

Matta el Meszkin

Isten megtapasztalása az imában

mű a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár (PPEK)
– a magyarnyelvű keresztény irodalom tárháza – állományában.

Bővebb felvilágosításért és a könyvtárral kapcsolatos legfrissebb hírekért
látogassa meg a <http://www.ppek.hu> internetes címet.

Matta el Meszkin

ISTEN MEGTAPASZTALÁSA AZ IMÁBAN



Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat

Impresszum

Matta el Meszkin **Isten megtapasztalása az imában**

A mű eredeti címe:
al-Áb Mattá al-Miszkin, Haját al-szalat al-ortodoksziya.
Egyiptom, Dajr al-kiddisz Anbá Makár, 1952.

Arab nyelvről fordította:
Fodor Györgyné Sárközi Júlia

Lektorálta: Vágvölgyi Éva

Címlap fotó: Szent Makariosz Kolostor, Vértanúk temploma
Egyiptom, Wadi El Natrun

A könyv elektronikus változata

Ez a publikáció az azonos című könyv elektronikus változata. A könyv 2017-ben jelent meg a Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat kiadásában, az ISBN 978-963-9921-12-2 azonosítóval. Az elektronikus változat Tarjányi Béla professzor, a Társulat igazgatója engedélyével készült. A könyvet lekipásztori célokra a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár szabályai szerint lehet használni. Minden más szerzői jog a Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat tulajdona.



Tartalomjegyzék

Impresszum	2
Tartalomjegyzék	3
Bemutató	6
Előszó	8
Előszó a második kiadáshoz	10
Első rész. Az ima természete	14
Mi az imádság és milyen a hatékony ima	14
1. Mi az imádság?	14
Az atyák mondásai (1–6)	16
2. Az ima nagysága	17
Az atyák mondásai (7–10)	18
3. Miért van szükségünk imára?	19
Az atyák mondásai (11–19)	20
4. Az ima hatékonysága	22
Az atyák mondásai (20–21)	24
Az imádság fokai	26
1. Az ima	26
A szóbeli ima	26
Az elmélkedő ima	27
Első állomás: az akaratlagos szemlélődés	27
A második állomás: a lelki szemlélődés	27
2. Az elmélkedés	28
A nyugodt olvasás	29
Az Ige néma ismétlése	30
A szemlélődés felé	31
A szent misztériumokon való elmélkedés	32
A szenvedély hevétől vezetve vagy harcban a lanyhasággal	32
A Szentírás az elmélkedés iskolája	33
Az atyák mondásai (22–41)	35
3. A szemlélődés	37
Az akaratlagos szemlélődés	39
A szemlélődés megkezdése	40
A szemlélődés, avagy a tiszta ima adománya	42
A spontán szemlélődés	43
A szemlélődés befejezése	44
Az atyák mondásai (43–53)	45
Túl az imán	48
1. Az ekstázis	48
Az atyák mondásai (54–64)	51
2. Istent látni	54
Antióchiai Theophilosz (65–67)	58
Lyoni Szent Iréneosz (68–81)	60
Alexandriai Szent Kürillosz (82–83)	63
Az atyák mondásai	66
Mit jelent Istent látni (84)	66
Az Abszolút keresése (85–92)	68

3. Istennel egyesülni (93–105).....	69
Az atyák mondásai (106–118).....	74
Második rész. Szempontok az imaélettel kapcsolatos belső tennivalókhöz.....	79
Bevezetés.....	79
A lélek megszabadítása.....	81
Az atyák mondásai (119–137).....	85
A szív megtisztítása (138–143).....	89
Az atyák mondásai (144–167).....	92
A bűnbánó lélek.....	96
Az atyák mondásai (168–206).....	99
Hit és állhatatosság (207–208).....	105
Az atyák mondásai (209–242).....	111
Erőfeszítés és önmagam önként vállalt kényszerítése.....	116
Az atyák mondásai (243–266).....	119
A gondolatok átvizsgálása.....	124
Az atyák mondásai (267–288).....	125
A belső csend.....	129
Az atyák mondásai (289–311).....	131
A szüntelen ima.....	134
A szüntelen ima rövid története.....	135
Az atyák mondásai (312–319).....	136
A könnyek.....	140
1. A könnyek az ima édesanyja.....	140
2. A könnyek az ima édes leánya.....	141
3. A könnyek valódi helye az első Atyák aszketikus tanításában.....	142
4. Szír Szent Izsák tanítása a könnyekről.....	144
A könnyek helye általában az aszketikus életben.....	144
A könnyek alkalmazása az aszketikus élet állomásai során.....	144
A könnyek oka és következménye az aszketikus életben.....	145
A könny önmagában nem szükségszerű feltétele az aszketikus életnek.....	147
Mit jelentenek a könnyek?.....	147
Az atyák mondásai (321–336).....	148
A böjt.....	150
1. A böjt lelki irányulása.....	150
2. A böjt és az ima.....	150
Az atyák mondásai (337–348).....	150
Harmadik rész. Az ima akadályai.....	153
Bevezetés.....	153
A lelki szárazság.....	154
1. Az akarat és a lelki szárazság kapcsolata.....	155
2. A lelki szárazság, mint a gondolatok veszélyes csapongásának okozója.....	156
A lelki lanyhaság.....	157
A lelki lanyhaság okai.....	158
A lelki lanyhaság a nagyravágyó lélek nevelője.....	158
A lelki lanyhaság helyreigazítja az Istennel való kapcsolatunkról alkotott elképzelésünket.....	159
A lelki lanyhaság megerősíti az Istenbe vetett hitünket, túl az érzékelhető világon.....	160
Az atyák mondásai (349–357).....	163
A cél elvesztése.....	168

1. Az imádkozás abbahagyása egy erőteljes indíték hiánya vagy a valódi cél elvesztése miatt	168
2. A helyes imaszándékok.....	169
3. A helyes cél.....	171
4. A cél fontossága.....	173
Az atyák mondásai (358–369)	175
Befejezés	180
Az imaélet gyümölcsei.....	180
1. Az érzékek megújulása (370–371).....	180
2. A Szentlélek ajándékai (372–378).....	182
Az atyák mondásai.....	185
Az imaélet gyümölcsei.....	185
A misztériumok megismerése és megkülönböztetése (379–381).....	185
Isten ügyének lelkes hirdetése (382).....	186
A szív naggyá válása (383–385).....	186
Nyugalom és boldogság (386–388)	186
Isten szeretete (389–390)	187
Szelídség és alázat (391–393).....	187
Tisztaság (394).....	187
A Szentlélek tüze (395).....	188
Vigasztaló befejezés (396).....	188
Epilógus. Az ima bejárat az Atyához.....	189
Az Atyák mondásai.....	190

Bemutató

Ez a könyv öt év elmélkedésének, de mindenképp fölött a minden keresztény szerzetesi élet szívének, az *imádságos élet* konkrét tapasztalatának gyümölcse. Jussef Iskandar kopt egyetemista volt. 1948-ban feladta gyógyszerészi hivatását, eladta gyógyszerét, árát szétosztotta a szegények között és elhatározta, hogy életét egészen az Úrnak szenteli. Egyiptom lesgzegényebb és legkevésbé ismert Deir Amba Samule nevű kolostorába ment, ahol a Matta¹ nevet kapta.

Szerzetesi életének első három éve alapján véve bensőségességben és elmélyülésben telt. Külső vigaszok és olyan személy hiányában, akire rábízhatta volna magát, csak az Úr életéből nyert tájékozódást. Ebben az időszakban minden éjjel szakadatlanul virrasztott egészen reggelig, a forró imának, a Szentírásról és az Atyák imádságáról írt műveiről való elmélkedésnek szentelve magát.

Egy angol szerzetes, Laazar Moor révén gondviselészerűen jutott hozzá egy az imáról szóló, géppel írt patrisztikus gyűjteményhez: *Some Aspects about Orthodox Prayer*. Ezeknek az oldalaknak az volt a haszna, hogy az első Atyák gondolatain kívül (Nagy Szent Antal, Nagy Szent Makariosz, Lépcsős Szent János, Szír Szent Izsák és mások) bemutatják azokat a szenteket is, akik a legismertebbek voltak a bizánci és az orosz hagyományban (Simon, az Új Teológus, Szarovi Szent Szerafim, Ignatij Brjančaninov, Kronstadt Szent János stb.), és akiket kevésbé ismertek ebben az időben. Matta atyának birtokában volt egy kézirat Szír Szent Izsáktól. Minden éjszaka lefordított és lemásolt egyet ezekből a mondásokból, és ez volt elmélkedésének a tárgya. Gyakran érezte annak a szentnek a misztikus jelenlétét, akinek a mondásáról elmélkedett és segítséget és vigasztalást kapott tőle. Ezekben a magányos éjszakákon állította össze ennek a műnek a lényegi részét.

1951-ben egészségi okokból átkerült a Szírekről elnevezett (Deir el Sourian) kolostorba és ott lelkipolitikus lett. Különböző szerzetesek olvasták feljegyzéseit az imáról, és kérték, hogy jelentesse meg könyv formájában. A püspök, a kolostor vezetője áldását adta rá, és a Deir el Sourian kolostor nagyon kezdetleges nyomdatechnikával kinyomtatta. Ez volt az első kiadás 1952-ben. Az előszót Nazir Gayed írta hozzá, a későbbi III. Shenuda nevet viselő alexandriai pátriárka, aki nem rejtette véka alá a szerző iránti csodálatát, és kinevezte a saját „lelkivezetőjének”.

Később, miközben remeteként élt a Wadi el Rayyan sivatagjának egyik barlangjában, az azt megelőző lelki vezetés hosszú időszakát felhasználva, a szerző kibővítette a fejezeteket, amelyek előzőleg *Az Atyák mondásai* címet viselték. A második kiadás 1968-ban látott napvilágot *Az ortodox imaélet* címmel.

Ez a mostani első magyar nyelvű kiadás Matta el Meszkin műveiből *Isten megtapasztalása az imában* címmel jelenik meg, mint valami „nyílt levél” annak számára, aki közelebb szeretne kerülni az Istennel való párbeszéd művészetéhez. Matta el Meszkin műve ráirányítja a figyelmünket arra, hogy milyen szorosán összefonódik az imádságos élet a Szentírással. Írása egészen át van itatva a Szentírással, és ami külön ajándék benne, hogy nem pusztán teológiai fejtegetések, hanem a megélt, megvalósított szentírási szavak szólnak hozzánk.

¹ Matta: Máté; Matta el Meszkin: Szegény Máté

Nagy öröm számunkra, hogy átadhatjuk ennek az Úrral való bensőséges életnek és az emberi szív ismeretének az érett gyümölcsét a magyar olvasók számára. Köszönetet mondunk a Szent Makariosz Kolostornak, hogy hozzájárult a könyv magyar nyelvű kiadásához

Vágvölgyi Éva
a Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat főtítkára

Budapest, 2016. szeptember 14.

Előszó

A könyvet nem olyan szellemi foglalkozású ember alkotta, aki célirányosan nekiült, hogy az imádságról összegyűjtött gondolatait leírja. Ehelyett a személyesen megélt tapasztalataim tárháza következik. Elsőként, Isten Lelke által buzdítva, jegyzeteket és emlékeztetőket készítettem magam számára, hogy lelki épülesemre szolgáljanak. Időről időre vissza-visszatértem ezekhez az írásokhoz, de nem állt szándékomban, hogy egy nap könyv legyen belőlük, amit mások elolvashatnak.

A történet 1948 augusztusában kezdődött. Épp csak belekezdtem magányos életmódomba. Az effajta életmód iránti vágyakozás sohasem valósulhatott volna meg, ha Isten közvetlenül nem segít hozzá. Ő volt az, aki a világi kötelezettségeim alól mentesített.

Azt mondják: „Nem kaphatunk meg mindent, amire vágyunk”. Azzal, hogy Istennel ilyen mindenre kiterjedő magányt nyerhettem el, amiért négy éven át imádkoztam, én mégis elértem mindazt, amire a lelkem vágyott. Ami a magányos élet felé vonzott, és ami teljesen átjárta elmémet, az a gondolat volt, hogy ha sikerül, akkor mindent az imádságnak fogok szentelni – és csakis kizárólagosan az imádságnak.

Elsőként azzal a csodálatos úttal szeretném megismertetni az olvasót, amely során a reményeim és vágyaimat Isten megvalósította.

Néhány nappal azelőtt, hogy elutaztam volna abba a kolostorba, amit az Úr számomra kijelölt, egy fiatal mérnök látogatott meg, aki ajándékot hozott. Egy angol jeruzsálemi zarándok adta neki, aki előzőleg Oroszországban élt és tökéletesen megtanult oroszul. Régi kéziratokban az ősi és újabb orosz atyák olyan mondásait találta, amelyek az imádságra vonatkoztak. Lefordította angolra és hozzávetve néhány keleti szent mondásait is. Ez a gépelt kézirat csupán 122 oldal volt. Ezt a fiatal mérnök az új életemre vonatkozó jókívánságainak kíséretében nekem adta.

A kéziratot nem nyitottam fel, hiszen nagyon lefoglaltak a hosszú út előkészületei, csupán beraktam azok közé a dolgok közé, amiket magammal akartam vinni.

Amint megtelepedtem új lakhelyemen azonnal rádöbentem arra a csodálatos áldásra, ami körülvett. Könnyek között hálálkodtam az Úrnak, amiért hatalmas kezét felém nyújtotta, hogy kiemeljen ebből a világból. Álmélkodtam azon, hogy Isten hatalmával és könyörületével miként ragadott ki a világ napi gondjaiból. Ez volt az első szikra, ami lelkemet imádságra gyújtotta.

Figyelmem középpontjában a világtól és annak minden velejárójától való megszabadulás állt. Ennek értelmében úgy hagytam el a világot, hogy a legkisebb kötődésem se maradjon. Semmi mást nem hoztam magammal, mint a Szentírást, Szír Szent Izsák műveinek egy példányát és néhány üres füzetet. A kolostor is hasonló szegénységben volt. Egyáltalán nem voltak könyvek, csak *Az Atyák Paradicsoma* című mű egy példánya, amelyből az étkezések idején hangosan felolvastak a refektóriumban.

Azonnal rádöbentem tehát, hogy amire vágytam, íme, valóra vált. Életem egyetlen dolga most már az imádság – nem egyéni kedvtelésből, hanem kötelességből. Valóban az imádság lett az egyetlen kapaszkodóm.

Most nem akarom az olvasót a saját dolgaimmal terhelni. Elég legyen annyi, hogy az Úr az imádság által ostromolt. Akárhányszor testi éhezés vett rajtam erőt, az imádságban leltem enyhülést. Akárhányszor a tél hidege kegyetlenkedett velem, az imádságban találtam meg a melegséget. Akárhányszor az emberek durván bántak velem (és igen súlyosan értek ilyenek), az imádság adta meg a vigasztalást. Egyszóval, az imádság lett az étel, italom, a ruházatom és pajzsom, legyen az nappal, vagy éjszaka. Ez az én esetemben még inkább érvényes volt, hiszen nem volt sem lelki atyám, sem barátom. Utamon nem kísért el sem kolléga, sem társ. Minden szükségletemre csupán az Úr szava volt a válasz. Atya, barát, társ és a tanácsadó volt számomra. Abban a pillanatban, hogy szükségét éreztem szavának, máris megszólalt bennem, ezerszer

hangosabban, mint amit a fül meghallhatna. Hiszen, amit a fül meghall, az ész elfelejti. De amit a szív hall meg, azt az idő soha nem törölheti el.

Amikor aztán végre kinyitottam az angol zárándok kéziratát és rájöttem, hogy imádságra vonatkozó idézeteket tartalmaz, szívem nagyot dobbant örömben. A boldogság és az izgatottság hulláma söpört végig rajtam. Hogy juttathatta az Úr ezt a kincset a kezeim közé? Ez volt az egyetlen örökségem a világból. Nem tudtam hinni a szememnek, amikor olyan megtapasztalásokról olvashattam, amelyeket én magam is sajátomnak vallhattam. Életem reményeit és örömeit fogalmazták meg. Ezért elhatároztam, hogy a mondások szavaival fogok imádkozni. Leültem, és olyan sokszor olvastam el, hogy teljesen belevésődjenek az eszembe. Aztán felálltam és imádsággá alakítottam őket, majd újra leültem, aztán ismét felálltam imádkozni a szavakat, amiket épp elolvastam, és így tovább. A lelkem annyira lángra gyúlt, mintha égő tűz volna. Szüntelenül hálálkodtam az Úrnak, míg a lelkem az örvendezés legmagasabb fokát érte el.

Így az éjszakáimat imádsággal töltöttem, számtalan leborulással kísérve elmondtam egy vagy két idézetet más zsoltárokkal és dicsőítésekkel együtt. Amikor az egyes Atyáknak a szavait mondtam, magam elé képzeltem alakjukat. Kértem őket, hogy még jobban világítsák meg szavaik értelmét, és az Úr válaszolt kérésemre. Ily módon minden éjszaka a szentek lelkének barátságával gazdagodtam ismeretekben és megvilágosodásban, ami napról napra növekedett. Ez a tudás az ember lelki fokozatainak tudatosulásává alakult, amit az imádságos élet során él át. Azonban igen ritkán jegyeztem le papírra az elnyert tudást. Halvány fogalmam sem volt arról, hogy majd ez egy nap könyv formájában kiadásra kerül. Csupán a magam életére vonatkoztattam, az Isten felé vezető utam igazolására.

Azonban tudatosult bennem, hogy az Úr az imádság által azt üzeni, hogy amit nekem adott, azt nem nekem, hanem másoknak szánja. Ha ezt a lelki tudást csak magamnak tartom meg, akkor visszatartom másoktól. Ennek nyomán saját tapasztalataimmal és magyarázataimmal ellátva elkezdtem arabra fordítani és szerkesztgetni a szent atyák mondásait. Aztán fejezetekre bontottam és minden egyes fejezethez előszót írtam. Ha az olvasó alaposan megvizsgálja szerkesztésemet és magyarázataimat, majd az adott témában az Atyák szavaival összekapcsolja, akkor látni fogja, hogy lelkiségük milyen erőteljesen formálták lelkemet. Lehet, hogy nehézségbe ütközik majd különbséget tenni az ő nyelvezetük és az enyém között. Meg fogja látni, hogy az Atyák lelkülete és gondolkodása milyen mélységben hatott az én saját lelkületemre és gondolkodásomra. Ezek iránt a szentek iránt érzett végtelen hódolatom miatt van ez. Mély odaadással vagyok életük, szentségük és hatásuk iránt, ami teljességgel rabul ejtette lelkemet, szívemet és elmémet. Így elvesztettem azt, ami az enyém azért, hogy elnyerhessem azt, ami az övéké. Olyan mintha tolvaj lennék – ellopom a Szentlelket és a Szentlélek általi életet: „A mennyek országa Keresztelő János napjaitól mostanáig erőszakot szenved, és az erőszakosak ragadják el azt” (Mt 11,12).

Azonban hamarosan rájöttem, hogy ami le van írva az angol zárándok jegyzeteiben nem elegendő ahhoz, hogy az imádság széles témakörét jellemezze. Elkezdtem az Atyák egyéb mondásait is gyűjtögetni, mind keletről és nyugatról, minden forrásból, ami a kezem ügyébe került. Az volt a vágyam, hogy az olvasó számára bemutathassam az imádságos élet egész útját. De soha nem hagytam az intellektuális írásmódra. Soha semmi olyasmiről nem merészeltem írni, amit saját magam nem tapasztaltam meg. Csakis az imádságról szándékoztam írni. Ez az, amit megtanultam, és amit az Úr megtanított nekem.

Most talán már megérti az olvasó a szándékot, amiért ezt az előszót megírtam. Az összes idézet és mindaz, ami ezeken a lapokon szerepel nem az olvasás célját szolgálja, hanem az imádságét. A könyvnek az a titka, hogy az imádságról szóló mondásokat saját tapasztalataimmal és magyarázataimmal ellátva imává alakítja.

Előszó a második kiadáshoz

A mai világ szomjazza a Jézus Krisztusban való élő hit tanúságtételét: nem annyira hallani szeretne róla, mint inkább megélni. Könyvek és mesterek léteznek, amelyek Krisztusról beszélnek, persze, és milyen sok! De hányan vannak, akik az imádság emberei, akik Krisztussal élnek, Krisztussal beszélgetnek?

Az Egyház nem szentelheti magát kizárólag a hittani tanítások tanulmányozásának. A Jézus Krisztusban való hit nem elmélet, hanem erő, ami képes megváltoztatni az életet. Minden embernek, aki Jézus Krisztusban él, hordoznia kell egy olyan erőt, ami képes arra, hogy megváltoztassa az életét, és Krisztus erejéből megújítsa.

De Krisztusba vetett hitünk erőtlen marad mindaddig, amíg nem találkoztunk vele személyesen, szemtől szembe, saját magunk legmélyén a türelemben, az állhatatosságban és a bátorságban, amik lehetővé teszik, hogy elviseljük a végtelen megalázást, ahogy lemeztelenített lelkünk ott áll az ő ragyogó szemei előtt, és aztán látjuk, amint a találkozás végén Krisztus szentsége és szeretete valódi ismeretének tapasztalatával meggazdagodva, megújult lélekkel távozik.

Minden Krisztussal való találkozás a megújulás imája. Minden ima a hit megtapasztalása. A hit minden megtapasztalása az örökéletet jelenti.

Ez nem azt jelenti, hogy a hit és a teológia igazságai egy pillanat alatt meg tudják változtatni, és át tudják formálni az ember belső tapasztalatait. A hitigazságok szilárdak magának Istennek a szilárdsága miatt. A tapasztalat növeli bennünk a hit tényeinek világosabb felfogását.

Isten kinyilatkoztatja magát szentjei által. A szentek és az igazak tapasztalatának köszönhetően a századok folyamán megismertük és megismerjük Istent.

De van egy igazság, amit nem lehet nem megismerni: bár a szentek tapasztalatai megvilágítják számunkra a megismerés útját, nem tudják átadni az élő hitet, ha életünk és tapasztalataink alapján nem tör fel a lélekben a személyes tanúságtétel. Krisztusnak azzá kell válnia számodra, mint minden szentnek: személyesen érted halt meg.

Nem csak azért adták nekünk, hogy megismerjük vagy higgyünk benne, hanem hogy érte éljünk. Nekünk ajándékozta a Szentlelket, hogy tanítson, és bennünk lakjon, változtassa meg és újítsa meg a lelkünket, hogy az minden nap fogadja be Krisztustól, amit ajándékoz nekünk.

A Krisztusban való élet állandó mozgás, tapasztalat, megújulás, szakadatlan növekedés a Szentlélekben. De a növekedés egyéni tapasztalatának harmóniában kell lennie az Egyház hite által meghatározott közösségi tapasztalattal.

Krisztus hív bennünket, hogy imádkozzunk Istenhez. Sürgeti és akarja, hogy fáradhatatlanul és nagy kitartással imádkozzunk. Ez a felhívás valójában rámutat az átváltozás, megújulás és növekedés kegyelme ajándékának forrására. Krisztus megmutatja az ima szükségességét, hogy azon keresztül elnyerjük, amit másképp nem tudnánk elnyerni. Mert az, amit csak az ima által tudunk elérni, az csak Isten sajátja (*Proprium Dei*): „Mennyivel inkább adja a Szentlelket, mennyei Atyátok azoknak, akik kérik tőle” (Lk 11,13).²

Az ima lelki kapcsolat Istennel.

² Nagy Szent Antal, az első egyiptomi aszkéta azt mondja, hogy az Istent szerető ember célja, hogy szíve „elnyerje Istent”: „Mert bennetek van az isteni, szeretlek benneteket teljes szívemből és lelkemből, mert elnyertétek Istent magatokban... folytonosan kérem Istent értetek, hogy növekedjen a szívetekben szeretetével és isteni valóságával (Levél 13,1) Ugyanígy, Szarovi Szent Szerafim, ez a VIII. századi orosz szent is azt tanítja, hogy „a keresztény élet célja, a Szentlélek elnyerése”.

Isten tervében az állandó ima célja, hogy nap, mint nap, félbeszakítás nélkül lényegi változást hozzon létre bennünk. Azért szeretné, hogy az ima nagyon buzgó legyen, mert át akar formálni bennünket, többé, mint a mi saját természetünk. Ez történik, amikor azt érezzük, hogy többek lettünk. Így állhatatosan kell könyörögnünk, hogy az imánk meghallgatást nyerjen, mert általa elérjük, hogy megkapjuk, amit más módon nem tudunk kiérdemelni.

Az ima lényeges cselekedet, amelyben maga Isten, anélkül, hogy mi számítanánk rá, változást hoz létre bennünk, megújulást és a lélek növekedését.

Se a boldogság, se a belső béke, se annak érzése, hogy meghallgatást nyertünk, se semmilyen más jó érzés nem mérhető a Szentlélek titkos cselekedetéhez, ami a lelket méltóvá teszi az örökéletre. Az ima a leghatékonyabb lelki tevékenység, aminek azonnali jutalma van anélkül, hogy felfognánk. Az imának nem lehet fontosabb tárgya önmagánál: az ima a legfontosabb cselekedet legfontosabb célja.

Az ima megnyílás az Isten cselekedetei, energiája, és láthatatlan ereje felé. Krisztus ígérete szerint (Jn 6,37), az ember nem hagyhatja el Isten jelenlétét lényegi átalakulás nélkül. Ezek nem váratlan és nagyszabású változások, hanem inkább aprólékos és lassú építkezés, amely szinte észrevehetetlen.

Aki állhatatos Isten előtt, és az ima által kitart a benne való bizalomban, többet kap annál, amit remélt és sokkal többet, mint amit érdemelne. Aki az imában él, fölhalmozza az Istenbe vetett bizalom belső kincsét.

Ennek az erőnek és bizonyosságnak az érzése felülmúlja a dolgok látható és kézzel fogható rendjét, miután a lélek egész létével mélyen át van hatva Istentől, és az ember nagy bizonyossággal felfogja Isten jelenlétét, annyira, hogy annál jobban és erősebben már nem is lehet érezni. Akkor bár elismeri a saját gyengeségét, és nem felejtí a saját határait, elnyeri egy másik jelenlét meggyőződését, magasabb rendűt az ő jelenlegi életénél.

Teljes bizonyossággal érzi Isten jelenlétét és erejét, és ez létrehozza a lélekben az isteni igazságok felfogásának, a megkülönböztető képességnek és látásnak a növekedését. Ily módon, a lélek egy új születés, egy új horizont, egy új látás tanúja lesz önmagán belül. Kiemelkedik önmaga mélységeiből egy új világba, az ő új kedves világába, ami Istentől van, ami Jézusé és nem az én világa. Ez a világ, amit az ember megismert, a Szentlélek akarata szerint való és nem a saját akaratából, nem játszott benne szerepet az emberi bölcsesség és erőfeszítés.

Attól a perctől, amikor a lélek kezd felemelkedni a világból az „igaz világosság” felé, ami benne van, az ima által kezd kialakulni benne a harmónia Istennel, és folytatja az imát, míg megszűnik minden elválasztás, minden kétség, minden aggodalom. Akkor az Igazság irányítja mozgását és érzéseit és az isteni szeretet tüze elolvasztja a múlt és a jelen tapasztalatait, megszüntetve a részlegességet, az én féltését, az egoizmus hibáit és kételkedéseit, úgyhogy a lélek mélyén nem marad más, mint a Szentlélek legfőbb hatalmának teljessége és a rendkívüli boldogság, hogy aláveti magát az ő akaratának.

*

Amikor Krisztus arra buzdít bennünket, hogy állhatatosan imádkozzunk nevében az Atyához, kinyilvánítja különleges közvetítői szerepét. Amikor egyesülünk vele az imában, azáltal erőt ajándékoz nekünk, és lehetővé teszi, hogy fellépjünk arra a szellemi szintre, ami meghaladja a lehetőségeinket, érzékelésünket, érzékeinket és minden emberi képességünket.

Minden ima, amit Jézus Krisztus nevében felajánlunk az Atyának, egyfajta lelki áradat, ami feltör Krisztus szívéből a mi szívünk felé. Lelki energiájával, láthatatlan, tapinthatatlan erejével áthatol és elfoglalja a lélek mélységeit, hogy azt önmaga fölé emelje, és az Atyához vigye.

A Krisztusról való elmélkedés misztériuma mindegyik imánkban, amit felajánlunk az Atyának az ő nevében, az ő közben járását jelenti, annak értelmében, hogy Ő a főpap és Ő

hullatta vérét engesztelő áldozatként, „örökre üdvözítheti is azokat, akik általa Istenhez közelednek, hiszen mindenkor él, hogy értük közbenjárjon” (Zsid 7,25).

Amikor Krisztus imára buzdít bennünket és arra, hogy tegyük meg az akaratát, biztosít arról, hogy imánk meghallgatásra talál, de egyben felelőssé és vétkessé is tesz, ha nem imádkozunk, és nem vagyunk állhatatosak, amíg választ nem kapunk. Így az ima a legjelentősebb cselekedetek között azzá válik, ami azonnali közösségre vezet Krisztussal, ahol a kéréseink egyenesen az Atyánál találhatnak meghallgatásra.

Ne feledkezzünk azonban meg arról, hogy az ima legfőbb célja Isten dicsőítése, hogy megízleljük irgalmát, igazságát, és ígéretei csodálatos hűségét. Miközben imádkozunk, el kell tehát jutnunk arra, hogy érezzük, hogy az imánk legfőbb célja Isten dicsőségének hirdetése.

Ebben az áldott célkitűzésben van összefoglalva az Egyház minden közbenjáró imája a megfáradt, elcsüggedt, beteg lelkekért. És ezeken az imákon, amelyekre az Egyház szakadatlanul hívja tagjait, minden közbenjárás kezdetén az egész Egyházat felszólítják, hogy ajánlja fel imáját és könyörgését mindenki megmentésére. Mivel az Egyház (amelynek mi is tagjai vagyunk) Krisztus jelenléte miatt „Istennek és Atyjának királyságává és papjaivá tett minket” (Jel 1,6), mindenkit megillet, hogy közben járjon és imádkozzon a közeliakért és távoliakért. Ez kötelesség és nem választás kérdése.

De az ima tapasztalata nem csak örömet, erőt és kézzelfogható előnyöket jelent. Ahhoz, hogy az ember Isten keze között haljon meg, szükség van arra, hogy átmenjen a nevelés és fenyítés számos szakaszán. Isten holtá tesz, hogy újra életre kelthessen, összetör, hogy éppé tegyen, megsebez, hogy gyógyítson, odasújt, hogy átölelhessen, és elűz, hogy keblére vonhasson. Szükséges, hogy választottai szenvedjenek igája alatt, hogy legkedvesebb gyermekei megízleljék a gyámoltalanság és elhagyottság keserűségét, hogy fiai megtapasztalják az Atya haragját és szemrehányásait.

Annak, aki a Krisztus nevében mondott ima által szövetségre lépett az Atyával, mindenekelőtt rá kell bíznia a lelkét a dorgálás óvodai nevelésére, aztán az alapfokú szenvedés iskolájára, végül a szenvedés főiskolai képzésére. Mert szükséges, hogy „üdvösségünk szerzőjét szenvedés által vezesse el a teljességre” (Zsid 2,10), és lehetetlen részt vennünk dicsőségében, ha nem veszünk részt szenvedésében is.

Mindazok, akik Isten szenvedésének iskolájában tökéletesedtek, megerősödtek a hitben:

„Akik, mivel hittek, legyőztek országokat, igazságosságot cselekedtek, ígéreteket nyertek el, oroszlánok száját tömték be, elfojtották a tűz erejét, megmenekültek a kard élettől, felgyógyultak betegségeikből, diadalmaskodtak a harcban, megfutamították az idegenek táborát... Másokat viszont kínpadra vontak, akik nem fogadták el a szabadulást, hogy jobb feltámadást nyerjenek, mások meg gúnyt és megvesszőzést szenvedtek, ezenfelül még bilincseket és börtönt is; megkövezték, szétfűrészelték, kardéltre hányva megölték őket, szerte bujdosnak juhok és kecskék bőrében, szűkölködve, szorongatást szenvedve, nyomorogva, akikre nem volt méltó a világ, sivatagokban bolyongtak, hegyek közt, barlangokban és a föld üregeiben...”

És mindezekben, akiket hitük tanúságtétele igazolt, nem teljesült be az ígéret, mert számunkra Isten valami jobbat rendelt” (Zsid 11,33-39).

Ugyanígy, aki tökéletes akar lenni a hitben, mindenekelőtt hagynia kell, hogy a Szentlélek pedagógiája vezesse a tökéletességre a helyreigazítás és javítás számos módszerén keresztül, fájdalomokon, próbákon és a legszörnyűbb fenyegetések között, egészen a halálig, hogy méltóvá váljon arra, hogy tanúságot tegyen az Istenbe vetett hitéről. A szenvedései méltóvá teszik az isteni tanúságtételre, ami meghívja, hogy osztozzon dicsőségében: „Jöjjetek, Atyám áldottai, vegyétek birtokba az országot, amely nektek készült a világ teremtése óta” (Mt 25,34).

Az ima tapasztalatából nem csak annak származik előnye, aki megújul és növekszik általa. Másoknak is világosságot ad: „Úgy világítson a ti világosságotok az emberek előtt, hogy lássák jótetteiteket és dicsőítsék Atyátokat (Mt 5,16).

Az ima haszna végtelen. Azon kívül, aki gyakorolja, az egész emberiség számára befektetést jelent. A tapasztalat mélysége szerint fénye világítani tud nemzedékek számára, és tanúságot tesz Istenről a világ négy égtája előtt.

Hiányoznak a tanúk, és a felszentelt hirdetői a hitnek, és mindnyájan szenvedünk attól, hogy nem tudunk feltöltődni az imádság embereitől, az életük tanúságtételétől, a hitük erejétől és reményük bizonyosságától. A gonosz hatásának van alávetve a világ, az erőszaknak, az igazságtalanság, a pénz imádatának, amit csak azok a nők, férfiak és fiatalok képesek csillapítani, és dőféseit hatástalanítani, akik az életükkel és imáikkal új értelmet adnak a világnak, új reményt adnak az életnek. Az élet megújul tanúságtételük, a mindenről való lemondásuk és az Istennek és az Igazságnak szentelt életük fényétől, ami szétterjed a világban.

Ma, a világ várakozása a hit élő tanúságtételére – ami az igazságban Istennel egyesült lélekből származik – végtelen, mert az ilyen tanúságtétel felülmúlja az emberi teljesítményt és hatékonyságot, ezer és egy könyv tanítását a hitről és az imáról!

A terror és a rá következő zavar, a világ lerombolásának fenyegetése elől nincs más menekülési lehetőségünk, mint a béke, a remény és a bizonyosság, hogy az imádság emberei, akik az isteni erővel, ami bennük van, létre tudják hozni bennünk egy felfoghatatlan új világ látomását, amit nem tud a gonoszság megsemmisíteni.

Az imádkozás elkezdése egyre sürgetőbb, nem azért, hogy mentjük az életünket és elkülönüljünk a világtól, ami pusztulásba rohan, hanem azért, hogy vállaljuk a világot fenyegető veszélyt és megszabadítsuk tőle. Amikor meghalunk a világ és önmagunk számára, a világ életre kel és megújul! A behajlított térdek nem csak a lelket tudják megváltoztatni, hanem a világ jövőjét is.

A lélek, ami keresztjét hordozza, Krisztushoz vonzódik, de nem csak ő vonzódik, hanem anélkül, hogy törekedne rá, ő maga is sokakat magával vonz: „Vonj engem magad után, siessünk keneteid illata után!” (Én 1,4). Az emberi lélek sose elszigetelt. A lélek Isten országába való belépése titokzatos módon nyereséget jelent az egész világ számára. Könnyebb követni a megtervezett utat! Az imádság emberei a bizakodás továbbadói, akik mindenki számára megvilágítják ezt az utat.

Első rész. Az ima természete

Mi az imádság és milyen a hatékony ima

1. Mi az imádság?

„Uram, taníts meg minket imádkozni..” (Lk 11,1)

*„Amikor azt mondtad: 'Keressétek arcomat',
a szívem azt mondta neked:
'A te arcodat keresem, Uram!'" (vö. Zsolt 27,8)*

Az ima, ha őszinte és lélekből fakad, egyszerre szólítás és válasz: Isten megszólít, és az ember válaszol.

Az imádság fenti meghatározása egy igen fontos igazságon alapul: az imában nem a személyes erőfeszítésünkből jutunk el az Istennel való kapcsolatra, hanem ha elérkezünk egy magasabb rendű tudatra, amikor az emberben maradéktalanul tudatosul, hogy lelke Isten képmására lett teremtve, és így az övével azonos létminőséget kapott. Amikor számot vet azzal, hogy léte az isteni valóság része, akkor érkezik el annak felfogására, megértésére és megérezésére, hogy része Istennek.³

Isten létének tudatosítása nélkül nem lehetséges, hogy az ember valóban hitelesen és reálisan megismerje önmagát; mert Isten a lélek teremtője, és a lelket saját képmására teremtette. Amikor az ember önmaga létére tekint, Isten képmásával néz szembe. Még ennél is több, maga az öntudat, amely olyan képesség, amit Isten ajándékozott az emberi léleknek, nem más, mint az isteni tudat képmása bennünk. Tehát az út a valódi öntudat eléréséhez erőfeszítés nélkül elvezet Isten létének felfogására. Ennek a valódi öntudatnak a visszanyerése a Szentlélek műveként a keresztségben való újjászületés, amely visszaadja a lélek büntől megtisztított saját eredeti Isten-képmasságát.

Az imának köszönhetően, a lélek, Teremtője előtt állva, a Szentlélek általi megújulásának tudatában, a fogadott fiúság tudatát kapja Krisztustól, amelyet elvesztett a bűn miatt. Ahogyan mindig is meg volt hívva, bizalommal, fogadott fiúként jelenik meg az Atyaisten előtt, hasonlóan a fiúra, aki az Atya kebelén talál békét, akit megszólíthat, és aki válaszol neki.

Az ima tehát a lelki tudatunk mélyében gyökerező titok. Természete mélyén Isten folyamatosan megszólítja az embert, hogy az isteni terv végső céljaként elérkezzék a vele való egyesülésre. Ebben a viszonyban, amelyben az ember néha-néha felébred és válaszol erre a megszólításra, amely arra hívja, hogy Isten jelenlétében legyen, hogy vele legyen, kifejezésre jut az ember szabad akarata.

Az imádságban két dolog valósul meg: az egyik a titokzatos és folyamatos megszólítás Isten részéről, a másik a szakaszos válasz az ember részéről, tehát az imádság közös isteni és emberi tevékenység, megszólítás és válasz váltakozása, a szeretet párbeszéde, ahogy Nüsszai

³ Nagy Szent Antal azt mondta: „Aki ismeri önmagát, ismeri Istent... Most ez az ember, Areiosz, elindult a gög útján és gyógyíthatatlan betegség sújtja: ha ő valóban ismerné önmagát, szája nem beszélne arról, amit nem tud. Világos, hogy nem ismeri önmagát, és emiatt beszél az Egyszülött Fiú misztériuma tiszteletének súlytalanságáról (subordinacionizmus)”. Nagy Szent Antal, Levelek 4.

