

3. Isten folytonosan árad lelkünkbe mint fény-, sugárzás- és szeretetáradat. Ne emeljünk gátat!

Imádkozzuk el a 139. számú éneket:

*Ó, Uram, nem vagyok én méltó,
Hogy házamba költözni légy jó.
Mondjad, csak egy szóval nékem,
S meggyógyul az én lelkem.*

A **szemlélődő imával** kapcsolatban gondolatébresztésként vegyük újra elő a *Jelenések* könyvéből az Úr szavát: *Nézd, az ajtóban állok és zörgetek. Aki meghallja és kinyitja az ajtót, ahhoz bemegyek, és vele étkezem, ő meg énvelem* (Jel 3, 20).

Amikor ezt először próbáltuk végiggondolni, talán úgy élhettük meg, hogy Krisztus érkezése egy pillanatig tart, mint amikor az ember belép az ajtón. Ez megtörtént, Jézus helyet foglalt lelkünk hajlékában, bár nem vagyunk rá méltók. Akkor hogyan van tovább? Azt kell tudatosítanunk, hogy **Jézus érkezése nem egy pillanat műve**, mert Isten szeretete **folyamatosan árad!**

I. Hogyan éljük meg Isten folyamatosan áradó, önmaga ajándékozását?

1. Először **fényként** próbáljuk elgondolni Istennek ezt az állandó belénk áradását, mert a fény szüntelenül árad. A nap fényességére gondoljunk, ami egy kicsit hasonlít ahhoz az állandó fényáradathoz, amely Istenből akkor is felénk sugárzik, ha még nem is láthatjuk. A nap fényét sem látjuk akkor, amikor a föld elfordul a nap felőli oldalról, mégis tudjuk, hogy a nap folyamatosan sugárzik.

Az imádságban *nyissuk ki lelkünk ajtaját*, mert ha az ajtó csukva van, ott a fény nem tud behatolni! Imádságos lélekkel mondjuk ki: **„Jézusom, Örök Fényesség, ragyogtasd be a lelkemet! Világosság a Világosságtól, világosíts meg engem!”** Próbáljuk folyamatosan befogadni a fény áradását, a világosság sugárzását!

2. Istennek ezt a szeretetáradását azonban nemcsak úgy tudjuk elgondolni, mint a fény áradását, hanem **mint sugárzást** is, amely láthatatlanul, de valóságosan, folyamatosan érkezik. A csillagászok mondják, hogy vannak olyan csillagok, amelyeknek már nincsen szemmel látható ragyogása, de mégis sugároznak. Most valahogy így próbáljuk ezt a láthatatlan isteni sugárzást a lelkünk mélyére engedni!

Tudjuk, hogy a mai világban mennyi káros sugárzás van. Éljük át, hogy ez a legeslegegészségesebb, embernek való sugárzás: **Isten sugárzása életet fakaszt bennünk.** Ahogyan folyamatosan érkezik Isten sugárzása, úgy növekszik bennünk az élet! Amennyire beengedjük az életünkbe Istennek ezt a sugárzását, annyival leszünk lelkileg erősebbek!

Sokszor panaszkodunk, hogy nincs elegendő életerő bennünk. Ilyenkor mondjuk neki: **„Uram, Te vagy az én életerőm!** Hiszem, hogy ha Te a lelkem mélyére sugárzod szeretetedet, az növeli bennem az életerőt! Hiszem, hogy isteni szereteted belém sugárzódása nagyobb hatású, mint akár az onkológiai rákkezelés sugárdózisa.”

3. Isten lelkem hajlékába való belépését azonban nemcsak, mint fényt vagy mint sugárzást élhetem meg, hanem leginkább, **mint szeretetáradást.** Tudniillik Isten az a szeretetáradás, amelynek nincs kezdete és nincs vége! Most ez a végtelen szeretet be akarja tölteni a lelkemet! Csak *tárjam ki lelkem ajtaját*, növeljem egyre jobban lelkem befogadóképességét!

Még az sem baj, ha nem hallom isteni Uram szavát, ahogyan mondja: *Szeretlek, gyermekem!* Elég, ha hiszem, hogy szeret. Hitem által egy kicsit megtapasztalhatom azt, amit

János apostol mond: *Megismertük a szeretetet, és hittünk neki* (1 Jn 4, 16). „Uram, most itt valamit én is meg tudok ismerni a Te szeretetedből. Ez a szeretet olyan végtelen, hogy **sohasem fog elapadni!** Szüntelenül befogadhatom! Uram, a Te szereteted az én boldogságom.”

Aki azt mondhatja Istennek: „Uram!”, az nemcsak azt élheti meg, hogy Isten nagyobb nála, hanem azt is, ahogyan az isteni **Vőlegény** szereti az **Ő** választott jegyesét. Megélhetem tehát Szent Bernáttal az isteni **Vőlegény** isteni szerelemmel elkötelezett önjárandékozását. **Olyan szeretettel adja magát nekem, aminek az a mértéke, hogy nincs mértéke!** Ezért is tud ez a szeretet mérhetetlenül, végtelenül, szüntelenül belém is áradni.

II. Ne emeljünk gátat Isten áradása elé!

A szeretetnek ez az áradása Isten tevékenysége. Az Úristen fényességében jobban látom, hogy hol vannak még akadályok a lelkem legmélyén.

– Az a **feladatom**, hogy **az akadályokat lebontsam!**

– Az a feladatom, hogy **még jobban vágyakozzam Utána!**

– Az a feladatom, hogy az Úr érkezésétől, *érintésétől* még jobban **fellobbanjon szívem szeretete!** Engedjem, hogy megérintse lelkemet. Erről az érintésről az Énekek éneke menyasszonya is beszél: *Kedvesem benyújtotta a kezét a nyíláson, erre megremegett a bensőm* (Én 5, 4).

– Az a feladatom, hogy **engedjem: Ő egyre jobban, lángolóbban szeressen engem, és én viszonzszeressem Őt!** „Uram, még jobban akarlak szeretni!”

– Az a feladatom, hogy **engedjem: betöltsön a végtelen szeretetével!** „Uram, ilyen végtelen szeretettel töltsd be az én kicsi szívemet is!”

– Az a feladatom, hogy **belemerüljek szeretete óceánjába, és Vele egy legyek, mint a vízcsepp a tengerrel!** „Uram, ha Te akarod, akkor én, a kicsiny vízcsepp be tudom fogadni a végtelen szeretetőceánt! Milyen nagy a Te jóságod, hogy erre képessé teszel engem!”

Őrizzük és próbáljuk gyakorolni ezt az **egymásba áradást, egymásba merülést!** **Minél többször átéljük, annál csodálatosabb lesz ez az élmény!**

Befejezésül imádkozzuk el a 141. számú éneket:

Velünk lakó tiszta Ostya, isteni nagy Igazság!

Minden csodák legnagyobbja, hallhatatlan orvosság!

Választottak gabonája, lelkünk édes, dús mannája!

Kegyelemnek ajándéka, Istennek szent Báránya!