

Duhovna obnova veljača

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.

2.02.2021.

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

Svetost je u svakodnevici. Pokazuje nam je Isusov život u Nazaretu. Prvo razmatranje poslušajte ovdje.

3. DUHOVNO ŠTIVO

„Sveto pismo je nepresušno blago. Neka nam Gospodin svima udijeli da u njega sve više poniremo molitvom.“ Papa Franjo nastavlja s

katehezom o molitvi. Tekst pročitajte ovdje.

4. DRUGO RAZMATRANJE

Tko su bili prvi Isusovi učenici?
Drugo razmatranje o prijateljstvu
poslušajte ovdje.

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. Isus se popeo na brdo i poučavao ih je: «Blago siromasima duhom... Blago ožalošćenima... Blago krotkima...» (Mt 5, 3-12). Kada nas je Isus poučio o blaženstvima, zacrtao nam je stil života prema svome srcu. Molim li Boga, kada s Njim govorim, za svjetlo kako bih iz dana u dan mogla živjeti blaženstva?

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 utjecaj konzumizma ili pak znam koristiti da mi stvari i vrijeme kojima raspolažem služe za moje poslanje? Daje li mi život s Bogom vedrinu, pouzdanje i dobro raspoloženje kad ponestaje novca, vremena ili fizičkih

ili intelektualnih podobnosti koje bih rado željela imati?

3. «Jedino dobro je ljubiti Boga čitavim srcem i biti ovdje dolje siromašan duhom» (Sveta Tereza od Lisieux-a). Nastojim li shvatiti da sam sve što imam besplatno dobila od Boga i da mi duh Djela pomaže koristiti ono što je potrebno kako bih rasla u svojem pozivu?

4. «Oni koji siju u suzama, žanju u pjesmi» (Ps 126, 5). Kako tražim kod Isusa utjehu i mir? Na koji način bih mogla prenositi mir, utjehu i radost dok se obraćam drugima?

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

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 tvom kršćanskom osjećaju – prirodno, prijazno i ugodno» (*Kovačnica*, br. 942). Jesam li svjesna da ću po mjeri koliko sam blizu Boga biti ta sol koju Gospodin želi koristiti kako bi promijenio 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 je primjer moga života koji dajem drugima?

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-veljaca/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-veljaca/)
(19.03.2026.)