

# Duhovna obnova lipanj

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.

10.06.2021.

## 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 Presvetom Srcu Isusovom poslušajte [ovdje](#).

## **3. DUHOVNO ŠTIVO**

Isus na križu, njegovo srce probodeno je zbog ljubavi prema ljudima: to je jasan odgovor - riječi su ovdje suviše - na pitanje o vrijednosti stvari i osoba. Ulomke iz

propovijedi koju je sveti Josemaria održao na blagdan Presvetog Srca Isusova pročitajte ovdje. Propovijed je u cijelosti objavljena u knjizi Susret s Kristom, poglavlje XVI.

#### **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. «Isuse, s povjerenjem se stavljam u tvoje ruke, glave skrivene na tvojim ljubljenim grudima, moje srce sjedinjeno s tvojim Srcem: želim, u svemu, ono što Ti želiš» (Kovačnica, br. 529). Želim li da moje srce bude sve više slično Srcu Kristovu? Kako nastojim shvatiti njegove reakcije iz Evandjelja, njegovu nježnost, poglede, ljubav, pažljivost, strpljenje i drugo? Molim li za svoju djecu, svoju suprugu/svoga supruga i svoje prijatelje da im Bog da veliko srce?

2. «Isus je vidio carinika i kad ga je pogledao drago i odabrao ga, rekao mu je: Slijedi me» (Sveti Beda Časni, hom. 21). Donosi li mi mir kad znam da me Isus gleda s ljubavi kao što je gledao Mateja? Nastojim li gledati druge kao što bi to učinio Krist?

3. U djelima milosrđa se na poseban način u našem ponašanju odražava Kristov život. Znam li tješiti ljude koji pate, brinem li se strpljivo i ljubazno

o bolesnicima koji su mi blizu, znam li poučiti one koji to ne znaju ili dati dobar savjet onome kojem je potreban? Kako bih mogao biti velikodušan u svojem vremenu? Shvaćam li da djela milosrđa počinu u mojoj obitelji?

4. Imam li strpljenja i ljubavi prema bolesnicima u svojoj obitelji, posvećujući vrijeme ljudima oko sebe kojima je to najviše potrebno? Jesam li ja ljubazna osoba i nastojim li uvijek imati pozitivan pogled u problemima?

5. «Nisam trebao učiti opraštati, jer me je Gospodin naučio ljubiti» (Brazda, br. 804). Prema kojim ljudima bih mogao proširiti svoju sposobnost da shvaćam i ljubim? Molim li Boga da mi da potrebnu milost kako bih ljubio one koji se nisu dobro ponijeli prema meni, koji su me ponizili, ili one s

kojima se previše ne slažem? Znam li prijeći preko mana drugih?

6. Kako pouke svetoga Josemaríje hrane moju molitvu i moj odnos s Gospodinom? Tražim li njegov zagovor kako bi mi on pomogao u mojoj obitelji i s mojim prijateljima?

7. Sveti Josemaría je obično govorio da bi svojoj djeci u Opusu Dei htio ostaviti u nasljeđe ljubav prema slobodi i dobro raspoloženje. Što bih mogao popraviti kako bi se to ostvarilo u mojem životu?

Djelo kajanja

## **5. 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-lipanj/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-lipanj/)  
(9.04.2026.)