

A HATODIK TANULMÁNYI LEVÉL

IMA ÉS MEDITÁCIÓS GYAKORLAT

A. BEVEZETÉS

Ferencet ma vonzóvá békeszeretete és a békéért folytatott tevékenysége, a természet iránti gyengéd szeretete, tisztelete, a birtokkal és karrierrel szembeni nagy szabadsága teszi. Életének igazi titka azonban mélyebben gyökerezik. Ennek az alapja az ő megingathatatlan személyes hitében van. Számára Isten a Legfölségesebb, Jó, Elő és Igaz, Szeretreméltó és Kedves Isten. Tapasztalatainak gazdagságába imáin keresztül pillanthatunk be. Ezek a legszebb ferences szövegek. Ezekből rekonstruálhatunk néhány alapgondolatot. Aki meg akar tanulni imádkozni és meditálni, az Ferencben megtalálhatja mesterét.

B. ÁTTEKINTÉS

Ferenc életének színhelyein található imák Ferenc imádságos lelkületéről tanúskodnak.

Celanói Tamás ezt mondja róla: “az egész ember imává lett”.

Ferenc sokszor visszavonul remeteként egy időre, akkor is, ha emberek között van, szívét templommá tette, amelyben Istent imádkozta. Egész testével és lelkével imádkozott. Írásaiban az imáról körülíró formában szól. A Három-társ elbeszélésben a következő kifejezéseket találjuk: “az értelmet és szívet Istennél tartani”, ez Ferenc szívímája, amely különböző formában nyilvánul meg (hosszú dicsérő énekek, ismételtetések, egyszavas imák).

“A lélek szemével nézni”; ezt az Eucharisziára érti.

“Isten szavaiban örömet és vágyat találni”; az Evangélium és a liturgia mint az ima forrásai.

“A kereszt könyvében olvasni”; a kereszt mint ferences meditációs kép.

“Örömet lelteni a teremtett világban”; a teremtés és a természet megjelenése a világban.

C. INFORMÁCIÓ

Tankönyv 40–43.; 138–139. pontja

1. Helyek és szavak beszélnek Szent Ferenc imájáról

a) A Ferences helyek, mint ez ima helyei

Szent Ferenc életének központja az ima és a meditáció. Ez személyének igazi titka. Ezt mindenki megérzi a régi ferences helyeken járva: San Damianó, Carceri, a Rieti völgyben levő remeteszékhelyek, Poggio Bustone, Greccio, Fonte Casale, Narni, Alverna megrendítően bizonyítják, mennyire kereste a meditáció csendjét.

b) A ferences íráskor imái

Az ima bizonyítékait irataiban találjuk meg, ezek árasztják “az ima és áhítat szellemét”. (2Reg 5,2; LAnt 2.)

Az megerősített Reguláról tudjuk, hogy Ferenc ima és böjt közepette tervezte.

A Leó testvérnek szánt áldás a sebek elfogadása után Alvernában készült, s betegágyán folytatott hosszú imádság gyümölcse a Naphimnus. Ha Ferenc leveleket vagy regulát ír, akaratlanul

imákat sző a diktálásba. *Keresztvetéssel* (Levél a hívekhez, II változat; Az egész renndhez írt levél), vagy *áldáskívánással* (Levél egy miniszterhez; Levél Leó testvérhez) kezdi és legtöbbször áldással fejezi be. Leveleiben nagy részt foglalnak el az imák, dicsőítések vagy elmélkedések. (Pl. Levél a hívekhez II. 54,62; Az egész renndhez írt levél 27, 38-39, 50-52.) A Meg nem erősített Regula hosszú ima tanítást (22. fejezet) tartalmaz, és egy hosszabb prefáció szerű hálaadó himnuszt. (23. fejezet)

Ezenkívül vannak iratok, amelyek tartalomban és formában is *igazi imák*. Ezek a legszebbek a fennmaradt ferences írások között. Nemcsak a világhírű Naphimnusz, hanem a korábbi imák is nagy költői és nyelvi szépségek. (Pl. Az erények üdvözlése; a zsolozsma dicséretei és a dicsérő imák.) Az írásokban található imák áttekintése is sokat elárul, többségük *köszönet, dicséret vagy imádás*.

