

Krikščioniška meditacija

Į „Krikščioniškos meditacijos“ užsiėmimus kviečiami onkologiniai ligoniai ir jų artimieji, norintys atsipalaiduoti, patirti Dievo artumą, užmiršti rūpesčius, įtikėti Dievo gydomąja galia. Viešpaties Jėzaus Kristaus apreikšta Dievo malonė veikia nepriklausomai nuo žmogaus gebėjimo melstis. *„Krikščionis per mąstymą – meditaciją - stengiasi visiškai nutilti, kad galėtų patirti Dievo artumą ir jo akivaizdoje rasti ramybę. Jis tikisi pajusti Jo buvimą kaip nepelnytą malonės dovaną, tačiau jis nelaukia, nemano, kad tai bus konkrečios meditacijos technikos vaisius“* (You cat p. 504)

„Meditatio (lot.) – mąstymas. Daugelyje religijų ir kultūrų paplitusi dvasinė praktika, kuria žmogus stengiasi pasiekti save ir Dievą. Krikščionybė žino ir vertina daug meditacijos pratybų, tačiau atmeta tas praktikas, kurios žada susivienijimą su Dievu ir dieviškaisiais dalykais kaip konkrečios meditacijos technikos rezultatą“ (You cat, p. 504).

Mes tikime, kad susivienysime su Dievu, pereidami mirties slenkstį, kurį šv. Pranciškus įvardijo „*sese mirtimi*“. Dievas yra visur – Jį mes galime atrasti savo širdyje, artimo asmenyje, sakramento pavidalu.

Metodika: užsiėmimų metu yra skaitomi dvasinės literatūros, maldynų, Švento rašto tekstai. Maldos metu naudojami muzikos įrašai arba grojama įvairiais muzikiniais instrumentais. Pirmojo užsiėmimo metu išdėstomas „Įvadas į Krikščioniškąją meditaciją“.

1 užsiėmimo trukmė – 45 minutės.

Rekomenduojamas užsiėmimų ciklas 1 asmeniui yra 10 dienų.

Grupiniame užsiėmime gali dalyvauti iki 20 asmenų.

Dalyvių apranga turi būti nevaržanti judesių.

Aprašą parengė kun. Br. Evaldas Darulis OFM