

# Duhovna obnova ožujak

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.

7.03.2022.

## 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**

Koji je smisao patnje? Zašto Bog dopušta zlo? To su ona pitanja koja si svaka osoba postavi u nekom trenutku svoga života. Odnose se na jednu od najvećih tajni o čovjeku. 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. Udovica iz Evandželja od svog siromaštva baca u hramsku riznicu »sve što je imala, sav svoj žitak« (Mk 12, 44). Jesam li ja velikodušna i sanjam li o tome da će Bog učiniti velike stvari pomoću dobara koje stavljam Njemu na služenje?

2. »Budite milosrdni kao što je Otac vaš milosrdan« (Lk 6, 36). Nastojim li biti milosrdna kako bih također pridonijela milosrđu Božjem i milosrđu drugih? Molim li Boga da mi da veću sposobnost razumijevanja, da mogu preći preko tuđih mana gledajući pozitivnu stranu stvari.

3. »Ljutite li se vi na svoju djecu? Sigurno ne? Tako nam i Bog Naš Gospodin, kada ga molimo za oprost, oprašta sve. To je divno!« (Riječi svetoga Josemarije iz knjige „Prije, više i bolje” od L. Linares, Rialp 2001.). Nakuplja li se u meni ljutnja zbog koje bih mogla tražiti pomoć od Gospodina, kako bi onda i moje opraštanje bilo pravo i iskrenije?

4. »Ne izabraste vi mene, nego ja izabrah vas i postavih vas da idete i rod donosite« (Iv 15, 16). Molim li Duha Svetoga za svjetlo kako bi mi pomogao otkriti Božje planove za

moj život i dao mi snagu da mogu slijediti njegov poziv? Kako bih mogla usmjeriti svoj život da bude dio Božjeg sna za ovaj svijet?

5. »Hajdete za mnom, učinit ću vas ribarima ljudi!« (Mt 4, 19). Nastojim li obnoviti smisao poslanja koje imam kao kršćanka s pouzdanjem da uvijek mogu računati na Gospodinovu pratnju? Mislim li rado na duše s kojima ću moći dijeliti radost života s Kristom?

6. »Kraljevstvo je nebesko kao kad je blago skriveno na njivi« (Mt 13, 45). Prisjećam li se kako me je Gospodin vodio u mojem životu? Gledam li na kršćanski poziv kao na put sreće?

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-ozujak-2/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-ozujak-2/)  
(21.03.2026.)