

58. Jézus-ima, X. „Gyermekem, add át a helyedet nekem!”

Énekeljük néhányszor a Jézus-imát, ahogyan a 31. számú imaórában már tanultuk! Közben tartsunk szüneteket, mélyítsük az elcsendesedésünket:



Az Úr irgalmát boldogan váró lélekkel énekeljük újra:

Uram, Jézus Krisztus, élő Isten Fia, irgalmazz nekem, szegény bűnösnek!

Tárjuk ki lelkünket még jobban az Úr előtt, és így énekeljük még egyszer:

Uram, Jézus Krisztus, élő Isten Fia, irgalmazz nekem, szegény bűnösnek!

Azért, hogy az Úr irgalmát, vagy inkább az irgalmazó Urat még jobban be tudjuk fogadni, elevenítsük fel a már tanult és gyakorolt imát is, amely két imaszókból áll: „Te!”–„én!” Belélegzéskor csak annyit mondunk Istennek: „Te!”, és amikor kifújjuk a levegőt, akkor annyit mondjunk: „én!” Próbáljunk egyre jobban betelni Istennel, és kiüresedni önmagunkkal. „Te!” – „én!”

I. Minden lélegzetvételem ima legyen: „TE” – „én”!

E bevezető gyakorlatok után, amelyek lelkünket az Úrra hangolták, nézzünk egy példát:

1. A villamoson egy tiszteletreméltó öreg kéri az előtte ülő fiatal: „Gyermekem, add át a helyedet nekem!” Nyilván elszégyelli magát ilyenkor az ember: „Ezt még kérni kellett tőlem?”

A mi keresztény magatartásunk az, hogy meg sem várjuk, hogy szóljon ez a tiszteletreméltó Úr, akit Dániel *Ősöregnek* (Dán 7, 9), örökké létezőnek látott. Kérés nélkül átadom helyemet Neki!

Mégis olyan sokszor előfordul, hogy a lelki élet villamosán az *Ősöreg* felszólítására: „Gyermekem, add át a helyedet nekem!” – olyan nehéz megvalósítanom ezt. Az ember restelkedik: miért nem jutott ez magamtól is eszembe? Vagy ha eszembe jutott: miért nem valósítom meg, amikor Ő ezt kéri? Olyan nehéz önmagammat teljesen feladni, hogy Isten tölthessen be egészen!

Mostantól kezdve, ha széket fogok látni valahol – villamoson, autóbuszon, a lakásban az asztal körül stb. –, mindig jusson eszembe Isten kérése: **„Gyermekem, add át a helyedet nekem!”** Vágyódjam arra, hogy ne önmagammal, hanem Istennel betöltődve éljek! Ehhez az Istennel való betöltődöttséghez szükséges a kiüresedés a világtól, az e világtól, amely úgy akar betölteni, hogy ne maradjon hely bennem Istennek. Kell az üresség önmagamtól, *hogy éljek, de már nem én, hanem Krisztus énbennem* (vö. Gal 2, 20). **Ha átadom Istennek azt a helyet**, amelyet én töltök be, akkor **megszületik bennem a belső magány, a lélekben való szegénység**. Jézus mondja: *Boldogok a lélekben szegények, mert övék a mennyek országa* (Mt 5, 3). Vagyis övék Isten országa, Isten uralma. A nyolc boldogságról szóló tanítás végén Jézus megismétli ugyanezt a gondolatot: *Boldogok, akiket az igazságért üldöznek, övék a mennyek országa* (Mt 5, 10). Aki az igazságot akarja diadalra juttatni magában, abban eluralkodik Isten, betöltődik Vele. **De jó lenne minden lélegzetvételre ezt mondani Istennek: „Te!”**, és **betöltődni Ővele!** De jó lenne minden levegő kifújásra ezt mondani: „én!”, és egyre jobban kiüresedni, hogy Isten töltsön be!

