

opusdei.org

# **Krikščionių psichologinis išankstinis nusistatymas (audio meditacija)**

Krikščionims būdingas  
psichologinis išankstinis  
nusistatymas - galvojimas kaip  
galėčiau padėti kitam žmogui.

2021-01-20

**Klausykis meditacijos:  
Krikščionių psichologinis  
išankstinis nusistatymas**

Kadangi Opus Dei centruose šiuo metu mažiau ugdymo veiklos, siūlome jums šią meditaciją, kurioje kunigas pasiūlys keletą minčių pokalbiui su Viešpačiu.

Šv. Rapolo meditacija - tai ugdymo priemonė, kurią naudoja Opus Dei jaunų žmonių ugdymui.

Kiekviename šv. Rapolo centre (centre, kurioje veiklos skirtos jauniems žmonėms) bent kartą per savaitę vyksta meditacija, kurią veda kunigas: tai pusvalandis maldos, remiantis Evangelijos ištrauka, liturigine švente ar pan. Malda yra krikščionio gyvenimo reikmė: „Tokiomis aplinkybėmis gyvas sąlytis su Kristumi gali esmingai padėti laikytis teisingo kelio (...). Kas meldžiasi, tas nešvaisto savo laiko, net jei padėtis, regis, spaustų neatidėliotinai įsikišti ir reikalautų vien veiksmo” (Benediktas XVI, *Deus Caritas est*, nr. 36). Todėl mokytis

maldos meno visada bus šv. Rapolo veiklos prioritetas.

Pagal galimybes, šv. Rapolo meditacija paprastai vyksta šeštadieniais, savaitės dieną, kuri pagal tradicija yra skirta Mergelei Marijai, kaip meilės išraiška Dievo Motinai. Po meditacijos vyksta palaiminimas su Švč. Sakramentu ir Sveika Karalienė ar kitos Mergelei Marijai skirtos giesmės giedojimu. Tai dar vienas būdas išreikšti Eucharistijos centrinę vietą Bažnyčioje.

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
lt-lt/article/krikscioniu-psichologinis-  
isankstinis-nusistatymas-audio-  
meditacija/](https://opusdei.org/lt-lt/article/krikscioniu-psichologinis-isankstinis-nusistatymas-audio-meditacija/) (2026-03-28)