

André Louf

**Uram, taníts meg minket
imádkozni**

Bencés Kiadó
Pannonhalma, 2014

Tartalom

Bevezetés	5
I. Imádság ma	9
Válsághelyzet	10
Imaéhség	13
II. Mivel imádkozunk?	17
Az imádság helye az emberi szív	17
Imádkozó állapotban	22
Ébredés	24
III. Jézus imádsága	31
A kísértés	33
Engedelmesség az imádságban	39
„Mindenkor él, hogy közbenjárjon értünk” (Zsid 7,23)	50
IV. Az élő Ige	55
Igéből született	55
Szív és Ige	59
Éberem, az Ige közelében	67
Harc az Igével	71
„Fontolgatni, megemészteni” az Igét	74
Túlcsorduló szív	77

V. A zsoltárimádság – válasz Isten Igéjére	81
Élő Ige	83
Emberi szó	84
Isteni Ige.....	86
Az Ige „dicsőséges pályája” (2Tessz 3,1)	88
Ige és Lélek	91
Lélektől – Szentlélekig	93
VI. Testté lett Ige	97
A test imádsága	99
Cölibátus és imádság	105
Magányos imádság a hegyen	114
Virrasztás és imádság	133
Böjt és imádság	143
Átimádkozott élet	150
VII. Felajánlott imádság	161
Külső és belső liturgia	161
Belső szentélyünk: a szív	173
Lélekben imádkozni	175
Kozmikus imádság	184
VIII. A hárfás	193
Nehéz-e imádkozni?	193
Függelék: Jesu dulcis memoria – Jézus, édes emlékezet	196
Jegyzetek	199

Bevezetés

Az emberek imádságra vágnak. Az imádságról szóló teológiai munkákban nincs hiány. Vannak köztük nagyon jók is. De vajon hol találkozunk tanúságtétellel? Önmagáról senki sem beszél szívesen. Az ima forrásvidéke amúgy is olyan belső terület, amelyről ritkán esik szó. A legtöbben még le sem szálltak mélységeibe.

Keveset tudunk magunkról. Keveset testünkről és még kevesebbet rejtett, belső életünkről. Saját magunk határvidékein élünk, a felszínen, hámrétegünk szintjén. Mélységeinkben felfedezésre váró területek hevernek paragon.

Jézus mondta a nötlenségről: „Aki fel tudja fogni, fogja fel.” (Mt 19,12) Az imádságról ugyanezt mondhatjuk: akinek nem adatik meg, az föl nem foghatja. Nem hódítható meg, nem szereshető be áru módjára, nem közölhető, mint a tudás. Próbáld elmagyarázni a mangófa gyümölcsének ízét olyasvalakinek, aki sohasem kóstolta.

Az imádságról szólni tanúságtételt feltételez. A tanúskodás nem bizonyít, nem cáfol és nem győz meg.

Vagy megérint, vagy sem. Csak akkor van hordereje, ha visszhangra talál a másik emberben, ha fölszabadít benne valamit, ami rímel, visszacseng reá.

Könyvecskénk ilyen tanúságtétel szeretne lenni. Szerzője sokáig hallgatott: imádkozó emberekre fülelt, régiekre, maiakra. Igyekezett megragadni tapasztalataik lényegét s egyszerű, korunkhoz szóló nyelven visszaadni azt. Vajon lesz-e benne újdonság, olyasmi, amit senki más nem mondott még el? Annyi bizonyos, hogy hosszú hagyománysor értékeire támaszkodik. Az utóbbi századokban szokásos szókincsből nem sokat találunk benne. Annál bőségesebben jutnak szóhoz a régi szerzetesírók, hiszen a szerző maga is szerzetes. A szerzetes mindennapi, folytonos kapcsolatban él a Bibliával – Isten Igéjével –, az egyházatyákkal és a régi szerzetesatyákkal. Röviden: az imádságból él. Ugyanúgy dolgozik, alszik és eszik, mint bárki más, de minden, amit tesz, az imádság felé mutat. Az imádság kedvéért kerekedett fel, hogy magányban és csöndben éljen. Megkísérli, hogy szerény keretek között gondoskodjék élete fenntartásáról, s minden fennmaradó idejét az imádságnak szentelje. Szüntelenül Isten arcát kutatja. Egyedül ebben lel nyugalmat, kikapcsolódást, de ez egyben legfontosabb feladata is. A szerzetes csak az imádságban azonosul tökéletesen önmagával. Benne lesz emberekért élő emberré, Istennek élő emberré, az emberek nevében élő, Isten színe előtt élő emberré.

