

Vägledning vecka 4

En bild av harmoni – att leva i balans

Vägledning: Frihetsideal

Vägledning: Frihetsideal

Den här veckan kommer vi att gå från tacksägelse och lovprisning till Gud - från den stora bilden av en ordnad, målmedveten skapelse - till den konkreta bilden av att leva i harmoni med vad vi är skapade för, att leva i balans.

Under hela den här veckan, vill vi inspireras av kvinnor och män som verkar vara i harmoni med det ändamål som vi är skapade för, och som verkar använda hela skapelsen med denna frihet.

Ignatius uttryckte det så enkelt: Vi bör använda Guds skapade gåvor så att de hjälper oss att uppnå det mål som vi är skapade för, och vi borde försöka att göra oss av med allt som hindrar oss från att nå målet.



*Inte för att jag har lidit någon nöd. Jag har lärt mig att klara mig med det jag har. Jag kan leva fattigt och jag kan leva i överflöd. Jag har verkligen erfarenhet av allt: att vara mätt och att hungra, att leva i överflöd och att lida brist. Allt förmår jag genom honom som ger mig kraft.
Fil 4:11-13*

För att göra detta måste vi balansera oss inför alla dessa skapade gåvor, i den utsträckningen att vi inte fäster våra önsknings på hälsa mer än sjukdom, rikedom mer än fattigdom, ära mer än vanära, eller ett långt liv mer än ett kort liv eller överhuvudtaget ingenting i sig självt. Vi måste vilja och välja bara det som bättre leder oss till det mål som vi skapades för.

Vi vet alla vilket handikapp det är att sakna denna "oberördhet" eller balans i våra liv som Ignatius talar om. När min önskan och val rör sig i riktning mot "jag vill ha en bra hälsa, jag vill ha framgång, jag vill ta hand om mig själv, jag längtar efter ära och uppmärksamhet," då vet jag att jag inte har en bra balans och jag har blivit alldeles för självupptagen.

Men när vi ser någon som verkar kunna visa sin kärleksfullhet på ett beredvilligt sätt, en som ger av sig själv, i att de lever oförbehållsamt för andra, då blir vi inspirerade. Deras liv verkar vara så rätt och genuint.

Låt denna vecka vara en namngivningens vecka som låter oss bli inspirerade av människor som verkar vara förebilder för frihet för mig. Som alltid gäller det att använda handledningens länkar till höger. Titta gärna tillbaka på tidigare handledningar, om du vill.

Under våra sysslor varje dag i denna vecka, ska vi försöka vara medvetna om hur människor lever ett liv i ära och pris, vördnad och till tjänst - kanske hjältemodigt, eller kanske i djup enkelhet. Vilka är de människor som visar oss vägen för att vi själva ska komma rätt livet? Under våra

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

sysslor varje dag i denna vecka, ska vi försöka vara medvetna om hur människor lever ett liv i ära och pris, vördnad och till tjänst - kanske hjältemodigt, eller kanske i djup enkelhet. Vilka är de människor som visar oss vägen för att vi själva ska komma rätt livet?

Praktisk hjälp för att komma igång denna vecka.

Vilka är de människor som visar oss vägen, så att vi själva kommer rätt i livet?

Ett mycket praktiskt sätt att komma igång med denna veckas uppgift är att ta ett papper och gör en lista över de personer som inspirerar dig. Börja med människor du inte känner. De kan vara människor i historien - någon Ignatius eller St Teresa av Avila eller Martin Luther King, kan kanske vara människor jag någon gång har inspirerats av - eller kanske var det han som ägde ett textilplantage österut, som när hans fabrik brann ner höll alla sina anställda på lönelistan tills han kunde bygga om anläggningen på nytt.

Därefter skriver jag namn på människor jag känner personligen och som inspirerar mig - det kan hända att det är en gammal faster som levde ett aktningvärt liv, eller min pastor eller någon jag älskar.

