

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

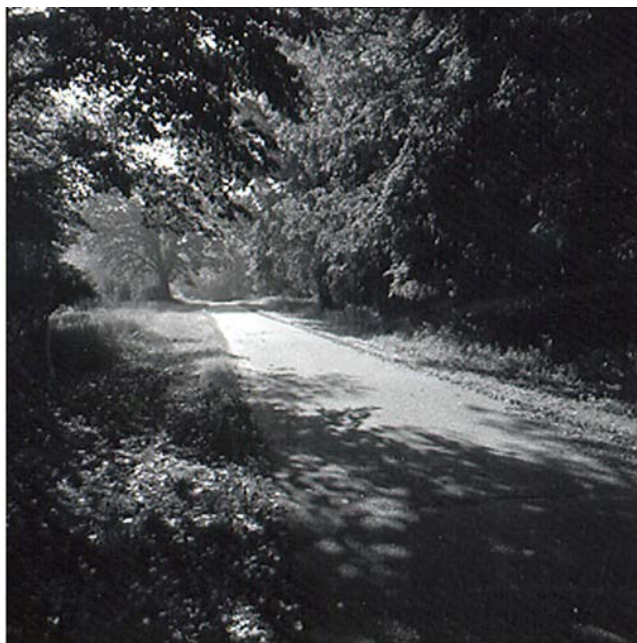
Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Online Reträtt via datorn vägledning - vecka 34

Låt oss tänka på vägen framför oss

Vägledning: kontemplation i handlingar

På ett sätt slutar denna reträtt nu, på ett annat sätt kommer den att fortsätta på det sätt den har förändrat våra liv. Till skillnad från en reträtt som görs på ett reträttcenter, gör vi inte reträtten skild från vår vardag. Stigen framför oss kommer att formos av de nya mönster vi har utvecklat genom dessa övningar. Under denna sista vecka vill vi identifiera de mönster vi önskar och väljer vägen framför oss. Den "Bön för att börja varje dag med " ger en känsla av vår pågående bön:



*Må allt som jag är i dag,
allt det som jag försöker göra i dag,
låt alla mina möten, reflektioner,
mina frustrationer och tillkortakommanden,
må jag med allt,
få lägga mitt liv i dina händer.
Herre, mitt liv är i dina händer.
Låt denna dag ge dig pris och ära.*

Nåden vi ber om denna vecka är enkel: att vår Herre skulle vägleda oss att välja hur vi ska leva våra liv ännu mer med och i Jesus.

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Vi är skyldiga Ignatius av Loyola inspirationen till denna reträtt. Han var grundaren av jesuitorden (jesuiterna) och författare till "Andliga övningar". Han har varit vår vägledare i att känna igen Guds inbjudan till frihet, Guds nåd, Guds plan att frälsa oss, Guds kallelse så att vi följer Jesus i hans uppdrag och mission, och Guds nåd att vi får lära känna, älska och viljan att innerligt tjäna tillsammans Jesus.

Efter att ha väglett människor igenom "övningarna", fick Ignatius ibland brev som klagade över att det var svårt att vara kontemplativ mitt i ett hektiskt vardagligt liv. Han skulle alltid svara att det var viktigare att vara kontemplativ mitt i handlingen. Han förklarade att för dem som hade funnit närhet till Gud i bön, så skulle det vara lätt att hitta närhet till Gud i allt. Han lade alltid till ett kvalificerat tillägg, om de fortsatte att dö bort från sin egenkärlek och agerade mot allt som frestade dem bort från friheten att älska andra. • När vi går igenom varje enskild dag den här veckan, så frågar vi oss:

- Hur vill jag fortsätta namnge mina önskningar inför Gud?
- Hur kan jag hålla mig fokuserad, i mina bakgrundsstunder?
- Vilka livsmönster väljer jag att göra till en vana?
- Vilka ska jag välja att vara fri från?
- Vem och på vilket sätt kommer jag älska som jag har blivit älskad?
- Vad innebär det för mig och vad betyder att "dö bort från egenkärlek"?
- "Att leva med och i Jesus"? Vilka val leder det mig till?

Om mina nuvarande och framtida livsmål?

- o Om mina nuvarande och framtida mål i livet?
- o Om min livsstil?
- o Om mina relationer?
- o Om min solidaritet och omsorg om de fattiga?

Resurserna erbjuder konkret hjälp för att göra denna vecka till en underbar övergång till vardagslivet.

Överväg också att använda dig av böneresurserna på Creighton Online ministerierna webbplats. (engelska – men använd gärna Googles översättning)

Praktisk hjälp för att komma igång denna vecka.

"Komma igång" den här veckan får en annan innebörd än tidigare. Den här veckan kommer att vara vår övergång till ett vardagsliv efter reträtten. Våra reflektioner kommer att ta oss till våra önskningar för framtiden och våra val att sätta dessa önskningar till handling.

