

# Duhovna obnova travanj 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.

1.04.2023.

## 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**

Krist nas je oslobodio odnosa s Bogom koji se temeljio na negativnim pravilima i ograničenjima, a darovao nam je u zamjenu život Ljubavi. 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. »Ovo je tijelo moje koje se za vas predaje.« (Lk 22, 19). Molim li Boga da mi pomogne da ga prepoznam u Euharistiji i da svakim danom postajem sve više svjesna kolika je važnost milosti koju primam u pričesti? Na koji način nastojim

prenijeti važnost svete Mise ljudima koji me okružuju?

2. »Tko jede ovaj kruh, živjet će uvijek« (Iv 6, 58). Stavljam li svakodnevno svoj život u njegove ruke: radosti, žalosti, poteškoće, kao i sve ostalo, znajući da me on uvijek prati i na taj način olakšava naš hod prema vječnom životu?

3. »Svom sam dušom čeznuo ovu pashu blagovati s vama prije svoje muke« (Lk 22, 15). Imam li želju, kada sam u mogućnosti, ući u Crkvu kako bih posjetila Gospodina i razgovarala s njim, klanjala mu se i zahvaljivala mu?

4. Nastojim li prikazivati svoju svakodnevnicu u svetoj Misi, kao žrtvu, da bi je Gospodin prihvatio, blagoslovio i sjedinio sa svojom žrtvom? Raste li moje pouzdanje kad znam da je tako moj život postaje otkupiteljski, unatoč objektivnim

nejasnoćama i poteškoćama kojih će sigurno biti?

5. »Isus (...) budući da je ljubio svoje, one u svijetu, do kraja ih je ljubio« (Iv 13, 1). »Ljubio me je i predao samoga sebe za mene« (Ga 2, 20). Što za mene znači to da je Isus dao svoj život i to do posljednje kapi krvi?

6. Potiče li razmatranje Gospodinova života, naročito otajstva njegova križa, da se iz ljubavi pokajem zbog svojih grijeha i da budem velikodušna?

7. Nastojim li se zaustaviti u životnim poteškoćama kako bih si posvijestila da je Bog uvijek uz mene i da ništa od onoga što mi se događa, bilo da je riječ o dobrim ili lošim stvarima, za njega nije nevažno? Jesam li svjesna koliko sam sretna što imam Boga za oca i prijatelja i što je moj život u njegovim rukama?

8. Kad ga je na križu dobri razbojnik zamolio da ga se sjeti u Raju, Isus Krist nije oklijevao ni na trenutak da li da ga prihvati: »A on će mu: Zaista ti kažem: danas ćeš biti sa mnom u raju!« (Lk 23, 43). Kako se osjećam znajući da me Gospodin prihvaća? Znam li u svom srcu prihvatiti cijeli svijet, onakav kakav jest, i jesam li zainteresirana za brige drugih?

Djelo kajanja

## 5. ODLUKE

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