

Duše molitve

Isus se često povlačio kako bi nasamo razgovarao sa svojim Bogom Ocem, a i nama je potrebno malo vremena svaki dan posvećeno dijalogu s Bogom. Naše prijateljstvo s Isusom Kristom razvija se i raste u tim trenucima tišine, kroz jednostavne razgovore u kojima mu širom otvaramo svoje duše.

5.07.2025.

Svi nosimo niz neizbrisivih uspomena duboko u sebi. Čak i kako

vrijeme prolazi i prestajemo gledati u sebe, one ostaju, izranjajući u najneočekivanijim trenucima.

Možda ćemo imati sreću da među tim uspomenama pronađemo trenutke bliskosti s majkom, bratom ili bakom, u kojima su s nama podijelili dio svog osobnog blaga. Možda smo prvi put razgovarali s Bogom u jednom od tih razgovora, riječima koje su nam oni predali, molitvama koje su nas oni naučili. Ili se to možda dogodilo godinama kasnije, kada je prijatelj ili slučajna okolnost otvorila vrata intimnom dijalogu s Bogom.

Kad god se to dogodilo, nismo li se iznenadili kada smo, prvi put, shvatili da možemo osobno razgovarati s Bogom? (I još više... čuti Ga kako odgovara?!) Vrlo vjerojatno smo mislili da su osobni, bliski odnosi s Bogom rezervirani za VIP osobe, posebne ljude u Crkvi, čak i

ako nam je rečeno drugačije... Možda još uvijek tako mislimo.

Ali prilika da budemo blizu Bogu privukla nas je, jer ne postoji prijateljstvo kao što je njegovo. On je čak više od nas predan održavanju tog odnosa i samo On može ispuniti čežnju za ispunjenjem u našim srcima.

Evandjelje nam govori da su apostoli, pogođeni načinom na koji je njihov učitelj molio, jednom zamolili Isusa: „Nauči nas moliti.“[1] Možemo ih zamisliti kako prvi put čuju Oče naš i ispunjeni su nadom pri pomisli da s takvim povjerenjem mogu razgovarati s Bogom, svojim Ocem. Prije su se smatrali nedostojnima izgovoriti njegovo ime zbog dubokog poštovanja koje su pobožni Židovi imali prema Bogu.

Dijeliti život s Kristom

Stoljećima kasnije, na početku Djela, sveti Josemaría također je razbio kalupe oko sebe podsjećajući na evanđeoski poziv na kontemplaciju kroz običan život. Na taj je način otvorio horizonte onima koji su pristupili njegovom apostolatu, ispunjavajući prve mladiće i djevojke u djelu sv. Rafaela entuzijazmom i pozivajući ih da budu duše molitve: „Kad sam ti poklonio onu povijest Isusovu, stavio sam kao posvetu: «Da tražiš Krista! Da nađeš Krista! Da ljubiš Krista.»

- Tri etape vrlo jasne. Jesi li pokušao živjeti barem po prvoj?“[2] Mnogi su slijedili taj poziv, hodajući putem kršćanskog života usred svijeta, nastojeći ostati u dijalogu s Gospodinom.

Od tada su se mnogi ljudi približili duhu Djela, privučeni ovom

porukom, želeći dati svakom trenutku svog života njegov puni smisao, živeći ga s Bogom... Ljudi iz svih društvenih slojeva, s dubokom željom da žive punim, autentičnim životom, mnogi od mladosti,[3] okreću se resursima za kršćansku formaciju koje nudi Djelo, tražeći vodstvo i hranu za svoj unutarnji život.

„Dobrim korištenjem sredstava ponuđenih u djelu svetog Rafaela, oni primaju čvrstu doktrinarnu formaciju, uče biti duše molitve, živjeti u Božjoj prisutnosti usred svojih svakodnevnih dužnosti, dati svom radu (bilo intelektualnom ili manualnom) kršćansko značenje i imati duh žrtve.“[4]

Tijekom dana nastojimo podijeliti s Bogom ono što je pred nama; sve naše odgovornosti, projekte i brige. Nudimo mu ono što imamo, moleći da naša djela mogu započeti

njegovim nadahnućem i nastaviti se uz njegovu pomoć,[5] kako bismo i mi mogli biti svjedoci Kristova svjetla za one oko nas.