Vad vi funderar på

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Vi vill se tillbaka på denna reträtt och fundera över de mönster som var de vägar genom vilka Guds nåd flödade in i våra hjärtan. Vi vill förstå den väg som fört oss dit vi är nu, så att vi kan fortsätta på den vägen i framtiden. Vi önskar att vår vilja att leva våra liv som kontemplativa människor genom handling, gör att vi hittar en närhet till Jesus i allt vad vi gör.

Nåden vi ber om

Vår önskan för denna vecka är att vår Herre skulle vägleda oss att välja hur vi ska leva våra liv med och i Jesus.

Vår dagliga kontemplation

Förra veckan var det vår tacksamhet för allt vad Gud har gjort för oss som rörde våra hjärtan till ett gensvar av kärlek och till tjänst. Om den typen av reflektion visade sig vara till hjälp, skulle det vara mycket viktigt att stanna där och fortsätta växa i tacksamhet och att fortsätta att erbjuda sig själv uttryckt i bönen "Tag, Herre, emot min.... Vi kanske vill fortsätta att hålla på med att hitta ett sätt att säga den bönen, eller vår version av den, varje dag, vid en viss tidpunkt, i syfte att flytta den djupare inne i vårt medvetande. Den här veckan vill vi ännu namnge vad det är att vi avser att göra som en del av vårt liv efter reträtten. Vi vill att detta skall vara en kreativ del av processen i den fortsatta relationen som Gud vill ha med oss.

Vid denna tid av vår reträtt har vi utvecklat vissa vanor. Vi vill känna igen dessa och låta Gud visar oss vägen framför oss.

Hur vi började vår dag

- Vad har jag gjort varje morgon för att börja min dag med fokus på den nåd jag önskade?
- Använde jag en enkel, daglig rutin, när jag satt på mig tofflor och morgonrock, för att göra detta till ett dagligt böneögonblick?
- Vad väljer jag från och med nu för att besluta mig för att göra det fortsättningsvis?

Hur slutade vi vår dag

- Vad har jag gjort varje kväll för att avsluta min dag, och för att knyta ihop och avsluta den i tacksamhet?
- Har jag använt en enkel daglig rutin, när jag tog av mig kläderna eller borstade tänderna, för att fastställa detta som ett dagligt böneögonblick?
- Vad väljer jag att göra från och med nu för att besluta mig för att göra det fortsättningsvis?

Hur använde vi Bakgrundstiden under dagen

- Vad har jag gjort för att föra ett samtal med Herren hela dagen, även om det bara blir i halvminuters perioder?
- Har jag använt de korta mellantiderna under dagen, mellan det att jag gör andra saker, för att vara kontemplativ i handling?
- Vad väljer jag för att bestämma mig för att göra det i fortsättningen?

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Andra mönster som gjorde denna reträtt öppen för Guds nåd

- Fanns det nya sätt som gjorde att jag lät dessa tankar komma in i mitt vardagsliv?
- Fick jag erfarenheter av konflikter, svåra tider, eller på ett annat sätt beroende på hur jag placerade dem i sammanhanget med att vara med eller i Jesus under denna reträtt?
- Vad väljer jag för att kunna besluta mig om att göra det från och med nu?

Andra val vi kan reflektera över

Vissa kommer att vilja välja att göra vissa val för att bli mer delaktiga i sitt tjänande av andra, bortom våra familjer och arbetssituationer, genom vår kommun eller församling. Någras val är att vilja lära känna och vara i solidaritet med de fattiga, vilket kan vara de mest djupgående sättet att hålla kontakt med Guds rörelse i våra hjärtan.

Att dela den nåd man fått erfara av denna reträtt med andra kan vara ett viktigt val. Det kommer inte bara fördjupa oss mer i dessa erfarenheter, utan också låter också nåden bara vara för oss utan kanske kan bli givande för någon annan. Vår trösterika erfarenhet av hundratals e-brev vi fått från hela världen betonar kraften av denna delning och utbyte. Utnyttja de olika resurser för denna vecka: särskilt "för resan", och exempelorden i våra försök att uttryck oss "med dessa eller med liknande ord...

I slutet av eukaristin, får prästen använda flera avskedsfraser. En av dem verkar passa mycket lägligt i slutet av denna reträtt. "Låt oss gå i frid, för att älska och tjäna Herren," och församlingen svarar, "Gud vi tackar dig".

För resan

En examen, är en avslutande ceremoni, och kallas också promotion. Med promotion menas också att börja, och de nyutexaminerade firas som de som börjar sina nya liv.

Man kan tycka att man gör de andliga övningar på ett sådant sätt att det borde finnas en slutceremoni och en promotion eller examen. Dopet är vår början och vår återlösning är den evigt pågående förverkligandet av det livet. Det slutar aldrig, och så är det även med våra andliga övningar. Ingen person som har inlett andliga övningar kan säga att de "har gjort" dem. Vi har fått koncentrera oss på vår början och att den Helige Andes arbete aldrig slutar. De onda andarnas arbete tar aldrig slut. Vårt egna fallna jag upphör aldrig att arbeta.