2. Szüntelenül vágyódjam erre az Istentől való betöltöttségre! Mondjam állandóan magamban: „Te!”, „én!” Minél jobban lelassítom a lélegzésem ritmusát, ez az elmélyülés annál jobban segít arra, hogy lelkem többet tudjon Istentől befogadni.

A természetfilmekben lehet látni, hogy a madáranyuka hogyan táplálja a kis fiókáit: a csőrében hozza a rovarokat, és miután átadta nekik azokat, a fiókák becsukják a csőrüket. Majd újra kintáztatják, jelezvén, hogy még kérnek. (Érdekes, hogy a mama mindig tudja, hogy kinek jár a következő falat, hiába tátog az is, amelyik éppen most kapott.)

Azonban van olyan madárfaj is, amelynek fiókái telhetetlenül egyfolytában tátva tartják a csőrüket. Én is ilyen *szüntelenül* kintárt lélekkel várom az engem tápláló Atyám érkezését: „**Tölts be önmagaddal!**” Egyfolytában kintárom a lelkemet: „Töltsd be szívemet a Te végtelen szeretetteddel!” Micsoda merész vállalkozás: Én, a véges, kicsiny teremtmény végtelen szeretetet igényelek lelkembe! De hát maga Jézus jogosít fel erre! Mondogassam neki: „Te élj bennem, Te éld bennem a szentháromságos szeretetletedet! Te élj és munkáldokj bennem! Minden emberre áraszd rá szeretettedet általam!”

Azáltal valósul meg bennem az összeszedettség, hogy *átadom a helyemet Istennek*. Mert az **összeszedettség munkája** így is megfogalmazható: „Istenem, nem magamra figyelek, hanem Rád! Azaz átadom a helyet Neked, aki elfoglaltad a Téged megillető helyet lelkem trónusán! Ó, hogy mosolyogsz rám! Mennyire otthon érzed magad nálam! Mennyi szeretet van a szemedben, ahogyan rám tekintesz lelkem trónusáról! Ó, mennyire otthon érzem magam Nálad!”

Ez nagyon jó gyakorlat: „**A Te szemeddel nézni engem! Én meg Téged nézlek!**” Engedjem, hogy felüldítse lelkemet ez az isteni kontaktus: Te engem nézel, én Tégedet! Egybeforr a tekintetünk! Olyan boldogság ez!

A Te szemszögödből szeretném nézni testvéreimet is! Te hogyan nézed és szereted őket? Ha Veled nézem őket, akkor ez a világ, a Te világod nem szétszór, hanem összekapcsol Veled! Uram, hittel hiszem, hogy nézel, és szeretsz engem, aki átadtam a helyemet Neked!

II. „ÉN” – „te” ima

Ezért csodálkozva láthatom, hogy most **megtanítasz** az előbb imádkozott „Te!” – „én!” **ima fordítottjára:**

1. Eddig a belélegzésre ugyanis én mondtam Neked: „Te!”, megszólítottalak, jelezve, hogy Veled szeretnék betöltődni. A kilélegzéskor pedig ezt mondtam Neked magamról: „én!”, jelezve, hogy kiüresedni akarok.

Ettől kezdve megfordul a ritmus: belélegzésre a **Te szavadat hallom**, amellyel belekonszokrálok jelenlétedet az én lelkembe, vagyis **Te kimondod önmagadat nekem: „ÉN!”**, kilélegzéskor pedig **hallom, amint azt mondod nekem: „te!”**

a) **Belélegzésnél** mostantól csupa nagybetűvel **Te mondod ki bennem magadról: „ÉN!”**

Amikor tehát beszívom a levegőt, kérlek, Te tölts be isteni önmagaddal. Ezért most már a belélegzéskor is a Te szavadat hallhatom, amellyel bennem is kimondod isteni mivoltodat: „ÉN!”, én pedig engedem, hogy betölts engem önmagaddal. **Ó, Uram, szüntelenül mondd ki önmagadat bennem!** Minden lélegzetvételnél hadd halljam újra az önmagadat bennem is kimondó szavadat: „ÉN!”

b) **Kilélegzésnél** pedig **hallhatom, amint azt mondod nekem: „te!”**, tudniillik: „te, aki helyet adtál nekem.” Ugyanis – mivel átadtam Neked a helyemet – most már így szólítasz meg engem: „te!” **Ó, Uram**, minden kilélegzéskor **hadd halljam az engem is kimondó szavadat: „te!”** Boldogan hallgatom, hogy milyen kedvesen szólsz hozzám, akit egészen be akarsz tölteni ezzel a személyre szóló kedves szeretetteddel. Nekem már szólnom sem kell, hiszen önmagaddal egy helyen mondasz ki engem is, és így egészen együtt lehetünk!

