

opusdei.org

Duhovna obnova studenj 2025.

Nekoliko sati tihe molitve kada gledamo na svoje živote u Božjoj prisutnosti. Ovaj vodič nam može pomoći da provedemo sat ili dva u razgovoru s Bogom, upravo tamo gdje jesmo.

4.11.2025.

Uvod

Duhovno štivo

Razmatranje: Moć molitve

Ispit savjesti

Krunica

Uvod. Ništa se ne gubi kada volimo.

Mjesec studeni poziva nas da s nadom gledamo u Nebo. Podsjeća nas da ne hodamo sami: dio smo velike obitelji, zajedništva svetaca, gdje život jednog održava život drugoga. Svaki čin učinjen iz ljubavi postaje oksigenirana krv koja teče kroz cijelo Tijelo Kristovo, dajući život cijeloj Crkvi.

Vjera nas uči da se ništa ne gubi kada se čini iz ljubavi. Smrt nije kraj, već prijelaz u puninu priče koja se nastavlja. „Bez straha od života, bez straha od smrti“, rekao je sveti Josemaría, jer ljubav – življena u

malom i u vječnom – ima vrijednost koja nikada ne istječe.

„Stvorio si nas za sebe i nemirno je srce naše dok se ne smiri u tebi“ (Sv. Augustin, Ispovijesti, I, 1). Na ovom putovanju Bog ne traži besprijeckorno savršenstvo, već srce koje vjeruje. Ponekad nas strah od neusklađenosti zarobljava u nama samima, ali njegova bezuvjetna ljubav oslobađa nas i vraća radost novog početka. Ugoditi Bogu ne ovisi o tome da sve činimo savršeno, već o tome da dopustimo sebi da nas on voli i preobražava.

Živimo, dakle, s nadom, znajući da svaki čin sebedarja, svaka molitva, svaki zajednički trud u obitelji, na poslu ili u bolesti ima vječnu rezonancu. Jer u zajedništvu svetih, svaki život kuca u ritmu Neba.

Duhovno štivo

Davanje sebe iznova i iznova iziskuje napor, ali davanje je sadržano u daru koji poznajemo, beskrajnoj ljubavi koja nas grli. Članak pročitajte [ovdje](#).

Razmatranje: Kolika je moć molitve

Razmatranje poslušajte [ovdje](#).

Meditacija je kratko razdoblje vođene mentalne molitve s propovjednikom, svećenikom, koji naglas razgovara s Bogom o određenoj temi, obično temi iz Evandjelja. Najvažniji je vaš osobni razgovor s Bogom. Cilj propovjednika je nadahnuti vašu molitvu dajući vam svjetlo i ganući vaše srce. Možda će vam biti korisno posvetiti više vremena određenim idejama, slijediti vlastiti tok misli kada vas svećenikove

riječi nadahnu na nešto posebno ili odabрати sliku o kojoj ćete razmišljati nakon duhovne obnove ili u sljedećem vremenu molitve.

Ispit savjesti

Sastoji se u tome da se stavimo pod ljubazni pogled Boga Oca koji nas prati i štiti. Pozivamo Duha Svetoga da bismo razumjeli kako učiniti svoj život ugodnijim Isusu.

Čin prisutnosti Božje

1. »Općinstvo Svetih. – Kako bih ti to protumačio? – Znaš li što je transfuzija krvi za tijelo?« (Put, br. 544). Zastanem li da bih si osvijestila da mogu pomoći cijeloj Crkvi ako u svojem radu, učenju, sa svojim prijateljima, sve činim dobro iz ljubavi prema Bogu? Ispunja li me nadom spoznaja da ništa nije

izgubljeno i da će Gospodin sav moj trud učiniti plodnim na način i u trenutku koje on smatra prikladnim?

2. »Bit će lakše ispunjavati svoju dužnost kada pomisliš na pomoć koju ti pružaju tvoja braća, i na pomoć koju ti ne pružaš ako nisi vjeran« (Put, br. 549). Na koji način se oslanjam na molitvu svih onih koji me ljube?

3. »Moje dobre prijateljice duše u čistilištu... One mogu mnogo pred Bogom!« (Put, br. 571). Molim li i prikazujem li zadušnice za njih? Pouzdajem li se u pomoć koju nam one mogu pružiti?

4. »Ako umrijesmo s Kristom, vjerujemo da ćemo i živjeti zajedno s njime« (Rim 6, 8). Pomaže li mi stvarnost smrti u tome da shvatim kako moj trud za rast Kraljevstva Božjega ima perspektivu?

5. »Zar ne iskri u tvojoj duši želja da tvoj Otac Bog bude zadovoljan kada ti bude morao suditi?« (Put, br. 746). Shvaćam li da me Bog ne optužuje, nego je moj odvjetnik i spasitelj? Zdobivam li mir znajući da sam u rukama Božjim?

6. »Na kraju života pitat će nas o ljubavi« (sveti Ivan od Križa). Nastojim li ispravljati nakanu, shvaćajući da se moja djela ne mjere po uspjesima ili pogreškama, trijumfima ili porazima, nego po ljubav s kojom ih privodim kraju? U kojim bi se područjima moga života moglo više vidjeti da su ljubav, milosrđe i duh služenja pokretači mojih djela?

7. »Kažem vam, tako će na nebu biti veća radost zbog jednog obraćena grešnika negoli zbog devedeset i devet pravednika kojima ne treba obraćenja« (Lk 15, 7). Kako me tješi i ispunja radošću to što znam da mi

Bog uvijek pruža svoju milost, a stoga i mogućnost da uvijek krećem ispočetka?

Djelo kajanja

Krunica

Krunica je tradicionalna katolička molitva Blaženoj Djevici Mariji, našoj Majci, moleći je da moli za svu svoju djecu u vrijeme njihove potrebe. Različitim molitvama koje čine krunicu, Gospi govorimo da je volimo i razmatramo Isusov život.

Kliknite za detalje o tome kako moliti krunicu.

hr-hr/article/duhovna-obnova-
studeni-2025/ (4.04.2026.)