Trudimo se biti svjesni da je Bog uvijek pažljiv prema nama i odgovoriti na njegovu Ljubav zahvaljujući mu mnogo puta dnevno, moleći za oprostjenje kada smo ga zaboravili, njegujući tako Božju prisutnost.

Autentični dijalog

Kao što se Isus često povlačio da bude sam i razgovara sa svojim Bogom Ocem, i nama su potrebni „neki trenuci koji su isključivo posvećeni našem razgovoru s Bogom, trenuci tihog dijaloga, ako je moguće pred svetohraništem, kako bismo zahvalili našem Gospodinu što nas je čekao - tako često sam - dvadeset stoljeća.“[6]

Naše prijateljstvo s Isusom Kristom razvija se i raste u tim trenucima tišine, kroz jednostavne, neustrašive razgovore u kojima mu širom otvaramo svoje duše, znajući da nas On najviše i najbolje voli i da je već u nama da nam da ohrabrenje, svjetlo i milost.

U molitvi doživljavamo Isusovu blizinu i otkrivamo da On nastoji sve više ispunjavati naša srca, ulijevajući u njih svu svoju ljubav, proširujući ih i uključujući u njih mnoge ljude.

Ali nije uvijek lako moliti se, i bez obzira jesmo li na početku svog putovanja ili smo prešli određenu udaljenost, uvijek želimo naučiti kako moliti. Može biti korisno zastati i razmisliti o tome kako molimo ili o tome kako bismo željeli da ti razgovori prijateljstva s Njim budu.

Dobra početna točka mogla bi biti razmišljanje o temi koja nam sada zaokuplja srca. Tada možemo

razgovarati o svojim životima: što nas uzbuđuje, što nas brine, što imamo pri ruci. Ponekad nas možda nešto iznutra grize, a ipak s Njim razgovaramo o „pticama i cvijeću“, možda zato što ne vjerujemo da je Bogu zaista stalo do svega što nam je važno ili zato što se bojimo suočiti sa složenošću svojih života.

Možda ne znamo kako razgovarati s Bogom o određenim temama. Može nam pomoći da razmislimo da je Bog uvijek na našoj strani i da Mu je uvijek stalo do onoga do čega je nama stalo. Iz tog razloga, s jednostavnošću, možemo Mu reći: „Gospodine, ovo me brine... Što možemo učiniti? Gdje si ti ovdje?“ Također mu možemo reći o svojim iskustvima, malim poteškoćama s kojima smo se susreli i kako smo se s njima nosili, pitajući ga što ima reći o tome ili o onome što nas čeka, pokušavajući sve vidjeti iz Božje perspektive.

Gospodin nam govori kroz Sveto pismo, nauke pastira Crkve i svetaca te događaje dana. Stoga je u svakom trenutku molitve važno biti pažljiv, otvoren slušanju Boga i razumijevanju njegova djelovanja u našim životima, spremni „zakomplicirati“ svoje živote razmišljajući o tome kako se suočiti sa stvarnošću na kršćanski način, u skladu s našim identitetom djece Božje.

U Evandjelju nas Gospodin poziva da budemo hrabri i odvažni, a molitva je dobro mjesto za početak ove preobrazbe uma i osjetila. To se naziva „bitkom molitve“ (Katekizam Katoličke Crkve, br. 2726) jer se u tim trenucima, Božjom milošću, usuđujemo slušati, otkrivati i dublje ući u Božje srce. Tamo ćemo pronaći njegove nade za nas i s nama, ne na teoretski ili apstraktan način, već na stvaran. S Njim se obvezujemo boriti se u određenom području u kojem

znamo da se trebamo promijeniti:
nešto malo što On želi da predamo ili
nešto za što znamo da će nama ili
ljudima bliskim nama učiniti dobro.
On je naš Otac i On nas prati, daje
nam snagu i gleda nas s
razumijevanjem i ljubavlju.