Tiszta kéréseket a legkorábban keletkezett imáiban (Ima a kereszt előtt) és Az egész renndhez írt levél (50-52.p.) végén levő imában találunk. Ezekben Ferenc kizárólag lelki adományokért imádkozik: hitért, reményért, szeretetért, az Isten akaratának felismeréséért és teljesítéséért és Krisztus lábnyomának követéséért. A legtöbb ima közel áll a liturgiához. A szenvedés zsolozsmája a breviárium kiegészítése. Mária dicsérete az Áve Mária elmélkedő kibővítése. A Meg nem erősített Regula 23. fejezete prefáció szerű nagy ferences magasztalás. Néhány imával kiegészíti az imaórákat (Mária antifónák, a Miatyánk magyarázata, dicsőítések).

2. Ferenc, mint imádkozó

Egy összefoglaló áttekintést találunk *Celanói Tamásnál* (1Cel 71):

Isten embere, Ferenc, kitűnően értett hozzá, hogy ne a magát keresse, hanem elsősorban azt, ami mások üdvösségére tartozik; mindenekelőtt pedig kívánt feloszlani és Krisztussal lenni¹. Ezért legfőbb törekvése az volt, hogy szabad maradjon mindentől, ami a világhoz, és hogy lelkének ragyogó fényét megóvja a földi élet szennyének fertőzésétől. Érzéketlenné tette magát minden külső behatás iránt, s mivel egy pillanatra sem lankadó figyelemmel vigyázott külső érzékeire, és fékezte lelkének indulatait, egészen Istené tudott lenni. Sziklaiüregben fészelt, és a kőszál rejtekében volt az ő lakása².

Valóban különös buzgalommal kereste a magányos helyeket, és teljesen kiüresedve huzamosan elidőzött ott Krisztus seibeiben. Gyakran kereste fel tehát a remetéseket, hogy ott egészen Isten felé tudja irányítani lelkét. Mindazonáltal, ha elérkezettnek látta az időt, nem volt rest belevegyülni a világ dolgaiba, és teljes odaadással munkálkodni felebarátainak üdvösségén.

Legbiztosabb kikötője az imádság volt. Imádsága nem volt rövid lélegzetű, sem üres vagy elbizakodott, hanem ellenkezőleg, hosszú s buzgósággal és szelíd alázattal teljes. Ha későn fogott hozzá, reggel is alig tudta befejezni. Imádkozott, ha járkált, imádkozott, ha ült, imádkozott, ha evett, vagy ivott. Éjszakánként rendszerint magányosan ment elhagyatott és omladozó templomokba imádkozni. Az itt töltött órákban az isteni kegyelem erejével sok félelmet és lelki szorongást sikerült leküzdenie.

a) Ideiglenes retetéség

Feltűnik, hogy Ferenc tudatosan visszahúzódott az imába, mind külsőleg, mind belsőleg.

(1) Külsőleg

Ferenc kedvenc elvonulási helyei erdők, sziklahasadékok, barlangok, magányos kápolnák voltak. "Ha csak tehetné, mindig valami rejtekhelyet keresett magának, hogy ott ne csak lelkével, hanem minden tagjával egyesülhessen Istennel." (2Cel 94).

Abból az időből, amikor Ferenc az apuliai háborúskodásból visszatért Assisibe, A három társ legendája azt beszéli el, hogy "Mindazonáltal már iparkodott magában megőrizni Jézus Krisztust, mégpedig úgy, hogy időről-időre elvonult a világ zajától... A mennyei édesség megízlelése készítette, hogy lehetőleg bújjék a kaján és kíváncsi tekintetek elől, kerülje a tereket és más nyilvános helyeket, s nap nap után az imádságnak szentelje idejét." (A három társ legendája 8.)

Talán ismerte a *szíriai anachorétákat*, akik a Subiacón, a Monte Lucón Spoletonál remeteként éltek. A rend kezdetén a remete élet jelentős és a történelem folyamán mindig megmaradt. **Ferenc reguláját kiegészítette a remetek szabályzatából. Kívánsága, hogy csoportosan, kettesével,**

¹ Fil 1,23

² Én 2,14

hármásával, legfeljebb négyen éljenek. Ne álljanak szolga és úr, mester és tanuló kapcsolatban egymással, hanem mint “anyák és fiak” szolgáljanak egymásnak. Amíg a fiak a szemlélődésnek adják át magukat, addig az anyák gondoskodnak az életszükségletükről. Elkerített területen legyen mindegyiknek cellája, ahol imádkozik és alszik, de az imaórákat közösen végezzék.

