

Duhovna obnova studen 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.

1.11.2024.

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, ugasiti 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

Kako bismo naučili moliti mogu nam pomoći oni muškarci i žene koji su molili tijekom svog života: sveci. Na poseban način, sveta Marija. 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. »Sluge će mu se njegove klanjati i gledati lice njegovo, a ime će im njegovo biti na čelima« (Otk 22, 4).
Tražim li Krista u svetohraništu i kada se molim? Otkrivam li njegovo lice dok služim drugima ili dok se brinem za bolesne?

2. »Što koristi čovjeku ako dobije sav svijet, a izgubi svoju dušu? Što vrijedi to kad je sve prolazno, kad sve ponire, kad sve bogatstvo ovog svijeta naliči lutkama u kazalištu? Što koristi onda kada nam dođe vječnost, zauvijek, zauvijek?« (Priatelji Božji, br. 200).

3. »On će prebivati s njima: oni će biti narod njegov, a on će biti Bog s njima. I otrt će im svaku suzu s očiju te smrti više neće biti, ni tuge, ni jauka, ni boli više neće biti jer – prijašnje uminu« (Otk 21, 3-4). Tješi li me i hrani razmatranje o Božjoj ljubavi u nebu?

4. Veseli li me spoznaja da Bog računa na mene i na to da ću pomoći mnogima da dođu u nebo? Jesam li svjestan da su moj suprug i moja obitelj dio moga puta prema Bogu?

5. »Više nego igdje drugo, Isus želi kraljevati u tvome srcu, u tvome srcu« (Susret s Kristom, br. 31). Kako

dopuštam Kristu da živi i vlada u meni? Molim li ga da vlada u mojoj obitelji?

6. Želim li svojim radom i apostolatom pridonijeti da se sve uglavi u Kristu (usp. Ef 1, 10)? Zanima li me ono što se događa u društvu i izvršavam li svoje građanske dužnosti? Kako bih mogla još bolje služiti da se Božja ljubav očituje u mojem okruženju?

7. Ljubim li strastveno slobodu drugih u svemu što obuhvaća slobodu mišljenja, bez provociranja sukoba ili nepotrebnih natezanja? Kako cijenim bogatstvo suživota s drugačijim ljudima i brojne stvari koje od njih mogu naučiti?

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-
studeni-2024/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-studeni-2024/) (25.01.2026.)