Možda će biti korisno razmotriti
primjer naše Majke Marije.
Evandjelje nam kaže da je „sve te
stvari čuvala i prebiralala u svom
srcu“, [7] što znači da je bila navikla
razmišljati o tome što znače stvari
koje su joj se događale, kako je mogu
približiti Bogu i što je On tražio od
nje kroz okolnosti u kojima se našla.
Ona nas može naučiti da negujemo
naviku spremnosti slušanja,
otkrivanja značenja stvari i načina
suradnje u Božjim planovima. To
zahtijeva aktivno slušanje i duboku
želju da iskoristimo svaku priliku za
ljubav, da s povjerenjem kažemo da
Bogu.

Vrijeme za slušati Boga

Ponekad je lako osjetiti Božju prisutnost; na primjer, u trenucima prepunih sreće ili u trenucima meditacije. Međutim, u drugim trenucima može nam biti teško čuti Boga. Što bismo tada trebali učiniti? Prvo pitanje koje si trebamo postaviti jest zašto nam je teško slušati Ga u tim trenucima. Možda, iz raznih razloga (zauzetost, dugi popis obaveza, zanemarivanje...) nismo baš spremni za interakciju s Bogom.

Ovo unutarnje stanje može se čak izraziti i u našim odnosima s drugima, što otežava njihovo slušanje. Možda se pitamo kako obično slušamo druge i pokušavamo li čuti Božji glas kada smo zatvorili uši za druge ljude.

Papa Lav XIV. nas savjetuje: „Mislim da je važno da svi naučimo više slušati, ući u dijalog. Prije svega, s

Gospodinom: uvijek slušati Božju Riječ. Zatim slušati i druge, znati graditi mostove, znati slušati bez osuđivanja, ne zatvarajući vrata misleći da imamo svu istinu i da nam nitko drugi ne može ništa reći.“[8]

To je jedan od načina da naučimo svoje uši slušati: boriti se protiv toga da se zapletemo u sebe i vlastite ideje, da se ne prepustimo pretjeranoj buci medijske zasićenosti (stalna glazba, igre, društvene mreže...) ili našem hiperaktivnom životu.

Ako težimo životu molitve, moramo obrazovati i trenirati svoja vanjska i unutarnja osjetila kako bismo ih probudili i doveli do toga da nas sjedinjuju s Bogom. To možemo učiniti njegovanjem unutarnje tišine dobrim čitanjima (i duhovnim i književnim), razmatranjem prirode, otkrivanjem ljepote u malim

stvarima i ne pokušavanjem ispuniti sve svoje vrijeme aktivnostima.

Duh Sveti prebiva u nama i moramo pronaći načine kako bismo osigurali da možemo primati njegove inspiracije i čuti Božji glas u unutarnjem prostoru naših duša.

Pretpostavimo da već primjenjujemo ta sredstva u praksi... Kako sada možemo slušati što nam Bog želi reći? Bog govori kako i kada želi, ali uvijek se možemo okrenuti bitnom resursu: Božjoj Riječi! Sveto pismo je privilegiran put do spoznaje Božje volje. Crkva je oduvijek preporučivala okretanje oporuci koju nam je ostavio preko evanđelista. „Što je Sveto pismo nego pismo svemogućeg Boga svom stvorenju?“[9]

Nema boljeg vodiča za molitvu i za naše vlastite živote od Isusova života. „Kad otvaraš Sveto Evanđelje,"

savjetuje nam sveti Josemaria, "misli da ono o čemu se tamo pripovijeda – Kristova djela i riječi – ne moraš samo znati, nego i živjeti. Sve, svaki odlomak koji se tamo nalazi, bio je prikupljen, pojednost po pojednost, da bi ga ti utjelovio u određenim okolnostima svog postojanja (...) u ovoj Svetoj Riječi, pronaći ćeš Život Isusov; no, osim toga, trebaš ondje pronaći i svoj život.“[10] Ako idemo na molitvu želeći rasti u prijateljstvu s Isusom Kristom, ništa ne može biti bolje od čitanja i meditacije o Evandjelju kako bismo ga upoznali i povezali se s Njim.