A remeteségnek írt regulájában megjelenik Szent Ferenc remetehajlama. Amikor San Damianót tatarozza, a remeték öltözetét viseli. Amikor az egyik misén az Evangéliumban a tanítványok szétküldéséről (Lk 10), vagy az apostolokról (Lk 9) szóló történetet hallja, **leveti a remeték ruháját. Megérti, hogy apostolkodnia kell.** Ekkor Rómába megy, hogy a pápával reguláját jóváhagyassa. János, a római Szent Pál templomnak a bíborosa azt ajánlja, hogy **“vagy a szerzetesi, vagy a remetei életre kötelezze el magát”**. Ezt a javaslatot, – amennyire tudta, – **alázatosan visszautasította**, hanem **“mert a bensejét feszítő vágyak más, magasabb célok felé terelték törekvéseit.”** (vö. 1Cel 33)

Tudatosan az apostolkodásra és a kontemplációra törekedett, valamint a testvéri közösségre, s ezért tervezte meg az ideiglenes **remeteség modelljét, amely csak 3-4 személyre szólt.** Ez a minta manapság ismét vonzó és némi változtatással Franciaországban (La Cassine) Olaszországban és Svájcban az Ast-i közösségben ismét élnek.

(2) Belsőleg: “A szív temploma”

Visszahúzódás, csend, egyszerűség volt Ferenc imájának ismertetőjele. **A külső visszavonulás azért történt, hogy belsőleg Istennel egyedül legyen,** hallgasson, halljon, imádkozzék. **A külső cella belsejének megfelel a szív temploma.**

“Ha váratlanul a közösségben látogatta meg az Úr, hogy ne maradjon cella nélkül, köpenyét hajtogatta össze cellaformára; ha pedig köpenye sem volt, hogy a rejtett manna titka titokban maradjon³, habitusának ujjával takarta el arcát... Ha már semmi mást nem tudott tenni, szívét rendezte be Isten templomának.” (2Cel 94)

“Mindazonáltal már iparkodott magában megőrizni Jézus Krisztust, mégpedig úgy, hogy időről-időre elvonult a világ zajától. Mindenáron meg akarta magának szerezni az (evangéliumi) drágagyöngyöt, és kész volt érte minden mást áruba bocsátani.” (3Társ 8)

A “cella” nem helyhez kötött, hanem egy életnek és annak struktúrájának a lényege. Ez a felfogás Ferencről származik és a Perugiai legendában tükröződik:

“Bár úton vagytok, viselkedésetek legyen mégis annyira szerzeteshez illő, mintha remeteségben vagy cellában tartózkodnátok; mert bárhol vagyunk és akárhol járunk, cellánk velünk van: test testvérünk ugyanis a cella, lelkünk pedig a remete, aki Istent imádván és róla elmélkedve él bent a cellában. Ezért ha a lélek nem él békében és magányosan cellájában, a kézzel épített cella nem sokat használ a szerzetesnek.” (PL 81rész)

b) Testtel és lélekkel imádkozni

A korai életrajzokból kitűnik, hogy Ferenc testével is imádkozott. Imáit *mozdulatokkal* kíséri és *böjtöléssel* támogatja.

(1) Az érzelmek imája

“Képes volt érzékeit fékezni és érzelmein uralkodni” (1Cel 71). Mikor azonban egyedül volt, vágyainak szabad folyást engedett: “Ha ellenben kint az erdőben vagy a pusztában végezte imádságát, az egész erdőt eltöltötte *sóhajtásaival*, a földet *könnyeivel* áztatta, mellét kezével verdeste, és mintha hozzáférhetetlen búvóhelyen lett volna, *hangos szóval beszélni kezdett Urával*. Itt felelt neki, mint bírójának, itt tárta eléje kéréseit, mint atyja elé, itt társalgott vele, mint barátjával, és enyelgett, mint jegyesével. Hogy szívének minden rostját minél változatosabb áldozatként ajánlhassa fel, **szemét állandóan rajta pihentette a sokféle és lényegében mégis egyetlen Fölségen**⁴. Sokszor anélkül, hogy ajkait mozgatta volna, magában imádkozott, és azzal, hogy külső érzékeit befelé összpontosította, lelkét szinte az égig való szárnyalásra képesítette. Így minden tehetségét és érzését arra az egy dologra irányította, amit éppen kért az Úrtól, **és nem is annyira imádkozó (embernek), mint inkább imádságnak látszott**⁵.” (2Cel 95)

³ Jel 2, 17

⁴ vö. Bölcs 7,22

⁵ .” ... totus non tam orans quam oratio factus.”

Ebben az utolsó mondatban Celanói Tamás mély értelmű kijelentést tett. Imája saját magára visszahat, azzá válik, amit tesz. Állandó készsége az imára és imádságos magatartása imává teszi őt magát, amely a Alvernai stigmatizációban testesül meg.

