



Распачынаецца Адвэнт – час чакання Нараджэння Хрыста. Праз пакаянне, малітву і добрыя справы людзі запрашаюць Збаўцу ў свае сэрцы, імкнуцца ахвяраваць нованароджанаму Езусу адноўленае духоўнае жыццё.

Каб з'яднацца з Хрыстом і праз Яго наблізіцца да Айца, прапануем Вам скарыстацца з малітвы Lectio Divina. Падчас яе чалавек намагаецца адказаць на Божае слова. Малітва Святым Пісаннем

У перакладзе з латыні Lectio Divina азначае “Боскае Чытанне”. Гэта род малітвы, які грунтуецца на павольным, сузіральным чытанні Святога Пісання. Мы, хрысціяне, верым, што Божае слова Духам Святым дзейнічае ў нашых сэрцах. Таму імкнёмся праз прачытанае зразумець, што Усявышні хоча сказаць асабіста нам.

Святое Пісанне заўсёды абвясчаецца падчас літургіі. Акрамя таго, яго рэкамендуецца чытаць індывідуальна: не дзеля таго, каб стаць разумнейшым, а каб спасцігнуць таямніцу разумення Хрыста.

Каб ушчыльную наблізіцца да Божага слова, чалавеку трэба валодаць асаблівай унутранай пакорай і чысцінёй сэрца. Неабходна намаганне, каб адарвацца ад штодзённасці. “Бог гаворыць у цішыні” – такі надпіс і сёння можна сустрэць на сценах некаторых кляштараў. †

Знаходжанне з Богам і адпачынак у Ім

Lectio Divina была вядома ўжо ў патрыстычны перыяд (IV–V ст.). Атрымала сваё развіццё ў перыяд позняга сярэднявечча, і амаль поўнасьцю знікла ў XV ст. Як форма манаскай і пазаманаскай малітвы пачала адраджацца ў XX ст. разам з развіццём французскага біблейна-літургічнага руху.

Сёння існуе шмат форм Lectio Divina, аднак апісанне, якое прапанаваў манах Гвіга ў 1173 годзе, з'яўляецца фундаментальнай асновай для дадзенай практыкі. Гэта крокі, якія можна параўнаць з лесвіцай з чатырма прыступкамі – духоўнымі практыкаваннямі: чытанне, разважанне, малітва і сузіранне. Варта ўсведамляць, што гэта не набор правіл, а апісанне натуральных працэсаў развіцця малітвы: ад размовы ў бок усё большага слухання.

Боскае чытанне можа быць індывідуальным і групавым. Падчас індывідуальнай практыкі чалавек знаходзіцца сам-насам з сабой. На працягу групавых чытанняў удзельнікі думваюць у прысутнасці адзін аднаго, абменьваюцца духоўным багаццем, якім Божае слова адарыла іх сэрцы.

Час, прадугледжаны для Lectio Divina, – каля адной гадзіны. Але гэты час адносны, бо Пан сам вядзе чалавека. Усё залежыць ад жадання і падрыхтаванасці асобы.

Канкрэтнай мэты ў Lectio Divina не існуе, тут важны сам працэс – знаходжанне з Богам, адпачынак у Ім і прадастаўленне Усявышняму магчымасці дзейнічаць у чалавеку.

3 закліку Духа да сузірання Бога

Да Lectio Divina трэба падрыхтавацца маўчаннем і малітвай. Забыцця пра штодзённыя праблемы, адмовіцца ад трывог і хваляванняў. Усе думкі павінны быць скіраваны толькі на Бога. Неабходна звярнуцца да Святога Духа, каб Ён адкрыў вушы сэрца і дапамог зразумець Слова.

Прапануецца выбраць зручную позу і выраўняць дыханне. У дапамогу сабе можна паставіць абраз або запаленую свечку.

1. Lectio – чытанне

Фрагмент Святога Пісання прачытваецца паволі некалькі разоў. Услых, калі гэта магчыма. Можна выкарыстаць аловак, каб падкрэсліць некаторыя канкрэтныя словы і фразы або важныя думкі, якія кранулі сэрца. Часам карысна перапісаць тэкст. Гэта прымушае да большай канцэнтрацыі, дазваляе ўхапіць тыя аспекты тэксту, якія не былі заўважаны раней.

2. Meditatio – разважанне

Чалавек імкнецца паглыбіцца ў сэнс прачытанага, “разжаваць” яго ў сваім сэрцы. Гэта этап, на якім асоба задае сабе пытанне: “Як я магу змяніць сваё жыццё ў адпаведнасці з Божым словам, якое толькі што пачуў?”.

Падчас разважанняў можна выкарыстоўваць рознага роду даследаванні і біблейскія каментарыі, якіх дастаткова шмат. Але варта рабіць гэта з вялікай павагай да самога тэксту.

3. Oratio – малітва

Пасля глыбокіх разважанняў узнікае непераадольная неабходнасць малітвы. У залежнасці ад таго, што змяшчае тэкст, яна можа адгукнуцца ў сэрцы просьбай, падзякай або праслаўленнем. Маліцца – значыцца адказваць Богу, выслухаўшы Яго словы. Як казаў святы Аўгустын: “Калі ты чытаеш Святое Пісанне, то Бог гаворыць з табой, а калі молішся, ты гаворыш з Богам”. Такім чынам, мы маем магчымасць дыялогу з Усявышнім.

4. Contemplatio – сузіранне

Сузіранне – гэта пачуццё прысутнасці Бога і невымоўная радасць ад Яго наведвання. Чалавек апускаецца на тую глыбіню сэрца, дзе Гасподзь кажа ціхім, нібы павеў ветру,

голосам. Гэта не плод якіх-небудзь каласальных намаганняў, а, хутчэй, дазвол на дзеянне Духа Божага.

Кожнае духоўнае практыкаванне – гэта намаганне і справа, якой чалавек навучаецца. Таму

