

Duhovna obnova prosinač

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.

1.12.2020.

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. PRVO RAZMATRANJE

Želimo što bolje pripremiti Isusov dolazak. Prvo razmatranje poslušajmo ovdje.

3. DUHOVNO ŠTIVO

Sveti je Josemaría govorio o quid divinum, „božanskom elementu“ koji možemo otkriti oko sebe i u svemu što radimo. Tada se otvara nova

dimenzija u kojoj svaki kutak našega života dijelimo s Bogom. Tekst pročitajte ovdje.

4. DRUGO RAZMATRANJE

Isusa treba upoznati i ljubiti. Drugo razmatranje poslušajte ovdje.

5. 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. Zahvaljujem li Bogu na daru božanskog sinovstva? Ponašam li se prema Bogu kao Ocu koji je pun milosrdne ljubavi i koji je poslao svoga Sina kako bi nas spasio? Obraćam li se Duhu Svetom kako bih rastao životom djeteta Božjega? Pokazujem li radost u ljubavi prema bližnjemu?

2. Molim li Isusa Krista da mi pomogne da se u punom pouzdanju obratim Bogu Ocu? Vidim li u njegovim riječima i djelima uzor za svoju svetost? Znam li svojim životom drugima prenijeti ovo što je rekao Isus: „Kao što je Otac ljubio mene tako sam i ja ljubio vas; ostanite u mojoj ljubavi“ (Iv 15, 9)?

3. „Svi koje vodi Duh Božji sinovi su Božji“ (Rim 8, 14). Utječem li se Duhu Svetom kako bih u pouzdanju mogao zazivati svoga Oca Boga?

4. Čitam li i razmatram li svaki dan Sveto Evanđelje? Nastojim li za vrijeme molitve ući u evanđeoske događaje kao jedan lik više i svoj život suočiti s Gospodinovim? Poučavam li prijatelje u čitanju Evanđelja?

5. Divim li se godinama prikrivenog Gospodinova života koje osvjetljavaju moje svakodnevno kršćansko djelovanje u svijetu? Shvaćam li da je neupadljivi rad Isusa Krista poziv za život pred licem Božjim, uz radost i velikodušnost?

6. Jesam li spreman u svemu, kao i Isus Krist, ispuniti volju Našega Oca Boga koji za mene želi sve najbolje? Jesam li Gospodinu dao čitavo srce? Ima li nešto što ne priliči meni kao kršćaninu i što me priječi da budem bliže Bogu?

7. Djela Apostolska kažu da je Isus „prošao zemljom čineći dobro“ (Dj, 10, 38). Nastojim li se dobro ponašati

prema drugima, završiti rad savršeno i biti zahvalan? Molim li Boga za oprosteno kada primijetim svoje pogreške i počinjem li uz njegovu pomoć ponovno?

8. Presveta Djevica Marija kliče u Magnificat: „Veliča duša moja Gospodina, klikće duh moj u Bogu, mome Spasitelju“ (Lk 1, 46-47). Živim li Došašće kao vrijeme radosne pripreme za Gospodinov dolazak?

9. „I pohite te pronađu Mariju, Josipa i novorođenče gdje leži u jaslama“ (Lk 2, 16). Trudim li se u svojoj kući stvoriti ambijent pripreme za Božić? Koristim li jaslice koje imam u kući kako bih ljude koji nas posjećuju podsjetio na kršćanski smisao ovih blagdana? Jeli moguće predložiti da se jaslice postave na mojem radnom mjestu, mjestima gdje često idem, u školi moje djece i drugdje?

10. Evanđelje kaže da je Isus živio poslušan Josipu i Mariji i da je njegova Majka „brižno čuvala sve ove uspomene u svom srcu“ (Lk 2, 51). Slijedim li primjer Blažene Djevice Marije kako bih otkrio Boga koji djeluje u mojoj djeci? Potičem li svoju rodbinu i prijatelje da svojoj djeci pruže dobar kršćanski odgoj?

11. Pomažem li drugima da u kući čuvaju detalje u velikodušnosti, međusobnom poštivanju, redu i radosti? Govorim li sa svojom suprugom o odgoju djece? Pomažemo li prijateljima i poznatima da otkriju veličinu braka i obiteljskog života, na primjer u sudjelovanju u obiteljskom obogaćivanju?

12. Molim li Mariju, Majku Isusovu i našu Majku, da mi pomogne pročistiti srce kako bih radosno proživio Božić?

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-prosinac/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-prosinac/)
(3.04.2026.)