

Duhovna obnova kolovoz

Tko kaže da ne možeš provesti nekoliko sati u tihoj molitvi u vlastitom domu? Čak i ako nisi s drugim ljudima, ovi materijali ti mogu pomoći da se „obnoviš“ tijekom nekoliko sati gdje god da se nalaziš.

14.08.2021.

1. UVOD

Duhovna obnova je prilika za par sati tihe molitve u kojima gledamo na vlastite živote u Božjoj prisutnosti.

U svakodnevnoj užurbanosti može biti teško pronaći to vrijeme – a sada i ovaj ritam koji nam nameće pandemija donosi neke nove izazove – ali najbolji način za učiniti ovu duhovnu obnovu je pronaći vrijeme i mjesto gdje se možemo moliti: ostavite po strani druge zadatke, ugasi telefon. Dobra je ideja činiti bilješke i ideje koje nam sinu tijekom obnove, ali najvažnije je da se stavimo pred Gospodina, da gledamo Njega i dozvolimo njemu da nas gleda.

2. RAZMATRANJE

Razmatranje o milosrdnom Srcu Isusovom poslušajte [ovdje](#).

3. DUHOVNO ŠTIVO

Pronaći Isusa u svakodnevnom životu. Pročitajte [ovdje](#).

4. ISPIT SAVJESTI

Pitanja koja donosimo mogu nam pomoći da u Božjoj prisutnosti razmišljamo kako smo djelima odgovorili na njegovu ljubav. Na početku može pomoći zazivanje Duha Svetoga, a na kraju sam čin kajanja izražavajući žaljenje zbog vlastitih grijeha i moleći Božju milost kako bismo mu se vratili i ostali blizu njega. Čin kajanja može biti koji god želimo, uključujući i jednostavne riječi svetog Petra upućene Isusu nakon uskrsnuća: „*Gospodine, ti sve znaš, tebi je poznato da te ljubim.*“ (Iv 21:17).

Čin prisutnosti Božje

1. «Nakon šest dana uze Isus sa sobom Petra, Jakova i Ivana (...) i preobrazi se pred njima» (Mk 9, 2). Ispunjam li se nadom dok gledam i promatram Krista? Koja obeshrabrenja i tuge bih mogla predati Gospodinu kako bi ih On

pretvorio u radost i izvor novoga života?

2. «Učitelju, dobro nam je ovdje biti! Načinimo tri sjenice» (Mk 9, 5).

Boravak uz Isusa jest izvor radosti. Kako to mogu podijeliti sa svojom obitelji i svojim prijateljima?

3. «Istinska ljubav u sebi nosi radost (...) koja ima korijenje u obliku Križa» (Kovačnica, br. 28). Kada susretnem poteškoće i protivštine u svojim svakodnevnim zadacima, znam li tamo otkriti Krista koji me očekuje prigrljen uz Križ i moli me da taj Križ nosim skupa s Njim?

4. «A pošto otpusti mnoštvo, uzide na goru, nasamo, da se pomoli» (Mt 14, 23). Tražim li koliko je moguće trenutke za svoju osobnu molitvu? A u isto vrijeme pokušavam li u svom svakodnevnom zanimanju, na poslu i u obitelji promijeniti svoj život odnosom s Bogom?

5. Na koji način inzistiram dok molim Gospodina znajući ovo: «Molitva je svemoćna» (Put, br.83) i „Molitva je uvijek plodonosna“ (Put, br. 101)?

6. «Kad spazi vjetar, poplaši se, počne tonuti te krikne: »Gospodine, spasi me!« Isus odmah pruži ruku, dohvati ga i kaže mu: Malovjerni, zašto si posumnjao?» (Mt 14, 30-31). U kojim trenucima mi je potrebno uvećati pouzdanje u Gospodina koji je uz mene, usprkos naizgled propalim ljudskim razlozima?

7. «Hrabro samo! Ja sam! Ne bojte se!» (Mt 14, 27). Nastojim li se prepustiti Gospodinu kod životnih nesigurnosti znajući da se onaj koji se nalazi u rukama Božjim, nalazi u najboljim rukama?

Djelo kajanja

6. ODLUKE

Donesite nekoliko kratkih i točno određenih odluka koje ste vidjeli u molitvi i nastojte ih ispunjavati tijekom ovog mjeseca.

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
hr-hr/article/duhovna-obnova-kolovoz/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-kolovoz/)
(3.04.2026.)