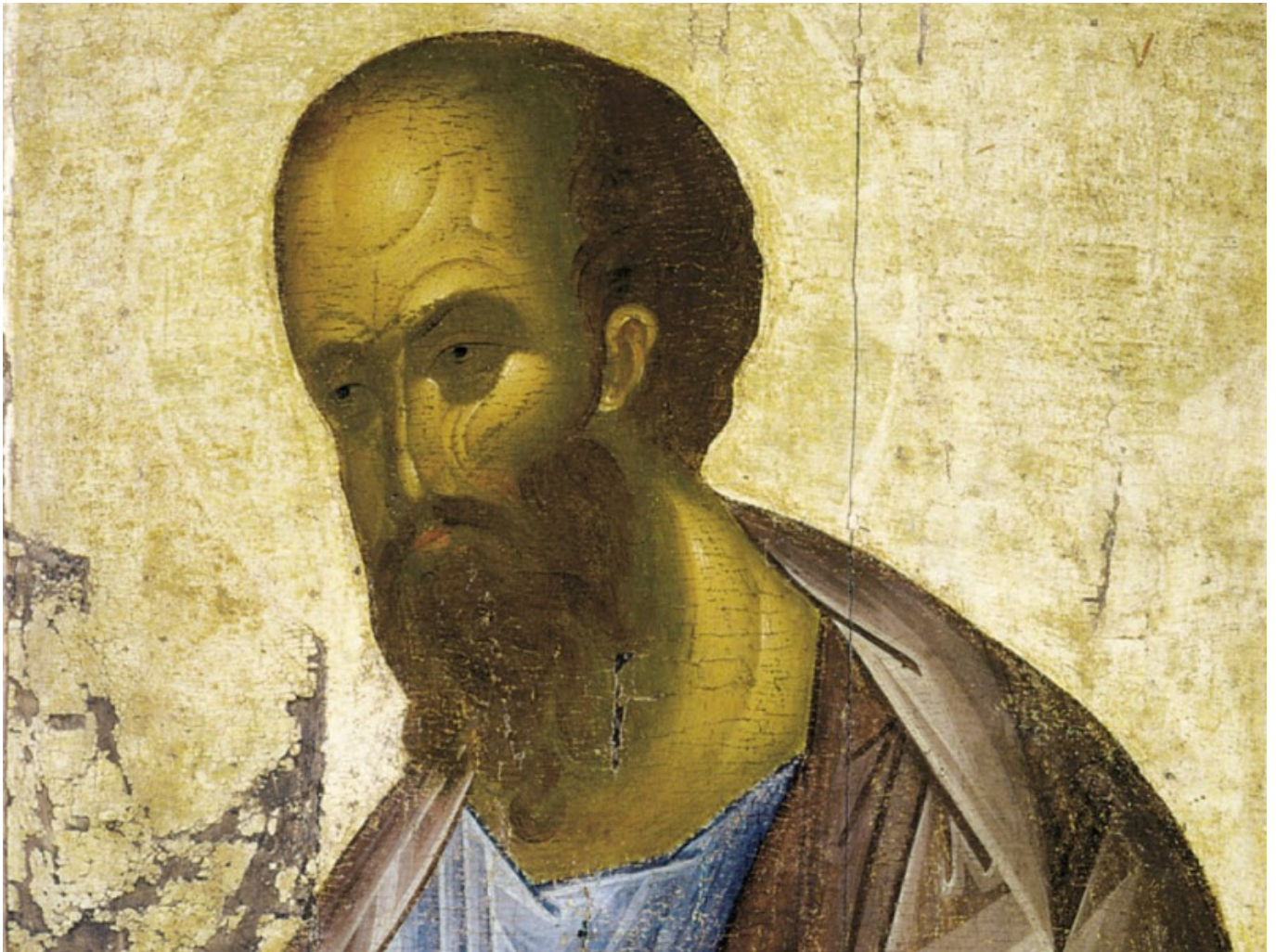


Nga Spiritualiteti Orthodhoks: LUTJA E PANDËRPRERË



Në letrën e tij drejtuar Romanëve, Shën Pavli i mëson të krishterët të “qëndrojnë në lutje” (Romanët 12:12). Në letrën e tij të parë drejtuar Selanikasve ai thotë thjesht, “lutuni pa pushim” (1 Selanikasit 5:17).

