

## ლოცვის დროს პირველისწერის და მეტანიის\* შესახებ

გარეგნულად ლოცვითი გრძობა ვლინდება პირველის გამოსახებითა და მეტანიით. ეს საბოლოოდ, თავის მხრივ, ორი სახისაა — დიდი და მცირე.

დიდი მეტანია სრულდება შემდეგნაირად: ვიწერთ პირველს, ვასრულებთ მუხლთ მოყრას და შუბლით (მკერდით) ვეხებით მიწას, რის შემდეგაც კვლავ ვდგებით ფეხზე.

მცირე მეტანიის დროს ვიწერთ პირველს, ვიდრეკთ თავს, წელში ღრმად ვიხრებით და მარჯვენა ხელით ვეხებით მიწას, რის შემდეგაც კვლავ ვიმართებით წელში.

ლოცვის დროს პირველის გამოსახვის შემდეგ ხშირად ვასრულებთ მარტოოდენ თავის მოდრეკასაც, მაგრამ იგი არ შედის მეტანიების რიცხვში, არამედ მიეკუთვნება პირველის წერის დასასრულ ნაწილს.

პირველისწერა სრულდება მარჯვენა ხელით, ამისთვის ვართობთ პირველ სამ თითს ერთად, ხოლო ორ დანარჩენს: ე.წ. უსახელოს და ნეკს, ვხრით ხელის გულზე. სამი ერთად შეერთებული თითით ვეხებით შუბლს, შემდეგ ვიღებთ მკერდს ქვემოთ, მერე მარჯვენა და მარცხენა მხარზე, რითაც ჩვენზე გამოვისახავთ ჯვარს, ხელის დაშვების შემდეგ თავს ვიდრეკთ.

\*მეტანია (ბერძნული მეტანია — ძვ. ქართულში მატანია „სინანული“) — საკუთარი უღირსების შეგრძნობით თავყანისცემა ან სინანულით შევდომა (ორივე მუხლით დაჩოქება).

სამი თითის შეერთება აღნიშნავს ჩვენს რწმენას წმიდა სამებისადმი — მამა ღმერთის, ძე ღმერთის და სულიწმიდა ღმერთისადმი; ორი მოხრილი თითი კი აღნიშნავს ჩვენს რწმენას ძე ღმერთის — იესო ქრისტესადმი, რომ მას აქვს ორი ბუნება — არის ღმერთი და კაცი, რომ ჩვენი ხსნისათვის განკაცდა, ანუ ინება ამ ქვეყნად აღამიანად დაბადება.

პირველს ვიწერთ შუბლზე, რათა ჭეშმარიტი რწმენის და ჯვარის ძალით განვიწმიდოთ გონება და ჩვენი აზრები, მკერდს ქვემოთ — რათა განვიწმიდოთ გული და გრძნობები, მხრებზე — რათა განვიწმიდოთ ხორციელი ძალები და მოვიწვიოთ კურთხევა ჩვენს ხელთა საქმეებზე.

პირველის გამოსახვას აქვს კიდევ უფრო ღრმა მნიშვნელობაც. ქრისტეს ჯვარი, თავისი გარეგნული ფორმით სიმბოლოა\* ღვთისა და მოყვასისადმი სიყვარულის ურთიერთკეთისა, ერთობისა. ღვთისა და მოყვასისადმი თავდადებული სიყვარულით განმსჭვალული ცხოვრება — ჯვარია; მარტო ჯვარით იღიდება ღმერთი, სხვანაირი იღიდება მას არც ნებავს და არც არსებობს. ჯვარი არის ამქვეყნად ღვთის დიდებაც და არც არსებობს. ჯვარი არის ამქვეყნად ღვთის დიდებაც და ღვთის დიდების ნიშანიც, ამიტომ როდესაც ლოცვის დროს ზღება ღვთის სახელის მოწოდება და დიდება: „დიდება მამასა და ძესა წმიდასა სულსა“, მორწმუნენი ვიწერთ პირველს, რითაც გარეგნულად გამოვხატავთ ჩვენს შინაგან სურვილს და სწრაფვას მიუბამით ქრისტეს — ვიცხოვროთ საღიდებულად ღვთისა.

