

Rugăciunea pe înțelesul copiilor



Ilustrații de TARA PAPPAS

Traducere de
STELA-ANCA RADU

Tipărită cu binecuvântarea Înaltpreasfințitului

Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

DOXOLOGIA
Iași, 2022

CUPRINS

Ce este rugăciunea	9
Rugăciunile dimineții	15
Rugăciuni de seară	21
Cuvinte ale credinței	27
Rugăciuni pe parcursul zilei	35
Rugăciuni pentru masă	47
Rugăciuni pentru familie și prieteni	53
Rugăciuni ale Sfinților	65
Rugăciuni către Sfinți	77
Rugăciuni din Psalmi	81
Rugăciuni pentru Împărtășire	99
Rugăciuni pentru Spovedanie	107
Moduri de a te ruga	109



Ne bucurăm că ai început să citești această carte pe care am scris-o pentru a veni în ajutor copiilor care vor să învețe despre frumosul obicei al rugăciunii!

Din dorința de a fi cât mai utilă și ușor de înțeles, am ținut cont de următoarele aspecte:

– Am împărțit cartea în secțiuni codificate pe culori, astfel încât fiecare parte să fie ușor de găsit.

– Pentru a nu copleși copilul din pricina multor cunoștințe, am folosit doar un mic număr de rugăciuni în fiecare secțiune.

– Am inclus ilustrații pentru a fi ajutoare vizuale prin care copiii să-și amintească diferitele rugăciuni.

– La final, am adăugat mai multe pagini goale, astfel încât copiii să poată nota numele celor pentru care se roagă.

Vă dorim, vouă, tuturor părinților și copiilor ortodocși, o sporire continuă în Hristos nădăjduind în același timp să fim cu toții lumini pentru cei din lume, ajutându-ne reciproc pe calea ce duce către Împărăția Cerurilor!



CE ESTE RUGĂCIUNEA?

*Nu vă împovărați cu nici o grijă. Ci întru toate,
prin închinăciune și prin rugă cu mulțumire,
cererile voastre să fie arătate lui Dumnezeu.*

Filipeni 4, 6-7

CE ESTE RUGĂCIUNEA? Înseamnă doar să ne închidem ochii și să rostim cuvinte cu voce tare în biserică sau să ne aplecăm capul și să facem semnul crucii înainte de a mânca?

Rugăciunea înseamnă a vorbi cu Dumnezeu și a-L asculta atunci când El ne vorbește. Rugăciunea înseamnă a ne îndrepta mintea și inima către Făcătorul Universului și a vorbi cu El. Ne rugăm pentru că vrem să fim cu Dumnezeu și să-L cunoaștem mai bine. Ne rugăm pentru că El ne iubește mai mult decât ne putem imagina și vrem să-L iubim și noi.

Rugăciunea poate fi scurtă, ca un „Doamne, miluiește-mă” rostit în momente de tristețe. Rugăciunea poate fi însă lungă ca atunci când citești întreaga carte a Psalmilor, stând treaz întreaga noapte!

Puțină sau multă, rugăciunea înseamnă a-ți îndrepta gândul către Dumnezeu și a-L ține de mână în loc să încerci să treci singur prin greutățile vieții.

La botezul tău, L-ai primit pe Duhul Sfânt al lui Dumnezeu. El ne-a fost dat ca ajutor pentru a ne învăța cum să ne rugăm. Și ai primit și un înger păzitor, care te caută mereu, te apără și se roagă lui Dumnezeu pentru tine.

Cel mai bun lucru în privința rugăciunii este că te poți ruga oricând, oriunde! Este minunat să-ți începi ziua spunându-I lui Dumnezeu că Îl iubești, cerând ajutorul Lui. Vei fi liniștit dacă te rogi înainte de a te culca, mulțumind lui Dumnezeu pentru ziua care a trecut. Dar te poți ruga și cu trupul tău, făcând semnul crucii sau închizându-ți ochii doar pentru a-L asculta pe Dumnezeu. La sfârșitul acestei cărți vei găsi o listă cu diferite modalități de a te ruga, iar în următoarele pagini vei afla detalii despre rugăciune.

MAI PRESUS DE ORICE,
atunci când înveți să te rogi,
încearcă să faci aceste trei lucruri:

Păstrează tăcerea
pentru câteva clipe
înainte de a te ruga.

Roagă-te încet
și fi atent la cuvintele
pe care le rostești în rugăciune.

Roagă-te
lui Dumnezeu și sfinților Săi
cât poți de mult!

Doamne, auzi rugăciunea mea, ascultă cererea mea.