(2) “Olyan valóságosan szemlélek, mint ahogyan testi szemeimmel lehetséges”

Ferenc megtestesült imája összefügg tehetségével, képes az Evangéliumot eljátszani és az életét játékká tenni. Koldusjáték Rómában, levetkőzés a püspök előtt, karácsonyi játék Greccióban. Jámborságának érzéki jellege nyilvánul meg Krisztus születésének Grecciói megjelenítésében (1223).

“Jézus megtestesülésének alázatossága” (1Cel 84) annyira meghatja Ferencet, hogy ő a betlehemi történetet újból akarja látni. Ahogyan az Isten alázata vallásos érzelmünkre hat, úgy jut el a *jászolos játékkal* az emberek szívébe. Sokakban éleszti fel a Jézus iránti szeretetet.” (1Cel 84). Azt a nagy karácsonyi színjátékot így magyarázta Ferenc: “tulajdon testi szemeimmel akarom szemlélni gyermeki korlátoltságának kényelmetlenségeit, látni akarom, hogyan helyzetetett a jászolba és hogyan feküdt az ökor és a szamar előtt a szénán?” (1Cel 84)

Nemcsak a szemével, hanem minden érzékével egyesítette figyelmét a betlehemi történetre: “Utána prédikálni kezdett a körülálló népnek, és mézédés igéket mondott a szegény Király születéséről és Betlehem kicsiny városáról. Mikor Krisztust Jézusnak akarta mondani, a szeretet szertelen lángolásában többször betlehemi kisdéd néven említette, és a Betlehem szót bégető báránka módjára ejtette ki; közben száját egészen betöltötte nem is annyira a szó, mint inkább a túlradó érzelem édessége. A betlehemi kisdéd és Jézus nevének kiejtésekor nyelvével mintegy végignyalta ajkát, és ínyével boldogan élvezte a szó édességét. (1Cel 86). Az *egész embert* Jézus iránti szeretet töltötte be, hatotta át. Hordozta Őt “a szájában, fülében, szemében, kezében és minden tagjában.” (1Cel 115)

(3) Mélyen földre hajlott

Ferenchen minden imádkozik, a szív, a lélek, a test és minden érzéke. Ha templomot, vagy keresztet lát, meghajtja magát és így szól: “Imádunk téged, Krisztus, minden templomodban, mely a földkerekségen van, és áldunk téged, mert szent kereszted által megváltottad a világot?” Tanítványait is megtanította erre. (1Cel 45; 3Társ 37; Végr 5). Levelében felkéri a testvéreket az Isten Fia imáadására, félelemmel, tisztelettel, mélyen földig hajolva. A tiszteletet a *meghajlás* fejezi ki. A “humilitás” a földhöz (humus) hajolást jelenti. A kereszt formában arccal a földre borulásról (s karok széttáráásával) Klára életéből is tudunk “sokszor arca borulva imádkozott s könnyeivel öntözte és csókjaival illette a földet; mintha már állandóan karjában tartotta volna Jézusát: a könnyek és a csókok egyaránt az ő lábainak szóltak.” (Szent Klára élete 19; Szentté avatási per 9)

A földig hajolás ismert mozdulat, a bűnösség és méltatlanság kifejezője, hasonló a mellverés gesztusához.

(4) Böjtölés

Az ima testi kifejezéséhez tartozik a böjt. Ebben Ferenc az Evangéliumot és Jézus példáját követi, aki a pusztában 40 napig böjtölt. Amint a tanítványai tanításából kitűnik, Ferenc úgy gondolta: Jézus mint a magaválasztotta börtönbe, (carcer) úgy vonult a pusztába. Innen magyarázható az Assisi melletti remeteség neve: Carceri. Mindenesetre a böjtben Jézust követi: “A feléje való különleges ájtatosságnak kiváltsága volt, hogy vízkeresztől számítva negyven napon át, amikor ti. Krisztus a pusztába rejtőzött,⁶ a magány helyeit kerülve szobácskájába zárkózott, s amennyire tehetette, az ételben és italban való önmegtagadásnak, böjtnek, imának és Isten dicséretének élt. (Bonaventúra IX.2) A Regulában is összekapcsolja az imát és a böjtöt: “Az istenszolgálatról és a böjtről” (1Reg 3: 2Reg 3)

