

Piedzīvojot Dievu savā dzīvē

Ievadam

Jo vairāk cilvēks pieaug lūgšanu dzīvē, jo vairāk viņš pats izvēlas savu lūgšanas ceļu, atkarībā no tā, kā viņš jūtas konkrētajā brīdī. Lūgšana ir katra personīga lieta, taču tās mērķis ir cilvēka un Dieva saruna, cilvēka un Dieva abpusējas personīgas attiecības. Nav nepieciešams skatīties pāri plecam, vai kāds nedara to labāk par tevi. Personiskās attiecības ar Dievu nav atkarīgas no kādām sistēmām vai formām. Tādēļ arī šīs rindas šeit ir tikai mīļš atgādinājums un padoms, nevis Tava lūgšanu programma.

Pirms lūgšanas

Izvēlies lūgšanas laiku un vietu. Ir labi lūgšanu veikt netraucēti, lai to vidū nebūtu jāpārtrauc un pēc tam jāuzsāk atkal no jauna. Lūgšanai būtu labi atvēlēt vismaz 20 minūtes. Izvēlies laika periodu, uz kuru vēlies atskatīties.

Lūgšana

Veltī laiku, lai norimtu, atrodot klusumu ap sevi un sevī, cik tas šai brīdī ir iespējams. Tam lieto to, kas Tev palīdz - elpošanas apzināšanās, ķermeņa izjušana, ieklausīšanās skaņās ap tevi...

Izsaki Dievam, kas ir tas, pēc kā ilgojies šajā lūgšanā.

Ieej lūgšanā ar pateicības attieksmi, apzinoties, ka viss, kas Tev ir, nāk kā Dieva dāvana.

Lūdz Dieva gaismu, raugoties uz laika periodu, ko esi izvēlējies. Lai Dievs Tev parāda to, kas ir nozīmīgs.

Ļauj savām prāta acīm slīdēt pāri šim laikam, maigi, pamanot to, kas piesaista Tavu uzmanību. Nav nepieciešams atsaukt atmiņā katru brīdi. Ļauj uznirt tam, kas nāk.

Īpaši pievērs uzmanību brīžiem, kuros ir dzīvība, gaisma, enerģija un tiem, kuri šķita sausi, iztukšojoši. Kā es tiem atsaucos tad? Kā es gribētu atsaukties Dievam tagad, kad tos atkal ievēroju?

Runā ar Dievu kā draugu ar draugu par to, ko esi pamanījis un piedzīvojis lūgšanā.

Noslēdz, lūkojoties uz priekšu, un tā gaismā, ko esi pamanījis, lūdz no Dieva tādu palīdzību un tādas Dieva dāvanas, kuras Tev būs nepieciešamas vistuvākajā nākotnē.

Pēc lūgšanas

Ir vērts lūgšanu pārdomāt un veikt priekš sevis pierakstus. Lūgšanu pieraksti var būt labs pamats Tavai garīgajai dienasgrāmatai.