Szent Gergely meghatározza, folyamatos párbeszéd Isten részéről, döcögő és szakaszos válasz az ember részéről. Valójában szólítják egymást és válaszolnak egymásnak, de mindig Isten a kezdeményező, ő szólít először: „Egész nap kitártam kezemet” (Iz 65,2).

Ennek a dialógusnak az a pillanatnyi célja, hogy az ember az isteni gondoskodás védelme alatt álljon, amely földi életét és fejlődését biztosítja. A végső célja pedig az, hogy az ember végleg visszataláljon az Istennel való szeretetközösségbe.

Ő, a Teremtő és Atya szólít meg, tehát minden imát az ő isteni beavatkozásának köszönhetünk. Ezért az imát mindig szívből jövő hálaadással kell kezdeni. Milyen alázatos Isten, hogy bűnösségünk ellenére kérlel bennünket, hogy szánjunk rá időt!

Hogy az őt megillető módon, méltón magasztaljuk, meg kell adnunk neki a teljes dicsőséget, vissza kell térnünk hozzá, és be kell ismernünk bűneinket, mert Isten szívünk tisztaságának mértéke szerint talál bennünk nyugalmat.

Isten kész arra, hogy osztozzon az ember evilági életében, minden gyengeségében és kiszolgáltatottságában, magára vállalva a teremtett világ – amely „hiábavalóságnak van alávetve” (Róm 8,20) – természetéből fakadó hiányosságot és szolgálai állapotot.

Hallatlan az Isten készsége: hív bennünket, hogy elé járuljunk, elfogadja a velünk való párbeszédet és megosztja velünk minden nehézségünket: „Minden nyomorúságukban... osztozott velük” (Iz 63,9).⁴ Amikor az imában és a mindennapokban találkozunk vele, kinyilvánul előttünk az ő nagyságának és alázatának titka. Isten nagyságának érzékelése felnyitja szemünket lelkünk bűnösségének valóságára, és elvezet bennünket a megbánáshoz, alázatának felfogása pedig felemészti minden gögös gondolatunkat. Ekkor eleven és heves szükségét érezzük annak, hogy próbáljunk alázatosak lenni az ő jelenlétében, és alázattal felajánljuk neki szeretetünket. Így válik nyilvánvalóvá az ima természete, mint maradandó eredményekkel járó hatékony érintkezés Istennel.

Az ima úgy kezdődik, mint titokzatos megszólítás Isten részéről, hogy jelen legyünk számára, amely megszólításra mi szabadon válaszolunk, és amely megszólítás heves vágyat ébreszt bennünk a vele való párbeszédre. Ez aztán, Isten tervei szerint folytatódik a megtérés és a megtisztulás művében, míg végül elérkezik végső céljához: felajánlani önmagunkat a szeretet alázatos áldozatában, hogy utat nyissunk az Istennel való közösségre.

Jóllehet az ima olyan szellemi képesség, amely a tudat mélyében gyökerezik, és a lélek önmagában hordozza, sokan vannak, akik nem gyakorolják, és egész életük folyamán lappangó állapotban hagyják: meghalnak anélkül, hogy tudatában lennének lelkük valódi természetének és Istenhez fűződő viszonyának. Júdás apostol ezeket azokhoz a lelkekhez hasonlítja, akik olyanok, mint „bolygó csillagok, akikre a sötét alvilág vár mindörökre” (Júd 13).

Ez azért súlyos dolog, mert az ima nem olyan képesség, ami pusztán az evilági életre irányul. Az ima természetünkben gyökerezik azért, hogy általa Istenhez emelkedjünk, hogy vele egyesüljünk és a tünékeny evilági lét elmúltával eljussunk az örökéletre.

Mondhatni, az imára vagyunk teremtve...

Az ima az egyedüli kötelék, amely Istennel egyesít. Szívünkben jelképezi számunkra az örökéletet, amely felé haladunk.

Az ima olyan állapotot teremt bennünk, hogy általa felfedezzük a saját szentháromságos istenképességünket.

Minél kevesebb az ima, annál kevésbé vagyunk Istenhez hasonló képmások.

Az ima az az út, amelyen keresztül Isten magához vonz bennünket és az ima az az út, amelyen felé haladunk, egy mély és szavakba nem foglalható misztériumba.

⁴ Ez az Izajás idézet így nem található a magyar bibliafordításban.

Jobban mondva valójában mi vagyunk, akik az ima eszközével hozzuk közel magunkhoz Istent: ő hozzánk jön, és lakóhelyet vesz nálunk (vö. Jn 14,23).

Isten számára a szeretet nem érzélem, hanem önmaga odaajándékozása; az imában Isten önmagát ajándékozza nekünk.

Isten akkor is felajánlotta önmagát nekünk, amikor saját képmására teremtett bennünket. Az imában megadta nekünk, hogy vele egyesüljünk, egészen közel legyen hozzánk és mi egészen közel legyünk hozzá (vö. Én 6,3).

Az imában életünk kinyílik Isten felé: „Minden nyomorúságukban osztozott velük, nem követ vagy angyal, hanem az ő arca szabadította meg őket”(Iz 63,9).

Az imában Isten élete kinyílik számunkra: az imában „maga a Lélek jár közben értünk szavakba nem foglalható sóhajtásokkal” (Róm 8,26).

*

Ebben a fejezetben bemutatjuk, mit mondtak az imádságról a szentek. Mindegyikük a saját szavaival fogalmazza meg, nem fejtenek ki az imáról valamiféle elméletet vagy intellektuális ismereteket, hanem ahogy a személyes életük tapasztalataként látták és megízlelték.

Egyikük úgy tartja, hogy az magasba, Istenhez emeli a szellemet, a másikuk, hogy összebékít Istennel, a harmadikuk könnyeként és a bűnbánatként élte meg, mások az ellenfél elleni fegyvernek vagy a kegyelem és áldás forrásának tekintik, a szívek megtérésének vagy Istennel való bensőséges kapcsolatnak, vagy olyan fennkölt valóságnak, amelyet nem lehet szavakba és meghatározásokba foglalni ... Ezek mindegyike az adott szent élete egy adott pillanatának személyes tapasztalatát fogalmazza meg.

Állj meg tehát mindegyiknél, hogy elmélkedj azon, ahogy az ima betöltötte ezeknek a bajnokoknak az életét, hogy életük imája, és imájuk élete milyen sokat formálódott. Vesd össze életüket a tiédde, az imatapasztalatukat a tiédde, és amikor egy bizonyos ponton a szíved lánggra lobban, tedd félre a könyvet, borulj le és imádkozz. Az olvasást imával kösd össze.

Az atyák mondásai (1–6)

1. Az imához nem szükséges valamiféle testi magatartás: kiáltani, csendben maradni vagy éppen térdet hajtani. Inkább józan és figyelő szívvel kell várnunk, hogy Isten meglátogassa lelkünket... Az egész léleknek át kell adnia magát az imának és az Úr szeretetének, anélkül, hogy hagyná, hogy a gondolatok eltérítsék, elvonják ettől. Minden erejét összeszedve figyelmét Krisztus várására kell összpontosítani. Ő majd megvilágosítja, megtanítja a valódi imára és megadja a tiszta szellemi ima ajándékát, amikor az ember dicsőíti és „lélekben és igazságban” (Jn 4,24) imádja Istent.
Isten igazságban tanít bennünket imádkozni. Így az Úr az emberi lélek jóakarátában talál pihenésre, felállítja benne dicsőségének trónját, és helyet foglalva megpihen rajta. (*Nagy Szent Makariosz, (Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 33,1-2)*)
2. Az ima a szellem Istenhez való felemelkedése. (*Damaszkuszi Szent János, Expositio fidei 3,24*)
3. Az ima valódi természete szerint ember és Isten párbeszéde, egy misztikus egyesülés. Hatásai szerint pedig a világ támasza és összebékítője Istennel. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,1*)

4. Nem fáradok bele, hogy imádkozzam értetek az Úrhoz, mindaddig, amíg fel nem ismeritek a kegyelmet, amelyet számotokra tartogat. Isten ugyanis irgalmasságában kegyelmének eszközeivel mindenkit éberré tesz. Ezért fiaim ne fáradjatok bele, és ne hanyagoljátok el, hogy éjjel-nappal az Úrhoz fohászkodjatok. Az Atyaisten jósága a végén rávezet, segítséget ad nektek a magasságból és megtanítja nektek mit kell tennetek... Aki annak figyelembevételével cselekszik, amit mondtam, nos ahhoz a mi Urunk fáradozásának mértéke szerint könyörületes lesz és addig engedélyezi a láthatatlan és anyagtalan tüzet, amíg az minden benne lévő rosszat el nem éget, és meg nem tisztítja értelmét. Attól kezdve a mi Urunk Jézus Krisztus Lelke benne fog lakni és nála marad azért, hogy méltó módon tudja imádni az Atyát. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 5,1-3)*
5. Tudnunk kell, nagyon szeretett testvéreim, hogy imának nevezzük szívünk minden titkos beszélgetését, minden a Lélek dolgaira fordított figyelmet, minden arra való törekvést, hogy kellőképpen ápoljuk magunkban Isten gondolatait. Bármilyen dolgot teszel, ha az olvasásnak szenteled magad, ha az ének szavával dicsőíted Istent, ha fájdalmasan vágyakozol Isten után, ha egész testeddel a földre borulsz, ha a dicsőítő zsoltárverseket énekelsz, mindennek a tiszta imához kell vezetnie, amelyből megszületik benned az Isten iránti szeretet. Mert a szeretet az imából származik. *(Szív vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 63.)*
6. Időnként, egy hosszan elnyúló imádság során, csak néhány perc az, ami valóban kedves Istennek, csupán néhány pillanat, ami hiteles ima, és igaz módon szolgál Istennek. Az imádság lényege a szív Istenhez való közelsége, amelyet Isten jelenlétének édes érzése bizonyít a lélekben. *(Kronstadti Szent János, Életem Krisztusban)*

2. Az ima nagysága

„Mert sokat megtehet az igaz ember állhatatos könyörgése” *(Jak 5,16)*

„Jusson színed elé imádságom,” *(Zsolt 88,3)*

„Szálljon illatáldozatként színed elé imádságom...” *(Zsolt 141,2)*

„Szent, szent, szent a Seregek Ura, betölti az egész földet dicsősége!” *(Iz 6,3)*

Ezek a szavak, melyeket a szeráfok hirdetnek Izajás látomásában, az imádság kvintesszenciája.

Valódi lényegét tekintve az ima annyit jelent, mint közösségben lenni a Teremtőjüket dicsőítő angyali seregekkel. Szükségszerűen ebbe torkollik és foglaltatik majd össze minden ima, amikor minden az Atyaistennek lesz alávetve. Az ima nem egyedül az ember *kiváltsága*, nem csak arra szolgál, hogy vigasztalást nyerjen, vagy hogy kielégítse a szükségleteit. Az ima nagysága abban rejlik, hogy csak a szellemi lények *kiváltsága*. Nem a világnak és nem a világért van. Ha tehát száműzzük egy meghatározott területre, a kéréseink területére és az ember evilági szükségleteinek kielégítésére, pontosan azt veszíti el, ami a lényege és elveszti a nagyságát. Az ember szellemivé válásának és az égi hatalmasságok magasztos szertartásába való bekapcsolódásának az útja, ha megszenteli Isten nevét azzal, hogy aláveti magát Istennek és tiszta dicsőítéssel ad hálát neki.

Hogy evilági dolgokat is kérünk Istentől (bár ez nem képezi az ima eredeti alaptermészetét), annak az az oka, hogy az ember a bűnbeesés miatt elvesztette saját lelkének eredeti állapotát, amikor még nem ismert szükségletet. Isten azonban jóságában meghallgatja kéréseinket és panaszainkat, melyeket egyébként már előre ismer, és ezzel békét teremt a szívünkben, bizonyosságot, hogy nem hagyott el a bűneink miatt és törődik szükségleteinkkel.

Ha előre haladunk az imaéletben, végül bizonyosságot szerzünk arról, hogy az lényegében dicsőítés, egy végtelen és magasrendű mennyei szertartásban való részvétel. Erre a meggyőződésre jutott minden szent, amikor megértette és gyakorlatban megtapasztalta az imádság lényegét.

Az imádság alapját az képezi, hogy teljes mértékben alávetjük magunkat Isten akaratának: „Legyen meg a te akaratod miképpen a mennyben, úgy a földön is.” Emiatt, az ima megköveteli, hogy az ember adja fel a saját akaratát. „ne az én akaratom teljesedjék, hanem a tied” (Lk 22,42).

Isten dicsőítése és magasztalása az ima által, hasonló a szeráfok szolgálatához. Ők azért dicsőítik Istent, mert ez az Istentől kapott hivatásuk és természetük. A mi hivatásunk nagyságát sem semmisíti meg emberi természetünk romlása, és szüntelenül indíttatást kapunk a tiszta, őszinte, egoizmus nélküli szeretetre. A teljes ráhagyatkozás Isten akaratára egy Istennel való szövetségkötést jelent és egyben előjátéka az ő akaratával való végleges egységnek. Ami a romlást illeti, Isten magára vállalja, hogy Fia vérével eltörölje: „igaz szolgám igazzá tesz sokakat” (Iz 53,11).

Emiatt, az imádság, mint a Teremtő dicsőítése, túllép hiányosságainkon és méltatlanságainkon. Önmagában véve, olyan tökéletes cselekedet, amely képes minden tökéletlenséget pótolni, és minden gyengeséget elfedni. Amikor szívből az Isten nevének megszentelésére szenteljük magunkat, az ima a kegyelem eszközével megszentel minket: „Hiszen egytől van mindkettő: a megszentelő és a megszentelt is” (Zsid 2,11).

Amikor Isten előtt állunk, hogy bűneink súlya ellenére magasztaljuk őt, nagy örömmel ott vannak az angyalok. Az angyalok örvendeznek, amikor egy bűnös megtér, és mi minden nap meg vagyunk hívva a megtérése.

Az ima, ami egyenesen Isten felé száll, hogy megszentelje, tisztaságot és szentséget adományoz az embernek. Szemei megújulva megnyílnak a Lélekben, hogy lássák az élet fáját, aki valójában maga Krisztus: „(Törekedjete) megszentelődésre, mert e nélkül senki sem fogja meglátni Istent.” (Zsid 12,14). Az ember az ima eszközével kinyújtja bűnbánó kezét, az élet fájáról leszedi az evangélium ígét, megízleli és megújul, hogy ne ismerjen többé halált és örökké éljen.

Ebben az értelemben mondja Ninive püspöke, Szír Szent Izsák: „Az ima az ország”.⁵

És ezért van, hogy Krisztus a nagyon állhatatos imára buzdít bennünket: ”Szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni”(Lk 18,1). A szüntelen imában felfedi bennünk az ország titkát, amelyről Nagy Szent Antal mondja: „Teljes szívvel és teljes lélekkel szeretlek titeket, mert elértétek, hogy Isten lakik bennetek”.⁶

Az atyák mondásai (7–10)

7. Minden jóra való törekvés és cselekedet magja az imában való kitartás. Istent kérve az ima által jutunk birtokába minden nap a többi erénynek is. Az ima teszi lehetővé, hogy méltónak ítéltessünk az Isten szentségével való egységre, és a Lélek erejéből részesüljünk az Úr bensőséges, elmondhatatlan szeretetében. A lelki szeretet ugyanis lánggra lobbantja a mennyei érzést és az Isten utáni égető vágyakozást, amely aztán minden nap állhatatosságra kényszerít az imában, és így a Lélek megszentelő tökéletességének kegyelmében részesül. (Nagy Szent Makariosz, *Lelki Homiliák* 40,2)

⁵ azaz Isten országa, vö. Miatyánk

⁶ Nagy Szent Antal: Levelek 13,1

8. A cél, amelyre minden szerzetes törekszik, a szív tökéletességének csúcspontja, a szakadatlan, állhatatos imádságon alapul... Az erényeken való munkálkodás egyetlen cél felé törekszik, amely a tökéletes ima. (*Johannes Cassianus, Conlationes 9,2*)
9. Mi a befejezése a szív csöndjére (*hészükhia*) való minden törekvésnek, mikor érkezik el valaki a szerzetesi élet tökéletességére?
Amikor az ember meg tud maradni a folyamatos imában. Akkor valóban elérkezik minden erényre és immár a Szentlélek hajléka. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35*)
10. Kapjátok meg hát ti is ezt a nagy tüzes Lelket, amit magam is megkaptam! És ha azt akarjátok, hogy bennetek is maradjon, adjátok át testeteket a munkának, szívetek legyen alázatos és emeljétek éjjel-nappal gondolataitokat az ég felé. Őszinte szívvel kérjétek ezt a tüzes Lelket, és megkapjátok... Buzgón folytassátok az imát, teljes szívből, és megkapjátok a Lelket, mivel ő az igaz szívekben lakozik... Legmagasabb titkait is kinyilatkoztatja nektek és sok mást, amit nem is tudok kifejezni... Éjjel-nappal égi öröm lesz bennetek, és bár még testben vagytok, úgy lesztek, mint aki már az országban él. (*Nagy Szent Antal, Levelek 8,1-2*)

3. Miért van szükségünk imára?

„Nálam nélkül semmit sem tehettek” (*Jn 15,5*).
 „Imádkozzatok, hogy kísértésbe ne essetek!” (*Lk 22,40*).
 „Hívj segítségül a szorongatás napján:
 megmentelek, és te dicsérni fogsz engem” (*Zsolt 50,15*).
 „Mert az Atya ilyen imádókat keres magának” (*Jn 4,23*).

Ahogy az angyalok lényegéhez tartozik a szolgálat misztériuma és a dicsőítés, ugyanúgy az ember természetének mélyéhez tartozik a lélek Istennel való kapcsolata, hogy párbeszédre törekedjék vele. Ahogy egy fa fajtája szerint ad gyümölcsöt (vö. „Mert minden fát gyümölcséről ismerünk meg” *Lk 6,44*), úgy az ember is, mint a fa, alkalmas időben, a lélek imádságra való szükségletére válaszolva, az imában termi meg gyümölcsét.

Ahogy ez a fa termékenynek és jónak mutatkozik a kertész szemében, ugyanígy Isten szemében annak látszik az az ember is, aki kellő időt imádkozik.

Ahogy a kertész számára a gyümölcs a végső cél, amiért a fát ültette és öntözte, ahogy a gyümölcs a kötelék, amely egyesíti a fát a kertész szívével, a gyümölcs az egyedüli motívum, hogy oltalmazza kertjében, és hogy szerető gondoskodásával arra serkentse, hogy termést hozzon, úgy történik az imával is. Isten a jó vincellér, aki saját vérével fizetett értünk, hogy szőlőjébe ültessen minket, és gyökeret verjünk az ő országában, és várja gyümölcsünket, mert a kereszten való szenvedésének ez a végső célja. Imánk tudatos válasz szeretetére és szenvedésére, értünk fizetett vérenek érett gyümölcse.

Bizony evilági létünkben szükségünk van az imára, mert jó, ha tudatában vagyunk, hogy egy olyan világban élünk, amely visszafordult a pénz, a mohóság, az érzékiség bálványához. Egy olyan világban, amely eltávolodott Istentől, amelyben a pénzhajhászása, az erőszak használata, az álnokság, a korrupció, és pozícióharc uralkodik, amely hazugsághoz folyamodik az öngazolásért, amely igazságtalansághoz, visszaéléshez folyamodik, hogy hatalmat és minden más hitvány dolgot biztosítson magának, ez éppúgy jellemző a világban, mint az egyházban.

„Hogyan mentjük meg hát lelkünket?": ez kritikus kérdéssé vált, amihez bizonyosan sok erőre van szükség, egy bizonyos elszakadásra a mai világ romlott környezetétől, de, és mindenek fölött, mint első és utolsó eszközre, az imához való visszatérésre.

Soha nem volt ekkora szükség lelkünk megmentéséhez az imára, mint a mai világban, ahol az ember számára, sokkal inkább, mint valaha, lehetséges hit nélkül élni, még dicsőítést és nagybecsülést is kap érte.

Egy világban, amelyben a hitetlenség, a bűn és az igazságtalanság uralkodik, az ima emlékeztet arra, hogy van egy élő Istenünk, hogy van egy ország, amely kész arra, hogy egybegyűjtsön bennünket, ahol van egy dicsőséges másik élet, és ahol majd ítélet elé kell állnunk.

Nap, mint nap az ima emlékeztet bennünket arra, hogy mi nem vagyunk ezé a világé, hogy a fény fiai vagyunk, és óvakodnunk kell a kompromisszumoktól a romlott és erkölcstelen emberekkel, a romlottság és bűn fiaival.

Az ima tartja vissza szívünket a bűnre való vágyakozástól, visszatartja lépéseinket a bűn síkos útjának szakadékától és megőrzi nyelvünket a hízélgéstől és a hazugságtól.

Az ima megvilágosítja értelmünket és visszatart a hajlandóságtól, hogy kompromisszumot kössünk a rosszal, hogy egyezséget kössünk a tévedésekkel, és hogy helyeseljük a gonosz és aljas cselekedeteket.

Az ima minden nap egy egészen új békét ajándékoz nekünk, helyébe lépve az evilág provokációiban és aljasságaiban elveszett békének, ami aggodalmat és betegséget eredményezne bennünk Isten kegyelme nélkül.

Az ima belső fény, amely segít bennünket, hogy minden nap felfedezzük magatartásunk fogyatékosait, viselkedésünk tökéletlenségét, hibáinkat és tévedéseinket, ezzel megakadályozva, hogy azok a szakadék szélére vezessenek bennünket.

Isten nem azt várja el tőlünk, hogy csupán hívők legyünk, hanem azt kéri, hogy igazi imádók legyünk, akik „Lélekben és igazságban fogják imádni az Atyát”, (Jn 4,23). Krisztus így írja le a hiteles imát, amelyet az Atya elfogad:

– Isten Igazság és nem fogadja örömmel az imát, ha az nincs az igazságban, vagyis ha az nem a hitnek az imája, telve az Atya ismeretével.

– Isten Lélek és nem fogadja örömmel az imát, ha az nem lélekből mondott, vagyis nem az örökélet felé nyitott ima és nincs alávetve Isten Lelkének.

– Isten egyedül a lélekben és igazságban mondott imát fogadja örömmel, mert abban egy valódi lelki kapcsolat fejeződik ki Istennel.

Az imának ez a fajta meghatározása egy belső történet teológiai fogalmát foglalja magába a valódi lelki imáról.

Amikor Krisztus azt mondja, hogy Isten „ilyen imádókat keres”, azaz az imádság embereit, felfedi az ima fontosságát, értékét és szükségességét magának Istennek a szemszögéből. „Isten keres”. Vagyis ez világosan azt jelenti, hogy Isten várja az ember imáját, és hogy részt vesz abban, hogy kedvező körülményeket és lehetőségeket teremtsen az ima sikeréhez! Úgy tűnik, hogy az emberi teremtmény a lélekben és igazságban imádóknak köszönhetően tud fennmaradni! A hiteles ima kizárólagos kapcsolatnak látszik Isten és ember között, egy olyan kapcsolatnak, amely nélkül az ember elveszíti saját létének és megteremtésének célját.

Jusson eszünkbe, hogy Isten kéri és várja imádasunkat, és szánjunk időt az imára.

Az atyák mondásai (11–19)

11. Istennek nincs szüksége imáinkra! Már azelőtt tudja, mire van szükségünk, mielőtt azt kérnénk. Mert ő mindenről tud, irgalmas és bőséggel ontja jótéteményeit, azok számára

is, akik semmit sem kértek. A mi számunkra nélkülözhetetlen az ima, mert az ima elkülönít Isten számára, és Istennek szentel bennünket. *(Ignatij Brjančinov)*

12. Az ima minden erény anyja. Megőrzi a mértékletességet, kioltja a haragot, elejét veszi a gögös és irigy érzelmeknek, az ember lelkéhez vonzza a Szentlelket, és az ég felé emeli az ember lelkét. *(Szír Szent Efrém)*
13. Soha nem esik el, aki mindig az ima botjára támaszkodik. És ha el is botlana, nem esne el, vagy nem maradna a földön, mivel az imának kizárólagos és jótékony befolyása van Isten szívére. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,63)*
14. Az ima bátorítja a lelkiismeretet, felruhazza az értelmet a szeretet életerejével. Ekkor a remény lángra lobbantja a tudatot, kitartóvá teszi az embert az aggodalmakkal szemben és türelemre képessé a földi megpróbáltatásokkal és bajokkal szemben, mert ezek semmik a megígért boldogsághoz képest. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,118)⁷*
15. A tökéletes ima a menny felé irányít, megízlelteti a mennyei valóságot és Isten szeretetéhez képest megvetésre méltóvá teszi ezt a világot. Az ima által ragadjuk magunkhoz a kegyelmet, amit országnak hívnak, általa fogjuk fel azt értelmünkkel, általa feledjük el a földet és mindazt, amit az magába foglal. Az ima által még itt a földi létben megvan az az élményünk, hogy van egy hatalmas és láthatatlan mennyei segítségünk. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Értekezések az önmegtartóztatásról, arab nyelvű forrás I,1,119-122)*
16. Szavakból kiindulva jutunk el a misztériumhoz: az ima közel viszi a lelket Istenhez. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,134-135)*
17. Nem a kéréseink indítják Istent arra, hogy elküldje ajándékait és kegyelmét számunkra. Számára kéréseink csupán eszközei annak, hogy értelmünket rávezesse az ő végtelenségének és szerető gondoskodásának felfogására. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,144-145)*
18. Az olyan ima, amelyet nem kísérnek emelkedett és erényes gondolatok, Isten előtt csupán üres, erőtlen szavakká silányodik. De az olyan imának, amelyet helyes gondolatok kísérnek, tüzes lendülete van, mert „sokat megtehet az igaz ember könyörgése” (Jak 5,16). Ennek az imának az ereje nem a szavakban áll, hanem az igazságban, mint ahogy Mózesé, Józsuéé, Illésé és Elizeusé, akik hosszú imák mondása nélkül csodákat vittek véghez. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,40-42)*
19. Az ima egy magasabb rendű tett, amely minden erény fölött áll. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,44)*

⁷ A hagyomány Szír vagy Ninivei Szent Izsáknak négy arab kéziratot tulajdonít: a II. és a III. könyv megfelel a *Sermones ascetici et epistulae*-nek, ami szír és görög nyelven megmaradt. Az I. és a IV. könyv arabul maradt meg, arab írással.

4. Az ima hatékonysága

*„Ha tehát ti, bár gonoszak vagytok,
tudtok jó ajándékokat adni gyermekeiteknek,
mennyivel inkább adja a Szentlelket
mennyei Atyátok azoknak, akik kérik tőle!” (Lk 11,13)*

A keresztény élet ajándékai – legyenek általánosak, mint az újjászületés, a megváltás, amely eltörli a bűnöket, a megigazulás a kegyelem által és a megszentelődés Krisztus vére által... legyenek azok személyre szólóak, mint a szeretet karizmái, az alázat, a szenvedélyes lelki vágy az Úrral való állandó bensőséges együttlétre –, mindezek az ajándékok pusztán az ima által, annak erejével és hatékonyságával tudják feltárni magukat.

Az ima által tárul fel Krisztus természetének hatékonysága bennünk. Az ima által és annak hatása révén hatja át cselekedeteinket és viselkedésünket az ő életének és halálának ereje.

Az ima által a gondolataink és szavaink, sőt a hallgatásunk és a nyugalomunk „Krisztus jó illatát” (vö. 2 Kor 2,15) tudja lehelni.

Csak az imaéletben tud manifesztálódni a megváltás hatékonysága, a megmentés ereje, a győzelem a bűn felett és az élő tanúságtétel az újjászületésről.

Minden kísérlet, amely arra irányul, hogy imaélet nélkül nyilvánítsa ki ezeket az isteni hatásokat az emberi természetben, hamis, csupán a spekuláció síkján marad és nem egyéb, mint a „rég ember” énjének és akaratának kinyilvánítása, aki kitar szenedélyei és viselkedése, azaz porból lett (vö. Ter 3,19) régi természete mellett.

Ha egész szívünkkel és minden erőnkkel hozzáfogunk, hogy elfogadjuk ezeket az igazságokat az imáról, elkerülhetetlenül el fogunk érkezni Krisztus felfoghatatlan misztériumaihoz, amelyeket csak hallomásból ismertünk.

Ez csakis akkor válik valóvá, ha az ima legfőbb foglalatosságunkká válik. Az ima fontossága felülmúl minden más fontos dolgot, olyan kötelesség, amely felülmúl minden más kötelességet, olyan boldogság, amely magába foglal minden más boldogságot. Imádkozni minden pillanatban, minden körülmények között, mindenhol... hogy egy soha ki nem alvó tűzzel vessük bele magunkat a Krisztussal való bensőséges kapcsolatba, amelyben szavai, élete, műve és gesztusai irányítanak bennünket, „... tanultatok tőlem” (Mt 11,29). Belső életünk, minden részletében végső céljára irányul: hogy Krisztus engedelmes személyén keresztül kedvessé váljunk az Atya előtt. Ez töltse be életünket, gondolatainkat: csüggjünk rajta álomban és ébren, beszélve és hallgatva, azért hogy megvalósuljon, hogy „élek én, de már nem én, hanem Krisztus él bennem” (Gal 2,20). Akkor meg fogjuk tapasztalni, hogy Krisztus „kialakul” bennünk (Gal 4,19), és akarata szerint napról napra, az ő képére és hasonlatosságára új teremtménnyé formál át bennünket. Meg fogjuk tapasztalni, hogy ő megvalósítja bennünk minden lelki törekvésünket, és semmit nem utasít vissza abból, amire vágyunk, vagy amit imában kérünk.

Látni fogjuk azt is, hogy ő megváltoztatja életmódunkat, megszünteti bennünk a bűn vérző sebeit, és kioltja bennünk az erőszak tüzét. Minden reggel új fület ad nekünk (vö. Iz 50,4), hogy az igazság teljes egészében érthetővé váljon számunkra, új fület, amely képes arra, hogy meghallja az evangélium titokzatos igazságait, melyeket a Szentlélek fennkölt módon és teremtő erővel kinyilatkoztat.

Minél jobban előre haladunk az imaélet útján, szívünk annál inkább gyökeret ver a Krisztussal való bensőséges együttléteben, egyre jobban belekóstolunk az Istennel való egyesülés érzésébe, egyre jobban érezzük, hogy már átszőnek bennünket az örökkévaló

szálak, irányítják érzéseinket és gondolatainkat, és egyre jobban az ő személyéhez kötnek bennünket.

Amit egykor szomorúságban, könnyben és verejtékben kértünk, ami után sóvárogtunk, hogy Krisztus akaratahoz igazítsuk szavainkat, gondolatainkat és tetteinket, azt már most, mint egy álmod, megvalósulva megtaláljuk jelen életünkben. Isten immár őrt helyez a szájunk elé (Zsolt 141,3), egy őrszemet a szemek elé, egy égi erődöt helyez a füleinkhez, amely csak a tiszta dolgok előtt nyitja meg kapuit és a szívünk nem vágyik többé másra, mint Istenben örvendezni, és szeretni őt.

Miközben az ember az imaéletben való előrehaladásán fáradozik, és fáradtságos munkával, bátorsággal és állhatatosan műveli az evangélium szántóföldjét, hirtelen egy földbe rejtett kincset talál. Az ajándékok, amelyeket saját szellemében, lelkében és testében kap az imádság kapcsán, meggyőzik őt arról, hogy valóban az evangéliumi igazgyöngyöt találta meg. Az e fölött érzett nagy örömeben könnyűvé válik számára, hogy mindenét eladva megtartsa Krisztus ajándékait, amelyek minden ismeretet meghaladnak (vö. Ef 3,19).

Az ilyen ember szemében mindaz, ami eddig megbénította a szívét, szellemét és testét: tudomány, szerencse, közismertség, erő, egészség, hatalom, tetszésvágy, az evilági dicsőség és szenvedélyek, minden elveszti az értékét, és hamuvá válik. Egyetlen vágyává válik, hogy ezekről megszabaduljon, sőt egész élete értéktelenné válik a szemében (vö. Csel 20,24).

Az ima hatékonyságának titka: az állhatatosság, amelyre Krisztus buzdít minket: „szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni” (Lk 18,1); „virrasszatok és imádkozzatok” (Mt 26,41); „Bármit kértek bizalommal imádságtokban, megkapjátok” (Mt 21,22).

Csak az imában tudjuk akaratainkat egyesíteni az övével. Krisztus akaratának célja pedig a mi üdvösségünk, megújulásunk és megváltásunk és semmi a világon nem tudja ettől eltéríteni, csak ha mi megszűnünk imádkozni.

Az összes beteg, vakok, bénák, akik gyógyulást kértek Krisztustól, mind meggyógyultak, senkit sem utasított vissza azok közül, akik hittek benne és kérték őt...

Krisztus akarata minden pillanatban jelen van, és lépésről lépésre vezet az üdvösség teljességére mindazokat, akik a hívő ima útján megnyílnak felé. Az ima útján csatlakoztassuk akaratainkat az övéhez, mert amikor imádkozunk, megkapjuk az ő Lelkét, az ő akaratahoz alakulunk, és az ő ereje bennünk fog lakni.

És ahogy a lélek ima nélkül nem tudja felismerni, hogy mi Krisztus terve róla, úgy ima nélkül Isten sem akarja megismerni az ember kéréseit: „Minden ügyetekben hálaadással párosult imádsággal és könyörgéssel terjesszétek kéréseteket Isten elé” (Fil 4,6).

Aki nem imádkozik, nem várhat Istentől vezetést, megújulást, kegyelmet és üdvösséget. Aki visszautasítja Krisztus közbenjárását, vagy elrejtőzik Isten tekintete elől, az csak a saját akaratára hagyatkozhat, kiszolgáltatja magát lelke hullámozásának és szíve hajlamainak.

Az az ember, aki nem imádkozik, elégedettnak tűnik a saját helyzetével, azt képzelem magáról, hogy nem kell változnia, nem kell megújulnia, nem kell elindulnia az üdvösség útján. Ha nem vet számot saját helyzetével, az napról napra romlani fog. A szálak, amelyek saját testéhez és a földhöz kötik, felerősödnek, és vágyainak és vonzalmainak egyetlen forrása kizárólag saját „egója” lesz.

Amennyiben Krisztussal való kapcsolata felületes és formális marad, erőtlenné válik és képtelen lesz a legkisebb változásra vagy megújulásra. Sőt a próbák idején, szükségben, veszélyben vagy betegségben az is bekövetkezhet, hogy megtagadja Krisztust („Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne essetek!” Mt 26,41).

Igen, ha az ember nem imádkozik, nem tud Krisztussal hiteles és hatékony kapcsolatban lenni, és nem tud saját magán munkálkodni, sem a változásán, sem a megújulásán. Ha buzgó tisztelete csak külső, felületes formalitás, az gyümölcstelen marad.

Krisztust nem kell az ima által lehozni magunkhoz az égből, hanem önmagunkban, lényünk mélyén fedezzük fel őt. Ő, mérhetetlen szeretetétől, végtelen irgalmától indítva és önmaga felajánlásával véghez vitte a megváltásunkat, és úgy tetszett neki, hogy a keresztség által belőlünk újjászületett új emberben lakjék. Az imában ott találjuk őt szívünk ajtajánál, és nem hagyja abba a zörgetést, amíg az ki nem nyílik (vö. Jel 3,20). Mikor válaszolunk neki, és ő bennünk lakik, rögtön kiemelkedünk a világ sötétségéből és elkezdődik feltámadásunk. A Krisztus képmására teremtett új ember csakis akkor él, növekszik, ha a hit imája és vágya által Krisztus lakik a szívében. „Hogy a hittel Krisztus lakjék szívetekben” (Ef 3,17). Mert Krisztus az élet Igéje, Ige, akit az ember az ima és az evangélium eszközével őriz meg a szívében.

Ő az örök Élet (vö. 1 Jn 5,20), az igazi ország, akit az ember az ima és a szent misztériumokkal való egyesülés segítségével a szívébe fogad.

Ő az igazi Világosság (vö. Jn 1,9), akit az ember az imában a lelkébe fogad, hogy igazsága és parancsai szerint éljen.

Krisztus magára vállalta, hogy abban az emberben, aki az ima eszköze által megszilárdítja vele az állandó és valódi bensőséges kapcsolatot, abban legyőzze és megsemmisítse az ősi kígyót, széttiporja fejét, és véget vessen kísértésének és csábításának. A Krisztussal való imaélet nélkül nincs világosság, nincs örökélet, nincs ország, nincs győzelem.

Az ima olyan hatóerő, amely egyesít a bennünk élő Krisztussal, aki minden áldás, minden igazi élet, minden igazi erő forrása.

„Általa vagytok ti Krisztus Jézusban, aki Istentől bölcsességünkkel, megigazulásunkká, megszentelődésünkkel és megváltásunkká lett” (1Kor 1,30).

Az az ember, aki nem gyakorolja az imára való képességét, nem tudja megismerni a benne élő Krisztust, idegen marad az ő égi bölcsességétől, megfosztja magát az ő igazságától, megszentelésétől és megváltásától.

Ima nélkül, bármennyire is igyekszünk, csak személytelen módon ismerjük őt meg, mint a világ üdvözítőjét és az emberek megváltóját, mint aki szentté teszi a szenteket és felemeli a bűnösöket. De mi magunk híján maradunk ezeknek a kegyelmeknek, mert ezeket csak akkor kaphatjuk meg, ha az ima segítségével befogadjuk Krisztus személyét az életünkbe, hogy megpihenjen szívében, velünk éljen, minden dolgunkban vezessen bennünket, és mindenben osztozzon velünk.

Krisztus nem tud egyesülni a gondolatainkkal, az érzéseinkkel, az akaratunkkal és az érzékeinkkel, ha előbb nem egyesülünk vele a lelkünk mélyén. Tehát abszolút szükség van arra, hogy az ima által az ember belseje megnyíljon Krisztus felé. Ha ő a számára teremtett lélek mélyén tud lakni, ami az ő képmása, akkor uralkodni fog benne, segíti az eligazodásban, irányítja a gondolatokat, az érzéseket, az akaratot és az érzéseket.

Az olyan lélekben, amelyik az imában Krisztusra hagyatkozik, abban ott marad (vö Jn 14,23), létének és törekvéseinek középpontja lesz. Akkor az ember nem talál többé nyugalmat Krisztuson kívül, mint ahogy a hasonló is csak a hozzá hasonlóban talál valódi megnyugvásra. És miután a lélek halhatatlanságra van teremtve, azt Krisztusban találja meg. Amikor egyesül vele, az a boldogság tetőpontja, mert létét az igazi léttel és halhatatlansággal hangolja össze.

