget hjärta. Låt mig känna ännu djupare att jag i själva verket är hemma här, på denna plats där min största bedrift är att hålla mitt finger år dig att greppa. Hjälp mig att förstå att du inte kommer att vara med mig i någon form av orealistisk perfektionism, utan med mig som jag är just nu, med anklarna djupt i gödsel, med strimmor av tårar som rullar utför mitt dammiga ansikte, och jag själv glatt leende mot dina slumrande föräldrar tillsammans med en ko och två oxar!

Inget av detta verkar passa mitt goda ordnade liv, och ändå är jag här i denna ofullkomliga situation i vad som verkar vara perfekt lycka. Mitt hjärta fylls med så stor tacksamhet till er, och jag tittar ner på ditt ansikte med en djup kärlek. Tack för allt du gör i mitt liv. Tack för att ni kom till mig och till oss alla, där vi står i mörkret i vårt eget stall, och undrar vad som kommer närmast.

# En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

---

## En bön att börja dagen med

Låt mig med allt som jag är idag;  
Allt som jag försöker idag,  
Låt mig med allt jag möter, tankar,  
och alla frustrationer och felsteg  
Låt mig med allt, få lägga mitt liv i dina händer

Herre, mitt liv är i dina händer,  
Låt denna dag ge dig pris och ära.

Överväg att dela dessa nådegåvor du tar emot med andra ” En plats att dela dina erfarenheter på sidan (["En plats att dela med sig av sina erfarenheter"](#) ). Och, låt oss be för varandra. Detta skulle kunna ge många andra människor möjligheter att dra nytta nåden som erbjöds dig och nådegåvorna som ges till dig kan hjälpa andra på ett sätt som du aldrig får veta, i att bygga upp mod och andras tro.

