

Duhovna obnova od doma (lipanj 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.

1.06.2023.

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, 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. RAZMATRANJE

Razmatranje poslušajte ovdje.

3. DUHOVNO ŠTIVO

„U kršćaninu, u djetetu Božjem, prijateljstvo i ljubav tvore tek jednu jedinu stvar: božansku svjetlost koja daje toplinu.“ Tekst 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. »Isuse, s povjerenjem se stavljam u tvoje ruke, glave skrivene na tvojim ljubljenim grudima, moje srce sjedinjeno s tvojim Srcem: želim, u svemu, ono što Ti želiš« (Kovačnica, br. 529). Želim li da moje srce sve više nalikuje Srcu Kristovu? Na koji način, preko Evanđelja, nastojim

učiti iz njegovih reakcija, nježnosti, pogleda, ljubavi, pažljivosti, strpljenja i slično? Molim li da Bog mojoj djeci, mom suprugu i mojim prijateljima udijeli veliko srce?

2. »Isus je vidio carinika i, kad ga je s ljubavlju pogledao i odabrao ga, rekao mu je: Slijedi me« (sveti Beda Časni, hom. 21). Ispunja li me mirom razmišljanje o tome da me Isus gleda s ljubavlju, kao što je gledao Mateja? Nastojim li gledati druge kao što bi to učinio Krist?

3. Po djelima milosrđa na poseban način se u našem ponašanju odražava Kristov život. Znam li tješiti ljude koji pate, odnosim li se strpljivo i ljubazno prema bolesnicima koji su u mojoj blizini, znam li poučiti one koji ne znaju ili dati dobar savjet onome kome je potreban? Kako bih mogla biti velikodušna s vremenom koje imam na raspolaganju?

Shvaćam li da djela milosrđa počinju u mojoj obitelji?

4. Na koji način iskazujem strpljenje i ljubav prema bolesnima u mojoj obitelji, posvećujući svoje vrijeme nepotrebitijim osobama u mojoj okolini? Jesam li ljubazna osoba i nastojim li uvijek imati pozitivan pogled u problemima?

5. »Nisam trebao učiti opraštati, jer me je Gospodin naučio ljubiti« (Brazda, br. 804). U odnosu s kojim ljudima bi moja sposobnost da imam razumijevanja i da ljubim mogla rasti? Molim li Boga da mi da potrebnu milost da ljubim one koji se nisu dobro ponijeli prema meni, koji su me ponizili, ili one s kojima se previše ne slažem? Znam li prijeći preko tuđih mana?

6. Kako učenje svetoga Josemarije obogaćuje moju molitvu i moj odnos s Gospodinom? Tražim li njegov

zagovor kako bi mi pomogao u mojoj obitelji i s mojim prijateljima?

7. Sveti Josemaría je obično govorio da bi svojoj djeci u Opusu Dei htio ostaviti u nasljeđe ljubav prema slobodi i dobro raspoloženje. Što bih mogla popraviti kako bi se to ostvarilo u mojem životu?

Djelo kajanja

5. ODLUKE

Donesite nekoliko kratkih i točno određenih odluka koje ste vidjeli u molitvi i nastojte ih ispunjavati tijekom ovog mjeseca.