Az atyák mondásai (20–21)

20. Mindenekelőtt fáradhatatlan szívvel és hittel, és a Lélek erejéből kérnünk kell Istent, hogy adományozza nekünk, hogy megtaláljuk szívében az ő gazdagságát, Krisztust, az igazi kincset. Először saját magunk számára kell megtalálnunk az üdvösséget és az örök életet, vagyis az Urat. És amilyen mértékben bennünk él, olyan mértékben válik lehetségessé, hogy mások hasznára tudunk majd lenni belső kincsünkkel, Krisztusból

merítve jó, lélekkel teli szavakkal beszélni a mennyei misztériumokról. Úgy tetszett az Atya jóságából, hogy valóban ott lakják minden ember szívében, aki hisz, és aki azt kéri tőle. „Aki pedig szeret engem, azt Atyám is szeretni fogja, én is szeretni fogom, és kinyilatkoztatom magam neki. Ha valaki szeret engem, megtartja szavamat. Atyám is szeretni fogja őt, hozzá megyünk, és lakóhelyet veszünk nála” (Jn 14,21.23).

Úgy akarta az Atya leírhatatlan jósága, úgy tetszett Krisztus szeretetének, hogy ott legyen minden gondolatunkban, ahogy a Lélek elmondhatatlan jósága ígérte.

Dicsőség a Szentháromság felfoghatatlan könyörületességének.

Akik méltóvá váltak, hogy Isten fiaivá legyenek és újjászülessenek a magasságból a Szentlélek által, akik Krisztust hordozzák magukban, aki megvilágosítja őket és megnyugvást ad nekik, azokat a Lélek számos és eltérő módon, láthatatlanul vezeti szívükben, lelkük nyugalomba kerül, és a kegyelem mozgatja őket. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 18,6-7)*

21. Ha valaki nem viseli az Istentől kapott mennyei köntöst, vagyis a Lélek erejét, ahogy mondván van: „Akiben viszont nincs meg Krisztus Lelke, az nem az övé” (Róm 8,9), az sírjon és könyörögjön az Úrhoz, hogy megkapja az égből ezt a lelki köntöst és betakarja mezítelen lelkét az égi erővel, mert aki nem ölti magára a Lélek ruháját, az a szenvedélyek gyalázatába öltözködik.

Az első ember, amikor látta, hogy mezítelen, szégyent érzett, nagyon szégyellte a mezítelenségét. Ha tehát a test mezítelensége ekkora szégyent okoz, mennyivel nagyobb az isteni erőtől megfosztott léleké. Aki nem burkolja be magát, és nem öltözik az elmondhatatlan és romolhatatlan lelki ruhába, ami magának Jézus Krisztusnak, az Úrnak igazsága, az nagy szégyenbe és a szenvedélyek gyalázatába burkolja magát!

Tehát imádkozzunk és könyörögjünk Istenhez, hogy öltöztessen bennünket az üdvösség köntösébe (vö. Iz 61,10), az elmondhatatlan fénybe, a mi Urunk Jézus Krisztusba. A lelkek, akik ebbe vannak öltözve egy örökkévalóságon át nem lesznek megfosztva tőle. Ha az Úr, aki a földre jött, a romlandó testeket meggyógyította, mennyivel inkább meggyógyítja az ő képére és hasonlatosságára teremtett halhatatlan lelket.

Tehát higgyünk, és igazságban közeledjünk hozzá, hogy rögtön gyógyulásnak induljunk. Megígérte, hogy valóban megadja a Szentlelket azoknak, akik azt kérik tőle (vö. Lk 11,13), hogy ajtót nyitnak annak, aki zörget, és hogy aki keres, az talál (vö. Mt 7,7) és nem hazug az, aki azt megígérte (vö. Tit 1,2). Dicsőség és hatalom neki mindörökké. Amen. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 20,1-8)*

Az imádság fokai

*„Most ugyanis tükör által, homályban látunk,
akkor pedig majd színről színre.
Most töredékes az ismeretem, akkor pedig úgy fogok ismerni,
mint ahogy én is ismert vagyok” (1Kor 13,12)*

*„Mi pedig mindnyájan, miközben fedetlen arccal
szemléljük az Úr dicsőségét,
ugyanarra a képmásra változunk át
dicsőségről dicsőségre az Úr Lelke által (2 Kor 3,18).*

*„És minden foknál, amellyel a dicsőség felé emelkedtek,
azt gondolták, hogy már az út végére értek;
és ha még tovább emelkedtek,
és ha egy még nagyobb fény ragyogta be őket,
elfelejtették az előző szintet, és azt gondolták,
inkább, mint valaha, hogy az út végére értek!
Ez azért történhet meg, mert nem ők,
hanem a bennük lévő Szentlélek az,
Aki a dicsőség felé emelkedik”
(Dalyatha Szent János, Homília a lelkiállapotok nagyságáról).*

1. Az ima

Köztünk leginkább csak az ima legegyszerűbb formája ismert, ami abból áll, hogy Isten előtt szavakat mondunk, amelyeket vagy pillanatnyi körülmények inspiráltak, vagy valamelyik szent által megfogalmazott gondolatok, vagy pedig a Bibliából választott részletek a zsoltárokból vagy az evangéliumokból. A valóságban mindez nem egyéb, mint előkészítése a Lélekben és igazságban való imának. Bizonyos, hogy ha az emberek tudnák, hogy milyen csodálatos felemelkedni az imádság következő fokaira, hogy azok mennyi áldást és kegyelmet vonzanak magukkal, akkor egy pillanatig sem haboznának azokat gyakorolni.

Noha az imában nem könnyű megkülönböztetni jól elkülöníthető állomásokat – mert szorosan összefonódnak és egységet képeznek –, de azért útmutatást tudunk adni a különböző imamódokról.

A szóbeli ima

A szóbeli imában, amint már mondtuk, szavakat és kifejezéseket mondunk, amelyek lehetnek rögtönzött, kötetlen imák vagy válogatások a Bibliából vagy a szentek írásaiból; az imának ez a fajtája képezi az alapját a többinek, azaz egy fajta előkészítése az Istennel való párbeszédnek ... De a szóbeli imánál is szükséges, hogy szellemi erőfeszítés kísérje, ami követi a kimondott szavak értelmét és belső motivációt ad értelmüknek, hogy ne csak elszavaljuk őket, mint valami verset, amely valaki mástól származik, hanem éljük át őket, tegyük magunkévá, úgy forduljunk velük Istenhez, mintha tőlünk származnának ...

Mindazonáltal meg kell jegyeznünk, hogy ez az ima is, ami lehet egyénileg vagy templomi közösségben mondott ima, ami lehet zsoltáreklés egyénileg vagy közösségben, váratlanul beletorkollhat egy szemlélődő állapotba, a lélek elragadtatásba esik, és megtapasztalja Isten jelenlétét. Mert az ima állapota, és mindegy hogy az a szobánkban vagy

a templomban van, valójában megjelenés Isten előtt és tényleges belépés a szellemi erőterekbe, amelyek nem szűnnek meg dicsőíteni és szolgálni Istent.

Ha az ember a szóbeli imára készülve bűnbánó és alázas szívvel és azzal az eleven érzéssel készíti elő az imádságot, hogy azt a Szentháromság előtt állva teszi, attól a pillanattól kezdve, hogy kinyitja száját, alkalmas, hogy belépjen a mennyei misztériumok megismerésébe és szemlélésébe. Imája és dicsőítése át lesz itatva hévvel és tisztasággal, és kimondhatatlan boldogsággal fogják eltölteni.

De ez nem jelenti azt, hogy minden szóbeli imának szemlélődő imává kell alakulnia. Valamennyi szóbeli ima egy sajátos állomást képez, amelynek megvan a saját fontossága a mennyei szolgálatban, és amelynek megvan a saját hatékonysága az ember lelkiéletében. Nem kevésbé fontos, mint a szemlélődő ima.

Az elmélkedő ima

Az elmélkedő ima, amelyet sokszor belső imának neveznek, amely a szív mélyéből jön, olyan ima, amelyben a gondolatokat és az érzéseket egyesítve az értelem társul a szívhez. Bár olykor külsőleg is megnyilvánul néhány szóban, de az idő nagyobb részében a nyugalom és a csend jellemzi.

Az elmélkedő ima első állomása a meditáció, azaz az elmélkedés. Úgy definiálhatjuk, mint egy Istennel való együttlétet, amelynek során az ember megemlékezik Isten alkotásairól, és egyben megállapítja saját lelkének állapotát. Megbánja hiányosságait és bűneit és dicsőíti Istent. Köszönetet mond, hogy kifejezze a háláját és elhatározza, hogy Isten akaratára fogja bízni a vezetést.

Ez az állomás a „heterogén ima”, amely számos és különböző tárgyat lefed, időnként minden köztük lévő kapcsolat nélkül. A zsoltárok többnyire ilyen tartalmakból épülnek fel. A Dávid által választott Istennel való elmélkedési részletek értekeznek úgy az anyagi teremtésről, mint a teremtés igazságosságáról, egyszer a törvényről, máskor a lélekről, és néha mindezek a különböző dolgok ugyanabban a zsoltárban megtalálhatók.

Az elmélkedő ima második állomása a szemlélődés. Itt az ima egy koncentrált állapotba lép be, nem csak az elmélkedés tárgyával kapcsolatban, (hogy az ima például egy parancsra vagy Krisztusnak egy evangéliumi tettére vagy szabadítására koncentrált), hanem az emberrel, saját magával kapcsolatban: a szeretet erős hatására a tökéletes éberség állapotában van, uralja az érzelmeit, akaratát az imára összpontosítja és a szíve szellemileg kész, hogy elfogadja a Szentlélek minden irányítását.

A szemlélődő ima szükségszerűen még két egymással összekapcsolódó állomásra oszlik.

Első állomás: az akaratlagos szemlélődés

Ennek az állomásnak az eredményessége az ember szeretetétől függ, amelyet Krisztus iránt táplál a szívében és attól a készségtől, hogy egy meghatározott tárgyról való elmélkedésre koncentráljon a szíve mélyén és gondolataiban, ugyanakkor késznek maradva arra, hogy szellemi irányítást kapjon.

Ez az állomás nem működik a kegyelem belső segítségével, amely az ember akaratát kíséri, és lehetőséget nyújt arra, hogy kitartson, folytassa és elmélyüljön az imában, fényével utat készít neki, és így lehetővé teszi egy nagy szellemi kincs elérését.

A második állomás: a lelki szemlélődés

Az ember szeretetének válasza az imában nyilvánul ki Isten szívének szeretetére. Ilyenkor az imát áthatja az isteni elem, amely az emberi és akaratlagos körből bontakozik ki. Ami miatt nehéz beszélni erről a szintről, azt az „imádság kegyelmének” is nevezhetjük.

Kezdetben, ez az állomás túl emelkedettnek tűnik ahhoz, hogy elérjük, de attól a pillanattól kezdve, hogy az ember megkapja a belépés kegyelmét, mondhatni hozzászokik. A Szentlélek egyszerűsége és bámulatos készsége miatt, hogy minden kívánságra válaszoljon, amellyel egy szerető szív hozzá fordul, ez az állapot könnyűvé, természetessé, és megközelíthetővé válik. Mert ahhoz, hogy fenntartsa ezt az állapotot, csak annyit kér az embertől, hogy maradjon állhatatosan egyetértésben a Szentlélek akaratával, szeretetben, egyszerűségben, a szív tisztaságában, elszakadva a gondoktól és földi gondolatoktól és legyen kész a parancsok és a lelki tanítások követésére. Szükséges azonban, hogy megértsük, hogy nem érdemeink jogosítanak fel arra, hogy eljussunk a szemlélődésnek és kegyelemnek erre a fokára, és Isten szíve megnyíljon számunkra, mert mindez tiszta ajándék.

Az ember, még ha méltónak is bizonyult az összes többi erényre, mint a tisztaság, önmegtartóztatás, alázat, minden nap elé járul, és könnyek, és könnyörgések közt kéri, mint ahogy Dalyatha János mondja: „Jó Atyám, add nekem a te szeretetedet, akkor is, ha nem vagyok rá méltó”⁸. Mert minden erényt felülmúl a lélekben való szemlélődés ajándéka és Isten szívének megnyílása az emberi lélek számára.

Ez azonban nem jelenti azt, hogy a lelki szemlélődés csoda, hanem azt jelenti, hogy kegyelem: a bizonyítéka, hogy birtokoljuk az, hogy általában a megkülönböztetés és a bölcsesség ajándéka kíséri. A szellemi szemlélődés foka az valóban az ima, és minden kegyelem és ajándék tökéletessége.

Azokra, akik méltónak bizonyultak arra, hogy állhatatosak legyenek ezen az úton, más ajándékok és karizmák is bíznak, amelyek már túl vannak az ima határán, például olyanok, mint az ekstázis, vagy az elragadtatás Isten szemlélésében, amely egy következő lelkiállapot, és a tudat elvesztésével jár, és amely lehetővé teszi felfoghatatlan isteni igazságok megsejtését. Ezeknek az ajándékoknak fogjuk szentelni a fejezet egy részét.

Ha meg szeretnénk világítani a három különböző imafajtát, három konkrét tulajdonsággal tudjuk őket jellemezni: a szóbeli ima jellemzője, hogy félelemmel áll Isten *előtt*, az elmélkedés, hogy kitartással irányul Isten *felé*, és a szemlélődés pedig, hogy szeretettel tartózkodik Isten *kebelében*.

Leegyszerűsítve ugyanezeket a fajtákat tudjuk felfedezni Krisztus szavaiban: „Kérjétek és adatik nektek” ez a szóbeli ima. „Keressetek és találtok” ez az elmélkedés. „Zörgessetek, és ajtó nyílik” ez a szemlélődés vagy megérkezés szakasza.

Miután másutt már értekeztünk a szóbeli ima számos formájáról (Matta el Meszkin, A mindennapi dicséret és az órák imája, Kairó 1967. arab nyelvű), ebben a fejezetben az elmélkedő ima szintjénél és gyakorlatainál állunk meg.

2. Az elmélkedés

*„Hadd legyen kedves előtted szám beszéde,
és szívem elmélkedése mindenkor.
Uram, én segítőm, én üdvözítőm!” (Zsolt 19,15)*

*„Boldog ember az,
aki ... az Úr törvényében gyönyörködik,
és az ő törvényéről elmélkedik éjjel-nappal” (Zsolt 1,1-2).*

*„Parancsolataidról királyok előtt beszélek,
és nem szégyenülök meg.*

⁸ Dalyatha János: Homília az égi szeretetről

*Törvényeidről elmélkedem,
mert szeretem őket.
Parancsaid felé emelem kezemet, mert kedvesek nekem,
és gondolkodom rendeleteiden” (Zsolt 119,46-48).*

*„Szívem csak izzott bensőmben,
amíg elmélkedtem, tűz égette lelkem” (Zsolt 39,4).*

*„Ezeket a dolgokat elmélkedj (meléta),
ezeknek szenteld magad,
hogy haladásod nyilvánvaló legyen mindenki előtt”. (1 Tim 4,15)*

Az „elmélkedés” szó görögül *meléte*, hagyományosan, szorosán véve elmélyült szentírásolvasást jelent, amely megérinti a szívet és kitörölhetetlen nyomot hagy az emlékezetben, az érzelmekben és a szavakban.

A patrisztikus hagyomány szerint az elmélkedés minden kegyelem kulcsa, aki azt buzgalommal gyakorolja, azt evangéliumi gondolatokkal, szavakkal és érzésekkel ajándékozza meg, eltölti Isten valóságával, és előrehaladást biztosít számára minden ajándékban és karizmában. Az ilyen ember, ha kinyitja száját, a Szentírás szavai színlelés és erőltettség nélkül hagyják el ajkát. Úgy áradnak belőle a mennyei gondolatok, mint a fénysugarak, és annak, aki hallgatja őket, a mennyei tudaton keresztül megvilágosítják lelkét, megérintik szívét, és lánggra gyújtják érzéseit.

Az „elmélkedés” szó héberül *hagig*, és görögül *meléte*, ez a *melétáo* igéből származik, egy tanulási, elmélyedési folyamatot jelent a gondolatok és a szív gyakorlatain keresztül. Így a bölcsességi elmélkedés, *meléte sophias*, a bölcsesség elmélyült tanulmányozását, valamint alkalmazását és gyakorlatba átültetését jelenti.

A patrisztikus hagyomány szerint ez a kifejezés azt jelenti, hogy a szív és az értelem kitartóan törekszik Isten Szavának megismerésére és alkalmazására. Így Isten Igéjének köszönhetően a szerzetesek átformálódnak. Az atyák valóban azt tartották, hogy kizárólag Isten Szavának olvasásával kell elmélkedni. Mert a szív elmélkedése képes arra, hogy magához formálja az ember tudatát és gondolatait. Nem szabad hagynunk, hogy olyasmi formáljon bennünket, ami saját akaratunkból és gondolatainkból származik, hanem arra kell törekednünk, hogy csakis Isten Szavának áldása alakítson bennünket.

Ez az oka annak, hogy az „elmélkedés” kifejezés különösképpen vonatkozik a Biblia olvasására, hogy az „elmélkedés” alkalmazása Isten Szavának egy belső koncentrációval társult tanulmányozására szorítkozik, hogy az elmélkedést át kell itatnia Isten Szavának, hogy Isten Szava formálja a lelket.

A nyugodt olvasás

A patrisztikus hagyomány szerint az elmélkedés első foka a nyugodt olvasás, mindig lassan és hangosan, „ízlelgetve” a szavakat. Ezt követi aztán ennek a szövegnek az ismételt újraolvasása. Az atyáknál az olvasásnak ez a módja mindig hangosan történt és „ismételgetően recitálva”.

Valójában az elmélkedésnek ezen a fokán Isten Szavának hangos és éber szívvel való ismételtetésén keresztül az Ige belegyökerezik az ember mélyébe. Újra és újra elismétli, mintha „ízlelgetné”, mintha „kérődzne”, míg az a sajátjává nem válik. Ezáltal a hívő Isten Igéjének letéteményesévé, szíve az égi kincs templomává válik: „kincseiből újat és régít hoz elő”(Mt 13,52). Pontosan erről van szó, amikor azt mondjuk, hogy „ízlelgetjük az Igét” (vö. Jn 8,51-52; 14,23; 17,6). Az evangéliumot vagy az Igét immár biztos helyen, a szív mélyén őrzi, mint egy nagy értékű kincset. Dávid próféta mondja: „Szívembe rejtem igédet” (Zsolt

119,11). Így az ember engedelmeskedik az Igének és felövezi magát vele, mint valami páncéllal, hogy megvédje magát a tolvajoktól.

Ez az oka annak, hogy a patrisztikus hagyományban a kötetlen imáknak tiszta evangéliumi illata van, mert az Isten Igéjétől túlsorduló szívből származnak. A kötetlen ima, vagy – Szír Szent Izsák kifejezését használva –, „amit az ember saját maga költ”, és Isten Igéjének emlékezetből megtanult ismételtetése harmonikusan kiegészítette egymást. Az imának ez a foka arról tanúskodik, amikor Isten Igéje és akarata megérinti és formálja a lelket.

Tehát az elmélkedésnek ez a módja szorosan hozzátartozik az imához, mint állomásainak első lépcsőfoka, és amely lehetővé teszi az ember számára, hogy Isten előtt éljen és növekedjen, telve bizalommal és bizonyossággal. Mert ez a kötetlen ima az evangéliumból merítve kerül a szívbe és képes arra, hogy ott mély átalakulást, nagy megújulást idézzen elő az emberben, mind az érzelmekben, mind a gondolkodásban, mind az életstílusban. Emiatt az autentikus keresztény hagyomány nem tulajdonít értéket a kötetlen imának, ha az, aki imádkozik, nincs tele Isten Igéjével, nem gyakorlotta a valódi elmélkedésben: szavai nem tükrözik az evangéliumot és a gondolatai nem közvetítik Isten akaratát és gondolatait.

Az Ige néma ismétlése

Az elmélkedés nem kizárólag elmélyült, hangos olvasást jelent. Magába foglalja az Ige sokszori, néma, magunkban való és egyre növekvő elmélyüléssel történő ismételtetését is, míg végül a szívünk lánggra lobban az isteni tüztől. Ahogy ezt jól illusztrálják Dávid szavai: „Szívem csak izzott bensőmben, amíg elmélkedtem, tűz égette lelkem” (Zsolt 39,4).

Itt mutatkozik meg az a finom szál és titok, amely összeköti a gyakorlatot, a kegyelemért tett erőfeszítést és az égi tüzet.

A pusztá elmélkedés, ahogy Isten Igéjét lassan és nyugodtan többször elismételjük, Isten irgalma és kegyelme által elvezet a szív lángolásához! Így válik az elmélkedés természetes kötelékké az ima őszinte igyekezete és az Isten ajándékainak felfoghatatlan kegyelmei között. Ez az igazság az, amiért az elmélkedést a szív imája első és legfontosabb fokának tartják, amelyből kiindulva az ember fel tud emelkedni, hogy lángoljon a lelke, és aztán egész életében abból éljen.

Megemlítjük, hogy a héber az „elmélkedésre” a *hagah* kifejezést használja, amelynek az eredeti jelentése a „kibetűzés” és a „mormolás” – vagyis az elsődleges jelentés a kiejtéshez és a megértéshez fűződik. Ugyanakkor a szó kifejezi azt a komoly erőfeszítést és próbálkozást, melyet az ember annak érdekében tesz, hogy megértse és megtanulja azt, ami Isten akaratából és az ő Igéjének rejtett misztériumaiból és a parancsaiból ered. Ezért halljuk az első zsoltárban Dávidtól: „Boldog ember az, aki... az Úr törvényében gyönyörködik, és az ő törvényéről *elmélkedik (jehgeh)* éjjel-nappal”. Ez az ember bizonyosan Isten akarata szerint való lesz, mint maga Dávid!

Ennek az elmélkedésnek, Isten törvénye hívő ismételtetésének az eredményét hirdeti Dávid: ha az ember tökéletességének fokmérőjévé az elmélkedés válik, akkor minden vállalkozásában sikeres lesz (Zsolt 1,3). Az eredeti héber kifejezés, *hagah* (a Törvény összesűrített kijelentéseinek elemi elsajátítása) szerint ez az elmélkedés az Istennel való bensőséges és őszinte kapcsolat létrehozására vágyakozó kezdő imádkozók foka.

Ez az elmélkedés legyen az ima kezdete és vége, mert Isten Igéje is mindig ugyanaz, kezdet és vég (Alfa és Ómega, Jel 1,8). Az elmélkedés eszköze által az ember belép az igazságba, és benne eljut a teljes igazságra.

Ez az oka annak, hogy az elmélkedést az atyák nagy haszonnal gyakorolták. Éltek és gyakorolták életük utolsó napjáig. Így Palladiosz, a *Historia Lausiaca* szerzője, elbeszéli, hogy Márk szerzetes emlékezetből tudta az Ó- és Újszövetséget (18,25), hogy Áron emlékezetből felmondta neki a Zsoltárokat, Pálnak a Zsidókhöz írt levelét, Izajás könyvét és

Jeremiás könyvének, Lukács evangéliumának és a Példabeszédeknek egy részét (26,3). Utazásai során ehhez hasonlóakat látott, és hasonló példákról tanúskodik Rufinusz is.

Nem szükséges kifejteni, hogy az atyák elmékedése nem csak az „emlékezetből” való tanulásból állt, hanem ennek elkerülhetetlen következményeképpen, mivel minden nap nagy gyönyörűséggel és kitartóan újra kezdték a Szentírás recitálását, lehetetlen volt, hogy csak fűgén ismételtették volna ajkukkal szavait, anélkül, hogy emlékezetükbe vésődött volna.

Leszögezzük, hogy a szív állhatatossága a szentírási elmékedésben mindig a gyakorlatban valósítja meg a valódi élet áradását. Mert Isten Igéje, mint ahogy az Úr megmondta, Élet és Lélek. A szentírási elmékedésben való állhatatosság kifejezésre juttat egy titkos kapcsolatot az Úrral, amelynek következtében az igazi élet áradása átmossa a szívet.

Az a szív, amely eltérül az igei elmékedéstől, az elposványosodás és sivárság zsákmányává válik. Dávid próféta megmutatja, hogy mi a különbség a között a szív között, amelyik elmékedik Isten törvényéről, és aközött, aki azt elhagyja: „Kövé a szívük, érzéketlen, én pedig törvényedben gyönyörködöm (törvényeden elmékedem?)” (Zsolt 119,70). Ezzel azt akarja kifejezésre juttatni, hogy az Isten törvényéről való elmékedés életben tartja a szívet, áttüzesíti azt, és isteni Igék forrásoznak belőle. Mert az elmékedés alapvetően magába foglalja a Szentírás szellemébe való állandó elmélyülést, és kutatja a parancs mögé rejtett igazságot, amelynek az eredménye minden esetben az ember gondolatainak megújulása. Az elmékedés kifinomítja, evangéliumibbá alakítja a felfogóképességét, és szófogadó, készséges és minden eshetőségre pozitívan nyitott magatartást adományoz neki.

A szemlélődés felé

Látjuk, hogy haladó szintjén az elmékedés lassan-lassan leválik az olvasásról, hogy egészen annak szentelje magát, amit az isteni igazságok megfontolása, a parancsok, és az isteni életbe való bekapcsolódás megkívánnak. Ekkor az elmékedés elkezd átmenni a szemlélődés első fokába, az Igében való elmélyülésen át az igazságban való elmélyülésbe, melyet az Ige rejt magában.

Az elmékedésben való állhatatosság Isten élő Igéjéről szent gondolatokkal tölti meg a szívet és a lelket, és ezt aztán a szemlélődésben hasznára fordítja. Egy idő után ezek a szent gondolatok szárnyakat adnak neki, és lehetővé teszik számára, hogy a lélek az olvasmányon való elmékedés nélkül rögtön az égbe szárnyaljon.

Az Isten Igéjén, az Úr parancsain és az ő ígéretein való kitartó elmékedés nélkül azonban lehetetlen, hogy szent gondolatok és megfontolások szülessenek bennünk, amelyek csordultig megtöltik szívünket, lelkünket.

Az ezzel járó boldogságon, a gondolatokon és megfontolásokon kívül, amelyek mérhetetlen kegyelmi kincset szereznek a szent könyvekről való állhatatos elmékedéssel, az Isten Igéjén, az Úr parancsain és az ő ígéretein való kitartó elmékedés a Szentlélek gazdagságát is megszerzi az ember számára. Eltávolít belőle minden rossz gondolatot, s ezen kívül Istennek tetsző adományt hoz létre az emberben: „Hadd legyen kedves előtted szám beszéde, és szívem elmékedése mindenkor, Uram, én segítöm, én üdvözítöm!” (Zsolt 19,15)

Egy szerzetesről mesélik, hogy egy átvirrasztott, hosszú éjszaka után, melyet az egyik szerzetes testvérenek erényei fölött való elmékedéssel töltött, szomorúan mesteréhez fordult, így szólva az idős atyához: „Atyám, hasztalanul elvesztegettem az éjszakát Untel testvérem erényeinek számba vételével. Harmincat számoltam össze és nagyon elszomorodtam, mert önmagammal összehasonlítva láttam, hogy egyiknek sem vagyok birtokában”. Az idős atya így válaszolt neki: „Az erények hiánya fölötti szomorúságod, és hogy valaki más erényeiről elmékedtél, többet ér harminc erénynél”. Ez a példa rávilágít, hogy az Úr parancsai bevésődnek az értelembé és a lelkiismeretbe és arra buzdítják az embert, hogy kutassa, hogy

hol található és hol nem található erények a lélekben. Megmutatja számunkra, hogy az Isten Igéjéről való elmélkedés valóban létrehozza bennünk az erényekről való elmélkedést és az azok megszerzésére tett erőfeszítéseket. Továbbá arra ösztökéli a lelket, hogy minden erejével és állhatatosan megvizsgálja és mérlegelje azokat az evangélium alapján, hogy ne leljen másban nyugalmat, csak az igazságban, amelyről elmélkedik, és ne leljen másban örömet, csak az isteni parancsok tettekre váltásában. Az elmélkedés tanító, aki kézen fogva vezeti az embert, hogy önmaga fölé emelkedjen, lámpás, amely megvilágosítja értelmét, és legfőképpen pedig lépéseit az örökkévalóság útjára vezeti.

A szent misztériumokon való elmélkedés

Az elmélkedés legmagasabb foka azonban kétségkívül az isteni megtestesülés „művéről”, a kereszten beteljesülő megváltásról és a feltámadásról való elmélkedés, amely megadta számunkra az élet lehetőségét. Ha az ember elégséges időt szán az Isten tervének misztériumairól való elmélkedésre, amelyet az evangélium egyszerű és világos szavakkal ír le, akkor titkos értelmük megnyílik szíve számára, lángoló erővel töltik el, amely képes arra, hogy új életet ajándékozzon neki: „Krisztust akarom megismerni, és feltámadásának erejét, a szenvedéseiben való részvételt hozzá hasonlva a halálban, hogy eljuthassak a halálból való feltámadásra” (Fil 3,10); „Hogy Krisztus a hit által a szívetekben lakjék, s a szeretetben meggyökerezve és megalapozva fel tudjátok fogni az összes szentekkel együtt, mi a szélesség és a hosszúság, a magasság és a mélység, és megismerhessétek Krisztus szeretetét is, mely minden ismeretet meghalad, s beteljetek Isten egész teljességével” (Ef 3,17-19).

Itt az elmélkedés a Szentírás szavaihoz és kifejezéseihez kapcsolódik, és nyilvánvalóan a sugalmazott szöveg értelmére összpontosít. Ebben különbözik az ugyanezekről a misztériumokról való szemlélődéstől, amely szabadon halad, nem határolja be a szöveg szószerintisége, hanem ráhagyatkozik a személyes benyomások összességére és kitágítja az értelem és a megismerés határait.

Így az Isten tervének misztériumairól való elmélkedés, pontosan úgy, ahogy azokat a Szentírás bemutatja, feltétlen alapja a valódi szemlélődésnek, amely lehetővé teszi ugyanezen misztériumok erejének és fényének befogadását. A kitartó, sikeres és boldogító elmélkedés teszi lehetővé a szemlélődésben való előrehaladást és fejlődést.

Az elmélkedés, ez a vonzó, lebilincselő lelki munka, szerves részét képezi az imának, kötelesség, amely mindent kizárva sürgetően jelentkezik, mert az ember nem tud a Szentírás ígéiből táplálkozni, ha szívében és elméjében nem ismételteti azokat: pontosan ez az elmélkedés. Nem lehet valódi és lángoló imába merülni Istennel, anélkül, hogy Isten előtt állva elismételjük ígéretének szavait, kapcsolatba kerülnénk velük, ragaszkodnánk hozzájuk. Az elmélkedés ennek a függvénye.

Az elmélkedés tehát olyan ima, amely Isten Szavának és ígéreteinek a szívben és az elmében való ismételtetésén alapul, mindaddig, amíg azok be nem épülnek az ember hitébe és reményébe, és valódi erővé nem válnak benne, amelyekre rábízhatja magát szükség idején: „Szívembe rejtem igéidet, hogy ne vétkezzem ellened” (Zsolt 119,11).

A szenvedély hevétől vezetve vagy harcban a lanyhasággal

Amikor a Szentlélek tüze lángra gyújtja az embert, akkor az elmélkedés könnyedén és teljesen magától értetődően sikerül, anélkül hogy erőfeszítéseket kellene tennie a koncentrálásért, vagy hogy erőltetnie kellene az érzelmeket. Ebben az esetben spontán vagy egyszerű imáról beszélhetünk. Ez bensőséges, melegséggel, bizalommal és szeretettel teli beszélgetés a Teremtőjével, és abból a vágyból táplálkozik, hogy dicsőítse műveit, tulajdonságait, bölcsességét, vagy dicsőítse irgalmát, és végtelenül szerető és tapintatos gondoskodását. Ekkor a csöndes elmélkedés során a lélek lángra lobban, és nem tud hallgatni

tovább. Szavakkal kezd imádkozni, mint a gyermek, aki egyszerű szavakkal fejezi ki túláradó érzelmeit, amelyek akadálytalanul ömlenek belőle és kifejezik a szeretetet, imát és hódolatot. Az ember szíve megnyílik Isten előtt és érzi isteni kezének elmondhatatlan, felkavaró érintését.

De ha az ember e nélkül a szív imájára buzdító lángoló előkészület nélkül akarja elkezdni az elmélkedést, nagy belső erőre, nagy szellemi koncentrációra van szüksége, amely lehetővé teszi a lélek számára a lanyhaság legyőzését, értelmét felszabadítja a külső aggodalmaktól, és képessé teszi arra, hogy elmerüljön a lelki olvasmányban, amely az ima állapotába emeli őt. A tudatnak akarattal le kell rázni magáról minden belső pszichológiai és szellemi akadályt, amelyek az ima elapadását és az Istennel való kapcsolat elhanyagolását eredményeznék.

A tudat erőfeszítésének középpontjában a szeretet áll, a lanyhaság és a külső gondok legyőzése. Ha az ember önként és teljes szívvel közeledik Isten szeretetéhez, akkor is, ha kezdetben ez nem akadálymentes, rögtön érzi, hogy elárasztja őt Isten szeretete. Mert Isten támogatja az embert erőfeszítéseiben, hogy végül egyesülhessen vele.

Tehát az akaratnak mindvégig aktívnak és türelmesnek kell maradnia, amíg az isteni erő érkezésére vár, és amíg az el nem árasztja őt. Akkor majd lelke izzásba jön, személyisége át tudja adni magát az elmélyülésnek és könnyedén, és örömmel elkezd imáját és elmélkedését.

A léleknek ez az útja a belső szárazságtól és az értelem evilági gondjaitól a lelki olvasmányon keresztül vezet az embert a belső koncentrációra, a lelki tűzre és imára. Valójában késlelteti abban, hogy kiépítse a legfontosabb lelki utat, az egész imaélet legkényesebb pontját, az egyedüli kaput, amely a lelkiélet titkaira nyílik, a mennyei lépcső első lépcsőfokát, amely egyesíti a lelket Teremtőjével.

Az út elején az ember lelkének egy bizonyos ellenállásába ütközik, jelentéktelen gondok és aggodalmak kerítik őt hatalmukba. Gondolatai egyik képről a másikra ugorva lényegtelen dolgokkal terelik el figyelmét. Ilyenkor az akarat egyetlen fegyvere az őszinte belső szándék és hogy tekintetét Krisztus arcára szegezve kitartó szívóssággal kapaszkodjon a szeretetbe, esedezzen és várakozzon, míg az égi kegyelem elérkezik, és szeretettel viszonyozza a szeretetet.

A Szentírás az elmélkedés iskolája

A Szentírás termékeny forrás, amelyből kiindulva a Szentlélek megtanítja az elmélkedést tanítványainak. Valójában egy olyan nagy iskoláról van szó, amelynek leckéi soha nem érnek véget, amelynek gazdagságából mindig meríteni tudunk, amelynek igazsága időtálló, és amelynek nincs olyan része, amely értéktelen lenne. A Szentírás gazdagsága három alosztály szintjébe sorolható: a történelmi szint, amely a teremtés kezdetétől az idők végezetéig tart, és bár nincsenek szavai, ésszel felfogható; a jog és erkölcs szintje, amely magába foglalja a parancsolatokat, előírásokat és törvényeket, amelyeket Isten az emberekért felállított; a harmadik szint, amely az Istennel való kapcsolatot foglalja magába, Istennek az emberek iránt tanúsított szeretetét, ahogy ő erről megnyilatkozik és ahogy erre az emberek válaszolnak. Ez a három szint megfelel az Istennel való elmélkedésünk minden szükségletének, nem annyira önmagában a múlt eseményeinek vagy a valóságnak a mérlegelésével, hanem sokkal inkább az ajánlásokban, amelyek mindig megőrzik aktualitásukat, és amelyek a mi belső valóságunkat is alkotják.

Szép példája a heterogén elmélkedés szabad, egymást kiegészítő szintjeinek Dávid zsoltárainak csodálatos gyűjteménye. Az elmélkedésnek ez a remekműve valóban a zsoltáros hosszú és megindító Istennel való együttlétének gyümölcse.

Ami a teremtést illeti, nincs olyan teremtmény, amelyre ne úgy hivatkozna, hogy közben ne dicsérné a Teremtőt, aki alkotta. Beszélget Istennel az égi és földi és a föld alatti teremtményekről, a hegyekről és a dombokról, a tengerekről és forrásokról, a völgyekről,

rétekről és szántóföldekről, fákról, erdőkről, a füvekről és gyümölcsökről. Énekel a Napról, Holdról, égitestekről és csillagokról, a felhőkről és ködről, a hóról és a jégről, a melegről és a hidegről, az esőről és a viharról, beszél a csúszómászókról és a halakról, az égi madarokról és a földi állatokról, a vadállatokról és a háziállatokról, és mindenről, ami csak mozog a Föld színén. Beszél a népekről és nemzetekről, a nyelvükről és a Föld minden teremtményéről. Lelkéből fakadó dicsőítésében egyik után a másikhoz fordul, mivel ujjongva köszöntik a Teremtőjüket, hívja őket, hogy együtt dicsérjék őt és énekeljenek neki.

A zsoldáros a különböző zsoldárrészekben, különösen a híres 119. Zsoldárban, újra és újra visszatér arra, hogy Isten törvényeinél és parancsainál időzzön: szemlélteti jelentőségüket, szépségüket és édességüket. Tanúságot tesz a Teremtő előtt, hogy számára ezek édesebbek a méznél, hogy világosságot adnak a szemének, örömet a szívének, gazdagságot a lelkének, róluk elmélkedik éjjel és nappal, annyira, hogy lámpást jelentenek számára, amely vezeti a lépéseit és megvilágítja útját. Biztosítja a fiatalokat, hogy Isten Igéje fény és egyenesség útjukon, és a gyermekeket, hogy bölcsességet találnak nála. Aztán rábízta Istenre a nagy szomorúságot, hogy a bűnösök megszegik a parancsokat, a dölyfösök semmibe veszik a törvényt; haragszik azokra, akik gyalázzák, és megátkozta őket. Végül hálát ad Istennek, hogy parancsaival bölcsébbé tette, mint az ellenségeit, és hogy az öregeknél is okosabbá tette őt.

Másutt a zsoldáros Teremtőjéhez fordul, és saját állapotáról beszél: féregnek tekinti magát és nem embernek, nyomorultnak, semmit sem érőnek. Fiatalságára és tévútjaira emlékezve irgalomért esedezik, szeme előtt vannak a jelenlegi tévedések, a lelke elszomorodik. Kegyelemért könyörögve felkiált, szeme sírástól vörös, bűnbánó lelke szomorú, a csontjai elsovadtak a sóhajtozástól és a lelkiismeret furdalástól, szeme kidülledt, bőre a csontjára száradt, olyan, mint a bagoly és a magányos veréb a háztetőn (Zsolt 102,6)! Könyörgéssel fordul Teremtőjéhez, hogy ne büntesse őt haragjában, mert kész alávetni magát a fenytetésnek, de egy szerető atya irgalmas és kegyelmes szeretete szerinti büntetésnek. Kérleli, hogy ne ölje meg őt „az élete közepén” (Zsolt 102,25), hanem hagyja még élni, hogy hálából megfelelő módon dicsőíteni és magasztalni tudja őt. Dávid teljesen magáévá tette a Szentlélek tanítását és így kiérdemelte hogy az Úr tanúskodjon mellette: „Keresett az Úr magának szíve szerint való embert (Dávidot)” (1 Sám 13,14) és még: „Dávid miért hívja őt a Lélek által” (Mt 22,43).

