

BERGEN RETREAT

Prayer: from Hymn 94:13-14: love for God (Saint Montfort)

Yes, my Jesus, I love you
Although many others rant,
Your greatness is so supreme,
And your love we know
extreme.
I love, and say anathema
To those who do not love you.

Bønn: Fra Montforts hymne
94, 13-14: Kjærlighet til Gud

Ja, min Jesus, jeg elsker deg.
Selv om mange andre roper
høyt,
er din storhet så suveren,
Og din kjærlighet kjenner vi
som grenseløs.
Jeg elsker deg, og sier
anathema
til dem som ikke elsker deg.

What would I not do
For you, Jesus, my Savior?
I wish that I were thunder
To proclaim to all the
world,
One thing is necessary:
To love God with all one's
heart.

Hva ville jeg ikke gjort
For deg, Jesus, min Frelser?
Jeg skulle ønske jeg var
torden
For å forkynne for hele
verden,
At én ting er nødvendig:
Å elske Gud av hele sitt
hjerte.

- Come, Holy Spirit, fill the hearts of your faithful
- and kindle in them the fire of your love.

- Send forth your Spirit and they shall be created,
- and you shall renew the face of the earth.

*** Kom, Hellige Ånd** Fyll dine troendes hjerter

* og tenn i dem din kjærlighets ild.

- Send ut din Ånd, og alt blir omskapt.
- og du fornyer jordens åsyn.

- Let us pray.
- O God, who have taught the hearts of the faithful
- by the light of the Holy Spirit,
- grant that in the same Spirit we may be truly wise
- and ever rejoice in his consolation.
- Through Christ our Lord.
Amen.

- La oss be:
- Gud, du har opplyst de troendes hjerter ved Den Hellige Ånd. Gi oss ved ham sans for det som er rett, og evig glede ved hans trøst. Ved Kristus, vår Herre.
Amen.

• **Introduction**

This Wednesday, March 5, we will begin our Lenten season by receiving ashes, a sign of repentance, acknowledging the glory of God's power and our sinful nothingness.

• **Innledning**

Denne onsdagen, 5. mars, begynner vi vår fastetid ved å motta aske – et tegn på omvendelse, en anerkjennelse av Guds makt og at vi i vår syndige natur er ingenting.



- Our journey will last forty days, leading to Easter, the heart of the liturgical year and of faith.
- It is a journey that follows the path of Jesus, who at the beginning of his ministry isolated himself for forty days in prayer and fasting, tempted by the devil, in the desert, and yet triumphed.

- Vår reise vil vare i førti dager og føre oss til påske, hjertet i det liturgiske året og i troen.
- Det er en reise som følger Jesus' vei, som i begynnelsen av sin tjeneste trakk seg tilbake i førti dager i bønn og faste, ble fristet av djevelen i ørkenen, men seiret.



- This is a time of grace in our journey to become more like Jesus, through prayer, fasting and works of mercy.
- Our wilderness is in our own hearts. Pushed by the Holy Spirit, we will go there to build intimacy with the Father, following Jesus, while examining any temptations that may have kept us away from Him.

- Dette er en nådens tid på vår vandring for å bli mer lik Jesus, gjennom bønn, faste og barmhjertighetsgjerninger.
- Vår ørken er i våre egne hjerter. Drevet av Den Hellige Ånd vil vi gå dit for å bygge nærhet til Faderen, følge Jesus og bli klar over de fristelsene som kan ha fjernet oss fra ham.

- The desert is a place of solitude, where we build a personal, face-to-face relationship with God.
- This is a time to make room for the Word of God.
- The desert is a place to choose what is essential in life.

- Ørkenen er et sted for ensomhet, hvor vi bygger et personlig og nært forhold til Gud.
- Dette er en tid for å gjøre plass til Guds ord.
- Ørkenen er et sted for å velge det som er essensielt i livet.

- This is a time to reaffirm to ourselves that we are walking in the footsteps of Jesus Christ, under the guidance of the Holy Spirit, by denying the spirit of the world.

- Dette er en tid for å bekrefte for oss selv at vi går i Jesu Kristi fotspor, under ledelse av Den Hellige Ånd, ved å fornekte verdens ånd.



