

Duhovna obnova listopad 2024.

Ovaj je vodič od pomoći da sami obavite mjesečne duhovne vježbe, gdje god se nalazili, osobito u slučaju poteškoća s pohađanjem kapelice ili crkve gdje se obično sastajemo na molitvu.

4.10.2024.

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 poslušajte [ovdje](#).

3. DUHOVNO ŠTIVO

Naša sloboda nije spontani izbor koji nema nikakvog temelja van naše osobne volje. U svojoj najdubljoj dimenziji, naša je sloboda odgovor na Ljubav koja nam prethodi. Članak 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. »Otvorili su se putovi Božji na zemlji« (usp. Susret s Kristom, br. 21). Na koji se način susrećem s Bogom u zbilji svakodnevnog života; u obitelji, u radu, u odmoru i u društvenim odnosima?

2. Utječem li se svetom Josemariji, „svecu svakodnevice” (sveti Ivan Pavao II.), kako bi mi on pomogao da uzdignem pogled prema Kristu, na način da mi pruži pomoć i milost koja mi je sada potrebna?

3. Bog »u njemu nas sebi izabra prije postanka svijeta da budemo sveti i bez mane pred njim u ljubavi« (Ef 1, 4). Kako na svoju rodbinu, prijatelje i susjede svojim primjerom prenosim avanturu univerzalnog poziva na svetost?

4. Smatram li da sam sredstvo u Božjim rukama kojim može činiti divne stvari u današnjem svijetu? Jesu li uobičajene okolnosti svakoga dana prilika za služenje i ljubav?

5. »Šaljem, evo, svog anđela pred tobom da te čuva na putu i dovede te u mjesto koje sam priredio« (Iz 23, 20). Obraćam li se s pouzdanjem svojem anđelu čuvaru kako bih ga molila da mi pomaže iz dana u dan?

U kojim bih mu se potrebama mogla uteći?

6. »Anđeo uđe k njoj i reče: Zdravo, milosti puna! Gospodin s tobom!« (Lk 1, 28). Utječem li se Gospodinu da pomogne mojoj obitelji i obiteljima mojih prijatelja izgraditi domove pune svjetla i radosti?

7. Nastojim li pronaći mjesta i aktivnosti u kojima možemo uživati u ambijentu za odmor i koje će nam također pomoći da lakše ostvarimo odnos s Bogom? Potičem li zdrav način zabave za svoju obitelj i obitelji svojih prijatelja?

8. »Kako si se srdačno smijao kada sam ti savjetovao da staviš svoje mladenačke godine pod zaštitu svetoga Rafaela! Da te dovede do jednoga svetog braka kao mladog Tobiju, s dobrom, lijepom i bogatom ženom, rekoh ti šaleći se« (Put, br. 360). Stavljam li svoju djecu i prijatelje svoje djece pod zaštitu

arkandela Rafaela kako bi svatko od njih otkrio put na koji ga Bog zove? Nastojim li ih pratiti svojom molitvom i svojom ljubavlju?

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-
listopad-2024/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-listopad-2024/) (24.03.2026.)