Këto dy urdhërime të apostullit janë interpretuar në traditën orthodhokse në dy mënyra të ndryshme. Mënyra e parë, e përmendur nga Shën Joan Gojarti dhe Shën Dimitri i Rostovit, është që të krishterët duhet të kenë kohë të rregullta për lutjet, të cilat kurrë nuk duhet t'i lënë pas dore – “në mbrëmje, në mëngjes dhe në mesditë” (Psalmi 55:17) – dhe ndërmjet tyre, ata duhet gjithmonë të kujtojnë Perëndinë dhe të bëjnë çdo gjë për lavdinë e Tij (kr. 1 Korinthianët 10:31), duke i ofruar lutje dhe kërkesa sipas nevojave, duke lavdëruar dhe falënderuar kur e kërkojnë rrethanat. Kjo është mënyra normale që të gjithë të krishterët duhet të jetojnë.

Përgatitu për kohët e caktuara të lutjes me lutje të pandërprera në shpirtin tënd dhe shpejt do të përparosh (Shën Joani i Shkallës, shkalla 28).

Caktimi i kohëve për lutjet është shumë i rëndësishëm dhe nuk duhet lënë mënjanë për asnjë arsye, edhe kur një lutet vazhdimisht në zemrën e tij. Ky është mësimi dhe praktika e shenjtoreve. Çdo person që dëshiron të jetojë jetë shpirtërore duhet ta ketë këtë rregull lutje. Ai duhet të jetë i shkurtër dhe i rregullt, që mund të mbahet në të gjitha kushtet dhe rrethanat. Në këtë rregull të caktuar lutje, duhet të përdoren lutjet e Kishës, Lutja e Zotit dhe ato të librave të lutjes. Kjo jep një disiplinë në lutje dhe siguron mësim dhe frymëzim në lutje, e cila është e besueshme dhe e shëndoshë, fuqia e të cilës është treguar në jetën e shenjtoreve. Një person që nuk e ndjek këtë rregull të caktuar lutje që përdorin lutjet tradicionale të Kishës, përballat me rrezikun e madh të varfërimit të lutjes së tij dhe të zvogëlimit të përmasave dhe qëllimit të saj në perspektivën e kufizuar të dëshirave dhe nevojave të tija individuale.

Kur lutesh me një rregull lutje të caktuar, na tregojnë mësuesit shpirtërorë, duhet vënë e gjithë mendja dhe zemra jonë në kuptimin e fjalëve të lutjes, jo thjesht “të thuash lutje”, gjë që nuk është lutje aspak, por të lutesh vërtetësisht me zjarr dhe vëmendje personale. Ata na tregojnë që të mos e lejojmë mendjen tonë të endet nga fjalët e lutjes, por të përdoren fjalët e dhëna si bazë për përkushtimin tonë personal, madje edhe ta lejojmë mendjen tonë të shkojë përtej fjalëve të dhëna tek fjalët tona, ose tek jo fjalë në lutjen e qetësisë, nëse Zoti na drejton në këtë rrugë. Ata u tregojnë, gjithashtu, fillestarëve – dhe Shën Dimitri i Rostovit thotë se ne jemi të gjithë fillestarë – që kurrë të mos kthehen dhe të përsërisin lutjet e bëra varfërisht. Ata na thonë më mirë ta lemë veten në mëshirën e Perëndisë dhe të përpiqemi ta bëjmë më mirë herën tjetër. Kjo metodë e pakëson mundësinë e mendimit se Perëndia na i dëgjon lutjet sipas përsosmërisë së kryerjes së tyre nga ana jonë dhe jo sipas mëshirës së Tij dhe na ruan si nga krenaria, ashtu edhe nga dëshpërimi. Ajo jep përunjësi dhe shpresë dhe na mban gjithmonë të shkojmë

përpara (kr. Lluka 9:62, Filipianët 3:13-15).

Kështu, kur një e mbaron rregullin e lutjes, sado varfërisht ta ketë bërë, duhet të thotë Amin dhe të vazhdojë punën e tij të jetimit në Krishtin, duke kujtuar Perëndinë dhe duke bërë vullnetin e Tij derisa të vijë hera tjetër për t'u bërë rregulli i lutjes. Atëherë ai duhet ta bëjë atë sa më mirë që të jetë e mundur, duke filluar edhe një herë prej fillimit.

Mënyra e dytë e interpretimit të mësimit rreth lutjes së pandërprerë është që njerëzit duhet të luten aktualisht me vetëdijen e ndërgjegjshme në çdo moment të jetës së tyre dhe, madje, edhe në gjendjen e pandërgjegjshme kur trupat e tyre janë në gjumë. Ky kuptim i “lutjes së pandërprerë” u zhvillua në traditën murgërore, pastaj u përhap shpejt në të gjithë anëtarët e kishës. Ai u bë shumë popullor në kohët e fundit, sidomos me shfaqjen e librit nga një fshatar anonim rus të quajtur “Rruga e Pelegrinit”.

Kërkimi për “lutjen e pandërprerë” e ka burimin jo vetëm në mësimin e Shën Pavlit, por edhe në interpretimin drejtpërdrejt të fjalëve të tilla të psalmistit.