Dávid így a Lélek által egy folyamatos és mindig időszerű mintáját nyújtja számunkra az Isten szándéka szerinti elmélkedésnek. Mindegyik zsoldár tökéletes alkotása az elmélkedésnek, amely önmagában elég arra, hogy elkezdjük az elmélkedésnek ezt a formáját, és a többi zsoldárral együtt egy bámulatos képét nyújtja számunkra, ahogy Dávid megélte az Úrral való bensőséges együttléteket.

Dávid rendkívüli előrehaladásának titka abban rejlik, hogy szüntelenül az Úr törvényein elmélkedik és elmélyül azok ismeretében.

Jól tudjuk, hogy az elmélkedés olyan művészet, amelyben a tökéletesség eléréséhez időre van szükség, de amelyben az előre haladás akkor is könnyű és gyors, ha nem értünk mindent világosan. Átala eljutunk minden lelki erényhez. Ahogy lassacskán előre haladunk egyre jobban érezzük hiányosságainkat és gyengeségeinket, majd ez egy olyan magas fokot ér el bennünk, hogy úgy érezzük, egy lépést sem tudunk tovább tenni, teljesen elfedi a haladást szemünk elől, és akadályt képez bennünk. Ez a kegyelem működése, nehogy az önteltség és gőg bűnébe essünk. Valahányszor azt érezzük, hogy elönt bennünket a gyengeség, ez árulkodó jele lesz annak, – ahogy az Atyák a Lélektől sugallva tanítják –, hogy elérkeztünk egy fontos állomáshoz, hogy kirajzolódik előttünk egy magaslat, és hogy az azon való átjutáshoz egy nagyobb lendület szükséges.

Az atyák mondásai (22–41)

22. A Szent Könyvekről való elmélkedés megtanítja a lelket az Istennel való párbeszédre. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Értekezések az önmegtartóztatásról, arab nyelvű forrás I,3,69)*
23. Van egyfajta olvasás, amely azt tanítja meg, mit kell tenned és van egy másik fajta, amely az erények édességéről való elmélkedéssel lánggra gyújtja a lelket ... Igen, a Szentírásról és a szentek éltéről való kitaró elmélkedésben, melynek alapja az Írások és az Atyák életére való emlékezés és azok megfontolása, áttüzesednek gondolatok és enyhévé teszik szemedben a szenvedést és a magányt, Isten munkálkodását benned. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,73-75)*
24. Az olvasás magasztos tevékenység, mert olyan kapu, amelynek az értelmünkön keresztül bejárata van az isteni titkokhoz, belőle merít életető erőt az ima tisztasága, tőle az elmélkedés is megerősödik. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,86)*
25. Az isteni Könyvek olvasása nélkül a lélek nem tud Istenhez közeledni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,87)*
26. A Szentírásról való elmélkedés az elsőszámú kapubejárat a Szentlélek bölcsességéhez és minden mennyei dolog ismeretéhez. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,132)*
27. Tudd meg, te, aki az igazság követője akarsz lenni, hogy a valódi elmélkedés az ima tisztaságából és a lélekben való elmélyülésből fakad. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,7,3)*
28. Az érzék, hogy megismerjük a zsoldárok rejtett titkait, olvasásuk közben fejlődik ki. És eközben megtapasztaljuk, hogy gondolataink hajója az ima és az erények vezetésével nap-nap után tisztán halad. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, I,7,32-34)*
29. Állhatatosan kitarítani az imában fontosabb, mint a zsoldározás, de ne hagyj el a zsoldározást sem. Mindazonáltal szánj több időt az imára, mint a zsoldármondásra... Attól a perctől kezdve, hogy ugyanannyi alkalmat szentelsz az imának, mint a különböző órák szerint kiszabott zsoldármondásnak, egy kis idő után észre fogod venni, hogy más emberré váltál. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,7-40)*
30. Nem ékesíti úgy a lelket a szemérem és a tisztaság, mint ahogy az Istennel való beszélgetés. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,85)*
31. A Szentlélek művéhez bennünk, amely a mennyei dolgokról való elmélkedéssel kezdődik és az Istenben való elragadtatásban teljesül be, az embernek az imában tett erőfeszítésre van a legnagyobb szüksége. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,186)*
32. A folyamatos elmélkedés Istenről állhatatosságot ad az imában. És az ima pedig állhatatos, lanyhulás nélküli Istenről való elmélkedésre serkenti a szívet. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,109)*

33. Az állhatatos elmélkedés Istenről és a gondolatok nyugalma alkalmassá teszik az értelmet, hogy az ima minden formájának mélyére hatoljon és megismerje Istent. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,133)*
34. Az imában az értelmünk közeledik Istenhez. Az imát az elmélkedés megújítja, megszenteli, és egyre gyümölcsözőbbé teszi. Az elmélkedés elnyom minden más gondolatot, mert szilárdan horgonyt vet az értelemben és az Isten ismeretéből származó belső titkokkal megvilágosítja. Azt mondhatjuk tehát: „Ki szakíthat el minket Krisztus szeretetétől? Nyomorúság vagy szorongatás? Üldözés, éhség, mezítelenség, veszedelem, vagy kard? Tűz vagy más teremtmény” (vö. Róm 8,35.39)... „A világ meg van feszítve számomra, és én a világnak” (Gal 6,14). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, I,1,135-138)*
35. Az imában az Istennel való beszélgetés vezet bennünket arra, hogy szüntelenül kell lélekben imádnunk Őt, hogy felfogjuk a mennyek országát, minden időben róla elmélkedjünk, az országról, amely nincs evilági helyhez kötve, és nem ismeri a test határait. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,140)*
36. Istennek hála, az ima és az elmélkedés heve úgy eléget minden rosszaságot és gonosz gondolatot, mint a tűz. Ezért szárnyakat ad a szerzetesnek és lehetővé teszi, hogy lelki tudáshoz jusson arról, hogy a szellemi lények hogyan adják meg hódolatukat Istennek. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,6,52-53)*
37. Nemcsak a harcok válnak számára kicsi dologgá, hanem semmibe veszi a testet is, amely a harc okozója. Ez az ima hatása, és ez az égi dolgokról való elmélkedés haszna. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,1,130)*
38. Azzal a céllal adok neked egy a gyengék számára alkalmas tanácsot, hogy megkönnyítsem az előrehaladást: maradj ülve, arccal a földre borulva tartsd kezekben a Könyvet. Állhatatosan tarts ki a könyörgésben, azért hogy a szent szövegről való elmélkedés egyesüljön az imával. Így a tiszta olvasás megadja a kegyelem világosságát az imához, és ily módon az olvasmány miatt az ima édes lesz számodra. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,97)*
39. Ha valaki szereti Jézust, igaz lélekkel hallgat rá, és nemcsak hallgatja, hanem „megmarad szeretetében” (Jn 15,9), annak a léleknek Isten rögtön szeretetet ad cserébe. Máriának, aki szerette és a lábához ült, nem egyszerűen felajánl egy ajándékot, hanem egy bizonyos titkos, az ő lényéből származó erőt ad. Azok a szavak, amelyeket Isten a lélek békéjében és erejében Máriához intézett, a szívéig hatolva lelkéből a lelkévé váltak és mennyei erő töltötte be a szívét. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 16)*
40. Hallgattasd el a nyelved, mert a szíved beszél (elmélkedés); hallgattasd el a szíved, mert a Szentlélek beszél (szemlélődés). *(Dalyatha Szent János, Homiliák a Szentlélek ajándékairól)*
41. Tartsd őt a karjaidban, mint az édesanyja, Mária, lépj be a három királyokkal és add át ajándékaidat. Hirdesd születésének jó hírét a pásztorokkal és magasztald őt az angyalokkal. Vedd karjaidba, mint az agg Simeon és tartsd őt a kezekben. Vedd magad mellé Józseffel és vidd Egyiptomba. Amikor a többi gyermek között látod, hívd magadhoz, csókold meg őt és szívd be testének illatát, mely életet ad a mindenségnek.

Kövesd őt növekedésének és neveltetésének minden állomásán, így állandó kapcsolatban leszel vele és egyesülsz szeretetével, amitől a te halandó tested felveszi az élet illatát, amely az ő testéből jön. Menj vele fel a templomba, és hallgasd, hogy kérdezi az öreg törvénytudókat, akik elképedve hallgatják bölcsességgel teli szavait. Amikor kérdez és válaszol, hallgatják és csodálják bölcsességét. Kelj föl, és menj le a Jordánhoz, fogadd őt Jánossal együtt és ámulj el és csodáld meg alázatát, amikor látod, hogy fejét lehajtja János előtt, hogy felvegye tőle a vízzel való keresztséget!

Menj el vele a pusztába, mászd meg a hegyet és ülj csendben a lábaihoz a vadállatokkal együtt, amik odajönnek, hogy élvezzék Uruk társaságát. Aztán kelj föl vele együtt, hogy megtanuld, hogyan kell megküzdeni és megharcolni az ellenségekkel.

Állj meg a kút pereménél a szamáriai asszonnyal, hogy megtanuld a Lélekben és igazságban való imádást, told odébb Lázár sírjáról a követ, hogy megtanuld a halálból való feltámadást. Menj a tömeggel, tolongj, hogy te is kapj egy darabot abból az öt kenyérből, hogy megtanuld az ima áldását! Menj, hogy felébresztd őt álmából a bárka végében, amikor a hullámok háborognak körülötted. Sírj Mária Magdolnával, és fűröszd meg lábait a könnyeiddel, hogy meghallhasd szájából a neked szóló bátorító szót. Hajtsd fejedet Jánossal a mellére, hogy hallgasd a szívverését, amely a környező világ szeretetéért dobog! Végy egy darabot abból a kenyérből, amelyet megáldott az utolsó vacsorán, hogy egyesülj testével, és örökké vele maradj.

Tartsd oda a lábadat, hogy megmosson, hogy megtisztulj a bűneidről és tisztátalanságaidtól. Menj vele ki az Olajfák hegyére, mert megtanít téged imádkozni, és térdre borulni, hogy mint őt, elborítson a verejték. Kelj fel, hogy vele együtt fogadd azokat, akik gyaláznak és keresztre fognak feszíteni, nyújtsd vele együtt oda a kezéd a láncoknak, és mint ő, hagyd, hogy arcul üssenek és leköpjenek, nyújtsd oda meztelen gerincedet a korbácsnak. Kelj föl, barátom, ne hagyd el magad, ez az út és a verés ideje, vidd a keresztet. Vele együtt tartsd oda kezéd a szögeknek, és ne kíméld a lábad. Igyál vele együtt epét.

Kelj fel, amikor hasad a hajnal és még sötét van, és menj a sírhoz megnézni a csodálatos feltámadást. Ülj le az emeleti szobában és várakozz rá csukott ajtók mögött. Nyisd ki a szemed, hogy eltöltsenek a béke szavai, melyek szájából felhangzanak. Menj a többiekkel arra a magányos helyre, és hajtsd le a fejed, hogy megkapd az utolsó áldást a mennybemenetel előtt. *(Dalyatha Szent János, Homília az Úr életéről szóló elmélkedésre)*

3. A szemlélődés

„Imádkozzam lélekben, de imádkozzam értelemmel is.” (1 Kor 14,15)

Kevesen veszik a fáradságot, hogy idejük egy részét annak szenteljék, hogy megtapasztalják Isten jelenlétét, de még kevesebben vannak azok, akik Isten kegyelméből elérkeznek arra, hogy belső életükben a szemlélődés áldásainak örvendjenek. Pedig az imádság ezen formája által, amely a lelkiélet gyümölcse, az ember visszatér Ádám eredeti lelkiállapotának szépségéhez.

Már beszéltünk az elmélkedésről, mint a belső ima első állomásáról. Fontos azonban megjegyeznünk, hogy az elmélkedés és a szemlélődés között nincs jól meghúzzható határvonal, sőt inkább átjárhatóság van. De azért azt pontosítani tudjuk, mint ahogy ezt majd az Atyák szavai bizonyítják, hogy az elmélkedés az alap, amire a szemlélődés támaszkodik, vagy még pontosabban, az elmélkedés egyfajta gyakorlat, egy tréning, hogy eljussunk a szemlélődéshez. Ha az elmélkedést a lélek lendületével az olvasás vagy más gyakorlat által gyakorolja, akkor a szemlélődést ugyanazzal a lendülettel, erőfeszítés nélkül éli meg az ember. Amíg az első lépésben a képzelőerő és a gondolkodás képességéért tett erőfeszítés van

a középpontban, a második lépés szinte erőfeszítés nélküli. A befelé tekintő lélek és a szív nyugalma megpihen Istenben.

Téves az az elgondolás, hogy a szemlélődő élet nélkülöz minden külső tevékenységet. Ha így lenne, csak az aszkéták, és remeték életformája lenne. Valójában a szemlélődés nem kiváltsága senkinek, hanem az elmélkedő ima mindenki számára hozzáférhető állomása, világinak és szerzetesnek, házasoknak és cölibátusban élőknek, fiataloknak és öregeknek egyaránt.

Amíg az elmélkedés inkább a megértésben való elmélyülést követeli meg és következésképpen a gondolkodás és az értelem megnövekedett tevékenységét jelenti, addig a szemlélődéshez az értelmi erőfeszítésektől és a gondolatok rabságától mentes teljes nyugalom szükséges, mert míg az elmélkedésben az értelem kutatja az igazságot, hogy meghatározza azt, addig a szemlélődésben maga az igazság kezdi elfoglalni és betölteni a gondolatokat. Ami az isteni igazságból felragyog benne, az nyugalomának és csendjének mértéke szerint megvilágosítja és átformálja őt.

A szemlélődés lelki tapasztalata semmiben sem haladja meg a lélek eredeti, nyugodt állapotában való természetes képességét. Az első teremtkor a lélek eredeti természete szerint képes volt csendben és nyugalomban állni Teremtője előtt és ez az állapot megfelel az isteni igazságok szemlélése állapotának. A lélek rendes, természetes állapotához nem szükséges, hogy pozitív vagy negatív legyen, nem szükséges semmilyen erőfeszítés, hogy méltóvá váljon az isteni igazságok befogadására. Egyszerűen csak nem kell hagyni, hogy a jelentéktelen dolgok, az aggodalmak és szenvedélyek elválasszák Istentől, mert különben nem lesz képes arra, hogy befogadja az isteni igazságokat.

A lélek a saját természetes állapotában, szabadon a gondolatoktól és aggodalmaktól a belső éberség és megfontoltság állapotát élvezzi, amelyet az Atyák „józanságként” (*népsis*) határoznak meg. Semmi sem foglalkoztatja, és a szív az éberség és a virrasztás állapotában van, amit az Atyák a „szív figyelmenek” (*hè kardiakè prosochè*) neveznek.

Ez az állapot a szemlélődés alapja, amely az embert az isteni igazság befogadjává és szemlélőjévé teszi. Hogy a lélek elérkezett ide, annak az a jele, hogy ugyanakkor megszerzi a megbízható ítélet és a helyes viselkedés tudását, amelyet az Atyák a „megkülönböztetés képességeként” (*diákrisis*) határoznak meg.

Ennek ellenére az elmélkedés legyen egyszerű, és kizárólag a nyugalomtól és a minden észbeli és lelki tevékenységről való lemondástól függjön – legyen az akár pozitív vagy akár negatív – nem követelve mást a lélektől és az értelemtől, mint hogy maradjon készen és álljon rendelkezésre: „Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem” (vö. Zsolt 57, 8) –, mégis sokaknak nehézséget jelent, hogy megszakítsák pszichológiai és intellektuális tevékenységüket, és megszerezzék ezt az egyszerűséget és belső nyugalmat. Ilyenkor a léleknek gyakorlásra van szüksége, hogy alkalmassá váljon a szemlélődő állapotba való eljutásra.

Ez a tréning már önmagában a szemlélődés egy formája, amelyet „akaratlagos szemlélődésnek vagy gyakorlásnak” avagy „tanult szemlélődésnek” nevezünk.

A szemlélődés különböző fokainak részletezése előtt még egyszer megerősítjük, hogy az ima minden osztályozásának érvénye relatív: a különböző lépcsőfokok átjárhatók és a Lélek szabadon jár-kele fel-le egyikből a másikba pontos szabályok megkötöttsége nélkül. Az ima különböző fázisai rávilágítanak a lélek Isten előtti helyzetére, de semmilyen módon nem utalnak sem Isten velünk kapcsolatos magatartására, sem arra, hogy mennyire fogadja szívesen imánkat. Ezek mindössze emberi életünk során szerzett tapasztalatok és nem az üdvösség elengedhetetlen állomásai.

Az akaratlagos szemlélődés

Ez az, amit közelebbről megvizsgálunk, mert az ebben való előre haladásnak az akaratunk az alapja. Emiatt kezdetben az emberi erőfeszítés körül forog, ám a folytatáshoz szüksége van a kegyelem segítségére.

Mielőtt a szemlélődésnek erről a fokáról beszélünk, még egyszer el kell ismételünk, hogy a szemlélődés, minden formájában és bármilyen állapotában, nem realizálható pusztán az ész tevékenységéből kiindulva, nem lehet csak az emberi akaratra alapozni. Mindenekelőtt megkívánja a lélek és az értelem belső készségét, hogy kész legyen arra, hogy hatékonyan befogadja az isteni igazságoknak a lelkére és az értelmére gyakorolt befolyását.

Emiatt egyedülálló, objektív módon meg kell határozni az akaratlagos vagy tanult szemlélődést, a belső nyugalom és a szellemi derű egy bizonyos szintjét, amely azonos a valódi szemlélődésre való alkalmassággal. Más meghatározás szerint a tanult, akaratlagos szemlélődés olyan tevékenység, amely elvezet a valódi lelki szemlélődés, a *theória*, állapotának befogadásához.

A szemlélődésnek ez a gyakorlata, amely elvezet a lelki *theória* állapotához, egy nagyon ősi patrisztikus hagyományhoz nyúlik vissza, amelyet gyakran megtalálunk az elsők tanításaiban: Nagy Szent Makariosz a Szkétiszben vagy Izsák atya Nitriában, akiknek Johannes Cassianus egy hosszú és részletes leírásban ezt a lelki tapasztalatot tulajdonítja⁹.

Végül is úgy foglalhatjuk össze, hogy értelmünket egy rövid szentírási versre, formulára koncentráljuk – itt *monológistosnak* (egy szavasnak) nevezzük – és ezt az ember szünet és félbeszakítás nélkül állhatatosan ismétli mindennap, hosszú órákon át, értelmét a kis vers szűk jelentésére rögzítve, azaz a koncentráció tárgya egy bizonyos Jézushoz intézet fohász – ebben az esetben *onomatolatreianak* (a Név hódolatának) nevezzük – melyet abból soha ki nem zökkenve ismétel. Valahányszor a gondolatok elkalandoznak ettől, visszaparancsolja őket. Végül megszokja, megszűnik szétszórtsága, elcsendesül és megnyugszik. Az első Atyák idejétől fogva lelki tapasztalat, hogy ez az egyszerű gyakorlat belső csendet teremt, amely elvezeti az embert a tiszta szemlélődéshez, a lelki *theóriához*. A későbbi bizánci hagyomány ebből egy önálló imaformát csinált, a Jézus imát, amelyben a szavakat és a módot precízen – komoly teológiai viták során – rögzítették. Az imának ez a formája napjainkig is fennmaradt, és tekintélyes fontosságú a bizánci és az orosz egyház és más keleti egyházak lelkiségében.

Jelenleg ebben a lelkigyakorlatban az a képesség a fontos, amely csodálatos gyorsasággal békíti ki a lelket, az érzelmeket és a gondolatokat és az ő uralma alatt az értelem működése az ima határai közé korlátozódik.

Ennek a gyakorlatnak az elsődleges célja, hogy belépünk a lelki derű és belső csend és béke, a *hesychia* állapotába. Ezért van, hogy az Atyák a *hesychiát*, a csend imájának nevezik. Megjegyezzük, ez az imamód, amiről beszéltünk, teljesen alkalmatlan az olvasáshoz, elmélkedéshez, dicsérő énekhez és minden más pozitív lelki tevékenységhez.

Az Atyák néhány tapintatos útmutatással és ajánlással szolgáltak ahhoz, hogy a külső magatartás hogyan tudja megkönnyíteni a belső derű állapotára való eljutást: ennek módja, hogy egy csendes helyen ülünk, mozdulatlanul, értelmünk befelé tekintve a szívünkre koncentrál, úgy hogy az imában a szívhez társul és aztán lecsillapodva aláveti magát a szívnek, átadva neki a fennhatóságot.

Ezek útmutatások, melyeknek egyetlen célja van, hogy a személyt felszabadítsa azoktól a külső és belső tényezőktől, amelyek uralmuk alatt tartják a lelket és az értelmet, elválaszthatatlanná teszik az emberi tevékenységtől, amely mint második természet,

⁹ Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) IX. X. fejezet (Pannonhalma – Tihany 1998)

megfosztja az embert az emberi lélek természetének eredeti alkotóelemétől, a csendtől és a lélek nyugalmatól.

Ily módon az imának ez a formája, amely az első Atyák szabályai szerint Jézus nevének ismétléséből vagy egy rövid szentírási versből állt, segíteni akarta az ember lelkét és értelmét, hogy vissza tudjon térni eredeti természetes állapotához: a lelki nyugalomhoz, amely lehetővé teszi az embernek, hogy meghallja Isten hangját, meglássa szívében az ő fényét, vagyis a valódi lelki szemlélődés állapotához.

Kétség kívül ez az Úr Jézus végső akarata, amikor arra buzdít bennünket, és azt mondja, hogy állhatatosan imádkozzunk: „Szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni.” (vö. Lk 18,1) és ugyanebben az értelemben mondta Pál apostol: „Szüntelenül imádkozzatok!” (1 Tessz 5,17).¹⁰

Az akaratlagos vagy tanult szemlélődés mindenkinek elérhető, hivatásától függetlenül, egyházi személyeknek vagy laikusoknak egyaránt. A szemlélődés az „erős torony” (vö. Péld 18,10), amely megvédi élet és munkakörülményeiket a károsodástól. Növeli az akaratot, megtermékenyíti a személyiséget és ellátja az elmélyülés magas fokú képességével, éleslátással, és a megkülönböztetés képességével, ezzel alkalmassá téve az embert, hogy másokat vezessen.

Ez az oka, hogy a buzgóság megtartása a szemlélődésben a lélek formálásának és építésének leghatékonyabb eszköze, ami képessé teszi arra, hogy azt minden szinten felelősen alkalmazza.

A szemlélődés megkezdése

Ahhoz, hogy a lélek megkezdje a valódi és gyümölcsöző szemlélődést, néhány alapvető körülmény szükséges:

a) *Szabadnak lenni a küzdelemre.* Nem szükségszerű, hogy az ember a földi gondoknak, a hibáinak és rossz szokásainak a rabszolgája legyen. Szabadnak kell lennie a bűnnel való küzdelemre. Ez az út azoknak könnyű, akik megtapasztalták és gyakorolják az elmélkedést, mert az Istennel való párbeszéd az eszközök közül a legfontosabb és leghatékonyabb, amely megszabadítja az embert, elégeti a bűnöket, legyőzi vonzerejüket és hatalmukat, ahogy ezt megtudjuk Szír Szent Izsák elmélkedéséről mondott szavaiból.¹¹

Emlékezzünk vissza és ismételjük meg az elmélkedés gyakorlásának fontosságát és a megtérés szükségességét ahhoz, hogy Isten kegyelméből elérkezzünk a tisztaság állapotára, hogy elkezdjük a szemlélődést, amelyben színről színre találkozunk Istennel, ahogy Szent Ágoston mondja. Az előkészület útját két szóban összefoglalhatjuk: a cél érdekében *lemondani* önmagunkról és *legyőzni* a vágyakat és a szenvedélyeket.

A lélek megszabadítása a vágyak és szenvedélyek rabszolgaságából az aszkézis (*áskesis*) része. Az aszkézis általában a lélek pozitív tevékenysége, ellentétben a negatív tevékenységgel. Egyedül az erénygyakorlatok – ahogy az Atyák nevezik, a *praxis* – képesek lekaszálni lábunk alól a bűnök és rossz szokások fűvét.

Aszkézis és az erények elsajátítása érdekében tett erőfeszítések nélkül lehetetlen valódi sikert elérni a szemlélődésben vagy általában a lelkiéletben. Johannes Cassianus ezt mondja: „Hiába törekszik Isten szemlélésére az, aki nem kerüli a bűn szennyét”.¹²

b) *Uralni a gondolatot.* Az, aki már leigázta saját énjét és legyőzte a bűnt, a szenvedélyeket és azok vonzerejét, az könnyen uralja a gondolatait is. A szemlélődés

¹⁰ vö. A szüntelen imádságról rész

¹¹ vö. Az Atyák mondásaiban 30. 36. 37.

¹² Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) XIV. fejezet 2. (Pannonhalma – Tihany 1998)

megkezdésének fontos összetevői a szétszórtság megszüntetése és a belső nyugalom. Nagy Szent Gergely azt mondja: „(A lélek) semmiképpen nem tud magába mélyedni, ha előtte nem tanulja meg, hogy eltávolítsa szeme elől az emlékezet árnyképeit (*phantasmata*), a földi és égi dolgokról való képzelgéseket, hogy távol tartsa és eltíporja mindazt, ami gondolatait a látás, a hallás, a szaglás, a tapintás, az ízlelés részéről éri, hogy tőlük szabadon belül keresse önmagát... (A lélek számára) az első kis lépés, hogy elmélyedjen önmagában, a második az önmagára tekintés ebben az elmélyedt állapotban, a harmadik, amikor önmaga fölé emelkedve, az értelemmel együtt aláveti magát a Teremtőről való szemlélődésnek.¹³

A szemlélődés kezdetének és Isten látásának lényeges állomása az értelem elmélyülése, mert csak a lélek mélységén keresztül lehet elérkezni Istenhez. Igaz, Isten mindenütt jelen van, de ez az ő természetére vonatkozik, amely betölti a világegyetemet, nem a velünk való kapcsolatra. Ebben a tágas világban azonban nincs olyan hely, ahol Istennel találkozhatnánk, egyetlen helyet kivéve: a lelkünk belsejét. Ő ott várakozik ránk, ott tudunk találkozni vele, beszélni hozzá és ő is ott szól mihozzánk. Szt. Ágoston istenkeresése során tanúságot tesz arról, hogy csak önmagunk legmélyén tudjuk megtalálni Istent:

42. Ámde hol vagy emlékezetemben, hol rejtőzöl benne én Uram? Micsoda hajlékot emeltél ott magadnak? Milyen szentélyt építettél magadnak benne? Hogy benne légy, te adtad ezt a méltóságot emlékezetemnek. És most kutatom, hogy melyik részében tartózkodol.

Míg reád emlékeztem, túlhaladtam az állatokban is megtalálható részein, mert ezekben a részekben, az anyagi dolgok képei között, meg nem leltelek.

Más részeibe irányítottam magamat. Ezekre bíztam lelkem érzelmeit, de ott sem találtalak. Majd beléptem lelkem emlékezetemben levő székhelyébe, mert hiszen magára is emlékszik a lélek, téged azonban nem találtalak. Amint ugyanis nem vagy testi kép, éppen úgy nem lehetsz bennünk hullámozó emberi érzelmek: öröm, szomorúság, vágyódás, félelem, emlékezés, felejtés és más egyéb hasonló.

Azokban lelkem sem az Isten, hiszen te vagy lelkem Ura Istene. Mindez változó valami, te pedig változatlan vagy mindenképp fölötte és mégis méltónak tartottad Uram, hogy emlékezetemben végy lakást, amióta megismertelek.

Mit is keresgélem, hogy melyik részében lakozol te, mintha valóban helyek volnának ottan? Annyi bizonyos, hogy benne lakozol, mert emlékezem reád, amióta megismertelek és megtalállak abban, ha eszmélődök rólad ...

Éppen olyan régi, mint örökkön új Szépség: s későn gyulladt föl szereteted bennem. Íme, belül voltál, én pedig kívül és kint kerestelek. Szépséges világodnak én rútságommal rohantam neki. Velem voltál, de én nem voltam veled. Távol tartottak tőled engem olyan dolgok, amelyek nem léteznének, ha nem volnának benned. (*Szent Ágoston, Vallomások 10, 25.36, 27.38. Ecclesia 1974.*)

c) A szeretet szükségessége

A szeretet kell, hogy a szemlélődés ösztönző ereje legyen: Nagy Szent Gergely ragaszkodik hozzá, és elengedhetetlenül szükségesnek tartja a szeretetet a szemlélődés elkezdéséhez. Ezt ajánlja: „Mielőtt valaki a szemlélődésnek szándékozik szentelni magát, vizsgálja meg magát, hogy megtudja mekkora benne a szeretet. Aztán a szeretet erejéből, amely olyan, mint egy darumadár, amely a világon kívülre törekszik, a magasság felé emelkedik”.¹⁴

¹³ Nagy Szent Gergely: *Homilae in Hiezechihalem 2,5,9.*

¹⁴ Nagy Szent Gergely: *Moralia in Job 2,6,58.*

És még azt is mondja: „A szemlélődés nagy adományát csak azok kapják meg, akik szeretnek”.¹⁵

Ezekén kívül látni fogunk még az „Atyák mondásaiban” egy figyelemre méltó szakaszt Dalyathata Szent Jánostól a szeretetről.

A szemlélődés, avagy a tiszta ima adománya

A felszabadult, nyugalomba visszatért lélek, hogy Istenhez közeledjen, elhagyja az aggodalmakat és lemond arról, hogy önmagára és a saját értelmére hagyatkozzon. Imája nem forog többé az emberi ész erőfeszítése vagy valamiféle lelki tevékenység körül. Egyszerű, csendes jelenlétben és nyugalomban van Isten előtt. Ott a lélek befogadja a valódi isteni igazságokat, kutatás, fáradozás, és az értelmük keresése nélkül. Az Atyák ezt tiszta imának (*proseuchè katharà*) nevezik, ami meg van tisztítva az értelem minden képzetétől. Szír Szent Izsák ezt lelki imaként határozza meg. Az emberi fáradozás és aszketikus erőfeszítés sikerének a legbiztosabb próbája a tiszta imához való eljutás, mert a tiszta imához való elérés azt jelenti, hogy a lélek bizonyosan megszabadult a rossz tevékenységtől, semmilyen bilincs nem tartja megkötve és leigázva.

Amikor az ember elkezd a szemlélődést gyakorolni, nem azonnal jut el a tiszta imához. A tiszta ima a szemlélődés utolsó állomása és végső erőfeszítés arra, hogy megszabaduljon az ész tevékenységtől, ami meghamisítja a lelki megismerést és deformálja az igazságot. Ez után az állomás után a szemlélődés valóban tisztán lelkivé válik.

Kétségtelenül az embernek hosszú időszakokon kell keresztülmennie, amelyekben az emberi gondolkodás belekeveredik az istenibe. Azonban az állhatatosságnak, az egyszerűségnek és a szeretet hevének köszönhetően az értelem tevékenysége lassan-lassan lecsendesül, és megáll, szabad teret engedve az isteni igazságoknak azért, hogy azok fölébe kerekedjenek az emberi értelemnek: „Megismeritek az igazságot, és az igazság szabaddá tesz titeket” (Jn 8,32).

Míg az értelem van túlsúlyban, tevékeny és hatékony, az akaratnak nem sikerül megszabadulnia. Mivel az akarat az értelemhez van kötve, az emberi természet befolyása alatt marad. De abban a pillanatban, hogy az értelem kezd elcsendesülni és abbahagyja tevékenységét, az akarat lassan-lassan felszabadul és a kegyelem közvetlen befolyása alá kerülve határozottan Isten felé irányul. A lélek ekkor a szellem területére lép. Gondolatai, és imája lelkivé válik. Elárasztja őt a béke és az isteni nyugalom, amit az Atyák a szív csendjének, *hesychiának* neveznek: A lélek akkor, ahogy Szír Szent Izsák mondja, a Szentlélek hatása alatt mozog.

Nyilvánvaló tehát, hogy a szemlélődés tiszta és tökéletes formájában nem az értelmi tevékenységen alapul, hanem pont ellenkezőleg, arról lemondva belső nyugalom és csend kíséri és igen nagy egyszerűség és boldogság. Ahogy az ember lelki életének folyamán kipróbálja, nincs megnyugtatóbb és vidámabb, mint a szemlélődés, amelyről néhány Atya úgy beszél, mint az Országról¹⁶, az erős boldogság és hallatlan öröm miatt, amikor a lélek Istennel találkozik, és őt megízleli.

A szemlélődésnek ez a formája elejétől végig a kegyelem tiszta ajándéka, nem követel semmit az ember részéről: nem kell rendkívüli állapotba kerülnie, nem kell erőfeszítéssel, buzgalommal vagy akaratlanul megszereznie. Kizárólag a kegyelem műve, úgy és amikor Istennek tetszik, választásának és óhajának mértéke szerint. Ez a fajta imádság aztán bele tud torkollni imán túli állapotokba: ekstázis, látomás, kinyilatkoztatás, a prófétálás ajándéka, és nagyobb karizmák, mint a csodatétel és a betegek gyógyítása.

¹⁵ Nagy Szent Gergely: Homilae in Hiezechihelem 2,5,17.

¹⁶ mennyek országa

A spontán szemlélődés

Annak számára, aki gyakorolja az elmélkedést, elérkezik egy pillanat, amikor érezni kezdi, hogy megszabadul annak szükségétől, hogy újraélessze a saját belső lelki figyelmét. Amikor belsőleg az imádságra készül, rögtön az ima mélységének közepébe találja magát, érzései koncentrálnak és értelme is összpontosul. Így érkezünk el a szemlélődés küszöbéhez, ahol nem szükséges több erőfeszítést tenni az olvasásért, a képzeletért vagy más gyakorlatért... Az ima természetessé válik, nincs szüksége többé arra, hogy felfrissítse a körülményeket az új kezdéshez. Isten jelenlétének érzésével ez a gyors behatolás az ima mélységeibe azt jelenti, hogy Istennel való kapcsolatunk megszilárdult, és az elmélkedés alatt már nem csak rövid pillanatokban érezzük a jelenlétét, hanem ezek a percek megszorodnak, és immár végig lefedik az egész szemlélődésre szánt időt. Azt is jelenti, hogy elkezdünk egy az előzőknél egyszerűbb új imaformáját. Mindössze az a nehézség, hogy meg legyünk győződve arról, hogy ez valóban egyszerű. Attól a naptól fogva, hogy meg leszünk győződve erről és megszabadulunk attól a tévhittől, hogy ez túl nehéz számunkra, nagy előrehaladást teszünk e felé az imamód felé.

Ez a gyakorlat könnyű és egyszerű, ugyanakkor egyszerű lelket kíván, az előrehaladás képességét anélkül, hogy kérdeznénk hol, hogyan csináljuk. Hasonló és párhuzamos állapot azzal, amikor sötétben megyünk egy úton, egyszerű, ösztönös hittel, miközben nem állnak szolgálatunkban sem az érzékek, sem a gondolatok, sem a képzelet. Mint egy vak, akit arra hívtak, hogy menjen egy úton, ahol nincsenek se csapdák, se veszélyek, kevés az akadály és jobbra és balra nincs korlát. Ha a vaknak egyszerű szíve van, nyugodt a lelkiismerete, nyugodtak a gondolatai és a képzelete ellenőrzés alatt van, bizalommal fog menni, problémák nélkül, biztos léptekkel, nem lehet megkülönböztetni őt a látóktól. De ha a vak egy bonyolult lelkű filozófus, akinek mindennel szemben kétségei vannak, és túlradó képzelete, botjával óvatosan tapogatva fog menni, árkokat, csapdákat és akadályokat képzelve, meg fog botlani járás közben, és legszívesebben megállna. Ilyen a szemlélődés útja is, egyszerű és úgy irányítja az egyszerű lelkeket, hogy hitük legyen egyszerű, és bizalommal éljék az életüket.

Attól a pillanattól kezdve, hogy a lélek megnyugszik az imában, az érzékek összpontosulnak, az értelem összeszedetté válik, a lélek lassan-lassan felszabadul az érzékek hatása és az ész nyugtalanító tevékenysége alól, mintha a test fölé emelkedne, nem a tér egy bizonyos látható pontjára, hanem a létezés szintjén. Látja önmagát, amint egy lelki igazságot vagy isteni tulajdonságot követő úton „új dolgokkal” találkozik, rendkívüli igazságokkal, amelyekből néhány megközelíthető az értelem számára, miközben mások nem azok. Az embert elárasztja egy gyönyörű érzés, az öröm, a csodálkozás és boldogság keveréke. Érti, hogy méltónak találtatott arra, hogy behatoljon az igazságba és a rejtett misztériumokba. Növekszik a hit, és vele a bizalom. Az érzés intenzitása lángra gyújtja a szívet, nő a remény, a szellem tevékenyé válik, és erőfeszítést tesz a továbbhaladásra ezen a könnyű-nehéz úton, míg végül közeledik a fény forrásához, ami ezt a mozgást és a vele való találkozást inspirálta. Ebben a találkozásban hirtelen megáll az értelem, az érzékek lebénulnak és a lélek eksztázisban megy ahhoz, akit Szent Ágoston úgy ír le, mint az Egyedül Változatlan: Isten.

De ha egyszerű és könnyű útján az ész megáll, hogy egy neki megmutatkozó igazságot tanulmányozzon, hogy azt a velejéig kikutathassa, a szemlélődés abban a percben megáll, és ennek az állapotnak vége. Ilyenkor hasztalan azzal próbálkozni, hogy folytassuk a szemlélődést. A szellem intenzitása lanyhul, az érzések összezavarodnak, és minden káoszba süllyed.

Ezért, amikor az elmélkedéssel vagy szemlélődéssel elkezdjük imánkat, abban a pillanatban, amelyben a lelkünk lángra lobban a szeretettől és elárasztja a kezdés öröme, félre kell tenni minden eszközt, amit az imában használtunk, ne akarjuk többé használni ezeket – olvasás, megfontolás, zsoltározás vagy leborulás –, ne is gondoljunk rájuk, hogy ne tudják

lefékezni a lélek lendületét és késleltetni belépését a szemlélődésbe, és figyeljük, csendben, nyugalomban és boldogságban a lélek lendületét.

Íme eljutottunk egy magasabb rendű imához, mint az érzelmi vagy az értelmi ima, amikor a szavainkkal és érzéseinkkel beszélünk Istenhez. Most Isten előtt állunk, hogy ő beszéljen hozzánk, nem szavakkal és mondatokkal, hanem szavakkal ki nem fejezhető módon, amelyeket fül nem hallhat, szem nem láthat, ami ember szívébe föl nem hatolt, ahogy Pál apostol mondja (1 Kor 2,9), amikor megélte a szemlélődés legmagasabb fokát. Bennünk ez az érzés van: „Kész az én szívem, Istenem, kész az én szívem” (vö. Zsolt 57,8)

Lassacskán előre haladunk a szemlélődésben, és élvezetes és megszokott dologgá válik, hogy minden, az értelmünk, az érzékeink és a szívünk rendelkezésre áll a szemlélődéshez, könnyen és erőlködés nélkül összeszedettek vagyunk. Így az imádságunk a buzgóságon kívül a szeretettől és a heves vágytól lángolóvá válik. Isten jelenléte minden másnál inkább érzékelhető valósággá válik a lélek számára annyira, hogy néhányaknak ezen a szinten rendkívüli érzékelések vannak, de ezeknek módja homályban marad. Mindazonáltal az kétségbevonhatatlan, hogy Isten jelen van előttünk, és mi hozzásimulunk, akkor is, ha az érzékeinkkel nem tudjuk Őt teljesen felfogni. Világosan érződik a lélekre gyakorolt hatása. A lelket egyedülállóan mély megrendülés tölti el. Az érzelmek, és gondolatok működése megáll, a szellem félbeszakítja kalandozását, minden megnyugszik, és elcsendesül annak várásában, aki jön.