Saint Paul:

«Do not conform yourselves to this age but **be transformed by the renewal of your mind**, that you may discern what is the will of God, what is good and pleasing and perfect» (Rm 12:2)

• **Paulus sier:**

«La dere ikke lenger prege av den nåværende verden, men la dere forvandle ved at sinnet fornyes, så dere kan dømme om hva som er Guds vilje: det gode, det som er til hans behag, det fullkomne. " (Rom 12:2)

**1. Spirit of
Jesus,
Obedience
of Love**

**1. Jesu Ånd:
Kjærlighetens
lydighet**

The fruit we ask for from the Holy Spirit:

a heart burning with
love, similar to the
heart of Jesus, our
Lord.

- **Den frukt vi ber
Den Hellige Ånd
om:**

Et hjerte som
brenner av
kjærlighet, lik vår
Herres Jesu hjerte.

- Reading, from Mark 12:28-34: The Greatest Commandment

28 One of the scribes, when he came forward and heard them disputing and saw how well he had answered them, asked him, “Which is the first of all the commandments?”

29 Jesus replied, “The first is this: ‘Hear, O Israel! The Lord our God is Lord alone!’

Mrk 12, 28-34: De to store bud

28 En av de skriftlærde, som hadde hørt på dette ordskiftet og lagt merke til hvor godt Jesus svarte, gikk bort til ham og spurte: «Hvilket bud er det første av alle?»

29 Jesus svarte: «Det første budet er dette: ‘Hør, Israel! Herren vår Gud, Herren er én.

30 You shall love the Lord your God with all your heart, with all your soul, with all your mind, and with all your strength.’

31 The second is this: ‘You shall love your neighbor as yourself.’ There is no other commandment greater than these.”

32 The scribe said to him, “Well said, teacher. You are right in saying, ‘He is One and there is no other than he.’

30 Du skal elske Herren din Gud av hele ditt hjerte og av hele din sjel og av hele ditt sinn og av all din kraft.’

31 Det andre er dette: ‘Du skal elske din neste som deg selv.’ Ikke noe annet bud er større enn disse.»

32 Den skriftlærde sa til ham: «Du svarer godt, mester! Det er sant som du sier: Herren er én, og det er ikke noen annen enn han.

33 And 'to love him with all your heart, with all your understanding, with all your strength, and to love your neighbor as yourself' is worth more than all burnt offerings and sacrifices.”

34 And when Jesus saw that [he] answered with understanding, he said to him, “You are not far from the kingdom of God.” And no one dared to ask him any more questions.

33 Å elske ham av hele sitt hjerte og av all sin forstand og av all sin kraft og å elske sin neste som seg selv, det er mer verdt enn alle brennoffer og andre offer.»

34 Da Jesus hørte hvor klokt han svarte, sa han til den skriftlærde: «Du er ikke langt borte fra Guds rike.» Og ingen våget å spørre ham mer.

Lectio Divina:
taking sufficient time
according to needs and
situations, by applying
the steps of *Lectio
Divina*.

- **Lectio Divina:** Vi tar den nødvendige tiden for å anvende trinnene i Lectio Divina:

- 1. Prayer for inner peace and enlightenment to the Holy Spirit
- 2. *Lectio*: reading the chosen passage carefully and calmly, several times, trying to listen to it with all our heart, mind and strength.
- 3. *Meditatio*: thinking, reflecting in order to understand the passage read. At the same time we apply to ourselves what the passage reveals.

1.Bønn: Be om indre fred og opplysning fra Den Hellige Ånd.

2.Lectio: Les skriftstedet nøye og rolig flere ganger, og lytt med hele vårt hjerte, tanke og styrken i vårt sinn.

3.Meditatio: Tenk og reflekter for å forstå teksten og anvende det som er blitt åpenbart, i vårt eget liv.

- 4. *Oratio*: based on the «touch» of the Word read, we raise our hearts to God with intercession, petition, praise and thanksgiving.
- 5. *Contemplatio*: seeing everything and everyone with the eyes of God, feeling as Jesus feels, thinking as Jesus thinks, speaking as Jesus speaks, living as Jesus lives.

4. Oratio: Vi løfter våre hjerter til Gud i bønn, forbønn, takk og lovprisning.

5. Contemplatio: Se alt og alle med Guds øyne, føl som Jesus, tenk som Jesus, snakk som Jesus og lev som Jesus.



- **Reflection**

- The spirit of Jesus is found in his **obedience to the Father.**
- Obedience is often falsely opposed to freedom as if obedience could not be an expression of freedom.