Ebben Ferencet az Evangélium vezeti: “Ez a fajta ördög semmivel sem üzhető ki, csak *böjttel* és *imádsággal*.” (Mk 9,29) A korábbi rendi regulák és a kortárs mozgalmak összehasonlításánál feltűnik: Ferenc az evangéliumi szabadságot megőrzi: “egyetek amit kaptok” (Lk 10,8). (1Reg 3,13; 14,3)

⁶ Mt 4,1

3. A ferences ima jellemzése

a) Az értelem és szív Istennél legyen

(1) Szent Ferenc imádkozni tanít

Hosszú és szentírási idézetekben gazdag tanításban figyelmezteti Ferenc testvéreit: fordítsák szívüket Istenhez és tegyék azt Isten és igéje lakásává. “Az embernek és döntéseinek a szív a középpontja. A szívben a Sátán vagy Isten szava lakik. Az emberek, amíg élnek, veszélyben vannak: “azonnal eljön az ördög és elragadja, ami szívükbe vettetett és kiveszi az igét a szívükből, nehogy hívén üdvözüljenek.” Ezért így figyelmeztet Ferenc: “És nagyon óvakodjunk a sátán gonoszságától és agyafúrtságától, mivel minden eszközzel meg akarja akadályozni, hogy az ember Isten felé fordítsa elméjét és szívét.” “Tehát szent szeretettel – mely maga az Isten – kérve kérem összes testvéreimet, a minisztereket éppúgy, mint a többieket, hogy elhárítva minden akadályt és félretéve minden gondot és aggodást, amennyire csak tudják, tiszta szívvel és tiszta lélekkel szolgálják, szeressék, imádják és tiszteljék az Úristent, mert ő mindenekfölött ezt kívánja tőlünk.” (1Reg 22,13,19,26)

Így nézve az ima többet jelent, mint az Istenről való gondolkodást és több, mint szavak elsorolása (Mt 6,7). Az ima szeretetteljes jelenlét Isten előtt és állandó kapcsolat vele. “Vigyázni kell azonban, hogy e stúdium során ki ne oltsd a szent áhítat és imádság szellemét, ahogy az regulánkban áll.” Ez az elv a teológusoknak és a prédikátoroknak is szól. **(LAntal)**

(2) Hosszú dicsérő ének

A hosszú szívbeli ima Ferencet himnuszokra, extatikus felkiáltásokra, túlradó ígéretekre ragadta. (DMI 11; DB; 1Reg 17,17-18; LReud 26-29; 1LHív 61-62)

“11Mindnyájan, mindenütt, minden helyen, minden órában és minden időben, mindennap és szüntelenül higgyünk igazán és alázatosan, zárjuk szívünkbe és szeressük, tiszteljük, imádjuk, szolgáljuk, dicsérjük és áldjuk...” (1Reg 23,11)

(3) Ismételgetett rövid imák

A hosszú dicséret helyett, az érzelem és a szív imája rövid, hangos, ismétlődő fohásokban, felkiáltásokban, sóhajokban nyilvánul meg. A Fiorettiben olvasható (54. fejezet), hogy Leó testvér éjszakánként, Alverna erdejében azt ismételte: “Ki vagy Te szeretetre méltó Isten és ki vagyok én férgeske, a Te kis szolgád.” Ugyancsak a Fioretti késői változatából (2.fejezet) ered ez a ferences jelszó: “Deus meus et omnia” (Istenem és mindenem.) 1Cel 26 szerint: Ferenc kéri Isten irgalmát: “Isten irgalmaz nekem bűnösnek.” Ez a fohász mutatja, hogyan használja fel az írás szavait, ismétli, ízlelgeti és magáévá teszi (Lk 18,13). Hasonlóan cselekszik a zsoldárokkal, amelyeket könyv nélkül ismer. Amikor a testvéreket szétküldi a világba bűnbánati prédikációra, ezekkel a szavakkal búcsúztatja őket: “Dobd az Úrra gondjaidat, és ő téged táplálni fog.” (Zsolt 54,23; 1Cel 29) Ez a mondat a ferences élet rövid szabálya. A testvéreket a Gondviselésbe vetett bizalomban erősíti.

(4) Egy szavas imák

A szívbeli ima leegyszerűsödése és tömörítése Jézus nevének elmélkedő ízlelgetése. Jézus nevét állandóan ismételve képes, Jézus életét és szenvedésének történetét átélkedni.

b) “Lelki szemmel látni”

A zsoldárokkal és evangéliumokkal való elmélkedő foglalkozás és a liturgiából kapott Krisztus kép, a kenyér és bor szemlélésében, Jézus testének titkában teljesedik ki.

