

Duchovní obnova v dubnu

Kdo říká, že nemůžeme dělat svou vlastní duchovní obnovu z domova? Je důležité, že se i za těchto výjimečných okolností setkáváme s Pánem. Situace, kterou prožíváme, není samozřejmě zcela obvyklá nebo běžná, ale sv. Josemaría nás naučil vidět za vším milující Boží ruku, která i ze zla může vytěžit dobro.

03.04.2020

• Stáhnout podklady ve formátu pdf

Co je to duchovní obnova

Duchovní obnova se koná zpravidla jednou měsíčně. Je to čas věnovaný Bohu, který umožňuje pokročit na cestě ke svatosti, k prohloubení křesťanského života. Jinými slovy, je to nástroj prohloubení našeho přátelství s Ježíšem Kristem a zlepšení mnoha přirozených stránek našeho života.

Jak začít duchovní obnovu?

Kdo říká, že nemůžeme dělat svou vlastní duchovní obnovu z domova? Je důležité, že se i za těchto výjimečných okolností setkáváme s Pánem. Situace, kterou prožíváme, není samozřejmě zcela obvyklá nebo běžná, ale sv. Josemaría nás naučil vidět za vším milující Boží ruku, který i ze zla může vytěžit dobro. Takže, i když nemůžeme být s jinými

lidmi, ani jít do centra Díla, můžeme udělat duchovní obnovu z domova, abychom se dobře připravili a prožili blížící se velikonoční svátky.

Na druhou stranu je tato doba zjevné nečinnosti také příležitostí k využití času a k spojení prostřednictvím modlitby solidarity s těmi, kteří prožívají těžké chvíle. Papež nás nedávno povzbudil, abychom „žili tento obtížný okamžik se silou víry, jistotou naděje a zápalem lásky“ (František, 8. 3. 2020)

Jako příklad nám může sloužit podobná situace, v níž musel sv. Josemaría žít několik měsíců v roce 1937. Během španělské občanské války se skrýval ve vyslanectví Hondurasu v Madridu. Uchýlil se tam spolu se čtyřmi mladými muži z Opus Dei a jeho bratrem Santiagem na čtyři dlouhé měsíce. V bytě žilo téměř sto lidí. Byla tam jen jedna

koupelna a jídlo nebylo nijak zvlášť bohaté.

Eduardo Alastrué, jeden z přítomných, popsal panující atmosféru následovně: „Někteří trávili čas mlčením přemítající nad jejich skleslostí a neštěstím; jiní si bez přestání ulevovali tím, že hořce komentovali jejich současná i minulé neštěstí. Jiní bědovali nad svým rodinným neštěstím, ztracenými studií nebo podnikáním, nebo nejistou a ohroženou budoucností. Tyto pocity byly smíchány se strachem vzbuzeným minulým utrpením a pronásledováním, strachem, který učinil, že svět mimo náš azyl byl považován za neobyvatelné prostředí. V některých případech byla s tímto strachem spojena nenávist vůči protivníkům, prozatím bezmocná nenávist, ovšem s nadějí, že jednoho dne bude uspokojena.“

Na druhé straně klima, které kolem sebe vytvořil sv. Josemaría bylo pozitivní a plné naděje. Aby dobře využívali každého dne, stanovil plán, ve kterém bylo místo pro vztah s Bohem, studium, učení se jazykům a rodinný život.

Svatý Josemaría jim kázal každý den rozjímání. V jednom z nich jim řekl: „Můj život je nyní tak monotónní! Jak mohu v tomto nuceném odpočinku uskutečnit Boží dary? Nezapomeňte, že můžete být jako sopky pokryté sněhem (...). Z vnějšku, ano, tě může pokrýt led monotónnosti, tmy; budete vypadat navenek jako svázaní. Ale uvnitř váš oheň nepřestane hořet ani vás nebude unavovat potřeba kompenzovat nedostatečné vnější činnosti velmi intenzivní činností vnitřní“.