Naravno, ovisno o stanju naše duše, može pomoći da promijenimo način molitve ako postane težak ili monoton, kada se mučimo koristiti svoju maštu ili pretvoriti svoju unutarnju buku u molitvu.

Ponekad nam pomaže ostati u stavu klanjanja, zahvaliti Mu na različitim

stvarima, pročitati članak ili knjigu o duhovnosti o temi koja nas zanima, uživati u usmenoj molitvi poput Očenaša, tražiti od Njega nakane koje nas se tiču ili jednostavno „biti sami s Onim za kojeg znamo da nas voli“, [11] gledajući u Svetohranište. Ostati s Njim pokazuje Mu koliko Ga volimo i da Ga ne napuštamo pri prvoj teškoći. Kako god se molili, Bog nas potiče da ne stagniramo ili se ne smirimo, jer želi produbiti našu intimnost s Njim. Molitva je namijenjena da bude nešto živo.

U djelu svetog Rafaela imamo sredstvo koje nas treba naučiti biti duše molitve: meditacije. Ovi tjedni trenuci molitve vođeni svećenikovim propovijedanjem, mogu nadahnuti našu osobnu molitvu, otvoriti nam horizonte, naučiti nas da se uronimo u prizore Evanđelja itd., iako nikada neće zamijeniti trud koji moramo sami uložiti, jer je molitva u

konačnici susret jedan na jedan u
tišini naših duša.

Molitva, vitalna potreba

Među sredstvima formacije dostupnima u Djelu, osobna molitva je ključ da sve što primimo pusti korijenje u našim dušama. U molitvi zastajemo kako bismo razgovarali s Gospodinom o onome što smo čuli u krugu i primijenili to na svoje živote; tamo pripremamo razgovore duhovne pratnje i vraćamo se kako bismo savjete koje smo dobili učinili svojima. Iz molitve proizlazi naša želja da odgovorimo Gospodinu tako što ćemo biti velikodušniji kroz prikupljanje priloga i davanje vremena u posjetima siromašnima ili katehezi; tamo se pali naša želja da druge približimo Njemu.

Malo-pomalo, molitva postaje životna potreba, izražavajući naše prijateljstvo s Isusom Kristom, do te

mjere da primjećujemo da kada je napustimo, sve ostalo posrće, jer se misija koju nam je Bog povjerio obnavlja u molitvi. Molitva je motor naših života.

Kad dopustimo da nas On vodi, On nam pomaže „rasti i postati 'slovo Kristovo' (2 Kor 3,3) jedni za druge“, kako je rekao papa Lav. „Što se više dopustimo uvjeriti i preobraziti Evandjeljem - dopuštajući sili Duha da očisti naše srce, da učini naše riječi izravnima, naše želje iskrenima i jasnima, a naša djela velikodušnima - to smo sposobniji naviještati njegovu poruku.“[12]

[1] Lk 11,1.

[2] Sv. Josemarija, Put, br. 382.

[3] Usp. Papa Franjo, Opća audijencija, 13. VI. 2018.

[4] Sv. Josemarija, Sabrana pisma II, Pismo br. 7, br. 5.

[5] Tradicionalna molitva uključena u uvodnu molitvu mise u četvrtak nakon Čiste srijede; sv. Josemarija ju je ugradio u preces Djela.

[6] Sv. Josemarija, Susret s Kristom, br. 119.

[7] Lk 2,19.

[8] Papa Lav XIV., Homilija, 11. V. 2025.

[9] Sv. Grgur Veliki, Pismo Teodoru, liječniku caru, Ep. V, 46 (CCL 140, 339).

[10] Sv. Josemarija, Kovačnica, br. 754.

[11] Sv. Terezija od Isusa.

[12] Papa Lav XIV, Homilija, 25. V.
2025.

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
hr-hr/article/duse-molitve/](https://opusdei.org/hr-hr/article/duse-molitve/) (29.03.2026.)