Miközben a lélek várja szerelmesét, úgy mintha távolról jönne, és ég a vágytól, hogy közeledni lássa őt, íme hirtelen érzi, hogy már ott is van, őbenne, és eltelik boldogsággal és édes érzéssel. Próbálja akkor jobban megnézni szerelmesét, de nincs abban a helyzetben, hogy lássa, mert az, mintha szemére tenné a kezét. Mégis érzi őt és felhevül a szerelemtől és boldogságtól, bizonyos abban, hogy Ő az, maga Isten. Mindebből próbál megérteni valamit, de az ész megállt, nem képes megérteni. Az érzékek mintha elaludtak volna, nem fognak fel semmit. A lélek figyel, befogadva mindazt, ami történik, de fél, hogy elveszti ezt a kimondhatatlan boldogságot.

Miközben ebben az állapotban van, egy könnyű fátyol különválasztja az őt körülvevő világtól az embert, és ha körülötte történik valami, például ha valaki szólítja őt, hallja a hangot, de csak nehezen, nagy erőfeszítés árán tud válaszolni. Olyan, mintha be lenne csukva egy szent *hesychiába*, amiből nem tudna, és nem is akarna kijönni.

Szemlélődése békéjében a percek és az órák anélkül múlnak el, hogy ő észrevenné.

A szemlélődés befejezése

A szemlélődés befejeződik, de hatásai több napig megmaradnak a lélekben. Egész testünket áthatja a nyugalom. A mozgás lassú, a gondolatok is lelassulnak, nehezen megy a koncentráció, a tekintet átható és merev, elkerüli a beszélgetést és udvarias társalgást. Összegezve, ebben az időszakban lehet, hogy újra kezdjük és visszatérünk a szemlélődés állapotába, de lehet, hogy csak hosszú idő elteltével, évek múltával térünk vissza hozzá. De vannak olyan lelkek, akik a szemlélődést minden nap tudják gyakorolni, ha a földi aggodalmak nem teremtenek akadályokat, ahogy Nagy Szent Makarioossal történt, akiről Palladiosz mondja, hogy „egy titokzatos látomástól folyamatosan olyan volt, mint a részeg”.¹⁷

Az életrajzírója, Serapion hozzáfűzi, hogy aki vele időzött, magára kellett vonni a figyelmét, hogy el tudja nyerni tőle a lelki választ.

¹⁷ Palladiosz Historia Lausiaca 17,5

Az atyák mondásai (43–53)

43. Formálj méltóvá, Uram, hogy megismerhesselek, és szeresselek. Nem azzal a tudással, amit az értelem szétforgácsolódása kísér, és ami az oktatásból és nevelésből származik, hanem alakíts méltóvá arra a tudásra, amelyben az értelem a szemlélődésben téged nézve dicsőíti természeted, miközben kivonja magát a világgal foglalkozó gondolkodás alól. Tégy méltóvá, hogy felülemelkedjek az akarat szintjén maradó tekinteten, amely a képzeteket ébreszti bennünk, és ne természetes szemmel nézzelek téged, hanem a kereszt kötelékének erejében. Az értelem keresztre feszül, hogy állhatatos pillantását le nem véve Rólad, távol a gondolati tevékenységtől elteljen szabadsággal és megpihenjen. Hogy szeretetedet kövessem, gyarapítsd bennem szereteted, ami idegen ebben a világban! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 34.)*
44. Jó Atyám, senki nem tudja leírni szeretetedet olyannak, amilyen. Azok, akiknek anélkül, hogy tudnák hogyan, miközben nyugodtan laktak az emberek között, felragyogtattad magad, megváltak egy fajhoz vagy egy csoporthoz való tartozásuktól, visszautasítottak minden testi szerelmet, idegenné váltak minden dolog számára, hogy elérkezzenek a te szent szereteted érzéséhez...
 Ah! A Te szereteted, Istenünk, mit meg nem tesz érte, aki meg akarja szerezni! Nekik ajándékozod önmagadat, hogy Te légy az ő új világuk, az ételük, az italuk. Az öröme és dicsősége mindazoknak, akik elhagyták saját világukat, akik meggyűlöltek hamis örömeiket, akik megváltak saját rangjuktól, és a Te soraidba vágyakoznak. Nem lévén mit felajánlani, saját testüket ajánlják fel neked örömmel, egészen a halálig... Boldogan futnak a fájdalom útjain, saját tagjaikban hordozva szenvedéseiket, örülnek, ha keresztre vannak feszítve. És amikor kínok veszik őket körül minden oldalról, nem keresik a segítséget, hogy megszabaduljanak, hanem azt mondják: „Mi Atyánk, adj erőt, hogy Érted elviseljük!”
 Isteni Jegyes, leghőbb vágya mindazoknak, akik részt vesznek menyegzős lakomádon, örömmel felajánlod véredet, és minden meghívottad tetszését leli a kínokban és örvendeznek azon!
 Ki ne térne jó útra, aki ezt a különös látványt nézi, melyik kőszív ne ámulna el? Látod, ó testvérem, mi a szeretet műve azokban, akik megszerezték! Ittak abból, és megrészegültek és elfelejtették addig életüket és a környező világot... A szeretet tűz, ami lángra lobbantja a szívet... A szív átmelegszik, hevül és ég az egész test a szeretet hatalmától. Nem sikerül többé talpon maradni. A lábak nem tartják meg többé a térdelő testet. Leesik a földre, a szemek megsebződnek, és a szeretet forró könnyei égetik az orcákat. Megöntözi a földet, amiátkozott volt és áldott lesz tőle.
 Ó szent szeretet! Hová emeled még a lelket, aki hozzád csatlakozik! Te egyesíted Teremtője fényével! Olyanná válik, mint Ura, a vadállatok behódolnak neki, mert érzik rajta a Teremtő illatát. De mit beszélek állatokról, amikor a lázadó démonok alávetik magukat neki és félik őt. *(Dalyatha Szent János: Homília az isteni szeretetről)*
45. Ezen az úton (a lelki ima) az ember magasba lendül... nem imát mondva imádkozik, hanem eltölti őt a Szentlélek ereje, a lelke felfogja a világból jövő szellemi dolgokat, olyanokat, amelyek meghaladják az emberek gondolatait. Ez a szemlélődés és az értelem mozgása. Ez nem az ima mozdulata és fohászzkodása, de mindez az ima alkalmával

születik. Aztán tehát ezek az emberek a belső mozgásukban már elérkeztek a tisztaság tökéletességére, nem csak egy pillanatig van bennük, nem imádkoznak ...

Amikor a Szentlélek leszáll rájuk, mindig az ima állapotában találja őket. Ezt az állapotot a szemlélődés valósítja meg bennük, a *theoría*, amit mi „lelki szemlélődésnek” nevezünk. Nincs többé szükségük hosszúra nyúló imákra, mint a liturgia hivatalos dicsőítő énekei. Számukra elég Istenre gondolni és azonnal körülöleli őket az ő szeretete. Mindazonáltal nem hanyagolják el, hogy a szüntelen imádságon túl részt vegyenek a liturgikus imán és meghatározott órákon át állva, tisztelettel adózzanak az imának. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35.*)

46. Ezen a határon túl többé már nincs ima, hanem ámulat van. Az ima megszűnik és kezdődik a szemlélődés. Az értelem nem imádkozik tovább. Minden imamód mozgása össze van kötve a lélek működésével. De amikor az értelem behatol a szellemi mozgásokba, nincs többé ima. Egy dolog az ima és más dolog a *theoría*, a szemlélődés, ami belőle van, egyik a másiknak a forrása. Az ima a mag és a szemlélődés a kérék gyűjteménye. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 22.*)
47. Egy másik pillanatban ugyanaz a fény, ami a szívben ragyogott, felfedett egy még belsőbb fényt, még mélyebbet és rejtettebbet, úgyhogy az egész embert elnyelte ez az édesség, ez a szemlélődés. Ettől a túlcorduló szeretettől, édességtől és a rejtett misztériumoktól (amelyeket felfedezett), nem volt ura többé magának, olyan volt, mint a bolond, és mint aki idegen ettől a világtól. Az ember abban a pillanatban megkapva a szabadságot, tiszta és a szabad a büntől és elérkezik a tökéletesség fokára. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 8,3*)
48. Ebben az életben a lélek legmagasabb rendű állapotának székhelye az igazság látásában és szemlélődésében van, ott, ahol az öröm, a legmagasztosabb és legigazibb jószág tökéletes élvezete, nyugalom és az örökkévalóság lehelete van. Bizonyos mértékben így írják le azok a lelkek, amelyek hisszük, hogy látták és látják ezeket a dolgokat. Merem állítani, ha állandóan követjük azt az utat, amit Isten kínál számunkra, eljutunk Isten hatalmához és bölcsességéhez, minden dolog végső okához és saját szemünkkel meglátjuk. (*Szent Ágoston De quantitate animae 74-76*)
49. Néhányaknak megadatott, hogy az értelem szent mámorán keresztül az időleges világ fölé emelkedjenek és szemléljék a bölcsesség örök fényét. (*Szent Ágoston Contra Faustum Manicheum 12,42*)
50. Mégis mit szeretek, mikor szeretlek? Nem szépséges testi alakot. Nem az idő kellemét. Nem a szemünknek olyannyira jóleső fények ragyogását. Nem valamilyen fölcsendülő ének bájos dallamát. Nem szirmok, kenetek, fűszerek illatát. Nem mannát és nem mézet. Nem ölelésre hívogató karokat. Nem ezeket szeretem, ha Istenemet szeretem. És mégis szeretek valami fényességet, valami dallamot, valami illatot, ételt, ölelést, amikor Istenemet szeretem. Ő az én belsőbb emberem fénye, dallama, illata, eledele és ölelése. Fény sugároz ott bent a lelkekre, amilyent semmiféle hely magába nem fogad. Ének zendül ott, és azt el nem sodorja az idő. Illat terjedez ott, és szét nem kuszálja a szellő. Íz kínálkozik ottan, és meg nem csökkenti semmi falánkság. Ragaszkodás van ott, de soha meg nem rontja a csömör. Ez az, amit én szeretek, ha szeretem Istent. (*Szt. Ágoston, Vallomások 10, 6.8. Ecclesia 1974.*)

51. Nagyon szerethető a szemlélődő élet édessége: Elragadja a lelket, és önmaga fölé emeli, megtanítja neki, hogy a földi dolgok megvetésre méltók, és égi dolgok felfedezésére tanítja, lelki szemei számára érzékelhetővé téve azokat. (*Nagy Szent Gergely Homiliae in Hiezechielem 2,2,13*)
52. Az összes erény ... értéke lecsökken, és értéktelenné válik, ha összehasonlítjuk azzal a ragyogó gyönggyel, mindközül a legértékesebbel, amit az evangéliumi kereskedő igyekezett megszerezni eladva mindazt, amije volt. Mi tehát ez az egyedüli jó, ilyen összehasonlíthatatlanul több minden másnál, ami miatt minden más jót el kell hagyni, és le kell értékelni, csak hogy őt birtokolhassuk? Kétség nem fér hozzá, ez a jobbik rész, amit Mária választott... Csak a *theoria* vagyis Isten szemlélése szükséges. Annak értéke fölötte van számos más szent tevékenységnek, és az erények minden erőfeszítésének. A szentség minden érdeme hitványnak és bolondságnak mutatkozik, amikor összemérik a szemlélődés érdemével, jóllehet a tevékeny élet érdemei – jól jegyezd meg – ne csak a jelen életnek legyenek hasznosak, hanem szerezzék meg az örökélet ajándékát is. (*Johannes Cassianus, Conlationes 23,3*)
53. Senki, akinek pillantása megtapad bármilyen evilági dolog szépségén, nem láthatja meg ezeket a kinyilatkoztatásokat és látomásokat. Senki nem gazdagodhat ezekben a dolgokban, aki nem tekinti füsttel egyenértékűnek az evilági dolgokat. Senki nem tud örülni az elmélkedés bensőségének és mámorának anélkül, hogy utálna a gyakori érintkezést a világ embereivel. Senki nem érezheti saját lelkében, sőt csontjaiban Krisztus szeretetének gyönyörűségét, aki még hitvány érzéseket táplál magában. Senki nem oszthatja meg az angyalokkal társaságukat és örülhet a titkaiknak, anélkül hogy visszautasítaná a világ kuszaságát és csábításait. Senkinek a lelkét nem ragadhatja magával a Világegyetem Urának szépsége, aki bárkitől hagyja magát foglyul ejteni ebből a világból. Senki nem tudja Istent megtalálni, és szemlélni anélkül, hogy elhagyná és elfelejtené ezt a világot. Mint a kereskedő, amikor drágaköveket gyűjt, és szíve kincstárába helyezi, olyan az is, aki örül az ima bensőségének, ami állandóan vezérli őt vizein, megtisztítja és felragyogtatja lelkét, mert végtelen tereiben megvilágítja és az Örökkévalóság Királyának, Krisztusnak bíborszínű lakásává teszi. Íme a tette kész és derűs fogoly az óceán iránti szenvedéllyel, amely lemossa a bűnöket. Légy áldott, te, a mindent magába foglaló feneketlen mélység foglya, aki a Szentlélek szárnyán repülsz föl, a fény felé. Légy áldott, te, aki meg lettél mosva a tisztaság óceánjában, a fényözönben, a tűz mélységében, ezek megemésztik azok bűneit, akik megjelennek előtte! Teremtőd vált a te új világgá, gazdagságod az Ő Lelke, ételed a tekintete, italod a benned lévő Lelkének gyönyörűsége. Légy áldott! A te napod nem nyugszik le soha, és lelked szeme nem lát többé éjszakát. Légy áldott! Szépséged nem múlik el, hanem ragyog, mint Krisztus világossága. Légy áldott! A te örömed Istenben van, Ő soha nem hagyja el a lelkedet. Légy áldott! Te már a magasságbeli lényekkel vagy, hogy élvezd a te Uraddal a meghittséget, miközben még a földön vagy. (*Dalyatha Szent János: Homília a szellemi lények nagyságáról*)

Túl az imán

„Bölcsességet pedig a tökéletesek közt hirdetünk, de nem ennek a világnak bölcsességét, sem ennek a világnak pusztulásra ítélt fejedelmeiét; hanem Istennek titokzatos, elrejtett bölcsességét hirdetjük, amelyet Isten öröktől fogva előre elrendelt a mi dicsőségünkre. Ezt senki sem ismerte fel ennek a világnak a fejedelmei közül, mert ha felismerték volna, sohasem feszítették volna keresztre a dicsőség Urát. Hanem amint írva van: 'Amit szem nem látott, fül nem hallott, ami az ember szívébe föl nem hatolt, azt készítette Isten azoknak, akik szeretik őt' (Iz 64,3). Nekünk azonban kinyilatkoztatta Isten a Lélek által; mert a Lélek mindent kikutat, még az Isten mélységeit is. Mert ki ismeri az emberek közül az ember benső dolgait, ha nem az ember lelke, amely benne van? Éppúgy Isten benső dolgait sem ismeri senki, csak Isten Lelke. Mi azonban nem a világ lelkét kaptuk, hanem azt a Lelket, amely Istentől van, hogy megismerjük, amit Isten nekünk ajándékozott. Ezt hirdetjük is, de nem az emberi bölcsesség által, hanem a Lélek által tanított szavakkal, lelkiekhez lelkieket mérve. Az érzéki ember azonban nem fogja fel, ami az Isten Lelkéé, mert oktalanság az számára, és nem tudja megérteni, hiszen lelki módon kell azt megítélni. A lelki ember pedig mindent megítél, őt azonban senki sem ítéli meg. 'Mert ki ismeri az Úr gondolatait, hogy oktathatná őt?' (Iz 40,13) Bennünk pedig Krisztus gondolatai vannak” (1Kor 2,6-16).

1. Az ekstázis

*„Azok kimentek és elfutottak a sírtól,
mert remegés és rémület fogta el őket.” (Mk 16,8)*

Az ekstázis kifejezés (a görög *ékstasis*) jelentéstanilag azt jelenti, hogy „magán kívül lenni”, ami ugyanakkor elképedést, a tudat elvesztését, a lélek elragadtatását is magába foglalja . Számos alkalommal a „felindultság” kifejezéssel fordítják, ahogy a 116. Zsoltárban: „Elkeseredésemben azt mondtam (en tè ekstásei mou)¹⁸: 'Hazug minden ember!’” (Zsolt 116,11) Itt az *ékstasis* kifejezés értelmezése az akadályt jelző zavarodottság. Valójában – mint ahogy ezt az értelmezést a további szöveg igazolja – mindenekelőtt a lelki emelkedettség állapotát akarja leírni, mivel rögtön utána Dávid azt mondja: „Mivel viszonzom az Úrnak mindazt, amit velem cselekedett? Fölemelem a szabadulás kelyhét, és segítségül hívom az Úr nevét” (Zsolt 116,12-13).

Ezzel elismeri a kegyelem nagyságát, amellyel Isten az ekstázis alatt elárasztotta a lelkét. Abban a kifejezésben: „Elkeseredésemben azt mondtam: 'Hazug minden ember!’”, ami összhangban van azzal, amit a Prédikátor mond: „Mindez csak hiúság és szélkergetés” (Préd 1,14), lelki ekstázisában válik nyilvánvalóvá Dávid számára, hogy az ember számára minden hiábavalóság.¹⁹

Ugyanilyen módon található meg az *ékstasis* kifejezés az Újszövetség különböző részeiben, hogy kifejezze az elragadtatást, a lélek mérhetetlen elcsodálkozását, bámulatosan óriási boldogságát, és a lelki sokk intenzitását, olyat, mint: „Erre elcsodálkoztak (*ékstásisi*) mindnyájan, dicsőítették Istent, és félelemmel eltelve ezt mondták: 'Ma csodálatos dolgokat láttunk’” (Lk 5,26).

¹⁸ Septuaginta szövege

¹⁹ Nisszai Szent Gergely így értelmezi ezt a szöveget a lelki ekstázisra vonatkoztatva: „A nagy Dávid, ... az áldott ekstázisban ... kimondja azt a kifejezést, amit mindenki énekel: 'Mindен ember hazug'. Szerintem mindenki, aki emberi hangra akarja rábízni ennek a felfoghatatlan fénynek a magyarázatát, az valóban hazug, nem azért, mert gyűlöli az igazságot, hanem a beszámolójának hatástalansága miatt.” (De virginitate 10,2)

Ez a feltámadási elbeszélésekben is több alkalommal visszatér: „De néhány közülük való asszony is megzavart bennünket (*exéstesan hemás*), akik hajnalban a sírnál voltak, s mivel nem találták a testét, visszajöttek azzal a hírrel, hogy angyalok jelenését is látták, akik azt mondták, hogy él” (Lk 24,22-23).

Az értelemet továbbá megvilágítja a következő helyzet: „Azok kimentek és elfutottak a sírtól, mert remegés és rémület fogta el őket (szó szerint: mert megrémültek és eksztázisban voltak), és nem mondtak senkinek semmit, mert féltek” (Mk 16,8).

Az Apostolok Cselekedeteiben is ugyanilyen jelentéssel találjuk: „Ráismertek, hogy ő az, aki alamizsnáért üldögélt a templom Ékes-kapujánál. Elteltek csodálkozással, és magukon kívül voltak (*ékstasis*) amiatt, ami vele történt” (Csel 3,10).

Az eksztázis a tudat elvesztésével járó lelki elragadtatás, amit a Szentírás különféle kifejezéssel fejez ki: „Megszállta Isten Lelke” (1 Sám 10,10; Szám 24,2; Ez 11,5), vagy : „Az Úr Isten rám bocsátotta ott a kezét” (Ez 8,1), vagy: „Arcra estem a földön” (Dán 8,18) vagy: „Testben-e, nem tudom vagy testen kívül, nem tudom, Isten tudja – elragadtatott a harmadik évig” (2 Kor 12,2) és még: „... én a Lélekben voltam” általában úgy fordítják: „elragadtatásba estem” (Jel 1,10).

Ahhoz, hogy valaki isteni kinyilatkoztatásokat kapjon, az ember részéről azt igényli, hogy belsőleg és lelkileg készen álljon erre. Az eksztázist mindig teljes belső nyugalom és a szív csendje (*hesychia*) kíséri, amely lehetővé teszi az ember számára, hogy megszakítsa kapcsolatát önmagával és a környező világgal, hogy egész lényével Istennek szentelje magát. Az eksztázisban az ember elveszíti a gondolkodás képességét és az érzelmek fölötti uralmat, ezekben a pillanatokban a Szentlélek vezet. Szabadságát fölemészti a Szentlélek akarata és hatása, és a kinyilatkoztatás eszközévé válik.

Az Ószövetség félreérthetetlen módon mutatja, hogy a próféták akkor esnek eksztázisba, amikor megkapják Isten szavát, parancsait és figyelmeztetéseit. Váratlanul elvesztik öntudatukat, és lelkük elragadtatásba esik. Amikor a próféta magához tér vagy nagyon világosan, higgadtan és érthetően kihirdeti Isten szavát, vagy még mindig eksztázisban, félig öntudatlanul hirdeti ki azt ecsetelve, amit látott és hallott, vagy eksztázisa alatt leírja mindazt, amit Isten mondott neki, mint ahogy Dániel prófétával történik: „Te Dániel, zárd le ezeket a beszédeket, és pecsételd le ezt a könyvet az elrendelt időig” (Dán 12,4) és hasonlóképpen Jánossal a Jelenések Könyvében: „Ne pecsételd le e könyv jövendölésének igéit, mert az idő közel van!” (Jel 22,10).

Isten Fiának megtestesülése után, Krisztus mennybemenetele előtt, először Krisztus adja a Szentlelket, aztán Pünkösd napján teljességgel megvalósul Joel próféta könyvének isteni ígérete szerint, hogy a Szentlélek szabadon kiárad mindenkire. Ettől a naptól, hála Krisztusnak, minden ember képessé válik arra, hogy Jézus Krisztusban, a rá kiárasztott Szentlélek által, az isteni misztériumok erejéből, mint az ószövetségi próféták, a Szentlélek hatása, tanítása és helyes vezetése alá kerüljön. Nem arra kap meghívást, mint az apostolok és a próféták, hogy a hitre vonatkozó új kinyilatkoztatásoknak legyen letéteményese, hanem inkább ennek a hitnek a megismerésére, arra, ami személyesen rá vonatkozik, hogy megértse saját üdvössége útját, felfedezze Krisztus szeretetének neki szóló titkát, és Krisztus ígérete szerint megkapja Krisztus személyéről a kinyilatkoztatást: „Én is szeretni fogom, és kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21). Világos, hogy a Szentlélek hatása és az a mód, ahogy az egyes lelket vezet minden ember számára különböző.

Az eksztázis ma még annak az időszakának, hogy a megismerés és a személyes, Isten és az őt őszintén szerető hívő közötti szeretet növekedésének eszköze legyen, de a különböző lépcsőfokok végén elérkezik a tökéletes eksztázisra. Ennek a megismerésnek és szeretetnek a napról napra, az idők végezetéig tartó növekedését ígérte meg Isten.

Ami azt illeti, hogy miért nem származnak az értelmi tudat érzékeléséből azok az elmondhatatlan isteni titkok, amelyek Isten ismeretére és szeretetére vonatkoznak, a felelet

egyszerű és nyilvánvaló: Az emberi értelem jellege szerint a gyakorlatban a valóság anyagi mérlegelését, a képzeletet és a logikát foglalja magába. Ezeknek az értékeknek a hatására növekedett, fejlődött ki, és érlelődött meg. Ezzel egy időben majdnem alkalmatlanná is vált Isten teljes és valódi megismerésére, mert Isten természete nem származtatható sem képzelettel, sem logikával az anyagi értékekből. Ezért ha valóban hinni akar Istenben, az Istenbe vetett hitnek felül kell múlnia az értelmet, túl kell emelkedni önmagán, az értelme és a környező világ fölé kell emelkednie. Tehát a hit értéke meghaladja önmagának, az embernek és a világnak az értékét és ennek a mindent felülmúló hitnek a jutalma az emberi javakért és a világ minden dicsőségéért, ő maga, Isten. Emiatt a hitnek nagyobb az értéke, mint az eksztázisnak, a látomásoknak és a kinyilatkoztatásoknak: „Boldogok, akik nem láttak, és mégis hittek” (Jn 20,29).

Azonban azért, hogy Isten ki tudja mutatni az őt szerető és benne hívó ember felé szeretetét, időnként ki akarja azt nyilvánítani, mert az ő szeretete az egyénnek szóló valódi személyes szeretet az emberi valóság szintjén: „Aki pedig szeret engem, azt Atyám is szeretni fogja, én is szeretni fogom és kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21). Azért, hogy ezt Isten ki tudja nyilvánítani az ember számára, elkerülhetetlenül szükséges, hogy az ember lépjen túl mindenben, amit a látás, a hallás, a gondolkodás és az összes érzékszerven keresztül érzékel, addig, amíg a testi és észbeli képességek már nem vesznek részt az érzékelésben, nem térítik el, nem hamisítják meg Isten igazságát. Ebből következik, hogy ez szükségszerűen megköveteli az őt szeretőktől, hogy ideiglenesen függessenek fel minden értelmi és érzelmi tevékenységet, mert csak így tudja megvalósítani ezt a felfoghatatlan kapcsolatot, amely felülmúlja a kézzelfogható világot, és hogy Isten kinyilvánítsa az ember iránti szeretetét, és tanúságot tegyen róla. Íme, az eksztázis (magamon kívül), Istenben, amelyet mi abszolút eksztázisnak nevezünk, mivel felülemelkedik a behatárolt és az érzékelhető dolgok világán.

Az Istenben való eksztázis tapasztalata nem függ meghatározott értékektől, melyekhez Isten, mint feltételhez kötné kinyilvánulását, kizárólag ahogy a parancs mondja, csak az egész szívből és egész lélekből fakadó mély emberi szeretettől függ. Az Istenben való eksztázis tapasztalatának próbája ez az alapvető viszonyulás ehhez a heves, túlzó szeretethez. Valójában mindazok, akik megismerték az eksztázist Istenben, azok voltak, akiknek szíve telis-tele volt Isten iránti szeretettel.

Amikor a szív szeretetének forrósága elér egy bizonyos intenzitást, akkor válik kiinduló pontjává az eksztázis megkezdődésének. Emiatt az eksztázist néha-néha elragadtatásként (vagy lelki elragadtatásként) határozzuk meg. Érdemek vagy előkészület nélkül, váratlanul is meglepheti az embert az eksztázis, és elárasztja őt az Örökkévaló szeretete, amire annyira vágyakozott, és miközben elveszti szabadságát és öntudatát, elmondhatatlan boldogsággal és tudással halmozza el. De a kegyelem előfeltétele minden körülmények között az Isten iránti nagy szeretet.

Íme, amiért nem tudjuk úgy tekinteni az eksztázis tapasztalatát, mint ami azoknak az osztályrésze, akik lelkileg előbbre vannak. Néhány atya, mint Simeon, az Új Teológus, hajlanak arra, hogy azt tartsák az eksztázisról, hogy olyan tapasztalat, ami javára lehet a kezdőknek, amiatt, mert hiányzik belőlük az isteni fény belső megtapasztalása, és ki vannak téve az elmondhatatlan fény ragyogása hirtelen és heves hatásának. Ez közvetlenül megfosztja őket a tudatuktól, úgy, mint amikor egy ember, aki sötétséghez szokott, hirtelen erős fényel kerül szembe.

Ezzel együtt úgy gondoljuk, hogy a kezdők nem azért tudják megismerni az eksztázist, mert nincsenek az isteni fényhez szokva, hanem sokkal inkább az első tapasztalat heve és intenzitása miatt, ami meghaladja pillanatnyi belső tudásukat és megértésüket. (Erről beszél a Jelenések könyve, amikor az efezusi egyház szemére veti, hogy elhagyta első szeretetét, vö. Jel 2,4). Tapasztalatból tudjuk, hogy az új étellel való első találkozás idején a kezdők Krisztus iránti lobogó szeretetének forrósága eléri a csúcst, a legmagasabb szinteket. A

személyisége átalakul, mintha egy folyamatos elragadtatásban, örömben és lelki eufóriában lenne, ami kiemeli a környező világból, sőt saját tudatából.

A legöregebb atyák is erről beszélnek, hogy az embernek meg kell őriznie magában azokat az érzéseket, ugyanazt a lelki tüzet, szeretetet, mint ami az Istenhez való visszatérésük első napján fellobogott bennük, amikor elhagyták a világot.²⁰

Sokan az atyák közül megtapasztalták, hogy lehetséges a szeretet kezdeti tüzével, egyfajta ekstázisban élni, mint ahogy Nagy Szent Makariosz, akiről Palladiosz tanúsítja, hogy „egy titokzatos látomástól folyamatosan olyan volt, mint a részeg”.²¹

Dionüsziosz Areopagitész szerint az ekstázis nem akaratlagos tevékenység, „amelynek eszközével az ember Istenhez közeledik”, amely kárpótolja őt a világtól való eltávolodásért. Amilyen mértékben veszít, talál, amilyen mértékben meghal, él. Az ekstázis ténylegesen megköveteli, hogy az ember kiszolgáltassa magát Istennek, olyan teljesen, ahogy a halálban kiszolgáltatja magát Istennek.

Szellemi tekintetben az ekstázis általában egy fejlődési folyamatot valósít meg, az emberi természet misztikus haladását egy magasabb szintű állapot felé, amelyre teremtésétől fogva meg van hívva. Mert az ember arra van hívva, hogy a magasság felé törekedjen, és egy szellemi átváltozásban Istenhez közeledjen. De az ekstázis öntudatlansága nem az egyedüli útja ennek a fejlődésnek, az emberi természet misztikus haladásának és Istenhez közeledésének. Vannak olyan érzékeny, mély szellemiségű és nyitott lelkek, akik erősen értelmi beállítottságúak, és akik erős értelmi kényszerítéssel teljes tudatuknál el tudják érni az önmaguktól való szabadulás olyan fokát, hogy a saját tudatuk belső egyensúlyi állapotában az isteni igazsággal és Krisztus arcával találkozzanak. Ők a képességeik teljességében, a lelki és intellektuális energiájukban, az érzékenységükben találják szembe magukat Istennel, és abban a pillanatban a lélek belép a valódi szeretet egy felsőbb szintjére. Ez tudatos tapasztalat abban a folyamatban, amelyben a lélek színről színre találkozik Istennel, jóllehet legyen bár mély, intenzív és eredeti, kevesebb tiszteletet kap az ekstázisnál és az öntudatlan és érzékekkel föl nem fogható lelki elragadtatásnál. Mindent megfontolva olyan tapasztalat, ami jobban kötődik az imaélethez és reálisabb a lelki élet virágzásával kapcsolatban: a lélek a Szentlélek legédesebb örömeit és vigasztalásait izleli, és ott úgy érzi magát, mint a tudat mámorának állapotában.

A Biblia több helye leírja a mámoros állapotot (vö. például Zsolt 104,15; Péld 9,2; Én 1,2-4; 2,4; 5,1; Mt 26,19; Csel 2,15; Ef 5,18), amelyek hasonlítanak arra, ahogy a Szentlélek hat a lélekre. Ahogy az alkohol hat az észre, az nem egyéb, mint illusztrációja az ekstázis hatásának a különböző tudat és önkívületi állapotokban, pontosan úgy, ahogy bekövetkezik a különböző fokain az alkohol tudatra gyakorolt hatásának.

Az atyák mondásai (54–64)

Szent Ágoston szerint három fajtája van az érzékelésnek: a fizikai érzékelés, a képzelet és a tiszta értelem²². A képzelet szintjére való felemelkedéshez szükség van a fizikai érzékelésen való felülemelkedésre, mert a képzelet és a fizikai érzékelés két különböző dolog. Ugyanilyen módon, hogy eljusson a tiszta szellemi érzékelésre, le kell vetközni mind a fizikai érzékelést, mind a képzeletet, hogy végül érzékelje az Igazságot, világos módon, az érzékek vagy a képzelet meghamisító működése nélkül. Másképp megfogalmazva érzékelni az Igazságot, ahogy valójában van, nem úgy, ahogy a képzelet mutatja.

²⁰ vö. Szent Atanáz Vita Antonii 16, Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 1,46

²¹ Palladiosz, Historia Lausica 17,5

²² Szent Ágoston, De Genesi ad litteram 12,6.9-15.20

Az ember fizikai érzékelésén és képzeletén való egyidejű felülemelkedést úgy határozzuk meg, hogy „eksztázis”. Szent Ágoston ezt az állapotot az álomhoz és a halálhoz hasonlítja:

54. Rendes körülmények között akkor beszélünk ekasztázisról, amikor az értelem figyelme kialszik, és elragadtatásban van, kívül a fizikai érzékelésen, Ilyenkor, bár nyitva van a szeme, a személy nem látja az ott lévő tárgyakat, és bár jelen van, egyáltalán nem hall egyetlen szót sem ... a lélek az érzékelésen kívüli elragadtatásban van ... olyan létállapotban van, hogy teljesen ki van vonva a fizikai érzékelésből – jobban, mint ahogy rendes körülmények között álmában lenne, de kevésbé, mintha meghalt volna. (*Szent Ágoston, De Genesi ad litteram 12,12.25 és 26.53*)

Másutt leírja, hogy az értelem hogyan lép túl az érzékek korlátain: Az ekasztázis az, amikor az értelem eltávozik, ahogy ez néha a megfélemlítés hatására történik, vagy amikor a fizikai érzékeléstől távol, az észről megfosztva kap kinyilatkoztatást, hogy a lélek fel tudja fogni, mit mutattak neki²³.

Szembe találjuk magunkat a kérdéssel: Hogy lehet különválasztani a lelket a fizikai érzékeléstől? Elhagyja a testet? Ha így van, akkor a test a tényleges halál állapotában van? Hogy megvizsgálja a problémát, Szent Ágoston elmondja Szent Pál látomását:

55. Nem tudta (Pál), hogy a harmadik égig való elragadtatása alatt testben volt-e – hogyan van az ember lelke a testben, amikor azt mondják, hogy a test él, de a lelke el van idegenedve a fizikai érzékeléstől, miközben éber, alva vagy ekasztázisban van – vagy valójában a testen kívül volt-e oly módon, hogy az halott maradt, amíg – ennek a látomásnak a végén – a lélek újraegyesült élettelen tagjaival. Ebben az esetben nem úgy ébredt volna fel, mint aki álmából felébred, nem úgy mintha visszatért volna a saját érzékeinek az érzékeléséhez, mintha az ekasztázis elragadtatása után lenne, hanem mintha azután, hogy meghalt, valóban visszatért volna az életbe... Ő azonban bizonytalan volt, hogy a testen kívüli elragadtatása alatt valóban elhagyta halott testét, vagy a lelke valamilyen módon mindig jelen volt, minthogy a teste mindvégig élt, míg az értelem elragadtatott látni és hallani a látomások elmondhatatlan titkait. Ime lehet, hogy ezért állítja: „Testben-e, nem tudom, vagy testen kívül, nem tudom, Isten tudja”. (*Szent Ágoston, De Genesi ad litteram 12,5-14*)

A kérdést felelet nélkül hagyva, Szent Ágoston az elragadtatás vagy ekasztázis két formáját sejteti.

Az ekasztázis első formája az értelem elragadtatása távol a fizikai érzékeléstől, miközben a test egyesülve marad a lélekkel. Ebben az esetben a test minden külső ingerére az értelem vezetése nélkül, de bizonyos értelemben ösztönösen reagál. Lát, hall, de az elragadtatás állapotában, nem tud válaszolni.

Szarovi Szent Szerafim ezt mondja erről:

56. Mikor az embert a szemlélődés során belsőleg magába szívja az Örök Világosság, az értelem tiszta és meg van fosztva mindentől, amik az érzékelhető dolgokat képviselik. Teljesen magába szívja az Örökkévaló elmondhatatlan szépségének szemlélése, elfelejti mindazt, ami az érzékekhez van kötve, nem óhajt látni semmit, önmagát sem. El akar nyészni a föld mélyén, csak egyetlen dologtól nem akarja, hogy megfosszák, a valódi tápláléktól, Istentől. (*Szarovi Szent Szerafim*)

²³ Zsolt 68

57. Az elragadtatásban az értelmet a Szentlélek vezeti, hogy az Örök Fény Óceánjában úszhasson. Egy testvér azt mondta nekem: „Mielőtt ekstázisba esnék, az elmémet elragadják ezek a felfoghatatlan látások, látom, hogy gondolatom az élet óceánjára irányul, úszik a fény mélységében, belélegzi illatát, és a nagy örömben átlényegül az ekstázistól. Fénybe öltözik és erősen remegve a szeretet és a boldogság hatására... átváltozik egy csodálatos sugárzásban, maga körül angyalok seregeit szemléli, boldog és nyugodt velük és közöttük. Részt vesz a Szentet dicsérő csodálatos énekükben, amikor magukkal ragadják, hogy lakja velük a magas fény szféráit, elragadva és rabul ejtve a fény ragyogásának szépségétől... Ott az értelem a Szentlélek akarata és az ajándék időtartama szerint el tud időzni egy percet, egy órát, egy teljes napot vagy éjszakát”. *(Dalyatha Szent János, Homília a theoriáról, ami megtisztítja az értelmet a világtól)*

Dionüsziosz Areopagitész az értelem elragadtatásának tárgyáról azt állítja:

58. (Az értelem) behatol a nemtudás valóban misztikus homályába. Benne maradva becsukja minden érzékszervét és belép oda, ahol minden láthatatlan és megfoghatatlan: akkor hogy valóban túl van mindenben, senkivé lesz, senki magának és senki másoknak. Minden megismerési törekvéssel felhagyva, a lehető legjobban (képeségei szerint) egyesül az ismeretlen minden dolgok Kezdetével és pontosan, mert nem tud többé semmit, saját értelmét meghaladóan ismer. *(Dionüsziosz Areopagitész, De mystica theologia 1,3)*

Erről a tárgyról ezt mondják még a szentek:

59. Ő (az aszkéta) elfelejti saját magát, elfelejti saját természetét, és olyanná válik, mint a bolond. Abszolút nem emlékszik többé erre a világra. Szünet nélkül arról gondolkodik és elmélkedik, amit Isten nagysága kinyilatkoztatott számára, és azt mondja: „Dicsőség az ő isteni mivoltának!” Folyamatosan ezekben a csodákban élve, megrészegülve az elragadtatástól olyanná válik, mint amilyen az ember a feltámadás után lesz. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35.)*

Az ekstázis második formája a lélek teljes felszabadulása a test hatása alól. A lélek elválik és felszabadul a test minden kötelékétől, az kimerülten, a halálhoz hasonló állapotban, képtelenül arra, hogy reagáljon a külső ingerekre, oly érzéketlen, hogy akár valamelyik tagját is levághatnák! Akkor a lélek társa az istenszemlélésben az értelem. Az ember addig marad ebben az állapotban, amíg a lélek újra egyesül a testtel. Kétségtől ez volt az esete Szent Pál apostolnak, amikor elragadtatott a harmadik édig, és visszatérve nem tudta, hogy testben volt-e vagy testen kívül.

