

# Duhovna obnova siječanj 2026.

Ovaj vodič je pomoć za samostalno provođenje mjesečnih duhovnih vježbi, gdje god se nalazili, posebno ako vam je teško posjetiti kapelicu ili crkvu gdje se obično sastajemo na molitvu.

2.01.2026.

1. Uvod. Snaga spoznaje da smo djeca Božja.
2. Razmatranje: Dijete Božje

3. Razgovor. „Kod kuće i na putu,  
kad legneš i kad ustaneš:”  
Životni plan (I)
  4. Ispit savjesti.
- 

## **Uvod. Snaga spoznaje da smo djeca Božja**

Početak nove godine uvijek je poziv na novi početak. Sa sobom donosi odluke, obnovljene napore, ali i neizvjesnosti. Na tom početku Crkva nas poziva da se vratimo onome što je bitno: izvoru našeg identiteta. U Gospodinovom krštenju otkrivamo srž našeg kršćanskog života: mi smo ljubljena djeca Božja. Ne hodamo sami, niti nas podržavaju samo vlastite snage; idemo naprijed sa sigurnošću jer znamo da nas Otac osobno i vječno voli, i bdije nad svakim od nas kao da smo njegovo jedino dijete.

„Primiste Duha posinstva u kojem kličemo: Abba! Oče!“ (Rim 8,15). Ova istina mijenja naš pristup životu. Božansko sinovstvo nije pobožan pojam, već temelj nade, spokoja i svakodnevne borbe za svetost. Sam Isus nas uči da imamo odnos povjerenja s Ocem: njegovo sinovsko prepuštanje, čak i u najmračnijim trenucima, pokazuje nam da Bog uvijek želi ono što je najbolje za nas i da njegova milost ima stvarnu moć preobrazbe. Podržani tom sigurnošću, pozvani smo graditi domove u kojima nikada ne nedostaje „vina“ radosti, strpljenja i nesebične ljubavi. Marija, pažljiva i hrabra, posreduje: „Nemaju vina.“ Njezina ustrajna molitva uči nas da joj pristupimo s jednostavnošću, uvjereni da zna kako predstaviti naše potrebe svom Sinu.

Početak godine također uključuje preispitivanje konkretnog puta našeg duhovnog života, tog životnog plana

koji nas održava u svakodnevnoj borbi.

Dok zatvaramo Jubilarnu godinu nade, zahvaljujemo na mnogim darovima koje smo primili i s pouzdanjem gledamo naprijed. Krist ostaje s nama „u sve dane do svršetka svijeta“ (Mt 28,20). To obećanje je osobno, konkretno i ispunjava naša srca mirom. S Marijom, našom nadom, učimo neumorno čekati, sigurni da istinska nada ne razočarava. Neka nam ova duhovna obnova na početku godine pomogne obnoviti entuzijazam u borbi, ojačati sinovsko povjerenje i učiniti naše živote i naše domove mjestima gdje Bog može djelovati. Jer kada živimo kao djeca Božja, čak su i bitke ispunjene svjetlošću.

---

# Razmatranje

Razmatranje poslušajte ovdje.

.....

**Razgovor: „Kod kuće i na putu, kad legneš i kad ustaneš:“ Životni plan (I).**

.....

## Ispit savjesti

Čin prisutnosti Božje

Sastoji se od toga da se stavimo pod Njegov pogled ljubavi, koji nas prati i štiti. Zazivamo Duha Svetoga da bismo razumjeli kako učiniti svoje živote ugodnijima Isusu.

1. »Primiste Duha posinstva u kojem kličemo: „Abba! Oče!“« (Rim 8, 15).

Kako se u mom načinu suočavanja s problemima očituje spoznaja da da me Bog uistinu ljubi kao svoju kćer? Razmatram li o tome da me nikad neće ostaviti samu?

2. »Bog je jedan Otac – tvoj Otac! – pun nježnosti, bezgranične ljubavi. Često ga zovi Ocem, i reci Mu – na ti – da Ga voliš, da Ga silno ljubiš!, da si ponosna i osjećaš se snažnom jer si njegovo dijete« (Kovačnica, br. 331). Što bih sada mogla reći Gospodinu da osjetim njegovu nježnost i bezgraničnu ljubav?

3. »Ja sam s vama u sve dane – do svršetka svijeta« (Mt 28, 20). Jesam li svjesna da Isus meni osobno također daje ovo obećanje? Pruža li mi ovo razmišljanje mir i sigurnost svakodnevno?

4. »Neka u vama bude isto mišljenje kao i u Kristu Isusu« (Fil 2, 5). Koristim li dnevno čitanje Evanđelja da bolje upoznam i više ljubim Isusa,

i da ga molim da se moje srce što više poistovjeti s njegovim?

5. »Kad ponesta vina, Isusu će njegova majka: „Vina nemaju”« (Iv 2, 3). U Kani Marija moli, »kako je uporna, bez obeshrabrenja, ustrajno! – I kako uspijeva. – Nauči od nje« (Put, br. 502). Zbog kojih potreba bih mogla priteći svojoj Majci, Presvetoj Djevici, da mi pomogne da molim odvažno i jednostavno?

6. U Kani je Isus učinio prvo od svojih čuda »te povjerovalaše u njega njegovi učenici« (Iv 2, 11). Na koji način dopuštam Bogu da djeluje po mojim postupcima i riječima?

Djelo kajanja

hr-hr/article/duhovna-obnova-  
sijecanj-2026/ (14.03.2026.)