

Lūgšana ir komunikācija – dziļākā runas, jo izsakām vārdus un kādu uzrunājam, un dzirdes, jo klausāmies uz mums atpakaļ sacīto, forma. Lūgšana ir mūsu saruna ar Dievu. Tas ir laiks, kurā pārdomājam Svētos Rakstus un uzdodam jautājumus Dievam. Tā ir arī pielūgsmē – bieži izteikta caur mūziku, mākslu. Tā ir arī cīņa par savu esību – brīvību, atjaunošanos, dzīvību. Un tā ir arī norimšana un meditācija – ļausšanās iet tālāk par sava prāta un sirds ārējām sienām un tur sastapties ar Radītāju.

KĀPĒC MUMS IR DOTA IESPĒJA LŪGT?

Šī iespēja mums ir dota, lai mūsu dzīvi vadītu Dievs. Ja nerunājam ar Viņu un nelūdzam Viņu vadīt mūsu dzīvi, tad vadību uzņemas kāds cits – lielāks par mums. Ja mums nav Dieva spēka, tad pretoties ļaunā provokācijām ir neiespējami.

Lūgšana mūs disciplinē, izmaina mūsu ieradumus un arī mūs pašus. Vērojot, ka lūgšanas mūs izmaina un redzot, ka izmaiņas notiek situācijās un cilvēkos, par kuriem esam iestājušies lūgšanā, mēs iemīlam Dievu un arī tos, par kuriem lūdzam. Mums vairs nav laika un gribas, lai viņus aprunātu, apskaustu un būt vienaldzīgiem. Caur lūgšanu viņi visi kļūst par savējiem.

Lūgšana māca mums rūpēties ne tikai par sevi un savu garīgo skābekli, bet arī citiem cilvēkiem mūsu draudzē. Lūgt kā draudzei un sanākt uz regulārām aizlūgšanām ir liela svētība. Tā mēs dienu no dienas, nedēļu no nedēļas varam soli pa solim redzēt, kā Dievs strādā. Un vēl vairāk – piedalīties tajā.

Lūgšana ļauj mums katrā lietā, lūgumā, problēmā nebūt bezspēcīgiem. Vienmēr ir kāds, kas cīnās kopā ar mums. Vienmēr ir Kāds, kas uzticīgi ir mūsu pusē neatkarīgi no apstākļiem. Un šis Kāds ir uzvarējis vislielāko ienaidnieku – nāvi.

DAŽĀDI LŪGŠANAS VEIDI:

Lūgšana par ienaidniekiem. Ļaunuma pārņemti cilvēki nespēj par sevi lūgt, viņi garīgi ir saasaistīti. Un tieši tur parādās Kristus mīlestība un mūsu pienākums. Mēs ar spēku, kas izmainījis mūs (arī ļaunus, savtīgus, naida un patmīlības pilnus cilvēkus), palīdzam tiem, kas vēl ir tikai ceļā uz izmainītu sirdi, prātu un dzīvošanu.

Kontemplācija. Kontemplācija, gadsimtiem ejot, ir skaidrota ļoti dažādi. Tā ir gan Dieva personiska iepazīšana, gan Dieva Vārda apdomāšana. Kontemplācija ir arī atpūta Dievā. Tās laikā norimst prāts un sirds, un mūsu iekšējais cilvēks dodas atdusā. Brīdī, kad sirds vairs nemeklē vārdus prātā un tos neizsaka, varam sākt piedzīvot un saņemt to, ko līdz tam aktīvi meklējām – drošību, uzticēšanos, dziedināšanu, atbildes. Jo apklustam un ļaujām Dievam darīt Savu darbu.

Meditācija. Ir divi meditāciju veidi. *Austrumu rita* meditācijā ir jāsaplūst ar visumu, pašam it kā jāizšķīst, jāpieņem tas, kas ir kaut kur apkārt, no domāšanas jāatlaiž prāts, no jušanas – sirds, iegūstot stāvokli viss ir viens, es esmu viss u.tml.

Kristīgajā jeb Dievatziņas meditācijā mēs norimstam, lai savienotos ar Dieva sirdi. Mēs apklusinām savas domas, lai sadzirdētu Dieva domas par mums. Mēs klausāmies konkrētā personā un šī persona ir mūsu Tēvs. Jeziūtu ordeņa dibinātājs Ignācijs Lojola ir izstrādājis īpašu 3 nedēļu metodi, kas palīdz sākt meditāciju. Joprojām šī vairāk kā 5 gadsimtus senā metode tiek praktizēta dažādu konfesiju rekolekcijās. Meditācija pēc Lojolas ir aprakstīta kā iespēja atrast Dievu it visā, kļūt kontemplatīvam darbībā, pasauli uztvert no iemiesošanās skatpunkta un atbrīvoties no pieķeršanās tam, kas ierobežo personisko brīvību – nebūtiskām lietām, mantām, kāribām un elkiem. Un tas viss, lai piepildītu ikviena cilvēka aicinājumu dzīvot savu dzīvi "Visu Dieva lielākam godam".