Ezt írja Szent Ágoston:

60. A lélek elragadtatásában a teljes alanyt a fizikai érzékeken kívülre kiragadják és felemelik Istenhez... aztán visszahelyezik halott tagjaiba. *(Szent Ágoston, Sermones 52,16)*

61. Nem hihetetlen dolog, hogy néhány szent, akik még nem haltak meg egészen, de olyanok voltak, mint egy eltemetett holttest, megkaptak bizonyos magasztos kinyilatkoztatást (magának Istennek a lényegéről). *(Szent Ágoston, Epistulae 143,31)*

Ezekon a szavakon keresztül Szent Ágoston tompítja azt az állítást, miszerint a test az ekstázis eme formája alatt halott lenne, és a lélek, ami az élet forrása, teljesen elhagyta volna. Ő abban hisz, hogy a test bizonyos értelemben életben marad.

62. Az az ember, akinek az ekstázisban öröme telik, a szemlélődésben (*theoria*) egy lélegzet nélküli testté válik. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae* 22.)
63. Amikor a Fiú Lelke az emberben lakik, a benne lévő Szentlélek az Atya felé fordul, ahogy Isten Fiában teszi. Akkor az emberben nincs többé emberi gyengeség, nincs többé se ima, se kérdés, se kívánság, se gondolat, se változatos emberi élet, se az idelenti dolgok felidézése, sem a túlvilágiaké. Teljes az egység a Fiú Lelkével, aki beszél az emberben és tudja, hogy egészen Isten Fia, és mint ilyen, családiában tud beszélni a saját Apjával. Ő már nem az, aki imádkozik, hanem aki befogadja az imát... Ő, milyen megfejthetetlen ez a titok!... Kezem nem tudja felfedni az írással, amit érzek! Bárcsak maga a Teremtő tudná megmagyarázni ezt a titkot... Aki elérkezett erre a fokra, többé már nem azokért imádkozik, akik megkérték rá, hanem egyszerűen az irgalom serkenti részvétre mindenki iránt, aki segítséget szenved és a Szentlélek, aki benne van, aki eggyé vált vele, ő gyógyítja meg őket bűneikből és gondoskodik róluk minden szükségükben... Annak időtartama alatt, amikor ez a karizma munkálkodik az emberben, ha a teremtést teljesen feldúlná a válság és zavar, akkor sem sikerülne magához téríteni őt a belső tűzből és ekstázisból. (*Dalyatha Szent János, Homília a bizonyosságról, amit Isten szolgál megszereznek*)

Úgy látjuk, hogy néhány atya azt véli, hogy az ekstázis alatt, amikor a lélek elhagyja a testet, hogy a magasságokba emelkedjen, a test halott állapotban hever, vagyis megfosztva minden lelki működéstől, mivel az kiment belőle. Mások azt tartják, hogy a lélek egy bizonyos módon jelen van a testben, a test az álom és a halál állapota között van, de kevésbé van benne lélek, mint amikor alszik.

Beszámolóinkat az ekstázisnak erről a formájáról Szent Ágostonnak, aki az első eshetőségre hajlik, a következő szavaival fejezzük be:

64. Ez az állapot csak annak adatik meg, akit a látomás elsodor és elragad, és bizonyos módon meghal az élet számára, miután teljesen elhagyta a testét, azaz amikor elidegenedett és ki van ragadva a test érzékeiből addig a pontig, hogy többé nem tudja, az eszével... hogy még a testében van-e vagy a testén kívül. (*Szent Ágoston, De Genesi ad litteram* 12,27.55)

2. Istent látni

„Mintegy látva a Láthatatlant, állhatatos maradt” (*Zsid* 11,27)

„Áttérek a látomásokra és az Úr kinyilatkoztatásaira is” (*2 Kor* 12,1).

„Megszólalt: 'Íme, nyitva látom az egeket, és az Emberfiát állni Isten jobbján felől'” (*Csel* 7,56.)

Látás, amelyet a megismerés minden energiájával és mélységével, az ésszel, a szívvel, a lélekkel és az összes érzellemmel biztosít, látás, ami által a megismerésben felfedezi Isten

személyét mindazzal, amit ez magával tud hozni az érzékelés határai között, szeretetet, bizalmat és közösséget.

Az ember arra van meghívva, hogy lássa Istent, vagyis hogy rá irányuljon az emberi megismerés, és ehhez használja ki minden képességét, amivel rendelkezik, legfontosabbnak tartva a szeretet és közösség képességét.

Elejétől fogva világosan le kell szögezünk, hogy Istent látni nem azt jelenti, hogy megérthetjük, vagy körülírhatjuk őt. Istent látni abban az értelemben lehetséges, hogy ismerni őt, de nem abban az értelemben, hogy megértjük, hiszen ez teljességgel lehetetlen. Isten tökéletességét nem lehet felfogni, ő a fel nem fogható tökéletesség.

Az ember ugyan arra van meghívva, hogy lássa Istent, azaz hogy megismerje őt, de csak a lehetőségeihez képest, ameddig lelkének felfogóképessége, értelme és szellemisége terjed, de nem maga Isten nagyságának mértéke szerint, mert Isten végtelen az ő tökéletességének nagyságában.

Ez nem azt jelenti, hogy az emberi felfogás Istent részekre bonthatja. Istenben nincs rész és egész. Ő egyszerű és teljesen tökéletes és egyszerűségének nincs határa, végtelen.

De az emberi felfogás gyengesége és a megismerés részlegessége a bűn következtében, ami nagyon meggyöngítette az ember tisztánlátását, gátolja az embert, hogy Istent láthassa az ő tökéletes egyszerűségében.

A tisztaság, szeretet, engedelmesség és alázat képessé teszik az embert, hogy felfogja és megismerje Istent. Az ember minél inkább előrehalad az erényekben, annál inkább kiszélesedik Isten látásának köre, annál inkább megmutatkozik neki.

Hogy is mondjam, Isten látása az ember belső lehetőségeitől függ, annyit lát meg Istenből, amennyire a lélek megszentelődésével arányos mértékben képessé válik: „Békességre törekedjétek mindenkivel, és megszentelődésre, mert e nélkül senki sem fogja meglátni Istent”(Zsid 12,14).

Mivel nem vagyunk tökéletesek a szentségben, nem látjuk Istent az ő Valóságában, „ahogy ő van”. Ez azt akarja mondani, hogy aki még nem tökéletes a saját tisztaságában, az engedelmisségben, a szeretetben és alázatban, az képtelen marad arra, hogy belépjen az ő tökéletes egyszerűségébe, Isten látásába. Néha keménynek látja, néha irgalmasnak. Néha végtelen szeretetére hagyatkozik, máskor az igazságosságára. Néha felfogja bölcsességének mélységét és nagyon szerető gondoskodását a teremtés iránt, máskor kételkedik benne, és megkérdőjelezi azt. Így az ember oldaláról nézve az ember képtelen marad Isten látására „ahogy ő van”, amíg alkalmassá nem lesz a tökéletes látásra és el nem éri a szentséget. Szent János apostol az Első levelében kijelenti, hogy nem jutunk el a tökéletes szentségre, ha nem maga Isten mutatkozik meg nekünk: „Tudjuk azonban, hogy amikor meg fog jelenni, hasonlók leszünk hozzá, mert látni fogjuk őt, amint van.” (1 Ján 3,2).

De meg kell ismételnünk, hogy Isten megmutatkozása nem jelenti a formájának vagy látványának fizikai szemmel való megpillantását, hanem tulajdonságainak és a műveinek látását, bölcsessége és minden ismeretet felülmúló szeretetének megismerését. Most, ebben az életben, természetünk romlottsága miatt ez a látás nem tökéletes. A romlottság azonban nem teljes, mindig hagy számunkra egy lehetőséget, hogy Istent megismerjük, amelyhez hozzájárul a másik lehetőség, ami lényünk legmélyébe van írva, és ami segít legyőzni a romlottságot, és lehetővé teszi, hogy Isten ismeretében növekedjünk.

Ez a két lehetőség (a maradék romolhatatlanság, amelyet természetünk mindvégig megőriz magában és a lehetőség, amely még lényünk legmélyén létezik, amely segít bennünket, hogy legyőzzük a romlottság hatását), teret nyitnak az Istenben való hit számára: „Akit bár nem láttatok, szerettek; akiben, bár most sem látjátok, hisztek; s mivel hisztek, örvendezni fogtok kimondhatatlan és megdicsőült örömmel” (1 Pét 1,8).

Így a hit a látás egy formája, ami azonban még nem lát tisztán, vagy még inkább csak részlegesen lát, mert még nem ért egészen a megismerésünk töredékessége miatt: „Mert

töredékes a megismerésünk, és töredékes a prófétálásunk... Most ugyanis tükör által, homályban látunk” (1Kor 13,9; 12).

Ez a tökéletlenség reális és konkrét tény. Jelenleg az ember a hitnek azon a fokán áll, hogy folyton azt kérdezi, hogy Isten miért tette ezt így, és miért nem tette úgy. Az értelem sötétsége miatt, sok dolog érthetetlennek és ismeretlennek tűnik számára. De a hittel legyőzi saját tudatlanságát, a hittel legyőzi a megismerés töredékességét, a hittel keresztül jut az értelem sötétségén. Ezért a hit, legyen bár tökéletlen, ahogy Istent látja, és nem tudja teljesen felfogni Őt, mindazonáltal kegyelme egyenrangú a látás tisztaságával. Ugyanis a hit felkészít a látásra és a hitnek köszönhető, hogy mostantól fogva elnyerjük a feltámadás erejét, amelyben színről színre látjuk Istent: „Most ugyanis tükör által, homályban látunk, akkor pedig majd színről színre. Most töredékes az ismeretem, akkor pedig úgy fogok ismerni, mint ahogy és is ismert vagyok” – Vagyis úgy fogom ismerni Istent, ahogy Ő ismer engem. – „Most azért megmarad a hit” (1Kor 13,12; 13).

Megkérdézhetjük: Mindebből arra kell következtetnünk, hogy az ember számára lehetetlen, hogy világosan lássa Istent, hogy ebben a korszakban lehetetlen teljesen megismerni Őt?

A felelethez lelki oldalról kell jól megvizsgálnunk és mérlegelnünk a kérdést. Azt mondhatjuk, hogy Isten látása lényegében teljesen az ember szentségén alapszik. Ha az ember egészen levetkőzi természetének romlottságát és elérkezik a teljes szentségre, akkor mindenképpen meg fogja látni Istent, világosan, ahogy Ő van. Így a kezdő kérdésünk másképp alakul: Az ember ezen a módon tud eljutni a tökéletes szentség állapotára, azaz új természetet vesz fel?

A második kérdésre adandó válaszhoz tisztában kell lennünk azzal, hogy lényegbe vágó módon elérkeztünk a kereszténység szívéhez: Krisztus eljött, feláldozta testét, vérével kiontotta, a hit és Szentlélek tevékenysége által ajándékolta a vele való egységet, azért hogy rajta keresztül el tudjuk érni a tökéletes szentséget, amely nem csak Isten látására tesz bennünket alkalmassá, hanem a vele való egységre és életre: „megmosakodtatok, megszentelést nyertetek, és megigazultatok az Úr Jézus Krisztus nevében, a mi Istenünk Lelke által” (1 Kor 6,11).

Tehát a Jézus Krisztusban vetett hit misztériuma és a természetünkre kiáradt Szentlélek tevékenysége által elnyerjük a szentséget, amely alkalmassá tesz Istent látására, azaz, hogy az egység és a belőle való részesedés mély megtapasztalása nyomán megismerjük: „Hogy a szívük megvigasztalódják, és szeretetben összeforrvan eljussanak a megértés teljességének minden gazdagságára, Isten titkának, Krisztusnak ismeretére” (Kol 2,2).

De mivel a szentté válás, a megtisztulás és a megigazulás lényeges részei a látásnak, mind össze vannak kötve a hittel, és mivel a hit természete szerint kisebbedik és tágul, növekszik és megáll az emberi természet kötelékei és függőségei miatt – amely változik, képes növekedni és fejlődni – így, az Isten látása is (azaz az ő ismerete) alá van vetve a változásnak és növekedésnek.

Istenbe vetett hitének, bizalmának és a szeretetbe vetett reményének növekedése mértéke szerint növekszik és fejlődik az ember saját istenlátása.

A hit a tökéletesség olyan fokára tud növekedni, ami alkalmassá teszi az embert, hogy elérje a tökéletes szentség állapotát, lehetővé téve neki hogy a mi korunkban világosan lássa Istent?

Elméleti szempontból ez lehetséges, mert egyrészt egy kötelességről van szó: „Nem azt mondtam neked, hogy ha hiszel, meglátod Isten dicsőségét?” (Jn 11,40). De gyakorlati szempontból lehetetlen, mert megakadályozzák az ember érzései és az értelem, amelyek nem egységesen fejlődnek, kétségek közt és elemezve, és ennek következménye, hogy amikor hatnak a látásra, amíg meg nem szűnnek a kétségek okai, megrontják a megismerést, csökkentik a tisztaságát.: „Uram, már szaga van, hiszen negyednapos!” (Jn 11,39).

Így az ember természete bárhogy is megújul ebben a földi létben, a testi érzékelésében és a gondolkodásában megtartja a kezdeti romlás elemeit, amelyek megakadályozzák, hogy világosan lássa Istent. Semmi se tudja megsemmisíteni a kezdeti romlást, ha csak nem a sír, és utána a feltámadás. Íme, amiért az ember szempontjából, a természete és a lehetőségei miatt ebben a földi létben lehetetlen, hogy világosan lássa Istent.

De talán Isten ki tudja magát nyilatkoztatni az embernek?

Egyszerű a válasz, a hit meggyőződése alapján Istennek semmi sem lehetetlen!

Isten ki tudja nyilatkoztatni magát az embernek. Ezt felfoghatatlan módon megtette az isteni megtestesülés misztériumában, megengedve az embernek, hogy lássa Istent Krisztus közbenjárása által, aki abban a pillanatban, amikor megjelent, kiirtotta a romlott emberi természet minden akadályát, megsemmisítette az érzelmek és az értelem negatív hatását, és felfoghatatlan megszentelő erejével teljesen megtisztítva az embert Isten szentségétől átváltozott új teremtménnyé formálja át. Akkor ez az átváltoztatott ember világosan látja Istent, ahogy Ő van: „Nem vagyok-e szabad? Nem láttam-e Jézust, a mi Urunkat?” (1 Kor 9.1).

Tehát most már egy új út nyílik előttünk a világosan látás felé, nem az ember hite, hanem Isten kinyilatkoztatása által. Isten kinyilatkoztatása akaratának jóváhagyása alapján az egyedüli eszköz arra, hogy eltávolítson minden akadályt a világosan látás elől, és lehetővé tegye az embernek, hogy ugyanakkor a látása nyomán eljusson a tökéletes megszentelődésre.

Különbözve a jövőbeni világosan látástól, ami el fogja érni a tökéletességet a végtelen egységben, ennek a látásnak a hatása ideiglenes és ideiglenes ideig tart.

Most fontos azonban aláhúzni a két fogalom közötti nagy különbséget: az, ami Isten látása és az, ami Isten kinyilatkoztatása vagy megjelenése között van. Isten látása magába foglalja azt, amit az ember megsejt az isteni tulajdonságból saját képessége és megszentelődése szerint. Ebben az értelemben lehetetlen, hogy az ember elérkezzen Isten tökéletes látására.

Isten kinyilatkoztatása azonban azt jelenti, hogy Isten nyilatkoztatja ki magát, vagyis hogy Isten saját szeretetétől, irgalmától és jóakarától vezérelve megmutatja magát az embernek. Ebben a kinyilatkoztatásban felfedi az ember számára lényének mélységét, és ő maga gondoskodik a megszentelődés megszerzéséről és a szükséges erőről, hogy Isten dicsőségéről elmélkedjen: „Mert a Lélek mindent kikutat, még az Isten mélységeit is” (1 Kor 2,10).

Ez az alapvető különbség az olyan látás, amit az ember erőfeszítése és a személyes megszentelődés eredményez egy részből, és az olyan látás között, amely Isten ingyenes kinyilatkoztatásából ered, másrésztől, megvilágítva számunkra az Ószövetség szakaszait, amelyek azt állítják, hogy Istent lehetetlen látni, ugyanakkor van lehetősége bizonyos látomásoknak.

Egyrésztől Isten azt mondja Mózesnek: „Ám arcomat nem láthatod, mert nem láthat engem ember úgy, hogy életben maradjon” (Kiv 33,20). Az evangélium azt mondja: „Istent soha senki nem látta” (Jn 1,18; vö. Jn 6,46 és 1 Ján 4,12). Szent Pál apostol pedig így dicsőíti: „Egyetlen Hatalmasság, a királyok Királya, az urak Ura, aki egyedül birtokolja a halhatatlanságot, aki megközelíthetetlen világosságban lakik, akit senki ember nem látott és nem láthat, akinek dicsőség és örök hatalom! Ámen!” (1 Tim 6,15-16).

De másrésztől az is igaz, hogy az Ószövetségben találunk olyan részeket, amelyek arról tanúskodnak, hogy Isten valóban megmutatta magát Mózesnek, Izajásnak, Jóbnak és sok másnak. Az Újszövetség azt mondja: „Mi láttuk az ő dicsőségét” (Jn 1,14) és „És meglátja minden test Isten üdvösségét” (Lk 3,6 amit az Iz 40,5-ből vesz át). „Mert az élet megjelent, és mi láttuk” (1 Ján 1,2) János szerint. És Krisztus mondja: „Aki engem látott, az Atyát látta” (Jn 14,9). És megígérte: „Aki pedig szeret engem, azt Atyám is szeretni fogja, én is szeretni

fogom, és kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21). Szent Pál mondja: „A Lélek mindent kikutat, még az Isten mélységeit is” (1 Kor 2,10) .

Ebből származik, hogy ami lehetetlen volt emberi erőfeszítéssel vagy érdemek alapján, azaz Istent látni, az lehetőségessé vált Isten kinyilatkoztatása által, amely a szeretet bizonyítéka és a kegyelem ingyenes ajándéka. Ez igaz marad napjainkban is: Azt keresni, hogy lássuk Istent lehetetlen vállalkozás az embernek, ha nem ugyanilyen mértékű a tisztasága, szeretete, az isteni parancsok iránti engedelmissége. Mennyi kinyilatkoztatást adott Istenről az embernek az Úr, megszorítások és feltételek nélkül, erőfeszítések és érdemek nélkül, mert figyelembe veszi az ember képességét és szentségét, amelyek lehetővé teszik számára, hogy lássa Istent, ahogy ő van vagy még inkább, ahogy ő ki akarja nyilatkoztatni magát.

Ezt a valóságot nagyon világosan kifejti maga az Úr a következő szavakkal: „Atyám mindent átadott nekem. Senki sem tudja, hogy ki a Fiú, csak az Atya; és azt sem, hogy ki az Atya, csak a Fiú, és akinek a Fiú ki akarja nyilatkoztatni (*apocalypsai*)” (Lk ,10,22), a következő kifejezést használva „kinyilatkoztatni”, abban az értelemben, hogy a látás útján kinyilatkoztatni.

Az Úrnak ezekből a szavaiból származik, hogy a kinyilatkoztatás vagy az Atya és a Fiú látása, azaz Isten lényegi tulajdonságainak belső ismerete alapvetően és elkerülhetetlenül össze van kötve Jézus Krisztus akaratával és közvetítésével. Ebben a kérdésben a kinyilatkoztatás a látás, ami elvezet Isten ismeretére az ő saját kinyilatkoztatásának köszönhetően oly módon, hogy az ember megéri az Igazságot, ami Istenben van és eljut a végtelen boldogságra, így valóban életközösségre lép Istennel.

*

A téma fontossága miatt jó, ha az Atyákhoz fordulunk, a kezdeti egyház hittudósaihoz, hogy az ő elmékedéseiken, tapasztalataikon és megfogalmazásaikon keresztül kövessük Isten látásának témáját, ami a kereszténység központi témája, amelyben kifejezésre jut a megtestesülés hatása és a hit időszerűvé tétele. Az evangéliumtól és a hagyománytól soha el nem térő hittudósok közül hármat választottunk ki.

Antióchiai Theophilosz (65–67)

Az 178-as év körül Theophülosz levelet írt egy Autolikosz nevű pogány embernek elmagyarázva neki, hogy mit is jelent Istent látni. Arra a kérdésére válaszolt, hogy milyen Isten a keresztények Istene:

65. Ha te azt mondod nekem: „Mutasd meg a te Istened” én azt válaszolhatom neked: Mutasd meg nekem milyen ember vagy és én meg fogom mutatni az én Istenemet”. Mutasd meg nekem, hogyan látnak a lelki szemeid, és milyen fülekkel hall a szíved! ... Istent azok értik meg, akik látják őt, mert felnyíltak a lelki szemeik. Aki bünt hordoz magában, az abban a helyzetben nem látja Istent ... Hallgass ide, ó ember! Isten arca felfoghatatlan, leírhatatlan, nem lehet testi szemmel látni ... Ha megszabadulsz a halandóságtól, és halhatatlanságba öltözöl, akkor meglásd, találkozni fogsz Istennel. Isten fel fogja támasztani halhatatlan testedet a lelkeddel együtt. És ha hiszel benne, és halhatatlanná lettél, meg fogod látni a Halhatatlant. (*Antióchiai Theophilosz, Ad Autolyicum 1,2-7*)

Antióchiai Theophilosz szavai Szent Pálra emlékeztetnek: Isten, „aki egyedül birtokolja a halhatatlanságot, aki megközelíthetetlen világosságban lakik, akit senki ember nem látott és nem láthat” (1 Tim 6,16). Ebből származik majd az idők végén a boldogító látás, amikor romolhatatlanságba és halhatatlanságba öltözve Isten természetével összhangba kerül: „aki

egyedül birtokolja a halhatatlanságot”. Megjegyezzük, hogy a halhatatlanság kizárólag Isten természetes, elválaszthatatlan tulajdonsága. Az ember csak, mint ruhát ölti magára, míg Istennek belső, természetes lényegéhez tartozik.

Isten valódi látását csak akkor lehet birtokolni, ha az ember romolhatatlanságot és halhatatlanságot szerez a feltámadás által, nem csak lelki szempontból, hanem testi szempontból is. Mert ami az embert illeti, látása csak akkor tökéletes, ha lénye romlatlan, ha teste és lelke egységben van, és nincs benne ellentmondás a tiszta értelem és a testi érzékelés között.

Antióchiai Theophilosz később elmagyarázza, hogy hogyan lehet megismerni Isten és megérezni fenségének dicsőségét most, és ennek az életnek a végén, amely a túlvilági tökéletes látás záloga:

66. Minden dolgot Isten teremtett, melyeket a semmiből hívott létre azért, hogy művei által megismerjék és megértsék nagyságát. Ahogy az emberben sem lehet látni a lelket, mivel az ember számára láthatatlan, csak következtetni lehet rá a test mozgásából, úgy Isten is láthatatlan az emberi szem számára, de meg lehet látni, és meg lehet érteni gondviselésén és művein keresztül. (*Antióchiai Theophilosz, Ad Autolyicum 1,4-5*)

Itt Antióchiai Theophilosz még visszatér Szent Pál apostol szavaihoz: „Amit ugyanis tudni lehet Istenről, azt világosan ismerik, mert Isten kinyilvánította nekik. Hiszen azt, ami láthatatlan benne: örök erejét, valamint istenségét tapasztalni lehet a világ teremtése óta, mert az értelem a teremtmények révén felismeri. Éppen ezért nincs mentség számukra” (Róm 1,19-21).

Theophilosz Szent Pál apostol szavainak gyakorlati alkalmazásával folytatja egy az értelem által alkotott élő képzeletbeli képpel Istenről, amelyet a teremtés művei alapján tudott elkészíteni nekünk:

67. Isten végtelen az ő dicsőségében, felfoghatatlan a nagysága, emberi észnek felérhetetlen a magassága, mérhetetlen a hatalma, felmérhetetlen a tudása, hasonlíthatatlan a jósága, kifejezhetetlen a nagylelkűsége. Ha „Fénynek” mondom, megnevezem az egyik teremtményét, ha „Igének” mondom, megnevezem a kezdetét (vö. Jn 1,1), ha „Értelemnek” mondom, a bölcsességéről beszélek, ha „Léleknek”, megnevezem a leheletét, ha „Bölcsességnek”, megnevezem azt, akit nemzett, ha „Erőnek”, az uralmát, ha „Hatalomnak”, a tevékenységét, ha „Gondviselésnek mondom, megnevezem a jóságát, ha „Legfőbb Hatalomnak”, dicsőségéről beszélek, ha „Bírónak”, igaznak nevezem, ha „Atyának” mondom, akkor azt mondom ő a minden ... Minden dolgot Isten teremtett, nála nélkül semmi sem lett. Ezért a műveiből megismerhető és megérthető az ő nagysága. (*Antióchiai Theophilosz, Ad Autolyicum 1,3-4*)

Antióchiai Theophilosz leírja az erre a jelen világra jellemző látásunkat, a teremtés művein keresztül felfedve Isten lényegi tulajdonságait, amelyeket mint elengedhetetlenül szükségessé meg kell ismernünk az eszkatalógiai látáshoz, ami a jövőbeni élet sajátosága a halhatatlanságban. Bár jelenleg még nem látjuk közvetlenül, felfedi Isten lényegi tulajdonságait, úgy, mint Atya, Ige és Lélek.

Összegezve Antióchiai Theophilosz a Szentírásra alapozva azt állítja, hogy amennyiben Isten most nem lehet közvetlenül felfogni az ő teljes valójában, ugyanakkor fel lehet fogni a művein keresztül, a hit támaszának köszönhetően, amely fokozatosan vezet bennünket a közvetlen felfogásra. Így az Atya is, bár rejtve van minden értelem és tekintet előtt, Fiában és a Szentlelken keresztül látható, ahogy az Evangéliumban megmondta: „Isten soha senki nem látta: az egyszülött Fiú, aki az Atya kebelén van, ő nyilatkoztatta ki (*exeghésato*

kifejezéssel)” (Jn 1,18). És másutt ezt mondja Krisztus: „Aki engem látott, látta az Atyát is”(Jn 14,9), és ezzel arra gondolt, hogy működésén és személyén keresztül kinyilatkoztatja az Atya láthatatlan valóságát és természetét, mivel az Atya küldötte.

Lyoni Szent Iréneosz (68–81)

190 körül írt művében Szent Iréneosz tanítást adott tanítványainak, azt állítva, hogy az apostoloktól kapta. Isten látását tekintve, miután azt tarthatjuk, hogy az Ige vagy *Lógos* „a láthatatlan Atya látható valósága”, ő fontolóra veszi Isten fokozatos kinyilatkoztatását a beteljesedett megjelenések útján az idők kezdetétől a végéig az Ige által.

68. Nagysága ismeretlen mindazoknak, akik általa lettek teremtvé – senki nem fürkészte ki mélységét, ... – de öröktől fogva ismert a szeretetéről annak révén, aki minden dolgot alapított, ez az ő Igéje, a mi Urunk, Jézus Krisztus. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,4*)

Így a Fiú az, aki kinyilatkoztatása által lehetővé tette az Atya megismerését, mert az Atya megismerése csak a Fiú kinyilatkoztatása által történhet meg.

69. Az Atya a láthatatlan Fiú, a Fiú a látható Atya! (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,6,6*)

70. És bennük (a Fiú és a Szentlélek) növekszünk és haladunk előre, hogy élvezzük Isten jótéteményeit nem tükörben vagy rejtélyekben, hanem közvetlen szemlélésben. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,9,2*)

Szent Iréneosz tehát azt sugallja, hogy Isten látása részint az ember felelőssége, hogy összhangba kerüljön Istennel a fokozatos lelki fejlődésén keresztül, ami a Szentlélek közreműködésével helyre tudja benne állítani a hasonlóságot. A növekedés és haladás a Lélekben, amely a valóságban felülmúlja az ember növekedésben és fejlődésben való képességeinek összességét, felemeli őt Isten életének szintjére, ahogy a lelkébe írt képmás és a hasonlóság megkövetelik, de amit a gyengeség és a bűn elhomályosított.

Így Isten megengedi az embernek, hogy Fián és Lelkén keresztül lelkileg növekedjen és haladjon, hogy eljusson az Atya látására és a vele való életközösségre.

71. Ha tehát már most, megkapva a Szentlélek zálogát, így kiáltunk: „Abba, Atyánk”, mi fog történni majd akkor, ha feltámadva színről színre meglátjuk őt, és amikor mindenből nagy erővel kitör az ujjongás himnusza, dicsőítve azt, aki fel fog támasztani a halottak közül, és örök életet fog adni nekünk? (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 5,8,1*)

Isten látása Szent Iréneosznál mindig magának Istennek a kinyilatkoztatása, az ő akaratából történik. Isten, Szent Iréneosz szerint nem egy tanulmányozható és megismerhető alárendelt személy, hanem olyan valaki, akit lehetetlen megismerni, ha ő maga nem mutatja meg, és nem nyilatkoztatja ki magát. Ő, szeretetből és egyfajta szeretetből történő lehajlástól indítva szabadon választja a kinyilatkoztatást.

Így, ahogy igaz az, hogy Isten azt mondja, hogy „nem lehet őt látni”, ugyanúgy igaz az is, amikor azt mondja: „Kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21). Mert ami az embernek önerőből és akaratból lehetetlen, az lehajló isteni szeretetből lehetséges Istennek. Isten azt mondja, hogy kész kinyilatkoztatni magát annak, aki őt szereti (Jn 14,21) és annak, akinek a szíve valóban tiszta (Mt 5,8). Erre vonatkozóan ezt írja Szent Iréneosz:

72. „Az, ami az embereknek lehetetlen, az Istennek lehetséges” (Lk 18,27). Az ember valóban nem láthatja Istent magától. De Isten saját akaratából meglátatja az emberekkel azt, amit akar, ahogy akarja, és amikor akarja. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,5*)

Összegezve, Szent Iréneosz azt akarja mondani, jóllehet láthatatlan a természetnek, látható a kegyelemnek.

Tehát megemlíti a látás három fokát:

– az, ami a Szentlélek sugalmazása által történik, amit „prófétai” látásnak nevez, és ami az „olyasmi volt, mint az Úr dicsősége”²⁴, a kinyilatkoztatásra vonatkozik.

– az, ami Jézus Krisztus közbenjárása által történik, amit úgy határoz meg, mint „gyermekké fogadás szerinti” látás (vö. Róm 8,15), és ami a választottaknak van fenntartva.

– végül az Atya látása, ami színről színre látása az Országoknak.

A profétai látás a Szentlélek által felkészíti a gyermeki látásra Krisztusban. A gyermeki látás Krisztusban alkalmassá teszi az embert az Atya tökéletes látására. És az Atya halhatatlanságot ad az embernek²⁵.

Ezeket a különböző fokokon keresztül látja az emberiség Istent. Miután ez a három látás szorosan összetartozik, mind egybefoglalva, egyik a másikat maga után vonja.

73. A Szentlélek először felkészíti az embert Isten Fia számára, a Fiú az Atyához vezeti őt, az Atya romlatlanságot ad neki az örökéletre, ami mindenkit eljuttat Isten látására. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,5*)

Iréneosz így biztosít bennünket arról, hogy Isten látása az Országban örökéletben való részesedést nyújt, mert halhatatlanságot adományoz az embernek

Itt sikeresen kifejeződik a kapcsolat a tökéletes látás és a halhatatlanság között!

Ugyanitt még felfedi annak okát, hogy miért lehetetlen az ember számára, hogy Isten arcát láthassa, anélkül, hogy meghaljon (vö. Kiv 33,20).

A bűnös embernek meg kell halnia ahhoz, hogy a romlottság romlatlansággá változzon, és ő végül meglássa Isten arcát és örökké éljen.

Isten arca, amit senki ember nem láthatott anélkül, hogy meghaljon, majd az eljövendőben a holtak feltámadásának eszköze és az örökélet forrása lesz. Ezt írja a tárgyra vonatkozóan Iréneosz:

74. Az emberek tehát meglátják Istent, hogy éljenek, ennek a látásnak köszönhetően halhatatlanok lesznek és elérkeznek Istenhez. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,6*)

75. Élet nélkül lehetetlen élni, az élet léte annak köszönhető, hogy részesül Istenben, Istenben részesülni pedig Isten látásából és jótéteményeinek élvezetéből áll. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,5*)

²⁴ vö. Ez 1,28 idézve a *Adversus haereses 4,20,10*

²⁵ *Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,5*

Visszatérve eredeti témájához, a továbbiakban Iréneosz elidőzik a természetes életnél, azt egy részleges részvételnek tartva az Isten életében, ami teremtés kezdetétől egy részleges látáson alapul.

76. Isten kinyilatkoztatása, amely a teremtésen keresztül történik, adott életet minden létezőnek, amik a földön élnek. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,7*)

Jól elmagyarázza Isten Fiának megtestesülését, akiben ez a látás kölcsönös jelleggel bír: az Ige megtestesülésén keresztül Isten kinyilvánítja vagy kinyilatkoztatta magát az embernek, és az Ige pedig kinyilvánította felé az embert, megmutatta és bemutatta Istennek!

77. Kinyilvánította Istent az embereknek, és az embert bemutatta Istennek. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,7*)

Ugyanilyen alapvető a kölcsönös látás Isten és ember között. Kegyelmet a megtestesülésben fontos, személyes módon, az Úr testén keresztül közölte: „Amint engem küldött az élő Atya, és az Atya által élek, úgy aki engem eszik, az is általam él” (Jn 6,57), és ezzel utat nyitott a lehetőségnek, hogy látásunk életre keljen, a látásnak, ami lényegében az Atyával való közösség a Fiú által a Szentlélekben.

78. Isten dicsősége az élő ember és az ember élete Isten megnyilatkozása. Ha most Isten megnyilatkozása, ami minden élőlény teremtésén keresztül történik, amik a földön élnek, sokkal inkább megnyilatkozása az Atyának az Ige közreműködésével adott élet azoknak, akik látják Istent! (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,7*)

Úgy tűnik, hogy annak háttérében, amit Szent Iréneosz gondolataival a tökéletes látással kapcsolatban leír, Krisztus Tábor hegyi színeváltozása áll ²⁶.

79. A mi Urunk testén áttör az Atya fénye, ragyogás indul testéből, ránk sugárzik, és így az ember az Atya fényétől körülövezve eljut a romolhatatlanságba. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,2*)

Krisztus akarata, hogy saját dicsőségét a Tábor hegyén egy ragyogó látványban kinyilvánítsa, az Atya akaratát tükrözi vissza, aki részeltetni akarja az embert az emberi szemmel nem látható isteni fényben, hogy folyamatosan halhatatlanná téve őt, következményként megadja neki, hogy örökké éljen.

80. Ahogy azok, akik látják a fényt, fényben vannak, és részesülnek ragyogásában, így azok, akik látják Istent, Istenben vannak, részesülnek az ő ragyogásában. Mivel Isten ragyogása életre kelt, azok, akik látják Istent, életre kelnek! (vö. Zsolt 104,30) (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 4,20,5*)

Szent Iréneosz úgy véli, hogy a látás, mint Isten ismerete mindig a valamivé válás cselekedete lesz, amíg be nem lépünk az örökéletbe.

²⁶ lásd *Adversus haereses 4,20,9*

81. Nem csak a jelen korszakban, hanem a jövő korszakban is, azért hogy Isten mindig oktassa az embert, és az ember mindig tanuljon Istentől. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 2,28,3*)

Összegezve, Szent Iréneosz Isten látását az ember éltető valóságának tekinti, most sokkal inkább, mint az eljövendő világban. Jelenleg a hit segítségével egy részleges részvételnek örülhetünk, amelyben látjuk a láthatatlan és felfoghatatlan Istent Jézus Krisztus fényében, aki megadta nekünk a feltámadás ajándékát és az örökéletet.

Jézus Krisztus látása ebben a korszakban valóban éltető látás, ami halhatatlanságba öltözteti az embert, elengedhetetlen előjátéka az Atya látásának, ami maga az örökélet a halhatatlanságban!

Alexandriai Szent Kürillosz (82–83)

Szent Kürillosz teológiája teljesen ortodox, tisztán evangéliumi, megragadja és lángra lobbantja a lelket. Isten látásával kapcsolatban nem leli örömét az intellektuális elméletekben, hanem Isten látása az ő számára egyenes következménye a hit örömeiben, az üdvözülés ujjongásában az Istennel való radikális egységnek, amelyben a megtestesülés nyomán részesedünk.

Száma a tiszta tudás nem az Istenhez való eljutás eszköze, hanem pont ellenkezőleg, annak következménye, hogy a Szentlélek kiáradt a szívünkbe. Így Nagy Szent Kürillosz megmentette az alekszandriai teológiát az absztrakt intellektualizmus kockázatától és a gnosztikus filozófusok befolyásától.

A közvetlen hatások között, amelyek Kürillosz teológiáját irányították, az őt megelőző Szent Athanaszioszt és minden kétséget kizáróan Szent Antal életét kell megemlítenünk: Ők nem tudományos elméletek erőfeszítései nyomán jutottak el a kegyelem teljességére, az erények tökéletességére és a lelki ajándékok összességére, hanem a hit életén keresztül, a szív egyszerűségében és az evangélium megvalósításában megszerezve minden képességet, amelyek lehetővé teszik az isteni természettel való egyesülést a Krisztussal való közvetlen kapcsolat útján, a szeretet bensőségességében, önmaguk odaajándékozásában és az imában.

Szent Kürillosz teológiájában egyike a kiemelkedő szakaszoknak, amelyben nem úgy definiálja az Istennel való egységet, mint az aszketikus erőfeszítések vagy elmélkedések eredményét: Istennel való egységünk már megvalósult és beteljesedett Isten Fiának megtestesülése által. Krisztusban arra vagyunk kiválasztva, hogy az élő Isten fiai legyünk, a „részesedés fiai”²⁷.

Az isteni természettel való egységünk ugyanazt a tartalmat fejezi ki, mint az örökbefogadott fiúság. Ezt Isten ajándékának tartjuk a Krisztusban való hitünk és a Szentlélek eljövetele által, aki nyomban tanúsítja, hogy Isten fiai vagyunk.