- **Refleksjon**

- Jesu ånd finnes i hans **lydighet til Faderen.**

* Lydighet blir ofte feilaktig satt opp mot frihet, som om lydighet ikke kunne være et uttrykk for frihet.

- In his homily on April 15, 2010, Pope Benedict XVI spoke of freedom in relation to the autonomy for which man strives. Man, driven by the worldly spirit that animates him, wants to free himself from obedience to God, man must be free, enjoying full autonomy.

I sin preken den 15. april 2010, snakket pave Benedikt XVI om frihet i relasjon til den selvstendigheten som mennesket streber etter. Mennesket, drevet av den verdslige ånd, ønsker å frigjøre seg fra lydigheten til Gud. Mennesket må være fritt og nyte full autonomi."

- Pope Benedict reacts:
«However, this autonomy is a lie: it is an ontological falsehood because man does not exist on his own and for himself, and it is also a political and practical falsehood because collaboration, the sharing of freedom is necessary. [...] Thus we see that the so-called autonomy does not truly set man free. Obedience to God is a freedom because it is the truth».

Pave Benedikt svarer: «Denne autonomien er imidlertid en løgn: det er en ontologisk usannhet fordi mennesket ikke eksisterer på egen hånd og for seg selv, og det er også en politisk og praktisk usannhet fordi samarbeid, deling av frihet, er nødvendig. [...] Dermed ser vi at den såkalte autonomien ikke virkelig setter mennesket fritt. Lydighet til Gud er en frihet fordi det er sannheten.»

- This is the lifestyle of Jesus who said: «My food is to do the will of the one who sent me and to finish his work» (John 4:34). By obeying God, Jesus is free, that is, «free to» enlighten people who walk in darkness, save people and give His life. Obedience as the Son of Man is the key to understanding all of His life, passion and death.

Dette er livsstilen til Jesus, som sa: «Min mat er å gjøre det han vil som har sendt meg, og fullføre hans verk.» (Joh 4,34). Ved å adlyde Gud er Jesus fri, det vil si «fri til» å opplyse mennesker som vandrer i mørket, frelse mennesker og gi sitt eget liv. Lydighet som Menneskesønnen er nøkkelen til å forstå hele Hans liv, hans lidelse og hans død.

- Christ «humbled himself and became obedient to the point of death, even death on a cross» (Phil. 2:8); «and although He was a Son, He learned to obey from what He suffered, and after He achieved His perfection, He became the source of eternal salvation for all those who obey Him» (Heb 5:8-9).

Kristus «fornedret seg selv og ble lydig til døden, ja, døden på korset» (Fil 2,8); «enda han var Sønn, lærte han lydighet ved å lide, Da han hadde nådd fullendelsen, ble han opphav til evig frelse for alle dem som adlyder ham. (Hebr 5,8-9).

- In Gethsemane He said: "Do not what I will, but what you will" (Mk 14:36). His obedience saved us: "as by one man's disobedience many were made sinners, so also by one man's obedience many will be made righteous" (Rom 5:19).

I Getsemane sa Han: «Ikke som jeg vil, men som du vil» (Mark 14, 36). Hans lydighet frelste oss: «Slik det ene menneskets ulydighet gjorde de mange til syndere, skal nå den enes lydighet gjøre de mange rettferdige.»(Rom 5:19).

- Obedience to God's will is the basis for perfect freedom despite all its consequences. This was experienced by Peter and his companions when they said before the Sanhedrin: "We must obey God rather than men" (Acts 5:29).

Lydighet mot Guds vilje er grunnlaget for fullkommen frihet, til tross for alle dens konsekvenser. Dette erfarte Peter og hans ledsagere da de sa foran Sanhedrinet: «Vi må lyde Gud mer enn mennesker» (Apg 5:29).

- The spirit of Jesus is also found in the **commandment of love** because "God is love" (1 Jn 4:7,8). This commandment has two directions which are essentially one: love for God and for one's neighbor (Mt 22:37-40; Mk 12:28-34 and Lk 10:25-28).

Jesu ånd finnes også i **kjærlighetens bud**, for «Gud er kjærlighet» (1 Joh 4,7-8).

Dette budet har to retninger som i sin essens er ett: Kjærlighet til Gud og til vår neste

(Matt 22, 37-40; Mark 12, 28-34 og Luk 10, 25-28)

- These two sides of the same coin become the pillars supporting our holiness or the path of living the perfection of our Christian life (*Lumen Gentium* 40).