Klusuma lūgšana. Lūgšana pēc miera. Lūgšana pēc miera sākas ar Radišanās paredzēto – atpūtas un dusas dienas ievērošanu. Tā sākas ar to, ka meklējam prieku no būšanas klusumā – bez mūzikas, bez cilvēkiem, bez telefona, pat bez grāmatas. Un, pat, ja nelūdzam, jo nezinām un nespējam, zinām, ka „Gars aizlūdz par mums ar bezvārdu nopūtām” (Romiešiem 8:26).

Šī ir lūgšana, kad ar skaidru prātu un mierīgu sirdi paskatoties uz to nesakārtotību, kas ap mums vai mūsos, varam zināt – svarīgākais ir tas, ka stāvam Dieva troņa priekšā. Svētā Dieva. Mūžīgā Dieva. Varenā un visspēcīgā Dieva. Un tur ir absolūts miers, absolūta pārraudzība, nekāda haosa, vien eņģeļi, kas nepārtraukti dienu un nakti sauc "Svēts, svēts, svēts Kungs Dievs, Visuvaldītājs, kas bija, kas ir un kas nāks" (Atklāsmes gr. 4:8). Un tur stāvot, varam zināt, kad atstāsim šo vietu, tad kā 23. psalms atgādina, mūsu ikdienas gaitās iesim, zinot „Tas Kungs ir mans gans, man netrūks nenieka.”

Miera pretstats ir nemiers un neziņa, tāpēc tieši šādās situācijās jālūdz, jo tad nekad nebūsim bezdarbībā un izmantosim neziņas laiku aktīvai gaidīšanai.

Lūgšana pēc dziedināšanas. Senajās kultūrās, kas ticēja dvēseles nemirstībai, priesteris un ārsts bieži bija viens un tas pats cilvēks. Izpratnē, ka miesa ir dota uz laiku, pie tās slimībām tika meklēti arī cēloņi iekšējā cilvēkā. Kristus ir Augstais priesteris – vienīgais, Kurš atvēris durvis uz svētāko vietu, lai mēs varētu tuvoties Dievam (Ebrejiem 4:14-16). Un Viņš arī ārsts, Kurš nācis pie neveselajiem, lai tos darītu veselus – primāri garīgi, sekundāri – dziedinot arī miesu (Marka ev. 2:17).

Dievs vienmēr ir šeit, tāpēc vienmēr var notikt dziedināšana. Nav obligātas nepieciešamības pēc speciāliem dievkalpojumiem, aizlūgšanām vai sanāksmēm, jo tas nemaina Dievu kā Dziedinātāju. Lūgt par slimajiem un slimo sevi varam katru dienu, jebkurā diennakts stundā.

Lūgšana sāpēs un ciešanās. Ja pa īstam un ilgstoši sāp (neatkarīgi no tā vai tā ir sirds vai ķermenis), mēs meklējam pretsāpju līdzekļus. Un vēl – ja sāp ķermenis, runājam par iekšējo cilvēku. Tas apjūk brīžos, kad savai ārējai čaulai nespēj palīdzēt. Ja sāp, tad vienīgais, ko meklējam, ir kaut kas, kas remdēs sāpēs. Ja apzināmies, ka sāp ievainojums, tad meklējam kā to pārsiet, kā brūci dziedēt.

Svētais Gregorijs no Nisas (335-395) ir teicis, ka "Ir jāzina tas, ka (nožēlas) asaras ir dvēseles ievainojuma asinis". Kamēr nav sadzījis ievainojums, tikmēr raudam. Reizēm brūce ir tādā vietā, ka nedzīst ļoti ilgi, reizēm – nemākulīgi aizzūta, nav pienācīgi kopta un apsieta, reizēm blakus rodas jauns ievainojums, kas uzplēš veco brūci. Mēs, kas pazīstam Dievu, varam zināt, ka mūsu sāpes nav tādas, kas pazudina un

iznīcina. Dievs tajās visās ir klāt un visu, kas sāp pārņem Viņa mierinājums. Ja sāpēs nav tūlītējas atbildes vai uzlabojuma, ir cerība rītdienai – Cerība, ko nevar uzvarēt nekas no tā, kas uzvar mūsu sirds mieru, prāta skaidrību vai miesu.

KĀ LŪGT?

Ir tāds ebreju vārds kā *hutspâ* (חֻצְפָּח). Internacionālā vidē to pazīst kā *chutzpah*. Šī vārda nozīme ir ietiepīga noturība, nepiekāpīga neatlaidība, pat nekaunīgums iet un prasīt atkal un atkal. *Chutzpah* ir lūgt kā bērniem, kam ļoti ko kārojas un kuri zina, ka tikai vecāki to var dot! Bet apzināties arī to, ka vecāki tomēr zina labāk, kas ir vajadzīgs. Lūgt kā bērniem mums māca Jēzus, iesākot savu lūgšanu ar "Mūsu Tēvs!" un atstājot vietu „Tavs prāts lai notiek”.