Kezdem érteni, amit Jézusod mondott: *Én és az Atya egyek vagyunk* (Jn 10, 30). Istenem, ha *meghallom szavadat*, ahogyan mondod nekem magadról: „ÉN!”, *az örömtől felujjong a lelkem!* (vö. Lk 1, 44). Te, a végtelen nagy Isten és én, a Te kicsiny teremtményed: *együtt vagyunk!*

2. Ez a csodálatos egység nemcsak a lét egysége, tudniillik: „Uram, Te énbennem vagy, én

pedig Tebenned létezem”, hanem *a szíveknek* az egysége is: „A Te szereteted az én szívemben lüktet, az én szeretetem meg a Te szívedben.” Már kezdem egy kicsit érteni, hogy rám is érvényes az apostol szava: *A Te szíved énbennem dobog, s az én szívem Tebenned* (vö. Gal 2,20).

De jó is volt, hogy megszólítottál: „Gyermekem, add át a helyedet nekem!” Én meg hallgattam Rád. Újra meg újra átadom a helyemet Neked! Ezt az önátadást soha vissza nem vonom!

Kezdem érteni apostolod szavát: *Fiaim, a szülés fájdalmait szenvedem értetek újra, míg Krisztus ki nem alakul bennetek* (Gal 4, 19). Mennyei Atyám, Te vagy az, aki Szent Fiad életét szüled bennem is öröktől fogva örökké a szent szeretettel, s vele engem is *új életre szültél*. Kezdem érteni, miért akarod: *A Lélek szerint éljétek. Akkor nem fogjátok teljesíteni a test, azaz a régi ember kívánságait* (Gal 5, 16). Vagyis a Szentlelked él bennem! Jó úton járok, amikor a teljes önátadást választottam. Apostolod által biztos eligazítást adtál: *Akik Krisztus Jézushoz tartoznak, azok keresztre feszítették a testüket a szenvedélyeikkel és kívánságaikkal együtt. Ha a lélek szerint éltek, kövessétek is a Szentlelket* (Gal 5, 24-26). Követlek, édes Szentlélek Úristen, az Atyának és a Fiúnak édes szeretete, követlek! Engedem, hogy eluralkodjék lelkemben a Te szereteted! *Isten őrizzen attól, hogy mással dicsekedjem, mint a mi Urunk, Jézus Krisztus keresztyével, aki által a világ meg van feszítve számomra, és én a világ számára* (Gal 6, 14). Ezek a Tőled nekem szóló kinyilatkoztatások biztosságot adnak. **Jó az a módszer**, hogy átadom a helyemet Neked, és hogy meghalok magamnak, hogy Te élj bennem, Uram!

Vágyódom arra, hogy szüntelenül Te mondd ki magadat bennem így: „ÉN!”, és isteni szeretettel szólíts magad mellé: „te!” Boldogan jövök Hozzád, mint ahogy a gyermek is boldog, amikor a villamoson elfészkelődik anyja ölében. Ők egy helyen vannak! Átadtam a helyemet Neked, Te elfoglalod azt, és mégis Veled együtt lehetek! Ó, Uram, Atyám, az öledben dédelgessz engem! Nemcsak a szívedhez szorítasz, cirógatsz, hanem szíved legmélyét közlöd velem. Micsoda isteni élmény, amellyel kimondod: *ÉN tebenned, gyermekem, te pedig énbennem!* (vö. Jn 6, 57).

