

26/03/2020

Tipurile de rugăciune



Există multe moduri în care putem clasifica tipurile de rugăciune. Una simplă este următoarea:

Rugăciunea spoveditoare

Primul fel este rugăciunea cu propriile cuvinte - rugăciunea personală, spoveditoare. Este foarte reconfortantă și ar trebui să o practicăm, pentru că ne ajută să combatem singurătatea.

În timpul acestui tip de rugăciune, vorbim pur și simplu cu Domnul, înfățișându-l prin gândurile noastre, propriile noastre preocupări față de Tatăl nostru ceresc. Întrucât această rugăciune este un produs al inimii noastre, este imposibil ca Dumnezeu să nu ia în considerare o asemenea rugăciune.

Cu toate acestea, avem aici două probleme: prima este că avem tendința de a închide pe Dumnezeu, care este desăvârșit, în cadrul foarte îngust al viziunii noastre: vrem ca Dumnezeu să acționeze când și exact cum vrem. A doua problemă este împrăștierea minții.

Rugăciunea liniară

Al doilea tip de rugăciune este rugăciunea liniară. Este ca o poveste mică - un exemplu clasic al acestui tip de rugăciune este „Tatăl nostru”. Acest tip de rugăciune este foarte frumos, deoarece sunt rugăciunile personale ale sfinților și sunt folosite pe scară largă în slujbele Bisericii.

Cu toate acestea, acest tip de rugăciune are o problemă care este împărtășită cu primul tip de rugăciune: împrăștierea minții. Acest lucru se întâmplă din cauza mulțimii de informații - adică gânduri - în rugăciune, astfel încât mintea va hoinării cu ușurință în și din rugăciune și se va gândi la tot felul de semnificații, de exemplu, în loc să ne rugăm Tatălui nostru din cer, vom începe să ne gândim la pâinea noastră zilnică, cum să o achiziționăm și cât de gustoasă a fost!

Rugăciunea ciclică: Rugăciunea lui Iisus

De aceea, cea mai puternică rugăciune este rugăciunea ciclică, așa-numita „Rugăciune a lui Iisus”: „Doamne, Iisuse Hristoase, miluiește-mă”. Această putere provine, în primul rând, de la faptul că are Numele lui Iisus, care este el însuși o sursă de energie divină și, în al doilea rând, pentru că nu există multe gânduri în interior care să provoace împrăștierea minții. De asemenea, chiar dacă mintea va rătăci, aceasta este foarte ușor de observat, deoarece rugăciunea ciclică va înceta.

În afară de aceasta, un metanier va ajuta și mai mult deoarece folosește simțul care generează cele mai puternice senzații, simțul tactil și, de asemenea, metanierul datorită bobitelor sale, ne va asigura un număr constant de rugăciuni, astfel încât vom evita instabilitatea naturii noastre căzute.

Bazat pe Starețul Emilian Simonopetritul, Bătrânul Iosif Vatopedinul, Sfântul Iosif Isihastul

ro.asceticexperience.com