V dopise napsaném o rok později těm, kteří byli z Opus Dei a byli roztroušeni válečným konfliktem,

navrhl způsob, jak to udělat: starat se o vnitřní život. To se chystáme dělat při této duchovní obnově: starat se o náš vztah s Ježíšem a také přemýšlet o tom, jak může naplnit naše životy ... za těchto nových okolností.

Rozjímání

„Nechť tvá víra ve svatou eucharistii dosáhne obřích rozměrů! Žasni nad tou nevýslovnou skutečností. Máme Boha v sobě, můžeme ho každý den přijímat, a chceme-li, hovoříme s ním důvěrně jako s přítelem, bratrem, otcem, jako s Láskou.“ (sv. Josemaría, Výheň, bod č. 269)

Duchovní obnova v měsíci dubnu
(audio)

Duchovní četba

Nabízíme výběr dvou textů pro duchovní četbu:

V radostném očekávání Krista

Zpytování svědomí

Uved' se do Boží přítomnosti a uvažuj, pomalu, o následujících otázkách:

1. „Zůstaňte zde a bděte se mnou!“ (Mt 26,38): Ježíš nás vybízí, abychom se připojili k jeho modlitbě a sladili se s jeho srdcem. Těším se na chvíle modlitby strávené s ním? Co bych mohl/a udělat pro to, abych byl/a při modlitbě usebranější a méně se rozptyloval/a?
2. „Trochu poodešel, padl tváří k zemi a modlil se: Otče můj, jestliže je to možné, ať mě mine tento kalich; avšak ne jak já chci, ale jak ty chceš“ (Mt 26,39). Hledám v modlitbě sílu pro ztotožnění se s Boží vůlí, také tehdy, když to ode mě vyžaduje

úsilí a někdy dokonce
hrdinství?

3. „Kdo chce jít za mnou, zapři sám sebe, vezmi svůj kříž a následuj mě!“ (Mt 16,24). Věřím tomu, že vzít svůj kříž – věci, které jsou pro mě náročné – znamená plnit s pomocí milosti drobné povinnosti každého okamžiku?
4. Ježíš stanul mezi nimi a řekl: Pokoj vám! (...) Když učedníci uviděli Pána, zaradovali se“ (Jan 20,19–20). Vidím Ježíše uprostřed svých každodenních činností a nechávám se naplnit jeho radostí a pokojem? Předávám svým bratrům a sestrám pokoj člověka, který ví, že Pán je neustále s ním?
5. „Skrze Krista, s Kristem a v Kristu...“ (Římský kánon). Chodím na mši svatou s přáním spojit celý svůj život s Ježíšovou obětí? Uvědomuji si, že se v ní

připojuji k jeho poslání spasit lidstvo všech dob?

6. „To je mé tělo, které se za vás vydává. To konejte na mou památku!“ (Lk 22, 19).

Nacházím v eucharistické oběti obnovující zdroj svého každodenního odevzdání?

Prosím Pána, aby mě naučil dávat se ostatním tak, jako se on dává mně?

Modlitba svatého růžence

Doporučujeme pomodlit se svatý růženec, jehož modlitba v rodině je spojena s možností získat plnomocné odpustky.

Více o Panně Marii:

Život Panny Marie

**Modlitba papeže Františka za
konec pandemie**

Maria, Ty záříš vždycky na naší cestě
jako znamení spásy a naděje.

Svěřujeme se tobě, Uzdravení
nemocných, jež jsi u kříže byla
připojena

k bolesti Ježíšově a zachovala svou
víru pevnou.

Ty, Záchrano římského lidu, víš čeho
nám zapotřebí a jsme si jisti, že se
postaráš, aby se, jako v Káni
Galilejské, mohla navrátit radost a
veselí po této chvíli zkoušky.

Pomoc nám, Matko Božské lásky,
abychom se připodobnili vůli Otce

a učinili to, co nám řekne Ježíš, který
vzal na sebe naše utrpení

a obtížil se našimi bolestmi, aby nás –
skrze kříž – přivedl k radosti
vzkříšení.

Amen.

.....

pdf | dokument generován automaticky
z [https://dev.opusdei.org/cs-cz/article/
duchovni-obnova-duben/](https://dev.opusdei.org/cs-cz/article/duchovni-obnova-duben/) (05.08.2025)