

Duhovna obnova siječanj 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.

11.01.2023.

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

Neki Isusovi sugrađani sumnjali su da se Božja moć može očitovati po nekome „tako normalnome”.

Gospodin nas i dalje želi susretati u svakodnevnicima, protkanoj jednostavnim normama pobožnosti

koje nastojimo živjeti. Članak
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. »Primiste Duha posinstva u kojem kličemo: „Abba! Oče!“« (Rim 8, 15). Kako se u mom načinu suočavanja s problemima očituje spoznaja da da

me Bog uistinu ljubi kao svoju kćer?
Razmatram li o tome da me nikad
neće ostaviti samu?

2. »Bog je jedan Otac – tvoj Otac! –
pun nježnosti, bezgranične ljubavi.
Često ga zovi Ocem, i reci Mu – na ti –
da Ga voliš, da Ga silno ljubiš!, da si
ponosna i osjećaš se snažnom jer si
njegovo dijete« (Kovačnica, br. 331).
Što bih sada mogla reći Gospodinu da
osjetim njegovu nježnost i
bezgraničnu ljubav?

3. »Ja sam s vama u sve dane – do
svršetka svijeta« (Mt 28, 20). Jesam li
svjesna da Isus meni osobno također
daje ovo obećanje? Pruža li mi ovo
razmišljanje mir i sigurnost
svakodnevno?

4. »Neka u vama bude isto mišljenje
kao i u Kristu Isusu« (Fil 2, 5).
Koristim li dnevno čitanje Evanđelja
da bolje upoznam i više ljubim Isusa,
i da ga molim da se moje srce što više
poistovjeti s njegovim?

5. »Kad ponesta vina, Isusu će njegova majka: „Vina nemaju”« (Iv 2, 3). U Kani Marija moli, »kako je uporna, bez obeshrabrenja, ustrajno! – I kako uspijeva. – Nauči od nje« (Put, br. 502). Zbog kojih potreba bih mogla priteći svojoj Majci, Presvetoj Djevici, da mi pomogne da molim odvažno i jednostavno?

6. U Kani je Isus učinio prvo od svojih čuda »te povjerovala u njega njegovi učenici« (Iv 2, 11). Na koji način dopuštam Bogu da djeluje po mojim postupcima i riječima?

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