Szent Kürillosz szerint az ember közössége Krisztus istenségével, egyesíti őt a Szentháromsággal, aki ennek következtében lehetővé teszi, hogy megtermékenyüljünk, lángra lobbanjunk, mint ahogy a tűz áttüzesíti és felizzítja a vasdarabot. A Krisztusban való részesedésünk és a Szentlélek eljövetele után az a kötelességünk, hogy „mindig szorosan megmaradjunk Isten szeretetében, ragaszkodjunk a jó dolgok utáni vágyakozáshoz, és legyőzve a test ragaszkodását, sértetlenül megőrizzük belénk rögzített képének szépségét. Ez a lelkiélet, ez a hiteles jelentése a Szentlélek tiszteletének”²⁸.

Az aszkézis Kürillosznál nem más, mint próbálkozás hogy összhangba kerüljünk a Szentlélekkel, aki bennünk van, és Krisztus valójával, aki eltölt bennünket.

²⁷ Alexandriai Szent Kürillosz, De recte fide 30

²⁸ ua. Alexandriai Szent Kürillosz, Commentarii in Iohannem 17,19

A Szentlélek, akit Isten ajándékoz nekünk, abban a pillanatban, hogy belénk érkezik, tetteket gyümölcsözik bennünk, hogy egyre inkább hasonlítsunk Krisztusra, és az Atya valódi képmásává váljunk!²⁹

A krisztusi hasonlóságot elérve, azáltal, hogy a Szentlélek megérkezik a lelkünkbe „fogadott fiakká” válunk Krisztusban és az isteni természet részeseivé leszünk.

82. Ha meg lennénk fosztva a Szentlélektől, nem lehetne felismerni bennünk Isten jelenlétét. (*Alexandriai Szent Kőrilloz, Commentarii in Iohannem 17,19*)

A Szentlélek nem csak a lelkiélet forrása a lélek számára, hanem az oka és az alapja a lelki megismerésnek és ebben az életben megéretteti velünk a kegyelem hatását.

Ennek következtében Isten tökéletes megismerése, vagyis látása a kifejezés teljes értelmé szerint, nem tárgyilagos befejezése életünknek, ami felé igyekszünk, hogy sikerüljön eljutnunk itt lent vagy a másvilágon, hanem integráns része az isteni természettel való közös életnek, amelyet a hitnek köszönhetően első pillanattól fogva élvezünk a Szentlélekben.

Isten látása, Szent Kőrilloz szerint, Krisztus ajándéka, amely felragyog bennünk a Szentlélek által. Ezt a verset magyarázva „Kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21), Szent Kőrilloz azt mondja:

83. A tiszták valóban tiszta módon fognak beszélni Isten látásáról ... Krisztus a szenteknek a Szentlélek által beszél saját és más misztériumokról. Pontosan ezt tartalmazza, amit mondanak: „Nekünk azonban kinyilatkoztatta Isten a Lélek által” (1 Kor 2,10), máshol: „Bennünk pedig Krisztus gondolatai vannak” (1 Kor 2,16), megértve Krisztus gondolatát az ő Lelke által. (*Alexandriai Szent Kőrilloz, Commentarii in Iohannem 14,21*)

Növekedésünk Isten helyes megértésében szentségi életünktől függ. Krisztus helyes ismerete a keresetséggel kezdődik, amelyben megkapjuk a Szentlélek világosságát. Szent Kőrilloz azonosítja a „keretség kegyelmét” a „Szentlélek megvilágosításával” és Krisztus „helyes és valódi ismeretével”³⁰.

Testünk az eukarisztiában részesülve, amelyben közösségre lép az élő Krisztus testével,³¹ már most kap egy bizonyos részt az Istennel való egységből.

Na mármost Krisztus helyes ismerete, ami azonos Isten látásával és az Istennel való misztikus egységgel, amit Kőrilloz gyakran „átistenülésnek” nevez, nem egy távoli cél, ami felé törekszünk, hanem inkább egy jelen valóság, amelyben a kegyelem ajándékaként részt kapunk a szent misztériumokból. A látás tehát nem egy a szemlélődés megszabott programja szerinti csúcson helyezkedik el, hanem a Szentlélek működése nyomán a megvilágosodás által jön létre bennünk. Az Istennel való egység, ami a célok célja nem megközelíthetetlen cél, hanem a szent misztériumokban való részesedésből született kincs, olyan hozzáférhető és valóságos, mint amikor eszünk a kenyérből és iszunk a kehelyből. Tehát az embernek nincs más dolga, mint hogy felfogja ennek mélységét, maradjon meg a kegyelemi állapotban, ami beragyogja őt, és hogy összehangolja a saját magatartásával és az irgalommal, amely azt ingyen adta neki, így fizetve vissza az adósságot annak a szeretetnek, amit a Szentlélek helyezett a szívébe.

Szent Kőrilloz tanításában nem található semmi, ami hasonlítana Pszeudo-Dionüsziosz Areopagitész misztikájára, aki nagy hatással volt a későbbi idők keleti és nyugati

²⁹ vö. uo.

³⁰ vö. Glaphyra in Pentateuchum 2.

³¹ vö. Commentarii in Iohannem 6,34

teológusaira. Dionüsziosz Areopagitész misztikája negatív misztika, ami bővelkedik a félhomály, a sötétség, a nem ismerés leírásában, ami Isten megértését beburkolja. Kürillosz Istent ragyogó fényben látja, aki közénk jött és Krisztus arcán át eloszlatta a sötétséget és megvilágított minden létezőt, ami a világban van. A „fény” és „megvilágosodás” kifejezés kulcsszavak, amit Kürillosz mindannyiszor megismétel, ha meg akarja határozni, és le akarja fordítani, hogy mit jelent Istent ismerni.

Kürillosz a szívünkben ragyogó Szentlélek által elmélkedésre buzdít bennünket az isteni tökéletességről. Mert a Szentlélek összehangol bennünket Krisztus valójával, ennek köszönhetően látjuk az Atyát, szerethetjük, és egészen bátran közeledhetünk hozzá, magának a Fiúnak a biztonságával és meghittségével.

Kürillosz soha nem késlekedik Istent keresni a Szentlélek világosságának vezetésével, aki megvilágosítja az ember szívét és gondolatait. Emiatt teológiáját sohasem akadályozza a sötétség, amely be tudja beburkolni Istent, és el tudja takarni istenségének dicsőségét az emberi értelem elől, nem tisztelve Istenként Krisztust és a Szentlelket.

Kürillosz alátámasztja, hogy Krisztus az Igazság Napja, aki eljött közénk, akik homályban és a sötétségben voltunk, hogy eltöltse lelkünket a valódi istenismeret sugaraival. Ő maga, aki megmutatta nekünk az Atyát és alkalmassá tett bennünket a felfoghatatlan misztériumok megismerésére.³²

Kürillosz teológiájában egyetlen különbség az Isten látásának a jelen világban és az eljövendő tökéletes látás között abban van, hogy most Krisztus ajándékozza fényét és gondolatait az üdvösségünk mértéke szerint, hogy végül részt vehessünk az első feltámadásban. A jövendőben túl minden szükségen felfoghatatlan fényével felfedi: „Álarc nélkül, homály és példabeszédek nélkül, nyíltan és gyors észjárással megértjük az Atyaisten isteni természetének dicsőségét, annak a dicsőségét szemlélve, aki belőle tündöklük: „látni fogjuk őt, amint van” (1 Ján 3,2) ... látni fogjuk őt dicsőségében és az Atya dicsőségében”.³³

Kürillosz mély és világos teológiájából egyértelműnek bizonyul, hogy Krisztus közreműködése nélkül, aki bennünk működik a megtestesülés misztériumán, halálán, feltámadásán és megdicsőülésén keresztül, számunkra teljesen lehetetlen világosan és tökéletesen látni Istent. Az Atya dicsősége Kürillosz szerint nem látható, csak Krisztus dicsőségén keresztül. Krisztus dicsősége az Atya dicsőségének és hatalmának kinyilatkoztatása: „Az Atya dicsősége feltámasztotta Krisztust a halottaiból”(Róm 6,4). Ezzel párhuzamosan az Atya dicsősége csak a Fiú dicsőségének megmutatkozásán keresztül mutatkozik meg: „Amikor eljön a maga, az Atya és a szent angyalok dicsőségében”(Lk 9,26).

Kürillosz kitart amellett, hogy lényegbe vágó a látás és az Atya dicsőségének megnyilatkozása. Ez átfordítja tökéletesedésünket felfoghatatlan szépségű érzéssé, „az isteni természet szépségévé”, és ugyanez a szépség, amiben a Szentlélek részeltet bennünket.³⁴

Amikor Krisztus dicsősége felragyog a szívünkben, „nagyon nagy” ismeret tölt el bennünket, ami az „isteni megértés” (*theia sýnesis*), az üdvösség műve tőle és a dicsőségtől, ami Istentől jön.³⁵

Az üdvösség dicsőségének látása Szent Pál szavaira emlékeztet bennünket, akit Kürillosz gyakran idéz³⁶: „Hogy Urunk, Jézus Krisztus Istene, a dicsőség Atyja adja meg nektek a bölcsesség és a kinyilatkoztatás Lelkét, hogy megismerjétek őt. Világosítsa meg lelki szemeteket, hogy tudjátok, milyen reményre hívott meg titeket, milyen gazdag dicsőséges öröksége a szentek számára” (Ef 1,17, 18).

³² Ua. Commentarii in XII prophetas minores 4,2-3

³³ vö. Commentarii in Iohannem 66,25

³⁴ vö. Thesaurus de sancta et consubstantiali Trinitate 34

³⁵ vö. Glaphyra in Pentateuchum 2.

³⁶ vö. Commentarii in Iohannem 14,26

Bekövetkezik számunkra a pillanatban, amikor a Szentlélek lángra gyújtja a lelkünket és megisteníti az emberi természetet. Akkor az ember színről színre látja Krisztust a Szentlélek által, és Krisztus látása megnyitja számunkra a misztikus közösséget a Szentháromsággal, azt a közösséget, ami a jövődöbéli teljes megvilágosodásnak a tetőpontján lesz.

Kiemelkedő, az alexandriai teológiának Kürillosz által jól bemutatható része, az a nagy figyelem, amit az Atyaisten dicsőségére és Krisztus dicsőségére való ráhangolódás képességére fordít. Dicsőség, ami ugyanakkor a kinyilatkoztatásnak és látásnak a lényege. Ennek a dicsőségnek a szemlélése, vagy Kürillosz csodálatos kifejezését használva „az isteni természet szépségének”, az örökkévalóságban elmondhatatlan boldogság forrása lesz számunkra a Szentírás szavai szerint: „hogy, amikor dicsősége kinyilvánul, vigadozva örvendeztetek”(1 Pét 4,13).

Az atyák mondásai

Mit jelent Istent látni (84)

Nagy Szent Antal hosszan beszél a látásról, a lélekre gyakorolt hatásáról és gyümölcseiről, szavait a tapasztalatra és Szent Pál tanúságtételére alapozva, aki azt állítja, hogy látta az Urat, ahogy az apostolok látták, nem a fizikai szem egyszerű pillantásán keresztül, ami Krisztust csak, mint valóságos embert látta, hanem az értelem belső látásával, ami isteni dicsőségében látta őt:

84. Az apostol ... Jézus Krisztus látásának köszönhetően szabaddá vált. Amint meglátta őt, halogatás nélkül követte szavait, a tökéletesség és alázat legmagasabb fokára eljutva. Ugyanezen a módon mindazok, akik követik az Úr szavát, megismerik az igazságot, és az igazság felszabadítva lelküket minden bűntől, szabaddá teszi őket, ahogy ez Szent Pál apostollal történt. A mi Üdvözítőnk valóban megszabadította őt és ezért mondja magáról: „Nem vagyok-e szabad? ... Nem láttam-e az Urat, ahogy a főapostolok?” (v.ö. 1 Kor 9,1).

Ostobaságból sokan azt állítják: „Láttuk az Urat, ahogy (látták őt) az apostolok”. De ezek, szeretett fiaim, tévednek, és félre vannak vezetve, mivel hogy nincs szemük, amivel látnák az Urat, ahogy az apostol látta. Ezek valóban látták, ahogy az apostolok és sokan mások, akik hittek az Úrban és kísérték őt a tömegben, de csak az egyszerű embert ismerték fel benne. De a vér folyásos asszony szívének szemével nézte őt, hitt abban, hogy ő Isten, megérintette ruhája szegélyét, és meggyógyult ... A többiek, Pilátus, Annás és Kaifás, nos ők is csak a fizikai szemükkel látták az Urat, nem a hit szemével néztek rá, ahogy az apostolok tették, tehát semmi hasznuk nem származott belőle, hogy látták őt. Az apostol azonban a szív tekintetével nézett rá és hitének szenvedélyével, ahogy a vér folyásos asszony tette, aki hittel megérintette és meggyógyult.

Így ahogy a mi Urunk Jézus Krisztus megjelent apostolának, Szent Pálnak, szabaddá téve őt, ugyanúgy azoknak is, akik legyőzték szenvedélyeiket megmutatkozott az Úr, tehát aki tartózkodik a szenvedélyektől, az saját szívének szemével látja az Urat, és szabaddá lesz. Mindazonáltal annak a ragyogásnak a fényét, amit Szent Pál apostol látott, nem lehet fizikai szemmel látni, ... Urunk annak mutatkozik meg, aki, ahogy ők, nem rabszolgája a szenvedélyeknek. Leírták Izajás prófétáról, hogy az Úr megjelenései abbamaradtak és nem tudott prófétálni, mert nem tett szemrehányást Uzija királynak. Uzija halála után megjelent a prófétának az Úr angyala, és izzó fogóban tartott égő parázssal megtisztította a száját (vö. Iz 6,6).

Tudjátok meg tehát szeretteim, hogy amikor az emberben kevesebb lesz a bűn hatalma, Isten megmutatkozik a léleknek, és a testtel együtt megtisztítja. De ha él benne a bűn

hatalma, az ember nincs azon a fokon, hogy lássa Istent, mert a lelke sötétben van, és a fény, ami Isten látása, nem tud megmutatkozni benne.

Valóban ezt mondja Dávid: „Világosságod által látunk világosságot” (vö. Zsolt 36,10). De mi ez a fény, ami által az ember látja Istent? Ez az a fény, amit a mi Urunk, Jézus Krisztus említ az evangéliumban, amikor azt állítja: „Ha tehát tested egészen világos, nincs benne semmi sötétség” (vö. Lk 11,36). És amikor azt mondja: „Senki sem ismeri a Fiút, csak az Atya, s az Atyát sem ismeri senki, csak a Fiú, és akinek a Fiú ki akarja nyilatkoztatni” (vö. Mt 11,27). A Fiú, kedveseim, nem mutatja meg az Atyát a sötétség fiainak, hanem csak a világosság fiainak: a parancsok ismeretével megvilágosítja a szívük szemét...

Mózes ... egyszer megmenekült a fáraó fogságából, és hogy szabaddá vált, kiérdemelte, hogy lássa a csipkebokrot, amely lángolt, de nem égett el ...

Tudjátok, szeretett fiaim, hogy ez az Istentől kapott látás azokra vonatkozik, akik nem tökéletesek, olyanokra, mint azok, akik tükörbe néznek. De azok, akik elérték a tökéletességet, azok felnyitják szívük szemét, és a zaklatottság nélküli nyugalomban nagy fényesség tűnik fel számukra. A tökéletes emberek szemeiben nem marad semmi korholást érdemlő bűn és semmi sötétség ... Erre vonatkozva mondja az apostol: „fedetlen arccal fogjuk az Úr dicsőségét látni, mintha tükörbe néznénk, és átváltozunk dicsőségről dicsőségre (v.ö. 2 Kor 3,18), ... a tökéletlen erényről a tökéletes erényre. Ez az átváltozás és előre haladás, amellyel az Úrhoz közeledünk az, hogy elkezdjük megismerni az erejét. Isten azt mondja prófétájának szája által: „Akik hozzám közelednek, megismerik hatalmamot” (vö. Iz 33,13) ...

Amíg az értelem nem közeledik Istenhez, addig a gonosz, aki az ördög, növekszik benne, mint a Libanon cédrusa. De ha egyszer az értelem közeledik Istenhez, hozzá csatlakozva egyesül vele, a gonosz, aki előtte fel volt magasztalva, nem mutatkozik többé. Ezt illetően tanít bennünket Dávid ezekkel a szavakkal: „Láttam a gonoszt, amint mindenek fölé emelkedik, zöldellő cédrusként magasodik, de íme már nem volt ott, amikor visszatértem, kerestem és nem találtam” (vö. Zsolt 37,35-36). Dávid csak azért kereste a gonoszt a helyén, mert Isten ismeretét kereste, és ezért abszolút nem találta a gonoszt. A „visszatértem” szó hasonló egy másik zsoltár szavához: „Vonultam a csodás hajlék helyére, az Isten házához” (vö. Zsolt 42,5). Ez a visszatérés és vonulás jelzi a lélek fejlődését: a próféta a lélek tökéletessége felé való haladására akar célozni mondván, hogy előzőleg útja nagyon távol haladt Istentől...

Erőlködjetek tehát, szeretett fiaim az Úrban, hogy kitartóak legyetek a magányban, ahogy kell, azért, hogy Urunknak, Istenünknek, Üdvözítőnknek, Jézus Krisztusnak kegyelméből el tudjon vezetni Isten látására, ami a lelki szemlélődés. Övé a dicsőség azok részéről, akik meg vannak áldva értelemmel és igazsággal, együtt a jó Atyával és a Szentlélekkel, most és mindörökké. Amen. (*Nagy Szent Antal, Levelek 17,1-4.11*)

Nagy Szent Antal tapasztalatának fejtegetésében megtaláljuk Isten látásának alapvető elemeit:

1. Ahhoz, hogy Isten látására eljussunk, meg kell szabadulnunk minden szenvedélytől, minden bűntől és azok következményétől.
2. Gyakorolnunk kell az erényeket, amelyek elvezetnek az aszkézishez.
3. Szükséges, hogy hevesen vágyakozzunk Isten után és szeressük az igazságot.
4. Az Igazság látása, ami Isten, megszabadít a bűn szolgaságából és Isten fiainak szintjére emel bennünket, akik nem vétkezünk.

Szent Antal különbséget tesz a fizikai látás és a lelki, a hit felsőbbrendű szellemiségének látása között. Ezt úgy magyarázza, mint adományt (karizmát), ami az Isten látásából vissza tudja vetni az embert, ha az visszaesik az engedetlenségbe, ahogy Izajás prófétával megesett,

hogy Istennek meg kellett tisztítania az égő parázssal, amit az Úr oltáráról vett le, amíg vissza nem kapta karizmáját. Különbséget tesz a tökéletlenek zavaros látása és a tökéletesek világos látása között. Szent Antal nagy jelentőséget tulajdonít a látásnak és az értelmén keresztül Istenhez való közeledésnek. Megmutatta, hogy az értelem, Isten ismeretétől és szemlélésétől eltávolodva, ideális környezetté válik a démonok számára.

Szent Antal az első, aki szilárd pontokban összefoglalja az igazság szemlélését és Isten látását, és utat nyit a keleti és nyugati szentek számára, akik utána következtek.

Az Abszolút keresése (85–92)

85. Intést kaptam ebből, hogy térjek magamba és ezért vezetéssel bensőm mélységébe léptem. Megtehettem, mert te lettél segítőm. Beléptem. Lelkem szeme bármilyen gyöngye volt, a lelkem e szeme fölött, értelmem fölött, változhatatlan világosságot láttam. Nem a testi szemmel is látható mindennapi világosságot. Nem is ezzel a világossággal valami egyneműt, ennél talán nagyobb, vakítóbban világítót és özönével mindent betöltőt. Nem ebből származott, hanem másfajta volt, minden egyébtől ugyancsak eltérő. Nem úgy terült értelmem fölé, mint például a vízre az olaj, vagy földünkre az ég. Magasabban volt, mert Ő alkotott engem és én alatta voltam, hiszen Tőle kaptam létezőmet. Ha valaki az igazságot ismeri, ismeri ezt a fényt is. És ha valaki ezt ismeri, az örökkévalóságot ismeri. A szeretet ismeri őt. Ó, örök igazság! Ó, igaz szeretet! Ó, szeretetreméltó örökkévalóság! Te vagy ez, Istenem. Éjjel-nappal hozzád sóhajtozom. (*Szent Ágoston, Vallomások 7,10.16. Ecclesia 1974.*)

86. Én is kerestem Istenemet, nem csak azért, hogy higgyek, hanem hogy egy kicsit lássam is őt. (*Szent Ágoston, Enarrationes in Psalmos 41,7*)

87. Mózes hevesen vágyott arra, hogy lássa Istent ... isteni lényegében, ahogy egy racionálisan gondolkodó lény fel tudja őt fogni, mikor a lélek ki van ragadva mindenfajta rejtélyes szimbólumból (azaz anélkül, hogy a látás az érzékek és képzetek befolyása alatt lenne) Ezen a szinten Isten titokban beszél, közvetítők nélkül, felfoghatatlan módon, ami túl van a szavakon! (*Szent Ágoston, De ad litteram 12,27.55-28.56*)

88. Isten abban vált láthatóvá külső megjelenésében, amiben neki tetszett, de nem volt látható a saját természete szerinti személyében, ahogy Mózes szerette volna látni, mivel ez csak a szenteknek lehetséges a másik életben ... azonban pontosan ezt kérte tőle Mózes, amikor színről színre beszélt vele és azt mondta: „Mutasd meg nekem a te igazi valódát”. (*Szent Ágoston, Epistulae 147,20-26*)

A kiválasztott idézetek alapján megállapítjuk, hogy erős a vonzódás bennünk az iránt, hogy Istent az értelmünkön keresztül megismerjük, és heves vágy él bennünk, hogy abszolút valóságában lássuk Istent, az érzékek, gondolatok és képzetek közvetítése nélkül. Erről a vonzódásról és vágyról beszél Szent Ágoston, amikor lelkének ezt javasolva a sugalmazás pontosságát megerősíti Mózes tapasztalatával, vagyis egy folyamatos és maradandó igazságról beszél az embernek. Isten látásának vágya minden ember lelkét nyugtalanítja és olyan érzés, ami fokozatosan érinti meg a szívét. De a bátorság, hogy bejelentse, vagy hogy jóindulatot kérve elő merjen hozakodni ezzel a kéréssel eltérő, és attól függ, hogy az embernek mekkora az Istennel való egysége, és milyen az Isten előtti életszentsége. Isten látásának vágya nem meglepő, mivel az ember magában hordja az Isten Szentlelkét: „Isten Lelke lakik bennetek” (1 Kor 3,16); „Hiszen őbenne élünk, mozgunk és vagyunk” (Csel 17,28) és nem talál pihenést, amíg távol marad Istentől. A lélek nem nyugszik meg addig,

amíg nem érzi magát közel a Teremtőhöz. Szarovi Szent Szerafim mondta Isten látásáról és ismeretéről:

89. Ha nem ismered Istent, nem tudod szeretni, és csak akkor tudod szeretni, ha látod, de csak akkor láthatod, ha ismered. *(Szarovi Szent Szerafim)*

Itt azt látjuk, hogy a haladás a látás felé való haladást jelent a szeretetben. Kapcsolatunk a megismeréssel kezdődik, aztán fejlődik és szeretetté alakul, végül a szeretet a tekintetét és minden figyelmét fokozottan a látásra koncentrálna!

A tiszteletre méltó szent öreg, Dalyatha Szent János azt állítja, hogy egy bizonyos pontig van lehetőség Isten világos látására.

90. Látva Isten dicsőségét, tele vannak bizonyossággal és abszolút hittel, mivel látják Isten mindenki előtt rejtett természetét és gyönyörű édességgel átitatott boldogsággal kevert érzéssel szemlélik. *(Dalyatha Szent János, Homília a lelkiállapotok nagyságáról)*

91. Természetének dicsőségét mutatja meg szeretteinek, nem pedig természetének lényegét, ezért mondják, hogy Istent soha nem látta senki. *(Dalyatha Szent János, Homília a lelkiállapotok nagyságáról)*

92. Akarata szerint és neki tetsző módon kinyilatkoztatta magát mindegyik szent atyának. Egyféleképpen Ábrahámnak, másféleképpen Jákobnak, és megint más módon Noénak és Dánielnek, Dávidnak, Salamonnak, Izajásnak és minden szent prófétának. Egy módon Illésnek, más módon Mózesnek. Én úgy vélem, hogy Mózes, egész idő alatt a hegyen maradt a negyven napos böjtölés alatt, a lelki terített asztalhoz járulva megízlelte annak édességét. Valamennyi szentnek megmutatta tehát, hogyan akar megpihentetni, üdvözíteni, és Isten ismeretére vezetni. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritales 4,13)*

3. Istennel egyesülni (93–105)

„Ahogyan te, Atyám, bennem vagy, és én tebenned, úgy ők is egy legyenek mibennünk” *(Jn 17,21)*

„Aki pedig az Úrral egyesül, egy lélek övele.” *(1 Kor 6,17)*

Az „Istennel egyesülni” teológiai kifejezés, ami magába foglalja, amit Krisztus kér számunkra az Atyától: „Ők is egy legyenek mibennünk” *(Jn 17,21)*.

A kérés Krisztus halálával és feltámadásával valósult meg számunkra. Péter szavai szerint „részeseivé lettünk az isteni természetnek” *(vö. 2 Pét 1,4)*.

Ezt az eszményt tüzi ki az Egyház fiai számára attól a pillanattól fogva, amikor a keresztség forrásához járulnak és megkapják a Szentlelket. Szent Iréneosz szerint, a Szentléleknek köszönhetően felemeltetünk a Fiúhoz, és a Fiúnak köszönhetően felemeltetünk az Atyához.³⁷

Az egység három szinten mutatkozik itt meg. Szent Athanáziosz szerint: Benne *(Krisztusban) Isten fiaivá válunk*”.³⁸

³⁷ Lyoni Szent Iréneosz, *Adversus haereses* 5,36,2

³⁸ Szent Athanáziosz, *Orationes contra Arianos* 2,76

Az egység magába foglalja személyünk beolvadását az örök fiúi kapcsolatba, ami egyesíti a Fiút az Atyával.

Minden egyházatya megegyezik abban a megállapításban, hogy Krisztus megtestesülése által az emberi természet a vele való együttlétben egy új képességet kapott: megkaphatta egy új teremtmény kegyelmét. Ebben az új teremtményben az emberi természet, a kegyelem által, az Istennel való egyesülés állapotában van, ahogy az Atyák kifejezik az „átistenülés” állapotában, mert Isten Fia „emberré lett, hogy mi átistenülhessünk”.³⁹

Tekintettel az átistenülés elvének fontosságára, röviden megmutatjuk a téma első említéseit:

1. Szent Jusztinosz: „Minden ember méltó arra, hogy „istenné”⁴⁰ ... és a Magasságbeli fiává váljon”.⁴¹
2. Lyoni Szent Iréneosz: „Az Úr... kiárasztotta az Atya Lelkét, és Isten leereszkedésével az emberekbe... és az ember felemelkedésével Istenhez létrehozta az Istennel való egységet”.⁴²
3. Alexandriai Kelemen: „Ő... Istenhez hasonlóná tette az embert”.⁴³
4. Hüppolütosz: „Isten barátja leszel, társörököse Krisztusnak ... átistenülsz és újjászületsz a halhatatlanságra. Isten nem veszít semmit az ő tökéletességének méltóságából istenné téve téged az ő dicsőségére”.⁴⁴
5. Szent Athanasziosz: „Emberré lett, hogy mi átistenülhessünk”.⁴⁵
6. Nagy Szent Bazileiosz: „A legmagasabb fokú kívánság: Istenné válni”.⁴⁶
7. Nazianszoszi Szent Gergely: „Mivel Isten emberré lett, az ember teljessé lett Istenben”.⁴⁷
8. Nüsszai Szent Gergely: „Isten kinyilvánulásában összekapcsolódott a halandó természettel, hogy az istenségből való részesedéssel az emberiség vele együtt átistenülhessen”.⁴⁸

Végezetül idézünk néhány kicsit hangsúlyosabban idevonatkozó részletet az Atyák alapvető hitvallásából:

93. Magasztalom az egyházakat, azért imádkozom, hogy legyen meg bennük Jézus Krisztus – aki mindörökké az életünk – testének és Lelkének egysége, a hité és szereteté, melynél előbbre való nincsen, s a legfontosabb (*kypióteron*) legyen meg bennük: Jézus és az Atya egysége (vö. Jn 17,21). (*Antiochiai Szent Ignác a magnésziaiakhoz I,2 Szent István Társulat, Apostoli atyák 1980*)
94. Nem tudtuk volna megismerni Isten misztériumait, ha Mesterünk, az Ige nem lett volna emberré. Senki más nem lett volna képes feltárni az Atya misztériumait, csakis az ő saját Igéje. „Ki” más „ismeri az Úr gondolatait? Vagy ki” más „volt az ő tanácsadója?” (Róm 11,34) Másrésztől nem tudtuk volna megismerni őt más módon, mint hogy láttuk mesterünket, fülünkkel hallottuk hangját. Mivel tetteiben követtük, és szavait végrehajtottuk, közösségben lehetünk vele, felemelttünk általa, mi, akik utoljára lettünk teremtve, általa, aki tökéletes volt már az egész teremtés előtt!... Tehát az Úr saját vére

³⁹ Szent Athanasziosz, Oratio de incarnatione Verbi 54,3

⁴⁰ **A fordító megjegyzése istenné lenni = részesedni Isten természetéből ld. 2 Pét 1,4**

⁴¹ Szent Jusztinosz, Dialogus cum Tryphone 124

⁴² vö. Az Atyák mondásai 94.

⁴³ Az Atyák mondásai 95.

⁴⁴ Hüppolütosz, Refutatio 10,34.

⁴⁵ Szent Athanasziosz, Oratio de incarnatione Verbi 54,3

⁴⁶ Nagy Szent Bazileiosz, De Spiritu Sancto 9,23

⁴⁷ Nazianszoszi Szent Gergely, Carmina dogmatica 10.

⁴⁸ Nüsszai Szent Gergely, Oratio catechetica Magna 37

arán megszabadított bennünket, lelkét adva a lelkünk számára és testét a testünkért, elárasztott bennünket az Atya Lelkével, hogy létrehozza az egységet Istennel és az emberek között. A Szentlélek által lehozta Istent az emberekbe és megtestesülése által felemelte az embert Istenhez. Bizonyosan és valóban az ő eljövetele ajándékozta nekünk a romlatlanságot a vele való egység által. (*Lyoni Szent Iréneosz, Adversus haereses 5,1,1*)

95. „Köszöntünk téged, ó Fény!” Miközben elborított bennünket a sötétség és be voltunk csukva a halál szürkéségébe, ránk ragyogott az égből egy fény, tisztább, mint a nap, édesebb, mint az idelenti életünk. Ez a fény az örökélet, akit ez megérint él... Ez az „új teremtés” értelme, mert „az igazság napja” ... átalakította a napnyugatot napkeletté, a kereszt által a halált életre keltette ... megszabadította az embert a romlástól és a magasba emelte... Ő ajándékozta nekünk azt a valóban nagy, isteni és elidegeníthetetlen örökséget, ami az Atyától van, és az égi elv eszközén keresztül „törvényemet a bensejükbe adom és a szívükre írom” (Jer 31,33), hasonlónak teszi az embert Istenhez. (*Alexandriai Kelemen, Prorepticus 11,114*)
96. Emberré lett, azért, hogy mi átistenülhessünk. Megnyilatkozott a testen keresztül, hogy fogalmunk legyen a láthatatlan Atyáról. Elviselte az erőszakot az emberektől, azért hogy mi megörökljük a romlatlanságot. (*Alexandriai Szent Atanáz, Oratio de incarnatione Verbi 54,3*)
97. Amikor az Igével érintkezünk, magában az Atyában részesülünk, mert az Ige az Atya szava. De ha az Ige csak részesülne Istentől, akkor nem lenne egylényegű és az Atya képmása. Ő maga, mint megistenült nem tudna átisteníteni senkit. Nem lenne lehetséges, hogy ő, aki csak részese valaminek és épp csak annyit kapott, amennyi neki elegendő, átadjon valamit másoknak, amit ő is csak kapott, mert az nem tőle jönne, hanem az adományozótól. (*Alexandriai Szent Atanáz, De Synodis 51*)
98. Ha a Fiú nem lett volna valóban Isten, akkor az ember csak egy teremtménnyel lépett volna egységre és nem istenült volna át. Az ember nem került volna közel az Atyához, ha ő, aki testet öltött nem lett volna az ő saját és igaz Igéje... Az ember nem istenült volna át, ha ő, aki testté lett természeténél fogva nem jött volna az Atyától és nem lett volna a saját igaz Igéje. Ezért vált az egység végül ilyenné, hogy öbenne egyesítse az isteni és az emberi természetet és így biztosítsa az embernek az üdvösséget és az átistenülést. (*Alexandriai Szent Atanáz, Orationes contra Arianos 2,70*)
99. Tehát nem csak egy ember volt, aki később vált Istenné, hanem Isten vált emberré a mi átistenülésünkért... Ezért mindazok, akiket Isten fiainak hívnak, itt a földön vagy az égben, azokat az Ige valóban örökbe fogadta és az Ige által át vannak istenülve. (*Alexandriai Szent Atanáz, Orationes contra Arianos 1,39*)
100. Ki az, aki nem ámul el? Ki az tehát, aki nem ismeri el, hogy ez a megvalósulás valóban isteni?
Mert ha az Ige isteni művét nem teljesítette volna be testében, az ember nem istenülhetett volna át. Ugyanezen a módon, ha az, ami a test sajátja (mint a halál), nem lett volna az Ige sajátja, az ember nem szabadult volna meg teljesen. (*Alexandriai Szent Atanáz, Orationes contra Arianos 3,33*)

101. Ahogy az Úr felöltötte magára a testet és emberré lett, úgy mi emberek a testébe fogadva átistenültünk és örököljük az örökéletet. (*Alexandriai Szent Atanáz, Orationes contra Arianos 1,34*)
102. Ő emberré lett, hogy átistenítsen magában bennünket. Egy szűz méhében fogant és megszületett, hogy magára vegye a mi megtévedt fajunkat, hogy szent faj lehessünk és „az isteni természet részeseivé” válhassunk, ahogy Szent Péter írta (vö 2 Pét 1,4). (*Alexandriai Szent Atanáz, Epistula ad Adelphinum 4*)
103. Át vagyunk istenülve, nem azért, mert egy hétköznapi ember testéből részesedtünk, hanem az Ige testével való közösség miatt. (*Alexandriai Szent Atanáz, Epistula ad Maximum 2*)

*

Kiviláglik, hogy Szent Atanáz az, aki az Atyák között a leggyakrabban visszatér az átistenülés témájához. Több művében is céloz erre, mindannyiszor kiemelve az alapvető kapcsolatot az Isten megtestesülése és az ember átistenülése között.

Az Atyáknál az átistenülés (*theopoiesis*) fogalma gyakran nem jelenti az emberi természet istenivé alakulását, hanem az emberi természet jogát, hogy egy szeretet-kapcsolatban közösségben éljen Istennel, kiküszöbölve ezzel a fő akadályt, ami a bűn, amely elválasztja az embert Krisztus életétől. Ez hála Krisztus vérének megsemmisült, mert ő teste által, amivel közösségben vagyunk, lemosott és megszentelt bennünket. Az átistenülés vagy szűk értelemben véve teljes egyesülés Isten életével csak a holtak feltámadása után valósul meg. Ehhez megkaptuk a kegyelem eszközeit, a parancsokat és az isteni erőt, ami lehetővé teszi számunkra, hogy legyőzzük korunk életét és világát és a bűnt, és lehetőséget adott, hogy megízleljük a szeretettel és engedelmességgel teli közösségben az Istennel való egységet.

Az ember Istennel való egysége vagy átistenülése, amit ő célként helyez elénk, Krisztusban az emberi és isteni egység erényében megvalósult. Ez az egység tehát a végső cél, amelynek elérése megköveteli a kegyelem minden ingyenes eszközének felhasználását: keresztség, eukarisztia és folyamatos megtérés. Megköveteli a böjtt, a tisztaság, a gondolatok és a beszéd kontrolja, a szüntelen ima, a szeretet minden tette és az alázat terén tett fáradozást. Ezen kívül szükségszerűen feltételezi Isten misztikus segítségét, ami támaszt nyújt a harcban. Bár az Istennel való egység végső célja csak a feltámadásban teljesül be, de olyan értékes eredménye a hitnek és az erőfeszítésnek, amit mindenképp idelent kell bevégeznünk.

Összefoglalva, az aktuális szempontra vonatkoztatva ez az élet, az Istennel való egyesülés a test szerinti életnek Lélek szerinti léletté való folyamatos átalakulását jelenti, amelyet hitben, fáradságban és könnyek között minden nap és minden órában véghezviszünk Isten akarata és az Ország követelményei alapján, amelyeket az evangéliumok juttatnak kifejezésre.

De amit mindig szem előtt kell tartanunk, ha az Istennel való egységről beszélünk, az Jézus Krisztus személye: az iránta érzett szeretetünk és a személye iránti engedelmisségünk által teljesül az Istennel való egység, mert az ő személyében valósult meg istenség és emberség egysége, hogy elkezdődjön számunkra a szeretet felfoghatatlan misztériuma.

A keresztyénységben az egység egy megélt valóság, amelyet a szertartások során és Krisztus szeretetében megízlelünk, de az eszünkkel nem tudjuk azt se felfogni, se megérteni. A racionális logika szerint az a lehetetlenség körébe tartozik, de a megtestesülés misztériuma, a szeretet és a hit tapasztalata szerint valóság, felfogható tény.

Az Istennel való egység nem másodlagos eleme a hitnek, ez minden hitnek és dogmának az alapja. Végző célja Istennek, amiért a megtestesülés által a világba küldte egyetlen Fiát: „Megismertette ugyanis velünk akaratának a titkát jóságos tetszése szerint, amelyet elhatározott benne az idők teljességének megvalósításáról: hogy Krisztusban, mint Főben újra összefogjon mindent, ami az égben, és ami a földön van” (Ef 1,9-10).

Más meghatározásokban az emberség Krisztusban való egységének misztériuma nem csak a megtestesülés, a keresztség és a feltámadás végző állomása, hanem az egész teremtésé.

Hallgassuk csak, amit Nagy Szent Makariosz mond ebben a kérdésben:

104. Valóban, a lélek nagy, isteni, és csodálatos alkotás... Egyszóval azért lett teremtve, hogy jegyesévé váljon, összekapcsolódjon, egyesüljön, és egy Lélekké váljon vele. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritalis 46,5-6)*

Látjuk, hogy az Istennel való egység az Egyház alapja és az evangélium titka, mert az Egyház műve és végül az evangélium által van az emberiség meghívva az Úr Jézus személyében való hitre. A Krisztusban való hit műve és célja az emberiség Krisztus misztikus testében való egysége. Az egység célja Krisztus uralmának kinyilvánulása és a szentek gyülekezetének megjelenése, akik uralkodni fognak benne, és akikben ő fog uralkodni.