Do ta bekoj Zotin në çdo kohë; lavdërimi i atij do të jetë gjithnjë në gojën time (Psalmi 34:1).

Dhe Kënga e Salomonit:

Unë flija, por zemra ime përgjonte (Kënga e Këngëve 5:2).

Metoda e “lutjes së pandërprerë” është të kesh një varg të shkurtër lutje, zakonisht Lutjen e Jisuit (shih më poshtë), e cila përsëritet e përsëritet pa pushim, fjalë për fjalë qindra herë gjatë ditës dhe natës, derisa mbillet vazhdimisht në mënyrë të përherëshme në zemër si një “burim gurgullues”, një prani e vazhdueshme në shpirt që thërret tek Zoti (kr. Theofani i Mbyllur, shek. 19, Arti i Lutjes). Shpesh, por jo domosdoshmërisht, është lidhur me frymëmarrjen, kaq shumë saqë thuhet “në çdo frymëmarrje” (Shën Grigor Theologu, Shën Joan Gojarti). Ajo fillon duke u thënë me zë, vazhdon qetësisht me buzë dhe pastaj bëhet tërësisht mendore. Pohohet se kjo “lutje e pandërprerë” mund të vazhdojë edhe ndërkohë që je i angazhuar në aktivitetet normale të jetës, duke lexuar ose shkruar, madje edhe duke fjetur, kështu që “trupi fle”, por “zemra përgjon”. Për më tepër, sapo vëmendja e dikujt ndaj çështjeve të jetës pushon, ai sheh se lutja po vazhdon vetë.

Lutja njihet, gjithashtu, të depërtojë në ndërgjegjen e dikujt në kohët e tundimit ose të stresit, duke u shfaqur, si të thuash, nga dëshira e saj (kr. Arti i Lutjes, Igumeni Hariton).

Ne nuk jemi urdhëruar të punojmë, të vigjëlojmë ose të agjërojmë pa pushim, por ne jemi urdhëruar të lutemi pa pushim. Sepse . . . lutja e pastron dhe e fuqizon mendjen që është krijuar të lutet . . . dhe të luftojë demonët për mbrojtjen e të gjitha fuqive të shpirtit (Evagri i Pontit, shek. 4).

Ai që ka hyrë në dhomën e tij (d.m.th. zemrën e tij) dhe lutet pa pushim e ka përfshirë në këtë të gjithë lutjen kudo (Shën Marku Asketi, shek. 4, Porosi nga Predikimet).

Asnjë të mos mendojë, o vëllzërit e mi të krishterë, se është detyra vetëm e priftërinjve dhe murgjërve të luten pa pushim dhe jo e laikëve. Jo, jo; është detyra e të gjithë të krishterëve që të jenë vazhdimisht në lutje.

. . . mbarte në mendje metodën e lutjes – si është e mundur të lutesh pa pushim, që do të thotë duke u lutur në mendje. Dhe këtë ne mund ta bëjmë gjithmonë nëse dëshirojmë. Sepse kur ne ulemi të punojmë me duart tona, kur ecim, kur hamë dhe kur pimë, ne mund të lutemi mendërisht gjithmonë dhe ta praktikojmë këtë lutje mendore – lutja e vërtetë e pëlqyer nga Perëndia.

Lum ata që e fitojnë këtë zakon qiellor, sepse nga ajo ata do të kapërcejnë çdo tundim . . .

Kjo praktikë e lutjes së brendshme i zbut pasionet . . . nga ajo vesa e Shpirtit të Shenjtë sillet brenda në zemër . . .

Kjo lutje mendore është drita që ndriçon shpirtin e njeriut dhe flakëron zemrën e tij me zjarrin e dashurisë për Perëndinë. Ajo është hallka që lidh Perëndinë me njeriun dhe njeriun me Perëndinë. Oh, bekimi i pakrahasueshëm i lutjes mendore. Ajo e lejon një njeri të bisedojë vazhdimisht me Perëndinë.

Dhe çfarë shpërblimi tjetër dhe më të madh mund të dëshirosh se sa këtë, kur . . . ti je gjithmonë para faqes së Perëndisë, vazhdimisht duke biseduar me Atë, pa të cilin asnjë njeri nuk mund të bekohet ndonjëherë, si këtu apo në jetën që do të vijë (Shën Grigor Palamai, shek. 14, Si Të Gjithë Të Krishterët Duhet Të Luten Pa Pushim).

Spiritualiteti, përkthyer nga Mitropoliti i Korçës Hirësi Joani, botim i Kishës Orthodhokse Autoqefale të Shqipërisë, Tiranë 2000. Publikuar në www.orthodoxalbania.net tek sektori Besimi Orthodhoks.

- [Kisha Orthodhokse Autoqefale e Shqipërisë / Facebook](#)