Disse to sidene av samme sak utgjør pilarene som støtter vår hellighet eller veien og måten å leve ut fullkommenheten i vårt kristne liv (*Lumen Gentium* 40).

- In the version of Matthew 22:37-40, the relationship between these two «commandments» is expressed by the term: «the second is like it» (Matthew 22:39).
- The term «like it» expresses that these two commandments cannot be separated from each other, there is no contradiction between them (Matthew 25:40, 1 John 4:20-21).

* I versjonen i Matteus 22, 37-40 uttrykkes forholdet mellom disse to «budene» med uttrykket: «det andre er like stort» (Matteus 22, 39).

* Uttrykket «like stort» viser at disse to budene ikke kan skilles fra hverandre, det er ingen motsetning mellom dem (Matteus 25, 40, 1 Johannes 4, 20-21).

- Since the two are one, they also influence each other.
- In this regard, Pope Francis writes: « his is one of the primary innovations of Jesus' teachings, and it helps us understand that what is not expressed in love of neighbour is not true love of God; and, likewise, what is not drawn from one's relationship with God is not true love of neighbour».

- Siden de to er ett, påvirker de også hverandre.
- I denne sammenhengen skriver pave Frans: «Dette er en av de viktigste nyvinningene i Jesu lære, og det hjelper oss å forstå at det som ikke uttrykkes i kjærlighet til vår neste, ikke er sann kjærlighet til Gud; og på samme måte, det som ikke springer ut fra ens forhold til Gud, er ikke sann kjærlighet til vår nesten.»

- Love for neighbours is the concretization and extension of love for God. John wrote:
- «We love because he first loved us. If anyone says, “I love God,” but hates his brother, he is a liar; for whoever does not love a brother whom he has seen cannot love God whom he has not seen. This is the commandment we have from him: whoever loves God must also love his brother» (1 John 4:19-21).

- Kjærlighet til vår neste er konkretiseringen og utvidelsen av kjærligheten til Gud. Johannes skrev:
- «Vi elsker fordi han elsket oss først. Den som sier: «Jeg elsker Gud», men likevel hater sin bror, er en løgner. For den som ikke elsker sin bror som han har sett, kan ikke elske Gud som han ikke har sett. Og dette er budet vi har fra ham: Den som elsker Gud, må også elske sin bror.(1 Johannes 4, 19-21).

- To understand these words of the Letter of John, it is good to read Pope Benedict XVI's Encyclical Letter *Deus Caritas Est* of 2005, nos. 16-18.

- For å forstå disse ordene fra Johannes' brev, er det nyttig å lese pave Benedikt XVI's encyklika *Deus Caritas Est* fra 2005, nr. 16-18.



- “True, no one has ever seen God as he is. And yet God is not totally invisible to us; he does not remain completely inaccessible. God loved us first, says the Letter of John quoted above (cf. 4:10), and this love of God has appeared in our midst. He has become visible in as much as he “has sent his only Son into the world, so that we might live through him” (1 Jn 4:9). God has made himself visible: in Jesus we are able to see the Father (cf. Jn 14:9)”.

* «Det er sant at ingen noen gang har sett Gud slik han er. Og likevel er ikke Gud fullstendig usynlig for oss; han forblir ikke helt utilgjengelig. «Gud elsket oss først,» sier det siterte brevet fra Johannes (jf. 1 Joh 4, 10), og denne Guds kjærlighet har vist seg midt iblant oss. Han har blitt synlig ved at han «har sendt sin enbårne Sønn til verden, for at vi skulle leve ved ham» (1 Joh 4, 9). Gud har gjort seg selv synlig: I Jesus kan vi se Faderen (jf. Joh 14, 9).

- We are enabled to love because this love has been poured out in our hearts by the Holy Spirit (Rom 5:5).
- So, it is the Holy Spirit who enables us to live this commandment of love. We love with the Divine Power that is within us.

- Vi er i stand til å elske fordi denne kjærligheten er utøst i våre hjerter ved Den Hellige Ånd (Rom 5, 5).
- Det er altså Den Hellige Ånd som gjør det mulig for oss å leve ut dette kjærlighetsbudet. Vi elsker med den guddommelige kraften som er i oss.

