

Duhovna obnova ožujak 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.

3.03.2023.

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

Sveti je Josemaría govorio o quid divinum, „božanskom elementu“ koji možemo otkriti oko sebe i u svemu što radimo. Tada se otvara nova dimenzija u kojoj svaki kutak našega

života dijelimo s Bogom. 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. Kao pripremu za Uskrs Gospodin nam svake godine daruje Korizmu, vrijeme molitve i pokore. Na kojim

područjima moga života Gospodin očekuje obraćenje moga srca?

2. »Vi, dakle, ovako molite: „Oče naš, koji jesi na nebesima”« (Mt 6, 9).

Radujem li se trenucima intimnoga razgovora s Bogom, pričajući mu o onome što mi se događa, kako se osjećam, koje su moje nade i moji snovi, o onome što je potrebno mojim bližnjima, itd.? Vjerujem li zaista da je Bog moj Otac?

3. »Ti, naprotiv, kad moliš, uđi u svoju sobu, zatvori vrata i pomoli se svome Ocu, koji je u skrovitosti. I Otac tvoj, koji vidi u skrovitosti, uzvratit će ti« (Mt 6, 6). Nastojim li u svojoj molitvi, kada se obraćam Gospodinu, govoriti iz dubine srca? Na koji se način trudim ostati sabrana da bih mogla u miru razgovarati s Isusom?

4. »Ako pšenično zrno, pavši na zemlju, ne umre, ostaje samo; ako li umre, donosi obilat rod.« (Iv 12, 24).

»U osnovi se duh pokore sastoji u oplodivanju mnogobrojnih sitnica – djela, odricanja, žrtava, služenja – s kojima se svakog dana susrećemo (...) učinivši ih kiticom cvijeća na kraju dana: jedan lijepi buket koji prinosimo Bogu!« (Kovačnica, br. 408).

5. »Kršćanski je život neprestano započinjanje i ponovno započinjanje, svakodnevno obnavljanje. Kristovo će se uskrsnuće ostvariti u nama ako postanemo sudionici njegova Križa i njegove Smrti« (Susret s Kristom, br. 114). Kako bih mogla pratiti Krista za vrijeme Korizme? Održavam li post znajući da je to poziv kako bih se sjetila da hrana koja zasićuje i utažuje žeđ nije materijalna, već je to sam Bog?

6. »Dok je još bio daleko, njegov ga otac ugleda, ganu se, potrča, pade mu oko vrata i izljubi ga« (Lk 15, 20). Bog neprestano čeka na nas. Nastojim li

se u nadi utjecati Gospodinovom milosrđu, znajući da ispovijed »ispunja radošću i snagom« (Prijatelji Božji, br. 214)?

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://
dev.opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-
obnova-ozujak-2023/](https://dev.opusdei.org/hr-hr/article/duhovna-obnova-ozujak-2023/) (7.08.2025.)