Szent Ferencet az alázatos isteni jelenlét megragadta. Ezért szüntelenül, mindig és minden formában mindenkit az Eucharisztia tiszteletére int. A kenyér és bor jelentéktelensége, amelyben az átváltozás után Mindennek Ura elrejtőzik egy új belátásra készíti: A testének szeme látja a kenyeret és bort, a léleki szemeivel Krisztus testét és véré.

Az imádkozni tanítás lényege: az értelem és szív Istennél legyen. Az eucharisztikus tanítás lényege: “És mint egykoron valódi testében jelent meg a szent apostoloknak, azonképpen most a szent kenyérben mutatja meg magát nekünk. És miként az apostolok testi szemeikkel csak testét látták, de lelki szemeikkel szemlélve Istennek hitték őt, akként mi is, bár testi szemünkkel csak a kenyeret és a

bort látjuk, fontoljuk meg és higgyük szilárdan, hogy ez az ő élő és valóságos teste és vére.” (Int 1,19-21)

Figyelemre méltó a “nézés” és “látás” közti fokozás. A találkozás a lelki szemekkel való látástól függ: **mi látjuk az Úr lelkét, mert bennünk, híveiben lakik. (Int 1,12).**

Istennek a megtisztított szívben való lakása az embert az Istennel való egyesülésre vezeti. (1Reg 22,26-27; 1LHív 2,48) **“Boldogok a tisztaszívűek, mert ők meglátják az Istent”. Igazán tisztaszívűek azok, akik a földieket megvetik, az égieket keresik és nem szűnnek meg tiszta szívvel és lélekkel imádni és szemlélni az Urat, az élő és igaz Istent.”** (Int 16)

Ilyen látomásokban sokszor volt része Ferencnek az életrajzok szerint. **Az ő imája átmegy a szó nélküli szemlélődésbe.** A tartós imán és szemlélődésen át jutott el az Istennel való bizalmas együttléthez. (1Cel 91)

c) **Az Úr szavaiban kedvet és örömet találni (Int 20)**

Ahogy a bibliai idézetek leveleiben és más írásaiban mutatják, olvasmányjaiból és a liturgiából csodálatosan jól ismerte a Szentírást. A Szentírás az Ő számára kimeríthetetlen imaforrás. **“Néha olvasott is a szent könyvekből, és amit egyszer emlékezetébe véselt, azt kitörölhetetlenül beleírta szívébe. Könyv gyanánt inkább emlékezetét használta⁸, mert amit fülével befogadott, azt azon nyomban buzgó és kitartó elmélkedés tárgyává tette.** Az volt a meggyőződése, hogy ez az olvasás- és tanulásmód sokkal gyümölcsözőbb, mint az értekezések ezreivel való bajlódás.” (2Cel 102)

Mindenekelőtt a zsolttárokra meditál, ezeken tanult meg olvasni az iskolában, legtöbbjét fejből tudta. Ezzel magyarázható, miért tud külön zsolttárt összeállítani. Az ünnepnek megfelelően választja ki e zsolttárok verseit, a Szentírásai idézeteket és kevés egyéni szót fűz hozzá. Ez a “kevert” szöveg, az Úr szenvedéséről nevezett zsolozsma. Ebben átélkedik Jézus útját születésétől (Karácsonyi zsolttár) mennybemenetelig. (Húsvéti zsolttár) Alaposan végigelmélkedik a 7. zsolttárban az Úr szenvedését, különösen az Atya iránti bizalommal teljes, engedelmes oda adását emeli ki, amelyet meg told: “Te az én Szent Atyám vagy, Királyom és Istenem” II. Zsolttár 11; IV. Zsolttár 9; V. Zsolttár 15; VI. Zsolttár 12.)

A zsolttármeditáció beletartozik a követésre való felhívásra: **“Adjátok testeteket áldozatul és hordozzátok az ő keresztjét, * és kövessétek mindvégig szent parancsait.”** (VII. Zsolttár 8; XV. Zsolttár 13) Az ima a tevékenységben fejeződik be.

d) **“Krisztus keresztjének könyvében olvasni”**

Ferenc annyira értékeli Krisztus szavait, mint az Atya szavát, mert ez lélek és élet (2LHív 3), mégis képes a Szentírás olvasása nélkül meglenni. Annyira ismeri a Szentírás egyes részeit, hogy Jézus útjának egy jelenetét elképzelve, el tud merülni a megváltás titkaiba. A fönt nevezett officium azt mutatja, hogy, **különösen is Krisztus szenvedéséről meditál. A San Damianói Kereszt kifejező képe nagyon megragadta lelkét. Ott ismerte fel feladatát. Ettől kezdve ő az isteni szeretettől megjelölt ember, aki Alvernán a keresztrefeszített kép mása lesz. A kereszt mindenhová elkíséri, a Megváltó iránti szeretete imádkoztatja vele: “Imádunk Téged...”** (Végr 5)

