

Tánccal imádkozni?

Részelt a karácsonyi prédikációból:

Volt még egy nagyon szép élményem november elején. Magyarországon voltam, és részt vettem egy szűk körű szentségimádáson, félhomályban csendet tartottunk a templomban, és szép énekeket énekeltünk. És egyszer csak azt látom, hogy **egy kisgyermek elkezd táncolni** az oltárra kitett Oltáriszentség előtt. Megrendültem. Eszembe jutott, hogy olvastam már a Bibliában, hogy Dávid király táncolt az Úr előtt. És én is részt vettem már (először csak félénk lépésekkel) nem egy liturgikus táncban. De ez a gyermek megvalósította azt, ami ennek a lényege, és amit oly kevesen tudnak megtenni: szívünk teljes felszabadulásával jókedvűen Istennek adni valamit, Istennek adni táncunkkal szívünk érzelmeit, és ebben elmerülni.

És hosszú percekig táncolt, és a többiek már láttak ilyen, én voltam legjobban megilletődve. Majd utána ez a kis gyermek egyszerűen csak leült az Úr előtt csendben. – utólag kértem a szüleit, hogy vegyék egyszer videóra még ezt, hadd legyen számomra egy felejthetetlen élmény, és hadd osszam meg másokkal is ([Id. honlapunkat/látnivalók](#))

A feltöltött videóban a **Boanergész együttes dalát** hallhatjuk: *Táncolj az Úrnak, dicsérjed nevét, újjongj, hisz Ő a te Megváltód.*

És a videó elejére a következő **feliratot írtam**:

Táncolj az Úrnak mint Dávid király, örülj az Úrban mint Mária, hódoljunk színe előtt!

Örülj az Úrban mint Mária – ez nem kell sokat magyaráznom, elég csak az ő Magnificat (magasztalja Lelkem az Urat) énekét elolvasnunk

Táncolj az Úrnak, mint Dávid király. Táncolni Istennek? Nem túlzás ez? Nos, a Biblia azt tanítja, hogy nem. Nekünk furcsa dolog ez. Ezért jobban utána néztem és olvastam.

Először a **bibliai példák**:

- a zsidók legfontosabb történeténél, az ő húsvéti történetüknél, mikor kiszabadultak Egyiptomból, akkor Mózes dicsérő énekebe kezdett, a testvére **Mirjám vezetésével** az izraeli nők pedig együtt táncoltak Istennek örömükben és Mózes énekét is énekelték.
- a következő történet, amikor **Dávid király** Jeruzsálembé viszi a frigyládát, örömeiben hét énekkar kíséretében, papi ruhát felvéve, teljes erővel táncol az Úrnak. Mikor **Mikol**, Saul lánya meglátja az ugráncoló és táncoló Dávidot, utána oda megy hozzá és azt mondja neki, hogy olyan mint egy bohóc. De Dávid megfelel neki, mondván, hogy igenis szívesen teszi ezt az Úrnak. Majd a Szentírás megjegyzi, hogy emiatt a megjegyzése miatt Isten nem adott gyermeket Saul lányának.
- aztán ott van a Biblia imakönyve, a Zsoltárok könyve:
 - a **149. zsoltárban** Isten dicséretére 5-ször szólít fel (beleértve az alleluja szót), majd öröme és újjongásra 4-szer, majd végül Istennek való táncra buzdít: ³Dicsőítsétek nevét körtánccal,
 - a **150. zsoltárban** Isten dicséretére 13-szor szólít fel, 8-szor azt mondja: ezt tegyük különféle hangszerekkel, majd végül ismét Istennek való táncra buzdít.

De a **szenteknél is** találunk érdekes példákat:

- Szent Ambrusnak, Milánó egykori püspökének szokás tulajdonítani azt a mondást, miszerint „aki énekel, kétszeresen, aki táncol, háromszorosan imádkozik”/.../.
- Néri Szent Fülöpőről, (Assisi) Szent Ferencről feljegyezték, hogy Isten iránti szeretetét táncban fejezte ki.
- Avilai Teréz, az egyik legnagyobb hatású katolikus szent szívesen táncolt az Oltáriszentség előtt.

A legtöbb ember számára mégis furcsa ez. Egyre többen vannak **Európában is**, akik már szívesen megteszik, és már így is imádkoznak, itt két példát mondok:

- a **Nyolc Boldogság Katolikus Közösség** rendszeresen táncol az imádságaiban, és ilyen lelkigyakorlatokat is tart
- a jezsuita lelkületű **Hétköznapi Lelkigyakorlatában is** visszatérő elem, és mi is megtettük ezt néhány hete itt a missziókban.

De a legtöbb ember mégsem tud ezzel mit kezdeni. Ezért, amikor azt írtam ki a videó elejére, hogy „Táncolja az Úrnak, mint Dávid király”, **akkor ezt átvitt értelemben is lehet érteni**, mert mi is a lényege?

Legyen istenkapcsolatod olyan gazdag, mint egy földi szeretet-kapcsolat. Ne csak a fejeddel, hanem egész emberségeddel és szíveddel és testeddel is szeresd az Istent. Legyen istenkapcsolatod egy hálás, érzelmekkel is teli szeretetkapcsolat!

Így hódoljunk a pásztorokhoz és királyokhoz hasonlóan mi is az Úr előtt!

További elgondolkoztató helyek:

"Dicsérem a táncot, mert szabaddá tesz a nehéz dolgoktól, és mert azt, aki egyedül van, bevonja a közösségbe. Dicsérem a táncot, mert az egészséget és a szellem tisztaságát szolgálja, mert könnyeddé teszi a lelket. A tánc átváltoztatja a teret, az időt és az embert. Ezeket mind az agy, az akarat és az érzések által a szétesés fenyegeti. A tánc az egész embert követeli... Ó, ember, tanulj meg táncolni! Különbözik nem fogják tudni az angyalok, hogy mit kezdjenek veled a mennyben." (Szent Ágoston) forrás:

<https://www.keresztenyszozszo.katolikos.ro/archivum/2014/augusztus/10.html>

<https://talita.hu/magazin/aki-tancol-haromszorosan-imadkozik/>

<https://www.boldogasszony.hu/kortanc/>

<http://lusciniola.blogspot.com/2011/09/liturgikus-tanc.html> Liturgikus tánc a Nyolc Boldogság Közösségben

<https://www.parbeszedhaza.hu/reflection/a-tanc-is-lehet-ima-tancolo-indiai-jezsuita-a-parbeszed-hazaban> Táncoló jezsuita a Párbeszéd Házában

videók

nővérek: <https://www.facebook.com/watch/?v=335586929882218>

[Liturgikus tánc 1. rész - YouTube](#)

[Liturgikus tánc 2. rész – YouTube](#)

[Liturgikus tánc - 2022.11.06. – YouTube](#)

[Liturgikus tánc - 2022.06.26. - YouTube](#)

Jerusalema – táncról bővebben:

- <https://megallo.nyolcboldogsag.hu/video/jerusalema/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=C3M7NSKHL2I&t=79s>