Vi liknar en trädgård vars ogräs tycks föröka sig ju mer vi plockar bort dem. Vårt andliga ogräs har alltid funnits där, "det är någon fiende som har varit framme." Vad som har pågått under denna reträtt är att i en process bli medveten om, men inte negativt modfälld över det ogräs som vi har blivit medvetna om.

Vi börjar alltså att låta Gud fortsätta locka oss till Jesus vägar. Vi kommer alltid

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

att ha våra egna vägar, som kommer att avskära oss från och motsäga hans vägar och sätt. Vi har sett honom gå våra vägar och har hört hans uppmaning att sätta oss upp mot denna världs och våra kulturers våldsmetoder, girighet och makt. Vi har erkänt att vi lever i en spänning mellan Guds kallelse och de många andra kallelserna som är så lockande. Vi har bett att Gud skulle ta våra gåvor av frihet, minne och vilja. Vi har blivit varse om att vi sakta kommer, och kanske inte heller så långsamt, vilja hitta olika sätt att ta dessa gåvor tillbaka. Detta är inte en anledning att bli frustrerad över det eller känna sig som en hycklare. Vi är älskade genom att skapas, älskad genom att bli kallade, älskade genom att bli frälsta, och älskad av att vara på pilgrimsfärd.

Vi är de som tror att det håller på genom att hålla på, och det är vad Gud älskar oss att göra. Kommer någon akademiker någonsin efterleva allt vad hon eller han hör under examenstalet eller efter allt vad han eller hon har lärt sig under studietiden? Vi stiger av scenen för denna reträtt, och vi vet att vi kommer att återvända och ta reda på var vi har gått och för att få höra hans kallelse igen och få höra att vi är älskade av Gud.

Mitt femtionde år hade kommit och gått;

Jag satt som en ensam man i en Londonbutik,

En öppen bok med en tom skamfilad kopp på ett marmorbord.

När jag kikade på affären och gatan,

så brann plötsligt min kropp,

Tjugo minuter mer eller mindre,

och min lycka verkade vara så stor,

över att jag var välsignad och jag kunde välsigna.

-William Butler Yeats

Med dessa eller liknande ord ...

Käraste Jesus, min vän!

Jag känner att du är med mig nu, nära vid min sida och håller min hand när jag nu börjar vandrigen på vägen. Jag är inte säker på vart det leder, men jag vet att jag både följer efter dig och går tillsammans med dig när vi går.

Sinnesfriden har trängt in i min själ och jag känner att ingenting kan störa mig.

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Tillsammans kommer vi att gå igenom den här världen, genom detta liv, och jag kommer att få den kärlek och omsorg som har förändrat mitt liv. Mitt liv är annorlunda nu än det va för trettiofyra veckor sedan. På sätt och vis är jag mycket förändrad och i vissa avseenden är jag precis densamma.

Det känns som vad jag gör med mitt liv kommer bli annorlunda nu. Jag vet att jag kommer att göra val som människor inte förstår, och jag kommer att ställas inför beslut som skrämmer mig. Jag kommer ibland att falla tillbaka till vad jag själv kännervara bäst eller vad som är lättast, och jag kommer att göra felaktiga val. Men jag vet att jag kan vända mig till dig, titta dig i ögonen, och tala om det.

Hjälp mig, i mitt liv käre Jesus när jag försöker att leva ett självgivande liv, utan hänsyn till mig själv eller att sätta mina behov först, utan istället andras. Ge mig vishet och mod att göra rätta val, att ha en tro som gör det rättvisa och ett liv som alltid bryr sig om de fattiga.

Jag vet att jag inte är perfekt och kanske – slutligen - förstår jag att det är något att glädja mig åt. Jag kan vara lycklig i mina brister och mina svagheter eftersom det är där du kommer till mig så försiktigt för att stödja och älska mig.

Jag känner att du är med mig hela tiden, i allt jag gör och i alla jag ser. Ge mig tålamod och insikt att känna igen dig i de människor som är obehagliga eller skrämmer mig, de människor som jag inte förstår. Låt mig se dina ögon som ser tillbaka på mig när jag talar till dem.

Vad jag vill ha allra mest, vad jag känner så djupt, är att jag vill leva ett tjänande liv för dig, genom att tjäna andra. Jag vill vara där du vill att jag ska vara och leva som du vill, utan att höra egennyttiga ekon av världen.

Hjälp mig i min kamp att få vara fri från allt som håller mig tillbaka från att älska och tjäna dig. Allt vad jag vill ha i livet är att älska dig.

Tack så mycket för allt du är i mitt liv. Acceptera dessa tårar i ögonen, den stora kärleken i mitt hjärta, och mitt liv som jag erbjuder dig. Det är allt jag har.

Ge mig bara din kärlek och din nåd. Jag vill intet ha något hellre, eller annat än det.

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Online Retreat - <http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

<http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.html>

Onlinereträtt på svenska

<http://www.katolskakyrkanlulea.se/onlineretreat/index.html>