III. Most már tudom, hogy szeret Isten!

Ott, szent szívedben elrejtve szüntelenül hallom a felém áradó szavaidat:

Gyermekem, szeretlek téged!

Gyermekem, te most már tudod, hogyan szeretlek téged!

Gyermekem, te most már tudod, hogy mennyire szeretlek téged! Ízlelgetem a tanításodat:

Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én! – Uram, hát ilyen nagyon szeretsz?!

1. **A Jézus-ima kivirágzásának**, gyümölcse beérésének foghatom fel ezt a vallomást Isten ajkáról. A *Jézus-imában* én kértem esdekelve: *Uram, Jézus Krisztus, élő Isten Fia, irgalmazz nekem, szegény bűnösnek!* Most pedig Te lehajolsz hozzám, Uram, magadhoz emelsz, és ott kinyilatkoztatod szíved titkát: *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én.*

Mivel Isten a végtelen Harmónia, és Ő a Legszebb Dallam, azért a szférák zenéjénél is szebben érkezik hozzám a mennyből az Ő vallomása (a Jézus-ima dallamára):

Gyer - me - kem, te most már tu - dod, hogy' sze-ret-lek én!

Énekeljük még egyszer:

Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!

Isten megszólít, lehajol hozzám, és ezt mondja: *Gyermekem!* Amikor az én személyemet emlegeti: – *te most már tudod* – akkor megy a dallam a legmélyebbre. Hozzám, a kicsiny teremtményhez Isten lehajol a mélybe, és onnan alulról fölemel. *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!* Ez a kiteljesedés, ez a csúcs.

Most már tudom, hogyan szeret Isten! Már van némi tapasztalásom róla. Ő leereszkedik hozzám, egy szintre velem, hogy együtt lehessünk!

Énekeljük megint:

Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!

Még egyszer: *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!*

2. Ha pedig Isten megszólít, illik válaszolnom:

Is - te - nem, sze - resz még job - ban en - gem szün - te - len!

Ő is újra mondja nekem:

Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!

Boldogan válaszoljak:

Istenem, szeress még jobban engem szüntelen!

Ó, hogy vágyódom arra, hogy *szüntelenül* ugyanazon dallamra hangozzék ez a vallomás Isten részéről is, és az én lelkem részéről is, hogy **létem folytonosan egybehullámozzék Ővele!**

Ő mondja nekem: *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!*

Én pedig így válaszolhatok Neki: *Istenem, szeress még jobban engem szüntelen!*

Az Úr hajlandó engem mindig jobban szeretni, mert lelkem befogadó kapacitását egyre jobban kitágítja, s ezért egyre jobban be tudom fogadni Őt. **Egyre többet tudok megélni Isten irántam, irántunk való szeretetéből!** Mert Ő nemcsak mondja, hogy szeret, hanem ténylegesen nekem is adja az Ő isteni szeretetét!

3. Most csak Isten vallomását énekeljük: *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!*

Hagyjam egyre jobban belém áradni ezt a szeretetet! Figyeljek Istenre, amint örök Szavát, Igéjét, Fiát is kimondja bennem: „TE!”

Ugyanakkor én is mondjam Neki a Fiúval együtt: „TE!” A Fiúval együtt én is gyermeke vagyok az Atyának, és ezért rám is érvényes az Ő ajkáról születő, nekem szóló megszólítás: „te!” Ugyanazt mondja nekem is, amit egyszülött Fiának.

Most már tudhatom, hogy engem is a Szentlélekben szeret, a végtelen szeretetben, irgalomban, jóságban.

Ó, mennyire kívánom sokszor hallani: *Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!*

Az Istenre éhes fióka telhetetlenségével, Isten gyermekének biztonságával merjem nagy bizalommal énekelni:

– *Istenem, szeress még jobban engem szüntelen!*

– *Istenem, szeress még jobban engem szüntelen!*

– *Istenem, szeress még jobban engem szüntelen!*

De Ő is újra meg újra megvallja nekem:

Gyermekem, te most már tudod, hogy' szeretlek én!