

# Duhovna obnova veljača 2023.

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.

5.02.2023.

## 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. RAZMATRANJE**

Razmatranje poslušajte [ovdje](#).

## **3. DUHOVNO ŠTIVO**

"Grieh je glavni neprijatelj naše sreće, ali ima malo moći nad Božjim milosrđem." 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. Isus se popeo na brdo i poučavao ih je: »Blago siromasima duhom... Blago ožalošćenima... Blago krotkima...« (Mt 5, 3-12). Kada nam je Isus predstavio svoja blaženstva, pokazao nam je kakav je stil života u skladu s njegovim srcem. Kada razgovaram s Bogom molim li ga za

svjetlo koje će mi pokazati na koji način bih mogla živjeti blaženstva iz dana u dan?

2. »Ta poznate darežljivost Gospodina našega Isusa Krista! Premda bogat, radi vas posta siromašan, da se vi njegovim siromaštvom obogatite« (2 Kor 8, 9). Jesam li unutar svojih ekonomskih i profesionalnih okolnosti dopustila da padnem pod utjecaj konzumerizma ili znam koristiti stvari i vrijeme kojima raspolažem za svoje poslanje? Daje li mi život s Bogom vedrinu, pouzdanje i dobro raspoloženje kad ponestaje novca, vremena, fizičkih ili intelektualnih kvaliteta koje bih rado željela imati?

3. »Jedino dobro je ljubiti Boga čitavim srcem i biti ovdje dolje siromašan duhom« (sveta Tereza iz Lisieuxa). Nastojim li shvatiti da sam sve što imam besplatno primila od Boga i da me duh Djela potiče da

iskoristim ono što je potrebno kako bih rasla u svome pozivu?

4. »Oni koji siju u suzama, žanju u pjesmi« (Ps 126, 5). Na koji način u Isusu tražim utjehu i mir? Na koji način bih mogla širiti mir, utjehu i radost u odnosu s drugima?

5. »Učite se od mene jer sam krotka i ponizna srca i naći ćete spokoj dušama svojim« (Mt, 11, 29-30). U kojim područjima su mi potrebni svjetlo i snaga Duha Svetoga kako bih bila krotka i ponizna poput Gospodina u svojim odnosima s drugima također?

6. »Vi ste sol zemlje« (Mt 5, 13).  
«Pomaži tako da te se ne zapazi, bez pohvale, da te nitko ne vidi..., kako bi, nezapažen, poput soli, začinio okruženje u kojem boraviš; i doprinio da sve bude – zahvaljujući tvome kršćanskom osjećaju – prirodno, ljubazno i ugodno« (Kovačnica, br. 942). Jesam li svjesna

da ću ovisno o tome koliko sam i sama blizu Boga biti ta sol koju Gospodin želi koristiti kako bi preobrazio društvo?

7. »Ti si među svojim – apostolska dušo – kamen koji je pao u jezero. – Svojim primjerom i svojom riječi izazoveš prvi krug... a taj izazove drugi... pa tako još jedan i još jedan... Svaki put širi. Shvaćaš li sada veličinu svojega poslanja?« (Put, br. 831). Kakav primjer dajem drugima svojim životom?

Djelo kajanja

## **5. 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-  
veljaca-2023/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-veljaca-2023/) (27.03.2025.)