

Kā sagatavoties lūgšanai?

Telpas sagatavošana meditatīvai lūgšanai

Veids, kādā ir sagatavota telpa, ietekmē lūgšanas kvalitāti. **Tas, protams, nenozīmē, ka ir nepieciešams pilnībā pārveidot baznīcu!** Lai radītu lūgšanu rosinošu atmosfēru, var izmantot pavisam vienkāršas lietas. Lūgšanas telpu var **iekārtot pavisam vienkārši un skaisti**: ar krustu, ar atvērtu Bībeli, dažām svecītēm, ikonām un ziediem. Gaismai vajadzētu būt pieklusinātai, ne pārāk spožai. Nolieciet telpas vidū paklāju tiem, kuri vēlas lūgties uz ceļiem vai sēžot uz zemes; pārējiem, kuri lūgšanas laikā vēlas sēdēt, telpas malās nolieciet krēslus vai soliņus.

Lūgšanas vadīšana ir kalpošana pārējiem. Šī kalpošana ietver gan lūgšanas sagatavošanu, gan raudzīšanos, lai lūgšana būtu koncentrēta uz svarīgāko un noritētu bez traucējumiem. Kad lūgšana ir sākusies, to nevajadzētu pārtraukt ar tehniskiem paziņojumiem vai skaidrojumiem.

Meditatīva dziedāšana

Dziedāšana ir viens no svarīgākajiem lūgšanas elementiem.

Meditatīva dziedāšana ļauj ikvienam piedalīties kopīgā lūgšanā un pēcāk palikt un kopā gaidīt uz Dievu; nav nepieciešams noteikt precīzu lūgšanas beigu laiku.

Tezē dziesmas ir vienkāršas, bet nepieciešams sagatavoties, lai varētu tās izmantot lūgšanā. Šī sagatavošanās jāveic pirms pašas lūgšanas, lai, kad tā sākas, lūgšanas atmosfēra saglabātos meditatīva un apcerīga.

Pašas lūgšanas laikā ir labāk, ja neviens nevada vai nedirīgē mūziku, lai ikviens varētu sēdēt pretī krustam, ikonām un altārim. (Lielā draudzē varētu būt nepieciešams, ka kāds vada nelielu grupu ar cilvēkiem, kas spēlē instrumentus, vai dziedātājiem, kas palīdz pārējiem lūgšanā. Tomēr tas darāms pēc iespējas diskrētāk, vienmēr atceroties, ka netiek sniegts priekšnesums.) Cilvēks, kurš sāk dziesmas, visbiežāk sēž priekšpusē un, tāpat kā pārējie, kas lasa psalmu, lasījumu un aizlūgumus, atrodas pretim altārim vai ikonām, nevis ar seju pret pārējiem. Ja dziesma tiek iesākta spontāni, tonis parasti ir pārāk zems. Kamertonis vai kāds mūzikas instruments, kas iespēlē pirmo dziesmas noti vai pavada visu dziesmu, var palīdzēt iesākt dziesmu pareizajā tonkārtā. Pievērsiet uzmanību, lai temps neklūst pārāk lēns, kā tas parasti notiek, ja dziesma ilgst zināmu laiku.

Dziesmas dažādās valodās ir piemērotas lielām starptautiskām tikšanās reizēm. Lūgšanās, kurās piedalās dažādu vecumu cilvēki no vietējās apkāmes, **lielākajai daļai dziesmu vajadzētu būt vai nu valodās, kuras dalībnieki saprot, vai latīņu valodā.**

Instrumenti: ģitāra vai sintezators var palīdzēt nodrošināt harmoniskāku dziesmas struktūru. Tie īpaši palīdz noturēt tonkārtu un saglabāt tempu. **Ģitāras vajadzētu spēlēt klasiskajā**, nevis tautiskajā stilā. Lai tās būtu labāk dzirdamas, varētu būt nepieciešams mikrofons. Papildus šim tradicionālajam pavadījumam dziesmām ir arī partijas, ko var spēlēt citi instrumenti.

Cik reižu dziedāt katru dziesmu? Lai saglabātu lūgšanas atmosfēru, katru dziesmu ieteicams dziedāt divas vai trīs minūtes; nav jāskaita, cik reižu katra dziesma tiek atkārtota.

Lūgšanas kārtība

- *Ievaddziesma* (slavas dziesma, piemēram, "Kungam pateicos", "Venite, exultemus")
- *Psalmi, ko dzied ar "Alleluia"* (bez ģitāras!) *
- *Bībeles lasījums*
- *Meditatīva dziesma* (piemēram, "Ir tik labi paļauties", "Behüte mich, Gott")
- *Klusums* (5–8 minūtes)
- *Aizlūgumi ar "Kyrie"* (bez ģitāras)
- *Mūsu Tēvs* (latviski vai katra dzimtajā valodā)
- *Lūgšana un/vai svētīšana*
- *Noslēguma dziesmas* *

* Varat izvēlēties, kad iedegt sveces: vai nu dziedot psalmu + "Alleluia",
VAI dziedot lūgšanas noslēguma dziesmas.

Papildu idejas: www.taize.fr/lv → **Pie ticības avotiem (Lūgšana / Dziesmas)**