7 Antas ng Panalangin Mula kay Sta. Teresita

A Lord's Flock General Assembly Topic
Ni: Fr. Adrian Magnait
Setyembre 30, 2023

Ayon kay Sta.Teresita, ang panalangin ay isang malalim na ugnayan sa Diyos. Itinataas natin ang ating puso, isipan at espiritu sa Kanya. Binigyan tayo ng karapatang piliin ang Diyos bilang ating tunay na kaibigan kung saan sa Kanya natin maaaring ibuhos ang ating damdamin at paghihirap. Tulad ng isang tunay na kaibigan, nakikibahagi tayo sa paghihirap ni Hesus.Tinitiyak ng Diyos sa atin: "Kung ipahahayag ng iyong mga labi na si Hesus ay panginoon at mananalig ka ng buong puso na Siya'y muling binuhay ng Diyos, maliligtas ka" (Roma 10:9). Kaya, magtatag tayo ng malalim na relasyon sa Diyos. Ang ating mga panalangin ay dapat mula sa pusong mapagpa-kumbaba at nagpapasalamat.

1. Mga Alituntunin sa Panalangin

Sa lahat nating gawain, laging magsimula at magtapos sa isang panalangin. Sumangguni tayo sa Banal na Espiritu upang gabayan tayo sa paggawa ng tama at para makasunod sa salita ng Diyos.

1.1. Ang panalangin ay MAHALAGA sa buhay. Tulad ito ng hininga, ayon kay San Alphonsus Liguori, "kung titigil tayo sa pagdarasal, mapupunta tayo sa impiyerno."

1.2. Ang panalangin ay PRESENSYA. Kailangan nating maramdaman ang banal na presensya ng Diyos at magpasalamat dahil "ibinigay Niya ang Kanyang bugtong na Anak, upang ang sumampalataya sa Kanya ay hindi mapahamak, kundi magkaroon ng buhay na walang hanggan," (Jn.3:16).

1.3. Ang panalangin ay PAG-IBIG. Ang dasal na walang pag-ibig ay hindi panalangin.

2. Panalangin na Nagmumuni-muni. Taimtim na nakapokus ito sa salita ng Diyos at may malalim na pakikipag- ugnayan sa Kanya.

3. Panalangin mula sa Puso. "Sa salita lamang malapit ang mga taong ito, at sa bibig lamang nila ako pinararangalan, kaya malayo sa akin ang kanilang puso" (Isaias29:13).

4. Panalangin na nagninilay: "Ang panukalang ito ay pag-isahin kay Kristo ang lahat ng sa langit at nasa lupa." (Efeso 1:10).

5. May pitong (7) antas ang Panalangin:

5.1. Asetiko. Ito ay simpleng panalangin sa Diyos na may kasamang grasya.

5.1.1. Unang antas: Binibigkas na Panalangin. Ito ay isinaulong dasal at malakas na binibigkas.

5.1.2. Pangalawang antas: Panalanging nasa isip. Naintindihan kung ano ang hinihiling sa Diyos.

5.1.3. Pangatlong antas: Madamdaming Panalangin. Itinataas natin ang ating saloobin sa Diyos. Nararamdaman natin kung ano ang nararamdaman ni Hesus.

5.1.4. Pang-apat na antas: Simpleng Panalangin. Hindi kailangan ang salita**;** simpleng pang-unawa na tayo ay nasa presensya ng Diyos.

5.2 MAHIWAGA. Pagkatapos na naisapuso ang apat na antas, napapalalim na natin ang ating pananalig na buhay ang Diyos.

5.2.1 Panlimang antas: Tagos sa pusong Pagninilay. Nararanasan ang mapagmahal na presensya ng Diyos. Maikli ang panalangin ngunit, ang ating kaluluwa ay pag-aari na ng Diyos.

5.2.2 Pang-anim na antas: Malalim na Panalangin. Ang puso ay payapa, may tuwa at galak sa gitna ng pighati at gulo ng mundo.

5.2.3 Pampitong Antas: Nagka-kaisang Panalangin. Ang isip, puso at imahinasyon at mga alaala ay puspos sa presensya ng Diyos.

Konklusyon: Kung gusto nating umunlad ang ating panalangin, piliin nating kaibigan ang Diyos at isuko ang ating sarili sa Kanya. Para lumalim ang ating espiritwal na buhay, magsanay tayong magnilay sa Kanyang Salita. Ang gawain natin ay hindi natin gawain, gawain ito ng Diyos; kaya dapat maki-isa tayo sa Kanya.

Pagninilay:

1. Pipiliin mo bang maging matalik na kaibigan ang Diyos? Kung oo, hangad mo bang makibahagi sa Kanyang paghihirap?

2. Paano ka magdasal? Maliban sa asetikong pagdadasal, naranasan mo na bang magdasal nang malalim at mahiwaga? Paano mo mapapalalim ang buhay panalangin mo?

Isinalin ni: Sis. Thess P. Sarmiento
Na-edit ni : Sis Nida A. Cruz
Inaprobahan ni: Sis. Vera I. Tuplano
For more teachings, visit our website:https://lordsflock.org/digests
Tags:#Panalangin