\*სიმბოლო (ბერძნული სიმბოლონი — ნიშანი) — საგანი, მოქმედება და სხვა, რომელიც რაიმე მტკნების, იდეის პირობით ნიშანს წარმოადგენს.

ლოცვის დროს პირველად ვიწერთ ღვთის სადიდებელი სიტყვების წარმოთქმისას, ასევე ღვთისაგან შენდობის, შეწყალების თხოვნისას; ღვთისმშობლისა და წმიდათაგან ღვთის წინაშე მეთხოვნის თხოვნისა და მათ დიდებისას.

უნდა აღინიშნოს ისიც, რომ არაა საჭირო ზედიზედ, მაშინვე, რამდენჯერმე პირველად წერა, არამედ პირველად გამოწერის დროს ერთხელ დინჯად და ღვთისმომღებელით გაღაგიწერით პირველად. ასე, მაგალითად, 3 და 12-ჯერ უფალო შეგვიწყალებზე და სხვ. რის შემდეგ კვლავ განვაგრძობთ ლოცვისადმი თვალყურის მიდევნებას.

მეტანიით ლოცვის დროს გამოვხატავთ ღვთის წინაშე როგორც ჩვენს კრძალულებას, ასევე უღირსებისა და სინანულის გრძნობებს. დიდი მეტანიების შესრულება აუცილებელია სინანულისა და მარხვის დღეებში, განსაკუთრებით კი აღდგომის წინა დიდმარხვას, ხოლო მიუღებელია საყოველთაო სულიერი სიხარულის დღეებში, როგორც არის კვირა დღეები,\* დიდი დღესასწაულების დროს, აღდგომიდან სულთმოფენობამდე და შობიდან ნათლისღებამდე. ასევე, დიდი მეტანია არ კეთდება ზიარების მიღების შემდეგ მთელი იმ დღის განმავლობაში,

\*მუხლდრეკა არ სრულდება შაბათს საღამოს და კვირა დღისას (იხ. დიდი სჯულის კანონი, I მსოფლიო კრების მე-20, VI მსოფლიო კრების 90-ე და წმ. პეტრე ალექსანდრიელის მე-15 კანონები), რადგან კვირა არის აღდგომის დღე და ჩვენი ფეხზე დგომით მივანიშნებთ მაცხოვრის მიერ დაცემული ადამიანური ბუნების აღდგინებას, აღმართებას.

გარდა კვირა დღეებისა, მუხლდრეკა აგრეთვე არ სრულდება შემდეგ დღესასწაულებზე: შობიდან ნათლისღებამდე, აღდგომიდან სულთმოფენობამდე და ფერიცვალების დღესასწაულზე.

თუ არ ჩავთვლით დიდმარხვაში, ეფრემ ასურის ლოცვის მეტანიებს.

ლოცვა უნდა წარმართოს ღმრთისადმი კრძალულების გრძნობით, ყურადღებით, ფაციფუცის და წრიალის გარეშე, რადგანაც ლოცვა არის საუბარი ღმერთთან. თუ დრო ცოტა გვაქვს, უმჯობესია წაკითხულ იქნას ერთი-ორი ლოცვა, დანარჩენი კი გადაიდოს უახლეს ხელსაყრელ დრომდე.

თუ წიგნის კითხვისას მნიშვნელოვანია არა მარტო მისი წაკითხვა, არამედ დაფიქრება წაკითხულზე, თუ ჩვეულებრივი საუბრისას მნიშვნელოვანია არა მარტო თქმა, არამედ მოუსმინო სხვასაც, მით უმეტეს, ლოცვის კითხვისას, გემართებს დაფიქრება მის სიტყვებზე და ღვთისადმი ლოცვის წარმოთქმისას საჭიროა მოვისმინოთ ღვთისაგან მასზე პასუხი. ნამდვილი ლოცვა ქმნის განსაკუთრებულ განწყობას ქრისტიანის ცხოვრებაში და განსაზღვრავს მის საქციელს, მის ქცევას და ამაში გამოიხატება შედეგი ლოცვისა, რამეთუ არა ამაოდ სთქვა უფალმა: „არა ყოველმან რომელმან მრქუას მე: უფალო, უფალო, და შევიდეს იგი სასუფეველსა ცათასა, არამედ რომელმან ყოს ნებაჲ მამისა ჩემისა ზეტათაჲსა“ (მათ. 7, 21).