När vi väl har gjort denna lista över människor, kan vi tillbringa vår vecka med att fundera över vilka kvaliteter var och en av dem som inspirerar oss har. Hur är ett liv i balans? Vad är det som de verkar vara så fria från? Vad är det som de är fria för? Vilka var/är deras val, vilja och önskningar?

Kom ihåg att klicka på bilden och titta på bilden som förstoras på Fotogalleriet sida. Överväg att göra det till ditt skrivbordsunderlägg för denna vecka. Den unga kvinnan till höger är en av våra studenter här vid Creightonuniversitetet. Hon finns i en av våra bergsbyars "campo" kliniker i Dominikanska republiken. Titta på hennes ansikte denna vecka. Vad känner hon i sitt hjärta? Det tog bara henne en liten del av friheten att gå dit, men vi kan se hur hon i hennes tjänst får ut så mycket mer än vad hon ger.

Detta är inte en vecka då vi ska bedöma oss själva. Vi kanske kan bli mer medvetna om vår ofrihet i våra liv, men det är inte tid att bli självfokuserade. Det kommer att finnas tid senare för att låta all sådan nåd arbeta tillsammans för vår egen andliga frihet. Men det är först nästa steg i vår resa. Beundran går före då man vill ta efter och likna någon annan. Detta är en vecka som är till för att gå omkring med en växande samling bilder av inspirerande människor, med egenskaper och engagemang som visar oss frihetens kraft.

Kom ihåg att låta denna process fylla vår bakgrunden i våra liv den här veckan. När jag vaknar, och sätter på mig mina tofflor och kläder - en kort stund - kan jag be om mina önskningar i en enkel bön: "Herre, jag vill bli inspirerad den här veckan. Låt denna dag dra mig närmare till hur människor lever sina liv i stor frihet". När jag kör bil eller gå ner i korridoren eller förbereder middag eller kanske när jag läser tidningen, kommer kanske någon på min lista i mitt sinne, och en del av deras nådefyllda sätt att leva berör mig. När jag går till sängs, och kanske släcker lamporna i huset, kan jag säga "Tack, Herre, för de stunder som har rört mitt hjärta i dag.

Titta på våra framsteg som vi har gjort under veckan. Hur många personer på min lista har jag reflekterat över? Har nya namn kommit inför mig? Det kommer att bli svårt att hålla fokus denna vecka. Det är lättare för oss att vara negativa än att överlämna oss till att ständigt beundra andra. Om jag håller på att tappa fokus, är det bara att återvända till dessa sidor och fokusera igen. Agera mot all negativitet genom att återgå till bilden.

Online Retreat - <http://www.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.htm>

Onlinereträtt på svenska

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

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Kom ihåg att säga "tack" genom hela veckan.

För resan

Denna vecka står vi inför en inledning eller uvertyr till de Andliga övningarna. Vanligtvis är det förspelet i ett musikaliskt stycke som gör oss bekanta med det och gör att vi känner igen de fortsatta tongångarna som kommer att utvecklas senare i stycket.

Svårigheten med vad vi hör i inledningen den här vecka kan göra oss lite obekväma och gör att vi ifrågasätter huruvida vi vill fortsätta eller inte. Här i början av övningarna, visar Ignatius vad han menar med "frihet". Jag vet att vi alla vill ha ett långt liv, hälsa, ett bra namn och tillräcklig rikedom. Det kan tyckas att just här efter en sådan from bön, visar det sig var skon klämmer. För att fortsätta att göra dessa övningar måste du redan nu ha denna fullständiga distans till sådana naturliga böjelser och begär som till liv, hälsa och välbefinnande.

I sanning, så pekar Ignatius på universella mänskliga böjelser, som om man inte är vaksam kan styra, dominera, fångsla och förstöra våra livserfarenheter. Vi är inbjudna att medverka i denna uvertyr för att helt enkelt titta på de områden som oftast tar oss ur harmonin. För första gången i övningarna ombeds vi att undersöka om vi är tillräckligt fria för att möta våra ofriheter. Det är först när vi gör detta som resten av symfonin av de Andliga övningarna kommer att bli meningsfulla.

