

Cuprins

| | |
|---|-----|
| <i>Un „abecedar” patristic al rugăciunii și semnificația lui</i> (DIAC. IOAN I. ICĂ JR)..... | 5 |
| Izvoare | 12 |
| Introducere: „Doamne, învață-ne să ne rugăm” (<i>Lc</i> 11, 1) | 15 |
| I. „Cine a băut din vinul cel vechi...” (<i>Lc</i> 5, 39) | 21 |
| 1. „Ceea ce era la început” (<i>1 In</i> 1, 1) | 23 |
| 2. „Spiritualitate” și „viață duhovnicească” | 31 |
| 3. „Acțiune” și „contemplație” | 37 |
| 4. „Psalmodie” — „rugăciune” — „meditație” | 45 |
| II. Locuri și timpuri | 53 |
| 1. „Când te rogi, intră în camera ta” (<i>Mt</i> 6, 6) | 55 |
| 2. „Privește spre răsărit, Ierusalime!” (<i>Bar</i> 4, 36) | 61 |
| 3. „De șapte ori pe zi Te-am lăudat” (<i>Ps</i> 118, 164) ... | 75 |
| 4. „Fericit cel ce priveghează!” (<i>Ap</i> 16, 15) | 83 |
| 5. „Și se rugau cu postiri” (<i>FA</i> 14, 23) | 91 |
| III. Modurile rugăciunii | 99 |
| 1. „Rugăciuni și cereri cu strigăt și cu lacrimi” (<i>Evr</i> 5, 7) | 101 |
| 2. „Rugați-vă neîncetat!” (<i>1 Tes</i> 5, 17) | 107 |
| 3. „Doamne, miluiește-mă!” (<i>Ps</i> 40, 5) | 117 |
| 4. „Doamne, auzi strigarea mea!” (<i>Ps</i> 26, 7) | 127 |
| 5. „Vreme este de a tăcea și vreme este de a vorbi” (<i>Ecc</i> 3, 7) | 135 |

| | |
|--|-----|
| IV. Gesturile rugăciunii | 141 |
| 1. „Sculați-vă și vă rugați!” (<i>Lc</i> 22, 46) | 145 |
| 2. „Ridicarea mâinilor mele, jertfă de seară” (<i>Ps</i> 140, 2) | 153 |
| 3. „Către Tine, Cel ce locuiești în cer, am ridicat ochii mei” (<i>Ps</i> 122, 1) | 161 |
| 4. „A îngenuncheat și s-a rugat” (<i>EA</i> 9, 40) | 169 |
| 5. „Închinați-vă Domnului în curtea cea sfântă a Lui” (<i>Ps</i> 28, 2) | 177 |
| 6. „... Să-și ia crucea în fiecare zi” (<i>Lc</i> 9, 23) | 185 |
| Încheiere: „Comoara în vase de lut” (<i>2 Co</i> 4, 7) | 191 |
| Apendice: Indicații practice | 199 |
| 1. Alegerea locului potrivit și amenajarea lui | 199 |
| 2. Timpurile rugăciunii | 200 |
| 3. „Pravila mică” | 201 |
| 4. Modurile și gesturile rugăciunii | 203 |