Jóakarátú ember vagy – hallgasd meg ezt a tanúságtételt. A talajban, amely te magad vagy, talán gyökeret ver az ige. Ha a gyom el nem fojtja, harmincszoros, hatvanszoros, százszoros termést hoz: maradandó, örök gyümölcsöt.

Körülöttünk hanyatlóban van a szóbeli imádság – ha ugyan teljesen hitelét nem vesztette. Az ember ugyanakkor nagy szenvedéllyel fordul befelé, az emberi bensőségesség felé. Egyre növekszik az érdeklődés az összpontosítás és szemlélődés különféle módszerei iránt. Írás közben végig szemünk előtt tartottuk a kutatásnak és keresésnek ezt a szempontját. Új kérdéseinkre a régi mesterekkel szeretnénk felelni: náluk tökéletes, harmonikus egységbe olvad az imamódszer, a belső ima és a szóbeli imádság. A Szentlélek bennünk sem szűnik meg ugyanígy működni.

A könyvem megírásához szükséges időt rendi testvéreimtől vettem el. Szívesen adták. Nagy hálával tartozom nekik ezért.

André Louf

Túlcserdülő szív

Máris ott állunk az imádság küszöbén. Szívünk felébredt. Látja Jézust, hallja hangját, ízleli szavát. Az Ige megmozgatta szívünket. Megtisztított bennünket, meghitt kapcsolatba kerültünk vele. Talán már el is kezdődött hasonulásunk az Igéhez. Most már gyökeret ereszthet és gyümölcsöt hozhat szívünkben. Sőt meg is testesülhet bennünk Isten Igéje.

Amíg szívünkben mi magunk foglalkoztunk Isten Igéjével, addig csak az előjátéknál tartottunk. De eljön a pillanat, amikor Isten Igéjét a bennünk lakó Szentléleknek engedjük át. Ekkor születik meg szívünkben az imádság. S csak ekkor válik valódivá ben-

nünk Isten Igéje: ekkor találtuk meg és váltottuk valóra mély, igazi egységünket. Ekkor lett Jézus Neve a mi nevünké. Jézussal együtt, egy hangon hívhatjuk Istent: „Abba, Atyánk!”

Az imádság szívünk túlcserjedése. Túlárad a szeretettől, mint egykor Máriáé, akiben gyökeret eresztett az Ige. Így szakad ki *Magnificatunk* a mi szívünkéből is. Most tért vissza önmagába az Ige „dicsőséges körpályája”. (2Tessz 3,1) Istentől indult el, s szívünk jó földjébe került. Ott újra meggyökeresedett, s most meghozza gyümölcsét. Rajtunk a sor, hogy kimondjuk az Igét, visszaküldjük Istenhez. Igévé, imádsággá lettünk.

Az imádság tehát az Ige legdrágább gyümölcse. Most már olyannyira a sajátunk, oly mélyen ivódott testünkbe és lelki világunkba, hogy válasszá érett bennünk, válasszá, amelyet az Atya szeretetére adunk. A Szentlélek tovább „dadog” szívünkben, s nekünk nem is kell beleavatkoznunk szavába. Fölfakad, árad, élő vízként keresi folyását. Már nem is mi imádkozunk: az imádság imádkozik bennünk. Szívünkben a feltámadt Krisztus isteni életének melege duruzsol.

Kezdetét vette bensőnkben a világ átlényegülésének lassú munkája. Az egész teremtés erre várt: hogy megnyilvánuljon Isten gyermekeinek dicsősége (Róm 8,9) – rejtetten, alázatosan, mindazonáltal már lélekben és igazságban. Még a világban vagyunk, de Jézussal együtt már az Atyánál lakunk. Még romlandó

testben élünk, de már mindenestől a Lélek hatalmában. Szívünkről lehullt a fátyol, s mindannyian „födetlen arccal szemléljük az Úr dicsőségét és dicsőségről dicsőségre ugyanazon képmássá változunk át az Úr lelke által.” (2Kor 3,18)

Így hát elevenen, bőségben él bennünk Krisztus Igéje (Kol 3,16). Benne verünk gyökeret, benne találjuk meg életünk fundamentumát. Hozzá igazodnak cselekedeteink, mozdulataink, s általa hálaadásunk, dicsőítésünk is túláradó lesz (Kol 2,6). Életté vált eukharisztia ez (Kol 3,15), a szív túlcsordulása, az új világ liturgiája, amelyet bensőnkben már együtt ünneplünk Krisztussal. Hiszen a Szentlélek temploma vagyunk (IKor 6,19).