Az alap ima jelentőségét felismerve hihető, amit Bonaventúra a rend kezdetén egy képmeditációs formáról ír, amikor a testvérek Rivortortóban tartózkodtak: **“Jobban az elmélkedést, mint a szóbeli imát gyakorolták, mivelhogy az egyházi könyvek híján a hivatalos zsolozsmát nem végezheték. Ezek helyett szüntelenül Krisztus keresztjének könyvét forgatták éjjel-nappal Ferenc példájára és annak a tanult férfiúnak szava szerint, aki mindig Krisztus keresztjéről beszélt nekik.”** (Bonaventúra IV. 3)

Klárában még erősebb volt a Kereszt iránti vonzalom: “pedig vedd fontolóra azt a kimondhatatlan szeretetet, mellyel a keresztfán szenvedni és rajta minden másnál szégyenletesebb halállal meghalni kívánt.” (4LevÁgn 23).

Szent Ferenc szenvedési officiumán kívül, Klára gyakran imádkozik az Úr öt szent sebéért. (Celanói: Szent Klára élete 30.) Ferenc és Klára Krisztus szenvedése iránti szeretete a rend későbbi útját is meghatározta.

Parzami Szent Konrád (+1894) ezt az elmélkedési módot így ábrázolta: **a Kereszt ez én könyvem.**

e) **Ferenc örömét leli a teremtett világban**

Ferenc nem vetette meg a világot. Imája kezdettől a természethez kapcsolódott, a Teremtőt dicsérte, ha barlangban meditált vagy a tarka mező láttán. (1Cel 81)

⁷ Mt 5,8

⁸ Szent Athanáznak Szent Antal apát életéről írt könyvében hasonlót olvashatunk. (PL 73,128)

A világtól való elfordulásáról, majd hozzáfordulásáról ezt írja Celanói Tamás: “Ez a boldog zarándok, bár sietett minél előbb elhagyni a világot mint számkivetésének földjét, nem kis hasznát vette a földi dolgoknak is. Mert a sötétség fejedelme ellen harctérnek használta a világot, Istennel való kapcsolatában pedig úgy tekintett beléje, mint jóságának fényes tükörébe. Minden műben az alkotó művészt dicsérte, és ami jót csak talált a teremtett lényekben, azt mind Teremtőjükre vezette vissza. Ujjongott az Úr keze minden tettének⁹, és a szép látnivalókban az elevenítő okot és alapot szemlélte. Minden szép dologban a Legszebbre ismert, és minden jó ezt kiáltotta feléje: “Aki minket teremtett, maga a megtestesült jóság”. A teremtett dolgokban felismerhető nyomaiban mindenütt a Szeretetreméltót követte, és mindenből lajtorját csinált magának a Magasságbeli trónjának megközelítésére. (2Cel 165)

Amit Celanói elmond, az közvetlenül megtalálható a Szent írásaiban. A Cesi di Terni nevű remeteségben egy fatáblára különböző teremtményeket festett és ezekhez zsoltárszerű verseket írt. Ebben az “Isten dicséretére való felhívás”-ban felszólít minden olvasót, minden teremtményt az Istent dicsérni. Élete vége felé a *kozmosz meghívása* teljes költői kifejezést nyer a Naphimnuszban. Erre majd a 17-ik levélben térünk ki. Most csak megállapítjuk, hogy a természet Ferenc számára a meditáció tárgya. A teremtésben olvassa Isten szépírását. Ezért hívja meg az egész világot, hogy énekelje vele az Isten dicséretét. (BD; DMI; 1Reg 26)

A kozmoszsal való kapcsolata nemcsak Istennek szóló kapcsolat, hanem Krisztusnak is. Szent Pállal együtt (Kol 1,13-20) elismeri Krisztus megváltói győzelmének *kozmoszra kiterjedő* jelentőségét. Ezért a nagy ünnepeken a zsolozsmához fűzi ezt a verset:

“Örvendjen az ég és ujjongjon a föld,

zúgjon a tenger egész teljessége, *

örvendjen a mező és minden, ami rajta van. ((95. Zsoltár 11-12; VII. Zsoltár 4; IX. Zsoltár 7)

Ferenc felfedezi az univerzum egységét, mert számára minden Isten és Krisztus nyomát hordja. Az ő misztikája kontempláció és univerzalitás bélyegét hordja. Mélység és tágasság, összeszedettség és küldetés jellemzik imáját és munkáját.

