

## **FORMAT JALANNYA MEDITASI CINTA-KASIH-ILAH**

### **1. Pembukaan**

- Lagu Pembukaan ( Pilih satu lagu tema Penyembahan)
- Dalam nama Bapa dan Putera dan Roh Kudus
- Salam pembukaan dari Pembimbing Meditasi

### **2. Pernyataan Tobat**

(Didahului dgn lagu Tobat, setelah itu Pernyataan Tobat, Absolusi)

### **3. Pelaksanaan Meditasi**

- Doa Sebelum Meditasi (didaraskan bersama-sama sesuai teks)
- Tahap-tahap Meditasi (sesuai arahan Pembimbing Meditasi) diakhiri dengan Kemuliaan
- Doa Setelah Meditasi (didaraskan bersama –sama sesuai teks)
- Doa Penutup (didaraskan bersama –sama sesuai teks)
- Lagu Penutup (Syukur/Pengutusan)

### **4. Sharing atau Tanya Jawab**

### **5. Penutup**

- Bapa Kami, Salam Maria, Kemuliaan ( dpt saling bergandengan tangan)
- Berkat Penutup ( jika ada imam)

## **DOA SEBELUM MEDITASI**

KepadaMu, ya Allah, kami angkat hati dan jiwa kami. Bawalah kami berjalan dalam kebenaranMu dan ajarlah kami. Sebab Engkaulah, Allah dan penyelamat kami yang kami nantikan sepanjang hari. Biarlah Meditasi yang kami lakukan ini :

- Boleh memelihara Api DoaMu dalam Gereja
- Boleh menjaga Api CintakasihMu di dunia
- Boleh menyucikan jiwa kami

Demi Kristus Tuhan dan pengantara kami. Amien

## **DOA SETELAH MEDITASI**

Ya Abba, ya Bapa, terimalah doa kami anak-anakMu. Jika berkenan, terimalah. Jika ada kekurangan sudilah mengampuni. Sebab Engkaulah Allah yang hidup dan berkuasa, kini dan sepanjang masa. Amien