Chutzpah lūgšanā apzināties Tēva autoritāti, savu atkarību no Viņa un arī to, ka Tēvs grib redzēt, ka mums patiešām ļoti vajag to, pēc kā lūdzam. Tā ir lūgšana, kurā vienmēr paturam prātā to, ka Tēvs ne tikai zina priekš mums to labāko, bet Tēvs to īstajā laikā arī iedos.

KO BĪBELE SAKA, KĀPĒC MĒS NESANĒMAM ATBILDES UZ LŪGŠANĀM?

Dzīvojam grēkā. Tostarp nepiedošana, egoisms.	Psalmi 66:18 Salamana pam. 28:9 Jēkaba 4:3 Marka ev.11:24-25
Lūdzam, lai izpatiktu cilvēkiem.	Mateja ev. 6:5-6
Nelūdzam saskaņā ar Dieva Vārdu.	Jāņa ev. 14:13-14
Neticam, ka saņemsim un ka Dievs dzird mūsu lūgšanas.	Marka ev. 11:24 1. Jāņa 5:15
Tas nav Dieva prāts.	1. Jāņa 5: 14
Lūdzot kopā, mūsos nav vienprātības.	Apustuļu darbi 1:14
Par maz lūdzam. Pietrūkst neatlaidības.	Lūkas ev. 18:1 Mateja ev. 26:40
Neieturam gavēni, ja esam uz to pamudinātas.	Mateja ev. 17:21
Ir kāda nesaticība un necieņa laulāto starpā.	1. Pētera 3:7
Par mums neviens neiestājas nelūdz.	Lūkas ev. 22:31-32 Apustuļu darbi 12:3-5

NOSLĒGUMĀ

Lūgšanā ikviena no mums aug dziļumā. Mēs izprotam labāk sevi un iepazīstam Dievu. Mēs ieraugām Dieva lielumu mūsos vai arī apzināties, ka neesam Viņam devušas pietiekami daudz vietas.

Lūgšanā mēs varam piedzīvot miera ostu tajā vētrā, kas notiek mūsu prātā un sirdī. Lūgšanā mēs tuksnesī, kurā atrodamies, ieraugām oāzi. Lūgšanā varam piedzīvot to, kā atnākušas neēdušas un nabagas, tādas, kuras nav cienīgas nākt, tiekam sēdinātas pie bagātīgi klāta galda, kas uzklāts tikai mums. Lūgšanā mēs cauri tuksnešiem, džungļiem, gruvešiem nonākam pie auglīga dārza, kurā aug dzīvības koks, kura augļus varam baudīt pāri mēram.

Lūgšanā mēs nonākam pie skaidrākā avota un dziļākās akas ar tīrāko ūdeni. Tas ir ūdens, kurš nedzirdina vien uz mirkli, tā DNS ir „remdēt slāpes pilnībā”, „dot mūžīgo dzīvošanu”.

Izlasi Rakstu vietas par lūgšanu un pieraksti svarīgāko.

Vecā Derība

Psalmi 37:4-7

Psalmi 65:3

Jeremijas gr. 29:12

Jesajas gr. 65:24

Jaunā Derība

Mateja ev.7:7-11

Ebrejiem 4:16

2. Korintiešiem 12:7-9

Kolosiešiem 3:17

Filipiešiem 4:6,19

Efeziešiem 6:18 un 3:20

1. Tesalonīķiešiem 5:17

Jēkaba 1: 5-8

Izlasi dažādas lūgšanas, ko lūguši cilvēki dažādos laika posmos vēsturē.

Uzraksti savus vērojumus, pārdomas un jautājumus. Atrodi kādu, ar kuru šīs lūgšanas pārrunāt.

Jeremijas lūgšana	Jeremijas gr. 32:16-27..
Daniēla lūgšanas	Daniēla gr. 9:3-21
Dāvida pateicības lūgšana	2.Samuēla gr. 7:18-29
Salamana lūgšana iesvētot uzcelto templi	1.Ķēniņu gr. 8:22-62
Pravieša Habakuka lūgšanas dziesma	Habakuka gr. 3:3-19
Jēzus Kristus lūgšana	Mateja ev. 6: 7-13

Meklē iemeslus ikdienas lūgšanai!

- * Ieraugi Dievu darbojamies Tavā ikdienā – labi lēmumi, izpalīdzīgi cilvēki, atrisināta problēma, prieks un miers, dziedināšana, gudrība sarežģītās situācijās.
- * Ikdienas gaitās esot, velti laiku lūgšanai. Raugies apkārt uz procesiem un cilvēkiem, un pamani vajadzības savā ģimenē, darba vietā, apkārtnē, pilsētā un aiz tās robežām, visā pasaulē. Lūdz par to, ko esi ieraudzījis! Iespējams, lūgšana Tev palīdzēs saprast, ka arī Tu vari piedalīties tajā, lai vajadzības sastaptos ar risinājumu.
- * Apkopo visas pateicības, kādas vari ieraudzīt šodienā, arī visas tās, kuras esi piedzīvojusi laikam ejot. Un Tu katru dienu pati sev atgādināsi, cik daudz Tev Dievs ir devis, un cik vērtīgs ir laiks, ko Tu velti Viņam un sarunai ar Viņu!