Vi måste vara mycket tydliga över detta då, Ignatius förutsätter att vi som människor kommer att uppleva tendenser av oordning. Kan jag vara ärlig och öppen med att avslöja vad som spelar så högt i min personliga orkester, att det råder oordning i mitt livs symfoni? Senare i övningarna, kommer Ignatius att inbjuda oss till att se Jesus som dirigent för vår egen, och världens, musikal. När Ignatius använder begreppet "oberördhet", betyder det inte att han "inte bryr sig". Genom att göra övningarna sätter han fingret på den ömma punkten vart vi alla är på väg. Han visar på områdena där vi har för mycket omsorg om oss själva och har svårt att släppa kontrollen och som tar bort vår förtröstan på "Guds omsorg" som är verklig frihet. Kommer vi med tiden kunna frigöra oss för att titta, lyssna på och följa den gudomliga ledaren?

Den här veckan styrs vi mot en frihet som kommer att bli resultatet av en ärlig eftertanke och en förtröstan i bön, och att allt är av Guds goda nåd, men det tar tid. Den grundläggande friheten den här veckan är ett enkelt erkännande av våra mänskliga böjelser, som när de dämpats genom vår kontakt med Jesus och Guds vägar, blir delar av harmonin och balansen. "Var inte rädd," den Gud som kallar är trofast och bjuder oss ständigt på nytt in till livets symfoni.

Med dessa eller med liknande ord

Herre,

Det var lättare förra veckan. Jag tittade på balansen och harmonin i världen. Jag kunde se det i förändringen av årstiderna och soluppgången och massor av underbara saker som jag känner att de inte äventyrade någonting för mig.

Men nu när jag är inbjuden att titta på harmonin - eller bristen på den - i mitt eget liv var jag slagen av orden i vägledningen: "Kan jag vara ärlig och uppriktig med att avslöja vad som spelar så högt i min personliga orkester, att det råder oordning i mitt livs symfoni?" Något i mig rördes av att det, Herre. Det finns delar av mig som spelar alltför högt i mitt livs symfoni. Jag hör hornen för högt då jag oroar för mina felsteg, eller är rädd för att jag ses som ett stort misslyckande. Trummorna skraller när jag är alltför knuten till eller vill beundra andra och det känns yttlig eftersom allt jag vill är att på något sätt ge mitt liv för Dig.

Online Retreat - <http://www.creighton.edu/CollaborativeMinistry/cmo-retreat.htm>

Onlinereträtt på svenska

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

En 34 veckors onlinereträtt i det dagliga livet

Utskriftsvänlig version 2010-07-29

Herre jag ber dig. Ge mig nåden att se hur jag ska kunna få balans i mitt liv. Hur kan jag få den typ av lugn och ro som kvinnan på bilden har denna vecka? Hon sitter i en dålig klinik och skrattar mitt i tragedin kring henne. Friden hon har, har inte något att göra med pengar, stolthet eller hur andra människor ser på henne. Hon har gett sitt liv för Dig. Hjälp mig att hitta denna typ av frid i mitt eget liv.

Men så blir jag rädd. Vad är det du begär av mig, Herre? Hur mycket måste jag ge upp? Kan jag göra detta? Jag slits så mellan viljan att mitt liv ska vara i "balans och i harmoni" med Dig och att inte vilja ge upp någonting av vad jag har nu. Jag är bara rädd. I min rädsla vänder jag mig till Dig och öppnar mina armar, och ber om den hjälp jag behöver.

Gode Gud, hjälp mig att leva mitt liv på ett sätt som drar mig närmare Dig. Hjälp mig att ge upp allt som inte gör det. Tack så mycket för din kärlek och att du håller din hand över mig. Tack för att du har skapat mig och att du önskar att jag skulle vara i harmoni med dig.

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.

Läsningar:

Ef 2:1-10
Rom 8:26-30
Matt 10:29-31

