



Малітва – гэта цэнтральны і найбольш ярскavy выраз веры рэлігійнага чалавека. Яна адыгрывае асноўную ролю ў жыцці верніка і мае вялікае значэнне, паколькі з’яўляецца выразным і зразумелым крытэрыем аддзялення веры ад няверы. Хацелася б адзначыць, што малітва можа быць вытлумачана ў псіхалагічных катэгорыях. Каб чалавек пачаў маліцца, яму неабходна ўнутрана засяродзіцца, супакоіцца і звярнуцца да Бога. Малітва не можа існаваць без усведамлення існавання Усемагутнага і дасягае сваёй мэты, толькі калі асоба з Ім сустрэаецца. Падчас сустрэчы зместаў новыя думкі пранікаюць з несвядомасці ў свядомую сферу. Чалавек, наколькі гэта магчыма, набліжаецца да Бога і адчувае радасць ды задавальненне. Аўтэнтчнае перажыванне малітвы нясе з сабой духоўныя і псіхалагічныя каштоўнасці. Такім чынам, што малітва можа даць асобе? У першую чаргу...

†

▣ **1. Дапамагае лепш пазнаць сябе.** Дзякуючы малітве чалавек дабіраецца да сваіх утоеных жаданняў, пазнае свой унутраны свет з яго перавагамі і недахопамі, а пазнаючы ўласнае жыццё, разам з Богам шукае тое, што для яго найлепш.

2. Спрыяе адухаўленню. Скіроўванне зямных спраў да Усемагутнага прыводзіць да таго, што яны набываць іншую вартасць, адухаўляюцца. Чалавек шукае Пана, таму што прагне Яго апекі і дапамогі, жадае прабачэння грахоў, шукае любові. Ён ведае, што ў Богу можа знайсці святасць, знайсці тое, што яму найбольш патрэбна.

3. Змяняе асабістае жыццё. Дзякуючы малітве чалавек развіваецца духоўна, па-іншаму глядзіць на многія зямныя справы і, такім чынам, асабіста пераходзіць на больш высокі ўзровень развіцця.

Дзякуючы малітве чалавек можа ўсвядоміць свае патрэбы і рэальнасць, даведацца,

што самадастатковасць з'яўляецца самападманам, а малітва дае магчымасць вырашэння праблем і стварае канкрэтны план дзеянняў. Яна аднаўляе псіхічную энергію чалавека праз кантакт з Богам, абуджае веру і надзею, уносячы ў розум супакой, што таксама вядзе да памяншэння страху, напружання і гневу. Акрамя таго, яна робіць асобу адчувальнай да патрэб іншых, умацоўвае духоўныя і фізічныя сілы. Безумоўна, гэта толькі некаторыя з псіхалагічных значэнняў малітвы, і іх спіс значна большы.

Пэўныя псіхалагічныя даследаванні аналізавалі малітву, спрабуючы разабрацца, чаму адзін чалавек просіць Бога, напрыклад, аб здароўі, а другі толькі адаруе Яго. На думку групы псіхалагаў, спосаб малітвы шмат у чым залежыць ад характару і тэмпераменту асобы, якая моліцца. Малітоўнае жыццё двух людзей не будзе аднолькавым.

Варта памятаць, што малітва – гэта Божы дар, дзякуючы якому чалавек можа знайсці Бога і адчуць сябе шчаслівым. Няхай у нашым жыцці будзе дастаткова малітвы, асабліва цяпер, у цяжкія часы, калі перажываем пандэмію. Да таго ж, падчас Вялікага посту малітвы можа быць яшчэ больш.