- Pope Francis, in turn, has commented on this «commandment of love» on several occasions.
- *The first* of these was at the Angelus on 26 October 2014. On the basis of Mt 22:35-40, he linked love and faith, saying:

- Pave Frans har ved flere anledninger gitt kommentarer til dette «kjærlighetsbudet».
- Den første gangen var under Angelus den 26. oktober 2014. Med utgangspunkt i Matt 22,35-40 knyttet han sammen kjærlighet og tro og sa:

- «love is the measure of faith, and faith is the soul of love. We can no longer separate a religious life, a pious life, from service to brothers and sisters, to the real brothers and sisters that we encounter [...] Remember this: love is the measure of faith. How much do you love? Each one answer silently. How is your faith? My faith is as I love. And faith is the soul of love»

- «Kjærlighet er målestokken for tro, og troen er kjærlighetens sjel. Vi kan ikke lenger skille et religiøst liv, et fromt liv, med tjeneste for brødre og søstre, fra tjeneste for de virkelige brødrene og søstrene som vi møter [...] Husk dette: kjærlighet er målestokken for tro. Hvor mye elsker du? Hver og en kan svare i stillhet. Hvordan er din tro? Min tro er slik jeg elsker. Og troen er kjærlighetens sjel.»

- *His second comment*, was delivered at the Angelus, on November 4, 2018.
- This time, he started from Mt 12:28b-34. He emphasized the unity of these two commandments, saying:

- Hans andre kommentar kom under Angelus den 4. november 2018.

*Denne gangen tok han utgangspunkt i Mark 12,28b-34. Han understreket enheten mellom disse to budene og sa:

- «to love God means to invest our energies each day to be his assistants in the unmitigated service of our neighbour, in trying to forgive without limitations, and in cultivating relationships of communion and fraternity»

«Å elske Gud betyr å investere våre krefter hver dag for å være hans medarbeidere i uforbeholden tjeneste for vår neste, i å forsøke å tilgi uten grenser og i å dyrke relasjoner preget av fellesskap og brorskap.»

- *His third comment*, was delivered on October 29, 2023, during the Mass he led. The text he commented on was Mt 22:34-40. Here he promoted two verbs that can be operated to translate concretely this commandment of love.
- The first word is **«adoration»** as a way of expressing love for God and the second word is **«service»** as a way of expressing love for others in God.

* Hans tredje kommentar ble gitt 29. oktober 2023 under messen han ledet. Den var til teksten i Matt 22,34-40. Her fremhevet han to verb som kan brukes for å konkretisere dette kjærlighetsbudet.

* Det første ordet er **«tilbedelse »** som en måte å uttrykke kjærlighet til Gud på, og det andre ordet er **«tjeneste»** som en måte å uttrykke kjærlighet til andre i Gud.

- **Questions to ponder**

- 1. How have I been looking for and hearing the voice of the Holy Spirit to follow? How do I try every time to allow myself to be shaped by Him into a new creation through the various experiences of my daily life?

- **Spørsmål til ettertanke**

1. Hvordan har jeg søkt etter og lyttet til Den Hellige Ånds stemme for å følge den? Hvordan prøver jeg hver gang å la meg formes av Ham til en ny skapning gjennom de ulike erfaringene i mitt daglige liv?

- 2. How do I express my love for God and others during this time? Am I moved to improve or strengthen something in my relationship with God and my neighbor from this perspective of love?

2. Hvordan uttrykker jeg min kjærlighet til Gud og til andre i denne tiden? Blir jeg ledet til å forbedre eller styrke noe i mitt forhold til Gud og i forholdet til min neste ut fra dette kjærlighetsperspektivet?

- 3. In prayer, I ask the Holy Spirit to fill and inflame my heart with love so that I live my daily routine activities in a spirit of love for God the Father and others as the Lord Jesus showed me.

3. I bønn vil jeg be Den Hellige Ånd om å fylle og tenne mitt hjerte med kjærlighet, slik at jeg lever mine daglige gjøremål i en ånd av kjærlighet til Gud Faderen og til andre, slik Herren Jesus viste meg.

- 4. How can I cooperate with the Holy Spirit to make myself an instrument of God's love to manifest that culture of love in my family and society?

4. Hvordan kan jeg samarbeide med Den Hellige Ånd for å gjøre meg selv til et redskap for Guds kjærlighet for å gjøre synlig denne kjærlighetskulturen i min familie og i samfunnet?