

Duhovna obnova studení

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.

8.11.2020.

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, 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. PRVO RAZMATRANJE

Život je kao putovanje u vlaku. Prvo razmatranje poslušajmo ovdje.

3. DUHOVNO ŠTIVO

Tijekom našeg molitvenog života također će se pojaviti poteškoće ili sumnje. Mnogo je razloga koji nam daju naslutiti da nam je u tim

trenucima Bog osobito blizu. Tekst pročitajte [ovdje](#).

4. DRUGO RAZMATRANJE

Kliknite [ovdje](#) za slušanje razmatranja o važnosti čuvanja poklada vjere.

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. „Ja sam uskrsnuće i život (...). Tko u mene vjeruje, ako i umre, živjet će. I tko god živi i vjeruje u mene, neće umrijeti nikada“ (Iv 11, 25-26).

Razmatram li često o vječnom životu, smrti, Božjem sudu, čistilištu, nebu i paklu? Činim li to iz nade da će nam Krist pružiti spasenje? Govorim li s drugima o vječnom životu?

2. Služi li mi stvarnost da ću jednog dana umrijeti da što je moguće bolje živim vrijeme koje mi Bog daje na zemlji? Shvaćam li da bih morao odgovoriti Gospodinu kako sam koristio talente koje mi je On dao? Jeli mi prije svega važan sud Božji ili postupam prema čisto ljudskim motivima?

3. U blaženstvu ćemo s Majkom Božjom, svetim Josipom, anđelima i svim svecima gledati Boga „licem u lice“ (1 Kor 13, 12). Imam li nadu za Nebo?

4. „Premda ´ hoće da svi prispiju k obraćenju ´ (2 Pt 3, 9), Bog, budući da je čovjeka stvorio slobodna i odgovorna, poštuje njegove odluke“ (Kompendij 213). Jesam li svjestan da onaj koji ustraje u smrtnom grijehu odbacuje milosrdnu ljubav Božju?

5. Dok se nalazimo na zemlji obraćenje je uvijek moguće. Prenosim li svojim prijateljima sreću koju pruža prijateljstvo s Kristom? Molim li i prikazujem li neku žrtvu za obraćenje onih koji ne žive pred licem Božjim?

6. Govorim li sa svojom rodbinom i svojim prijateljima o ispovijedi? Omogućavam li svojoj djeci da idu na taj sakrament i gajim li u njima tu želju poštujući njihovu slobodu?

7. Vjerujem li u uskrsnuće tijela? Prikazujem li molitve za preminule? Molim li za duše u čistilištu, posebno

u Euharistijskoj žrtvi? Utječem li se njihovom razgovoru?

8. Gospodin kaže: „Budite dakle savršeni kao što je savršen Otac vaš nebeski!“ (Mt 5, 48). Želim li odgovoriti na poziv na svetost? Započinjem li svaki dan prikazujući ga Bogu molitvom? Obnavljam li preko dana to prikazanje?

9. Trudim li se da svoj rad obavim dobro i prikažem ga Bogu? Koristim li sredstva za poboljšanje svoga obrazovanja? Izbjegavam li površnost?

10. Kakvom namjerom obavljam rad? Dopuštam li da me vodi ljubav prema Bogu i prema drugima? Želim li služiti i biti koristan?

11. Nosim li hrabro poteškoće u radu prikazujući ih Bogu? Znam li u slučaju nezaposlenosti pronaći ili poučiti druge da u toj teškoj fazi

pronađu duhovnu korist i ujedno se dati na traženje novoga posla?

12. Molim li ljude od kriterija za savjet kada se moram suočiti s etičkim pitanjima koja su u vezi s mojim zanimanjem? Molim li Boga za jakost kako ne bih popustio pred nepravednošću, prevarom ili obmanom?

13. Vide li moja djeca i djeca prijatelja ili rodbine kako živim svoju kršćansku vjeru prirodno i da se Bog ne nalazi samo na mojim ustima, nego i u mojim djelima? Nastojim li ih poučiti da Bogu prikažu običan rad, posebno učenje?

14. Poučavam li u molitvi svoju djecu, svoje unuke ili djecu svojih prijatelja? Činim li to kad vidim mogućnost, a da ih nikad ne silim, kako bi otkrila ljepotu ophoda s Bogom?

15. Pripremam li uz pomoć Blažene Djevice Marije početak Došašća i molim li za milost novoga obraćenja?

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/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-studeni/)
(26.02.2026.)