D. GYAKORLATOK A FONTOS SZÖVEGEKKEL

1. Gyakorlat:

1. Az Isten dicséretére való felhívás

A Szentírásból származó idézetek, amelyeket Szent Ferenc megváltoztatott, így szólnak:

Jelenések könyve 4,11

“Méltó vagy Urunk Istenünk, hogy tied legyen a dicsőség, a tisztelet és a hatalom”

21.Zsoltár 24: “Ti akik az Urat féltitek, dicsérjétek Őt”

Lk 1,28: “Üdvözlégy kegyelemmel teljes, az Úr van teveled”

68. Zsoltár 35: “Dicsérjétek Őt egek és földek”

Dán 3,78: “Ti folyók, dicsérjétek az Urat”

102. Zsoltár 22: “Az Úrnak minden műve, dicsérjétek Őt”

148. Zsoltár 7-10: “Dicsérjétek az Urat... ti földi állatok, tengeri szörnyek és az egész tenger”

Dán 3,80: “Az ég minden madarai dicsérjétek az Urat”

148. Zsoltár 12: “Az ifjak és lányok dicsérjék az Urat”

Jel.5,12: “Méltó a Bárány akit megölték, hogy átvegye a hatalmat, gazdagságot, bölcsességet, erőt, dicsőséget, dicséretet”

2. Hogyan használja Szent Ferenc a Szentírás szövegét?

Mit hagy el, mit told hozzá?

3. Milyen énekeket részesít előnyben?

Felismerhető-e logikai lánc a dicséreteken?

Vannak-e teológiai szempontból hangsúlyos helyek?

Ferenc életének történeteire, vagy irataira emlékeztetnek-e az énekek?

⁹ Zsolt 91,5

2. Gyakorlat:

Dicséretetek minden imaórára (DMI)

Próbáld meg az imát részekre bontani, s írd címet az egyes részekhez. Indokold meg tagolását!
Ferenc szerint milyen legyen az imádkozó magatartása?

3. Gyakorlat:

A karácsonyi zsoltár szerepe a szenvedések officiumában. (XV. Zsoltár)

Melyik a leggyakrabban idézett zsoltár?

Ez határozza meg az egészet, vagy másik szentírási hely határozza meg a tónust?

Milyen szentírási szövegeket kapcsol össze?

Van-e olyan betoldás, amely nem vezethető vissza bibliai szövegre?

Hogyan lehet a karácsonyi ének logikai vázát összeállítani?

Melyek Szent Ferenc karácsonyi jámborságának fő jellemzői, a Grecciói ünnep bevonásával?

E. KONKRETIZÁLÁS

1. Közösségben gyakorold az imaórákhoz kapcsolódó dallamokat!

2. Mi az ima szerepe?

3. Vedd szemügyre a San Damianói Keresztet (Lásd 11. ábrát). Fessd ki! Szánj rá időt! A kifestett kép előtt imádkozd el a megtérés imáját, úgy ahogy Ferenc imádkozhatta.

*“Fölséges és dicsőséges Isten,
ragyogd be szívem sötétségét,
és adj nekem
igaz hitet, biztos reményt és tökéletes szeretetet,
érzéket és értelmet, Uram,
hogyan megtegyem a te szent és igaz parancsodat.”*

4. Imádkozd a lélegzet ritmusában Szent Ferencnek ezt az imáját:

Belélegzésre: Istenem!

Kilélegzésre: Mindenem!

F. ÉRTELMEZŐ KÉRDÉSEK

Nevezd meg Ferencnek néhány imáját!

Milyen témájú imák vannak többségben?

Sorold föl azokat a helyeket, ahol Ferenc imádkozott!

Miért keresi Ferenc ima idején a magányt?

Hogyan képzeled el Ferenc a remeteéletet?

Milyen az imádkozó Ferenc testtartása, mozgása?

Hogyan magyarázza a böjtöt testvéreinek?

Keress ki néhány kulcsszót Ferenc tanításából ami az imára vonatkozik. (1Reg 22)

Milyen hatással van a Biblia és a liturgia Ferenc imájára, imaformáira?

A képmeditáció milyen formáját gyakorolja Ferenc és Klára?

Milyen kapcsolat van az ima és a teremtés közt Ferenc szemében