Ennek a kölcsönös uralomnak és kölcsönös örökségnek a szándékáról, ami olyan erősen kifejeződik az Istennel való egység vonatkozásában, Nagy Szent Makariosz ezt írja:

105. A lélek az Úrhoz járul és az Úr irgalmas, szereti, hozzá jön és egy lesz vele, és a lélek gondolatai állandóan az Úr kegyelmében maradnak. Akkor a lélek és az Úr egy lélekké válnak, egy dologgá, egy gondolatá. Ha a test a földön fekszik, a lélek gondolataival az égi Jeruzsálemben él, felemelkedik a harmadik égig (vö. 2 Kor 12,2), elmélyül az Úrral való egységben, és őt szolgálja. Az Úr elhelyezi a magasságok felségének trónján az égi városban, teljes valójában, a testében hozzájön. A lélek képmását elhelyezte a magasságban, a szentek városában, az égi Jeruzsálemben, és a saját képmását, ami a felfoghatatlan istenség fénye, bent, a lélek testében. Az Úr maga szolgálja a lelket a test városában, a lélek szolgálja őt az égi városban. Az Úr a lélek öröksége az égben, a lélek az Úr öröksége a földön. Az Úr a lélek örökségévé válik és a lélek az Úr örökségévé válik. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritalis 46,3-4)*

Felfedezzük tehát, hogy az egyházi hagyományban minden, a teológus Atyák által felismert isteni igazság telítve van Szentlélekkel, és ténylegesen igazolták azok az Atyák, akik egyszerű aszkétaként ezeket eleven és világos módon megélték a maguk hétköznapi életében, viselkedésükben, személyes tapasztalatukban. Ez azt a szilárd hitet ébreszti bennünk, hogy a Szentlélek bennünket is hív erre a szent, áldott közösségre az Atyával, a Fiúval és a Szentlélekkel.

Az atyák mondásai (106–118)

Azt gondoljuk, hogy Nagy Szent Makariosz elsőként vette észre a lélek és Isten közötti egységnek a központi szerepét: első volt, aki ezt saját lelki tapasztalatának szívébe helyezte, hosszan beszélt és tanította róla lelki gyermekeit.

Ugyanígy, ő volt az első, aki észrevette a lelki házasság témájának központi fontosságát a szentek lelke és Isten között. Úgy írja le a lelket, mint menyasszonyt, Krisztust, mint isteni vőlegényt és a kettő közti egyesülést, mint szent házasságot. Nem csak egyszerű metaforaként használja, hanem azt mondja, hogy ez egy misztérium valósága a szentek lelke és Isten között, a szentek lelke egy lélekké válik Istennel. Ezt mondja:

106. Amikor a lélek megsebződik a Szentlélek mennyei szeretetétől, és a heves vágytól, az égi jegyeshez indul a kegyelemtől indítva, ami mindig a lélekben van, és teljesen méltó szeretne lenni a misztikus, és felfoghatatlan közösségre Krisztussal a Szentlélek megszentelése által. Arcáról le van véve a fátyol, tekintetét az égi jegyesre szegezi szentől szembe egy felfoghatatlan szellemi fényben. Teljes bizonyossággal egyesül vele, óriási benne a vágy, hogy meghaljon Krisztusért, olyan lesz, mintha meghalt volna. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritalis 10,4)*
107. Annak a léleknek, akit az égi jegyes, Krisztus misztikus és isteni közösségbe menyasszonyául vett, aki megízlelte az égi gazdagságot, az nagy buzgósággal őszintén keresi vőlegényének, Krisztusnak tetszését és azt, hogy kellő módon teljesítse a Szentlélek szolgálatát, ami rá lett bízva, hogy mindenben tetszék Istennek, hogy ne bántsa meg semmiben a Szentlelket, megőrizze a tisztaságot és a szeretetet, mindenben megfeleljen és viselkedjen helyesen a mennyei király házában, legyen hálás minden kegyelemért, amit kapott. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritalis 15,2)*
108. Nem érted, hogy az ég és föld elmúlnak, de te halhatatlanságra vagy meghívva, hogy testvére és jegyese légy a királynak? A látható világban minden, ami van, a vőlegényé, az a menyasszonyé is, és mindaz, ami az Úrhoz tartozik, azt ő rád bízta. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritalis 16,13)*

Szent Makariosz a legnagyobb ajándékról beszél nekünk, amire az igazságban megszentelt keresztény méltóvá vált, hogy elnyerje a misztikus lelki házasságban az egyesülést Krisztussal, hogy végül eljusson az örökségre és a közösség teljességére a vőlegénnyel, ami neki van fenntartva Krisztussal az ő dicsőségében.

109. Annak a megközelíthetetlen fénynek a felhőin át, ahol azt mondják, hogy Isten lakik, az irgalomra méltó értelmén felragyognak ennek a fénynek a sugarai... Akkor a lélek elragadtatásban látja Istenének arcát, megízleli édességét, örvendezik és beszívja tisztaságának illatát... Megy felé, amíg el nem éri, és nem tud onnan kiszabadulni, míg maga Isten el nem engedi ebből az egyesüléséből... Úgy érzi, mintha egy hegy csúcsa ejtette volna fogságba vagy egy fényóceán, amely minden oldalról körülveszi. Ilyen az elragadtatás, ahogy a mi Atyáink Isten dicsőségének látását meghatározzák. *(Dalyatha Szent János, Homília a Szentlélek látogatásairól: 3. A tökéletesség foka)*
110. Úgy egyesülnek örökkévalósággal, ahogy a test tagjai a fejjel. De ez dicsőséggel való egyesülés kegyelme, nem pedig természeted örökkévalóságával. Azért ezt nyerik el kegyelmedből, hogy dicsőséggel és nem a lényegeddel egyesülnek, mert dicsőséggé

válva nagysággal való hasonlatosságra törekszenek. *(Dalyatha Szent János, Homília az új világ misztériumáról)*

111. „Ahogy te, Atyám, bennem vagy és én tebenned, ők is legyenek mibennünk” (vö. Jn 17,21). Boldog, aki megízlelte ezt az örömet ... Boldog az, akinek lelke már hús-vér testével ebben a gyönyörűségben van. *(Dalyatha Szent János, Homília Isten barátainak belső gyönyörűségéről)*
112. Mindazok, akik a bensejükben őriznek téged, boldogan és ámulva szemlélik ragyogásodat, azt gondolják, hogy te egyedül csak bennük vagy..., miközben ott vagy valamennyiükben ...Mindnyájan úgy látják, hogy tökéletesen jelen vagy értelmükben, miközben te mindnyájukban teljesen ott vagy. *(Dalyatha Szent János, Homília Krisztus megnyilatkozásairól)*
113. Akkor ők már nem csak fénybe lesznek öltöztetve, hanem ők maguk lesznek a fény: „Akkor az igazak ragyogni fognak Atyjuk országában, mint a nap” (Mt. 13,43). Odalent többé már nem az egyszerű hasonlóság fog látszani, hanem Istennek ugyanaz a dicsősége. *(Dalyatha Szent János, Homília az isteni szeretetről)*
114. Vele egyesülve, de a természet megváltoztatása nélkül ... Egy egyszerű képet mondunk erről, hogy megvilágítsuk az értelmét. Látod a tüzet, amely egyesül a vassal: a vas külső megjelenését nem lehet többé felismerni, mert a tűzzel való egyesülésben megváltozott. Már nem látsz többé két formát, csak egyet. Eltűnt a természetes különbség. Ugyanilyen módon transzcendens természetük hasonlósága eltűnik, és egy lényé válnak jötevőjükkel, megőrizve dicsőségét. Valójában, azt mondom a bizalom erénye alapján, amit Isten megadott nekem, és nem hazudok: gyakran azok, akik megszerezték Isten szeretetét, azok többet láttak, nagyobb dolgokat láttak és felfoghatatlanabbakat mindezeknél. *(Dalyatha Szent János, Homília az isteni szeretetről)*
115. Amikor az isteni fény felkel a lélekben, és egyesül vele, akkor a lélek ennek köszönhetően látja az egész teremtett természetet, mindent, ami földön és az égben van, a hegyeket és a tengereket, a személyeket és a nehézkes anyagot, ahogy vannak a saját tisztaságuk mértéke szerint. Így megszemléli az egész anyagi világot. Ezt követően, hála ennek az isteni fénynek, felemelkedik a szellemi természetű dolgok szemlélésére ... aztán ragyogva felemelkedik és előre hajlik az isteni fény magassága felé, magába szívja dicsőségének látása és csodálkozik, amikor megszűnik számára minden, ami nem ő, mintha más nem is létezett volna. Akkor a Magasságos dicsőségének fényével való egyesülésben elfelejti önmagát. *(Dalyatha Szent János, Homília a theoriáról, ami különválasztja az értelmet a világtól)*
116. Ki tudja tehát felfogni azt, amikor értelem bezáródik Istenbe és egyesül vele? Ki kötelezi el magát egész lényével, testével-lelkével, mert hasonlítani akar Teremtőjére, Istenre felfoghatatlan mindentáthatóságában és mindenek fölöttiségében? Milyen szavak tudják leírni a gyönyörűséget, amit az értelem élvez, távol minden figyelmetlenségtől, minden szenvedélytől és minden világi gondolattól? *(Dalyatha Szent János, Homília a theoriáról, ami különválasztja az értelmet a világtól)*

Az Istennel való egyesülés az imaélet és minden áhitat csúcsa a dicsőséges élet előlege, amit a világba jöve a választottak kapnak meg. A misztikus közösség az égi Völegénnyel a lelki házasságban, amit Nagy Szent Makariosz megízlelt, az Isten közelségének élvezete, amit

Dalyatha Szent János megtapasztalt, kifejezik a lélek egyesülését Istennel, hogy egy lélekké válnak vele. Ez a mennyek országa bennünk, ami felé az evangélium irányít bennünket (vö. Lk 17,21). Amikor oda elérkezünk, megérezhetjük a tökéletes isteni szeretet illatát szívünk mélyén, a lélek mélyén, a gondolat mélyén, és a másokban pont úgy, ahogy önmagunkban.

Az Istennel való egyesülésen keresztül átlépjük az anyag határait és elérjük, ami a látható világ mögött van. Ez az, amit az Úr mondani akart az Atyához szóló imájában: „Nem a világért könyörgök... Én már nem vagyok a világban...én sem vagyok a világból... Nem azt kérem, hogy vedd el őket a világból... Azt a dicsőséget, amelyet nekem adtál, átadtam nekik, hogy egy legyenek, ahogyan mi egy vagyunk... Én öbennük, te énbennem”(Jn 17).

Az imának köszönhetően úton vagyunk az Ország felé, és hála az Istennel való egyesülésnek elérjük az Országot, ami nincs messze tőlünk, mert bennünk van. Az Istennel való egyesülés, amelyet a szentek megtapasztaltak olyan hely, amelybe beletorkollik minden erőfeszítés és keresés, a test fáradásából, a lélek harcából, vagy a szellem szemlélődésben való állhatatosságából táplálkozik: „A jó harcot megharcoltam, a pályát végigfutottam, a hitet megtartottam. Készen vár már rám az igazság koszorúja” (2 Tim 4,7).

Így az Istennel való szellemi kapcsolat keresése belső és erős, felülmúlja a jelen világot, részesül az égi Vőlegény vérével való megváltás alapjogában.

A lelki adományok fel vannak ajánlva, de megkövetelik tőlünk, hogy minden erőnkől, akaratunkból, gondolatunkból küzdjünk, legyünk állhatatosak, hogy megszerezzük azt a mindig velünk és bennünk lévő kegyelem segítségével: „Törekedjétek a szeretetre, keressétek buzgón a lelki adományokat... Így ti is, mivel lelki adományokra törekedtek, azon legyetek, hogy az egyház épülésére gazdagodjatok” (1 Kor 14,1; 12). A lelki adomány (vö. Róm 6,23) nem csodatettekből és jelek mutatásából áll, hanem mindenek előtt a Lélek szerinti életből, hogy megtapasztaljuk és megízleljük annak gyümölcseit. Azért nevezzük adománynak, mert felülmúlja a jelen világot, de rendes körülmények között az eljövendő életben nincs rá szükség, mert magának az eljövendő világnak a természetéhez tartozik. Így ha mi valóban nem vagyunk ebből a világból, ahogy Krisztus óhajtja, akkor a viselkedésünknek is meg kell felelnie ennek az eljövendő világbeli életének, keresésünk útját teljesen a Szentlélek alapelveihez kell igazítani, eltávolítva magunkból mindazt, ami ehhez a világhoz tartozik és megtartani magunkban, mint legelevenebben élő vágyat, hogy Istenhez eljussunk és egyesülhessünk vele.

„Mindazokat a javakat, amelyek az élethez és az istenfélelemhez szükségesek, az isteni hatalom ajándékozta nekünk azáltal, aki minket saját dicsőségével és erejével meghívott. Általa nekünk ajándékozta a rendkívül nagy és értékes ígéreteket, hogy ezek által részeseivé legyetek az isteni természetnek, és megmeneküljétek a világban uralkodó vágyak romlottságától. Fordítsátok tehát ti is minden gondotokat arra, hogy hitetekkel szolgáljátok az erényt, az erénnyel a tudományt, a tudománnyal a mértékletességet, a mértékletességgel a béketúrést, a béketúrással az istenfélelmet, az istenfélelemmel a testvéri szeretet, a testvéri szeretettel pedig a felebaráti szeretetet. Mert ha ezek megvannak, és bőven vannak meg bennetek, nem tesznek titeket üresekké, sem meddőkké a mi Urunk Jézus Krisztus megismerésében. Akiben viszont nincsenek meg ezek, az vak és rövidlátó, s megfélemedezett a régi bűneiből való megtisztulásról. Ezért annál inkább legyetek rajta, testvérek, hogy biztossá tegyétek hivatásotokat és kiválasztásotokat, mert ha ezt teszitek, soha nem fogtok elbotolni. Így ugyanis tágas bejárat nyílik nektek a mi Urunk és üdvözítő Jézus Krisztusunk örök országába”(2 Pét 1,3-11).

Az isteni természetben való részvétel, amire Péter hív bennünket, az maga a misztérium, amit kinyilatkoztat János az ide vonatkozó részben a Bárány menyegzős lakomáján:

„Örvendezzünk és vigadjunk
és adjuk meg neki a dicsőséget,
mert eljött a Bárány menyegzője
és a jegyese felkészült!
Megadatott neki, hogy
ragyogó és fehér gyolcsba öltözzék;
a gyolcs ugyanis a szentek igaz cselekedetei”(Jel 19,7-8).

Miféle lakoma ez és ki ez a menyasszony, aki fel van ékesítve, ragyogó gyolcsba van öltözve és melyek a szentek igaz cselekedetei?

„Gyere, megmutatom neked a menyasszonyt, a Bárány jegyesét!’ Lélekben elvitt egy nagy és magas hegyre, és megmutatta nekem a szent várost, Jeruzsálemet, amely a mennyből szállt alá Istentől, ahol Isten fényessége volt”. (Jel 21,9-11).

Mi ez a Jeruzsálem, amely Isten dicsőségétől ragyog, ha nem az Egyház? Mi az Egyház, ha nem a szentek közössége? Mi ez a dicsőség, ami bennük van, ha nem a Krisztussal való egyesülés? Úgy találjuk, hogy az Egyháznak kezdeti idejétől fogva szellemi hagyománya, hogy a menyegző kifejezést a tiszta lélek és Krisztus közötti misztikus egyesüléssel magyarázza. A lélek valódi menyasszony, szentséggel felékesítve, a vőlegény pedig a lélekért feláldozott Bárány, akit ő jegyesül választott. „És eljegyezlek magamnak örökre” (Óz 2,21). „Eljegyeztelek ugyanis titeket egy férfinak, hogy mint tiszta szüzet vezesselek Krisztushoz” (2 Kor 11,2). A menyegző pedig a lélek egyesülése Krisztussal.

117. Az a lélek, aki igazán szereti Istent, és valóban szereti Krisztust, akkor is, ha tízezer igaztettet vitt volna véghez, azt tartaná magáról, hogy nem tett semmit, az Úr utáni telhetetlen vágya miatt... Egész nap állhatatosan kitartva az imában a hite és a szeretete miatt éhezi és szomjazza, telhetetlen a kegyelem misztériumai és az erény birtoklásával szemben. Megsebződik a Szentlélek égi szeretetétől, és a heves vágytól, és a kegyelemtől indítva, ami mindig a lélekben van, az égi jegyeshez indul. A Szentlélek megszentelése által szeretne teljesen méltó lenni a misztikus, és felfoghatatlan közösségre Krisztussal. Arcáról le van véve a fátyol, tekintetét az égi jegyesre szegezi szemtől szembe egy felfoghatatlan szellemi fényben. Teljes bizonyossággal egyesül vele, óriási benne a vágy, hogy meghaljon Krisztusért, olyan lesz, mintha meghalt volna. Bizonyossággal telve bizakodik, hogy megkapja a Szentlélektől, a büntől és a szenvedélyek sötétségétől való teljes szabadulást, úgyhogy a Szentlélektől megtisztítva, a megszentelt lélek és test méltónak ítéltetik arra, hogy tiszta edénnyé váljon, hogy megőrizze az égi illatot, és valódi lakhelye legyen a királynak, Krisztusnak. A Szentlélek tiszta lakhelyévé válva már ebben az életben méltó haszna van az égi életnek. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritales 10,4*)

118. Mint az a gazdag fiatal lány, aki menyasszonya egy férfinak, és sok ajándékot kap a házasságkötés előtt, ékszereket, ruhákat, értékes edényeket, de szíve a párját keresi, nem elégszik meg az ajándékokkal, és nem nyugszik, amíg be nem következik az esküvő és az egybekelés ideje. Így a lélek is, az égi vőlegény menyasszonya, foglalót kap a Szentlélektől, ami vagy a gyógyulás ajándéka, a tudásé vagy a kinyilatkoztatásé, de ő a párját keresi, nem elégszik meg az ajándékokkal, amíg nem jut el a teljes közösségre, vagyis a szeretetre, ami szilárd és rendíthetetlen lévén szenvedélytelenné és megingathatatlaná alakítja azokat, akik vágnak rá. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae spiritales 45,7*)

Íme, érkezik a vőlegény.
Figyelj, ó, én lelkem és ne aludj...
Virrassz az imában,
Legyen elég olajod
Hogy a végén találkozhass
Krisztus Urunkkal, aki téged elhalmoz
Menyegzője valódi és isteni dicsőségének kegyelmével.
(Éjféλι Ima, Első óra, Kopt Kánoni Órák)

Második rész. Szempontok az imaélettel kapcsolatos belső tennivalókhöz

Bevezetés

„Azoknak, akik gyakorlás által kifejlesztették érzékeiket, hogy megkülönböztessék a jót és a rosszat” (Zsid 5,14)

„Fáradtságban és nyomorúságban, gyakori virrasztásban, éhségben és szomjúságban, gyakori böjtölésben, hidegben és mezítelenségben” (2 Kor 11, 27)

Ennek a munkának az első része az imára vonatkozó állításokról szólt. A második rész pedig az imádkozóra vonatkozik, megadja a parázs listáját a tömjénhez, hogy milyen alkotórészek járulnak hozzá az imaélet sikeréhez, és melyek akadályozzák. Összehasonlítjuk az aszkétaélet néhány szempontját, de csak annak mértékében, ami szűken véve megkerülhetetlenül össze van kötve az imával, azaz olyan belső tevékenység, ami kapcsolatban van az imával.

Az önmehtagadás vagy aszkézis különböző típusai, mint a böjt, a virrasztás, a csend, és az állhatatos belső figyelem, igen hasznosak az imaélethez, mivel sanyargatják bennünk az ádami örökség természetes életével kapcsolatos dolgokat, és a tagjainkba megbújt bűn utáni vágyat. A keresetséggel már megszereztük a természetes jogot, hogy meghaljunk a világnak. A keresetség által meghalunk Ádám életének, hogy újjászülessünk a krisztusi életre és Krisztus értünk elszenvedett halálának ingyenes következményeként, megkapjuk a megváltást.

Az aszketikus életvezetésben tehát nincs szó másról, mint annak kiterjesztéséről, ami a keresetséggel megkezdődött, hogy meghalunk a világ számára.

De bármennyire számottevő a jelentősége az önmehtagadás és az aszkézis gyakorlatainak, nincsen híján a kockázatnak. Ennek a második résznek a bevezetéseként időszerűnek gondoljuk, hogy bemutatassunk néhány az aszketikus gyakorlatra vonatkozó ajánlást, hogy elkerüljük, hogy rossz irányba menjen, és utat tévesszen:

1. Nem szabad az önmehtagadás és aszkézis formáit önmagáért való végcélnak tekinteni, ami meglegedetté tesz bennünket és eltereli a figyelmünket arról, hogy Istent keressük és tökéletes szeretetközösségre jussunk vele.
2. Az aszkézis különböző formái nem egyebek, mint eszközök a régi ember sanyargatására és a bűnre vezető akaratunk, vonzalmaink és szenvedélyeink keresztre feszítésére, hogy kinyilvánítsuk Isten iránti szeretetünket.
3. Azután, hogy megszereztük a belső megújulást, és a kegyelem teljességét, állhatatosan ki kell tartanunk az aszkézis különböző formáinak gyakorlásában, mert az elejét veszi a szenvedélyek kialakulásának, megakadályozza, hogy a világ felé forduljunk, és az akarat fegyverével harcol a bűn befolyásával szemben,.
4. Az aszkézisben való előrehaladásunk nem szabad, hogy a hiúságunkat szolgálja, sem hogy kifejlődjön bennünk igazvoltunk érzése, ezzel megakadályozva a lelkiélet minden haladását és fejlődését.
5. Ha az aszkézist megfosztjátok az Isten iránti szeretetettől és elkülönítitek a Krisztus ingyen kiontott véréből való elmélkedéstől, az aszkézis legkeményebb formái sem képesek felmenteni a legkisebb bűn alól, se levezekelni a legkisebb elkövetett hibát sem.

6. Nem szabad megengednünk, hogy az aszkézis meghaladja azt a mértéket a testünk bántalmazásában, hogy az ne tudja többé tevékenyen teljesíteni az életével járó kötelezettségeket és kötelességeket.
7. Erőfeszítéseinket a belsőre kell koncentrálnunk, az akarat ellen, ami a bűnre és szenvedélyekre vezet bennünket, a rosszra hajló akarat ellen, ami csak a saját érdekét keresi, és aminek célkitűzései mindig az én felé hajlanak. Ilyen az ellenség, ami ellen harcolnunk kell a bűjtjeinkkel, virrasztásainkkal, és az állhatatos figyelemmel, amíg meg nem hal, és mi megszerzünk egy új akaratot, ami csak azt szeretné tenni, amit Isten akar.
8. Az aszkézisnek nem szabad erőszakos, fizikai elváltozással (pl. öncsonkítás) járó formát öltetni, mert ha abbahagyja az aszkézist, egy erős visszahatást hoz létre az emberben és még rosszabb állapotba kerül, mint amiben az aszkézis előtt volt. Ezzel ellentétben mérséklettel kell végezni, hogy egyensúlyban legyen a boldogság és az öröm és a szomorúság és a fájdalom.
Az aszkézis határait és mértékét meg kell tervezni egy tapasztalt lelkiatya segítségével és irányításával azért, hogy aztán ne legyünk kénytelenek mérsékelni vagy abbahagyni, azaz erősebbnek bizonyuljon az emberi képességeknél, és ne vesszenek így el a gyümölcsök, amiket vártunk tőle. Sokkal jobb tehát egy mérsékelt, a képességeinknek alárendelt aszkézissel kezdeni, hogy normál módon tudjon fejlődni és haladni addig a pontig, hogy megváltoztassa a természetünk minőségét, és lényeges része legyen életstílusunknak.
9. Ha az önmehtagadásból és az aszkézis formáiból hiányzik a szeretet és az öröm Istenben, bánat és szomorúság forrása lesz és az önmaga felé fordulás és önelégültség oka, amikor a saját tökéletességében bízunk.
10. Számosan vannak, akik az aszkézis extrém kemény formájával harcoltak és szabadnak hitték magukat a világtól, és akik végül elvesztették az utat, mert nem hagytak rá teljesen a szegénységre és az alázatra, Isten kezére és a kegyelem működésére. Ha tehát elérkezünk a világtól való megszabadulásra, önmagunktól is meg kell szabadulnunk, azért hogy Isten magáévá tudjon tenni bennünket, és olyanná tenni, amilyenné akar.

A lélek megszabadítása

*Semmire nem vágyva, semmitől sem félve ezen a világon,
hogy úgy mondjam olyannak találtam magam,
mintha minden dolgok csúcán állnék.
Nagy Szent Gergely, Epistula ad Theoctistum 1,5*

Az emberi lélek természete szerint könnyű és tiszta, kész, hogy válaszoljon Isten hívására, nagyon vágyik arra, hogy vele legyen, és hogy engedelmeskedjen neki, szabadon lendül a magasság felé. Ugyanilyen módon szeret minden más emberi lelket, fenntartás nélkül nyitott a másik érzékenysége iránt, szeretetteljes és rendelkezésre álló, mivel természete szerint teljes egységbe tud lenni szeretetben, bensőségességben és harmonikus tevékenységben Istennel és a felebaráttal.

Az Isten felé nyitott emberi lélekben az erőforrás, a lét könnyűsége, a szabadság és a tiszta szeretet határtalanok, a végtelenségig fogékonyak a növekedésre, a fejlődésre és a tökéletesedésre, Istentől merítve ezeket a tulajdonságokat és képességeket.

Mi az hát, ami akadály a lélek könnyűségének, ami megakasztja a tetteit és megsemmisíti a szabadságát?

A válasz erre a kérdésre különösen fontos lelkiéletünk számára, mert ha felfedjük ennek a súlyos és veszedelmes elemnek a természetét, amely állandóan visszavezeti a lelket a mélybe, a föld felé, megállítja mozgását, megfosztja szabadságától, és akadályozza haladását és fejlődését, akkor összpontosítani tudjuk rá figyelmünket, erőinket és imáinkat, hogy megszabaduljunk tőle. Ez a veszélyes és lélekre nehezedő súly az „én”, az emberi én.

Az emberi én képes arra, hogy mást akarjon, mint Isten, hogy olyasmire áhítozzon, ami szemben áll Isten akaratával, olyat cselekedjen, ami ellentétes parancsaival, ne válaszoljon hívására és intéseire, visszautasítsa tanácsait, semmibe vegye szeretetét, megvesse kedvességét és nagy türelmét, és ezzel végérvényes és teljes veszét tudja okozni az embernek. De mi az én emberségem, ami ennyire különbözik az ember lelkétől?

Valójában az én emberségem maga a lélek, de:

1. Ha a lélek egészen Istennek van alávetve, akkor az emberi én nem autonóm, nem létezik Istentől függetlenül. Akarata megegyezik az isteni akaratral, kívánságai az isteni kívánságokkal. Ebben az esetben az emberi én alkalmas arra, hogy állandóan Istennel és Istenben éljen, azaz meghal saját magának és Istenben él.
2. Ha a lélek nincs alávetve Istennek, szabadon, függetlenné válva Isten akaratától, akaratát és tetteit saját hajlamai és szenvedélyei szabják meg, akkor az emberi én önmagának él és meghalt Isten számára. Istentől független autonóm lény, amit a rossz és az anyagvilág illúziója tart fenn. Ez az Istentől független, ez a rosszban autonóm lény önmagában pusztulásra van ítélve, az Istentől független én a pusztulás útján van.

Nem az emberi én válik el Isten akaratától, hanem a démonok csábítják el, mérhetetlen ravaszsággal, hasonlóan a kígyóhoz, aki Évát elcsábította a paradicsomban: „De félek, hogy amint a kígyó félrevezette Évát álnokságával, úgy a ti értelmetek is elfordul a Krisztus iránti őszinte és tiszta odaadástól.” (2 Kor 11,3).

Meg lehet ölni az emberi ént önmagunkban, hogy Istenben éljünk? Igen, az egyetlen eszköz, hogy teljesen alá vessük magunkat Isten akaratának.

A lélek teljes Istennek való alávettségében vége az ember teljes függetlenségének.

Az alávettség ebben az esetben azt jelenti, hogy aggodalom, zúgolódás, és kishitűség nélkül teljesen rábíznunk Isten akaratára mindent, ami történt, ami történni fog, de közben nem hanyagoljuk el a probléma megoldására tett emberi erőfeszítéseket sem, elutasítjuk a rosszat, kezeljük a bajokat, és egy világos Istentől kapott lelki akaratral próbáljuk a nehéz helyzeteket

megoldani. Az isteni akaratra való ráhagyatkozás révén bekövetkezik a végső eredmények elfogadása, miután minden erejével teljesítette és kitartóan megvizsgálta, ha saját akarata valóban megegyezik Isten akaratával, és nem bujtogatja a saját akarata, akkor nyoma sem lesz benne a gőgnek, nagyképűségnek, kapkodásnak.

Hogyan valósul meg az emberi én alávetettsége Istennek azért, hogy a lélek felszabaduljon és teljesen Isten akaratára hagyatkozva éljen?

1. Figyelj, és ne hagyatkozz a saját bölcsességedre és képességeidre, ne táplálj emberi vágyakat valamilyen tevékenység iránt, a miatta érzett aggodalom megállítja lelked, elhomályosítja látásod, elhagy a kegyelem, és te azt kockáztatod, hogy szem elől téveszted az isteni utat, elveszíted az igazságot, az ellenség hálójába esel, rabszolgája leszel az énednek és emberi vágyaidnak. „Jaj azoknak, akik bölcsnek a maguk szemében, és önmaguk előtt okosak!” (Iz 5,21)
2. Tekints magadra, és ha azt hiszed, hogy valamiben fontos vagy, hogy nélküled a dolgok megállnak, a munkák félbeszakadnak, akkora az éned fontosnak látszik szemedben. De tudd meg, hogy Isten valaki más által sokkal jobban véghez tudja azt vinni, mint veled. A gyengéket erőssé tudja tenni, az erőseket gyengévé, a tudatlanokat bölcsé, a bölcsket tudatlanná. Mindaz, ami jó és hasznos benned Istentől van, nem a tied, és ha nem vagy elővigyázatos és magadban nem Istennek tulajdonítod ezeket, elveszik tőled. Ha dicsekszel az okosságoddal vagy erényeiddel, Isten elhagy, és ezek romlásodra lesznek, bajt és pusztulást hoznak.
3. Ha az éned fél alávetni magát Istennek, meg akarja úszni az önmagáról való lemondást, és saját hatalmát magasztalja; ha magadnak tulajdonítod az intelligenciád, az erényed és a sikered, Isten megbüntet, és ez ismétlődni fog, egyik megpróbáltatás következik a másik után, amíg alázattal alá nem veted, és el nem hagyod önmagad. De ha visszautasítod a fenyegetést, és nem tudod elviselni a megpróbáltatást, akkor Isten örökre magadra hagy téged.
4. Figyelj tehát, és hallgass jól ide, mert vagy valóban semmivel egyenlőnek tartod magad, tetteiben és szavakban szilárd elhatározásod, és minden erőddel kész vagy bensőleg ráhagyatkozni Istenre, és ebben az esetben Isten kegyelméből szívesen megszabadítod magad az énedtől, vagy büntetésben részesülsz addig, amíg kényszer alatt meg nem szabadulsz az énedtől. Válassz tehát jól, válaszd az önkéntes alávettség útját, tartsd magad semminek, hogy kövesd a kegyelmet a Szentlélek útjain.
5. Tudd, hogy az Istennek való alávetés és a teljes ráhagyatkozás akaratára és ítéletére, az valóban ajándék és kegyelem. Ennek elnyeréséhez az imával és a könyörgéssel együtt szükségünk van a hit bizakodó erejére és a szív kitartására, azért hogy Isten ne büntessen, és ne szolgáltasson ki bennünket elhomályosodott értelmünknek. Ezen kívül nagy elhatározással az önmagunkról való lemondást kell választanunk minden pillanatban és minden alkalommal, nem a világ előtt, hanem a tudatunk mélyén. Boldog, aki lelke gyengeségét és közepszerűségét feltárja, elismeri és bevallja Isten előtt élete utolsó napjáig.
6. Ha elviseled a büntetést, tudd, hogy határtalan jóban részesülsz, mert Isten a fenyegetésnek azt a lelket adja át, amelyik megfelel annak, hogy milyen gyenge, és saját képességét és eredményeit dicsőíti. Isten azt addig fenyíti, amíg nem ad számot gyengeségéről: odáig jut, főleg amikor Isten nem ad kiutat a csüggedésből és minden oldalról körülzárva az ént zsákmányául hagyja a belső vagy külső megaláztatásnak – származzon az büntőtől, vagy sértéstől –, hogy a lélek elérkezik az utálatig, akár saját okosságának átkozásáig is, saját képességeinek megtagadásáig és végül alázatosan és bűnbánóan ráhagyatkozik Istenre. Abban a pillanatban az embernek nincs többé nehézsége, hogy saját énjét utálja, sőt egyenesen kívánja, hogy minden összefogjon benne, hogy utálja ezt a megvetendő ént. Ez

az alázat valódi útja, ami az én uralmától tévedéseitől, makacsságától és gögjétől az isteni akaratra való teljes ráhagyatkozáshoz vezet, és ami a lélek megszabadulásába torkollik.

7. Ha el akarod érní a lélek megszabadítását a legjobb, és legrövidebb úton láss hozzá a kegyelem iskolájához, ülj le minden nap, vizsgálj meg a gondolataidat, viszonyaidat, szándékaidat, céljaidat, szavaidat, tetteidet Isten szavának fényében. Fel fogod fedezni éned romlottságát, képmutatását, rosszindulatát, csalásait, gögjét, mocskait... Ha ilyen állhatatos vagy minden nap, akkor bűnbánó szívvel meg tudsz szabadulni a hazug és beteg éntől, és fokozatosan győzelmet aratsz rajta, amíg meg nem szabadulsz a befolyásától. Akkor szembenézel a szerencsétlenség súlyával, amibe az éned belesodort mikor engedelmeskedtél neki, amikor örvendeztél benne, dicsőítetted magad és tiszteletét és méltóságát kerested, és abban a pillanatban, amikor bensődben biztosan érzed, hogy te semmi vagy és Isten a minden, akkor valóban szabad vagy.

*

De vannak rejtett tényezők is, amik közbeszólnak, beleavatkoznak a lélek útjába, összezavarják, és a végén földig rombolják.

Az első ezekből a tényezőkből a tudatlanság: nem tudom mi az Isten akarata, nem tudom mit vár tőlem, nem ismerem a keskeny utat, ami az örökéletre vezet, nem ismerem fel a jó ellenségének ravaszságát, amely nem szűnik meg, hogy az öndicsőítés és öntetszég útjára térítsen, és ezzel Isten iránti engedetlenségbe vigyen bennünket. Nem tudom milyen jelentéktelen a világ, milyen ideiglenes a földi dicsőség, és milyen kisszerű a testi öröm.

Isten akaratának nem tudására az evangéliumban és a szüntelen imában találunk orvosságot.

A keskeny út nem ismerésének ellenszere a bátorság és a haladéktalan útnak indulás, most azonnal.

A jó ellensége ravaszságának és csábításának nem ismeretére az Isten előtti alázat és a lélek ébersége az orvosság.

A világ jelentéktelenségének és a földi dicsőség ideiglenességének nem tudására a temetőbe tett látogatás az orvosság.

*

Léteznek azonban más veszélyes tényezők is, amelyek belopakodva elzárják haladását, beszűkítik az imaélet terét, és kioltják lángját: testi és lelki szokások, és mindaz, amit az ember a saját családjától örökölt, a jellemvonások kapcsolata, a nem keresztény erkölcs és viselkedés.

A testi szokások alakulnak ki például a mértéktelen örömszerzésből a bőséges evésben, lustálkodásból, az alvás túlzott szeretetéből, az érzéki örömök kereséséből. Ezek a szokások elvonnak a munkától, az igyekezettől és az imától, a lelki olvasmány, és a szemlélődésben való szellemi elmélyülés megutálására, a szellemi középszerűségben való örvendezésre, a rosszindulatú és jelentéktelen beszélgetésbe való menekülésbe vezetnek. Rabul ejt a televízió, az újságolvasás, a folyóiratok, középszerű könyvek, és az értelem mindennapi szétforgácsolódáshoz folyamodik értékes cél nélkül, a hétköznapi és a pletyka könnyelműsége ösztökél.

Az ezektől a függésektől való megszabadulás csak akkor következik be, ha lelki buzgalommal karddal levágjuk őket, bátor és férfias lelkülettel, mert az Istenhez vezető útnak a tettek és a hit atlétáira van szüksége.

A sok lelki szokás, amelyek alatt a gyengeség megnyilvánulásait értjük: hazugság, a cselekedetek torzítása, megszólás, mások elítélésének hajlama, állhatatlanság, gyávaság,

hízalgés, a megsérült önszeretet miatti siránkozás és jajgatás. Az önelégültség megnyilatkozásai: elbizakodott ragaszkodás a saját véleményhez, szellemi makacsság és önhittség, öngazolás az erőszak alkalmazásában, nyomásgyakorlás, rágalmas, a hatalombirtoklás szenvedélye, és becsvágy az irányításban.

Az egyik és a másik megnyilatkozás is valójában közvetlen következménye az én elhajlásainak, ami eltávolodott Istentől és visszautasítja, hogy teljesen alávesse magát akaratának és szándékának.

Az ezektől a kötelekektől való szabadulás csak Isten kezében megtörve, alázatosan, őszinte megtéréssel következik be.

A sok nem keresztény erkölcsű viselkedésből példának idéznék néhányat, a keménységét és az önkényt az alárendeltekkel szemben, a gúnyt a gyengébbel és hátrányos helyzetűvel szemben, a társadalom periferiájára szorult rétegek lenézését, kötelességteljesítésben a szerénység hiányát, a törvény és a feljebbvalók semmibe vevését, a bosszúálló magatartást, mások szabadsága és méltósága tiszteletben tartásának hiányát.

Ezek a hitvány erkölcsi viselkedések mutatják az eltérést, hogy a lélek elhagyta Krisztust, és a visszatalálás irányára egyetlen orvosság van, a kereszt.

*

Ha egy madárnak madzagot kötünk a lábára, és röptetni akarjuk, a zsinag vissza fogja rántani, leesik a földre, szárnyát töri, és nem tud többé repülni.

Milyen sok lélek tudna Isten felé szállni, ha nem lenne világi dolgokhoz kötve? Amíg az ember meg van kötve a világ kötelekeivel, hiába próbál Istenhez emelkedni. Ha egy kivételével minden kötelektől megszabadult, még ha az egyszerű és jelentéktelen is, nem lesz azon a fokon, hogy Istennek éljen. Emiatt ez az utolsó kötelek miatt még nagyobb lesz a veszély, mert amikor megpróbál felszállni, és azt képzei, hogy már Isten felé közeledik, ez a súly, ami benne maradt visszahúzza, lerántja a lelki magaslatokról, és súlyosan megbeszi a lelkét. Aztán a kísérlet megismétlésekor lassan-lassan lelki lendülete elveszti a hevét és lelkesedését.

Számosan vannak, akik az ima útját próbálták, de hamar megálltak, rájuk telepedett a lustaság és visszafelé haladtak. Az oka ezeknek a szomorú visszaeséseknek mindig valami rejtett kötődés volt, vagy botlás, bűn, a sokféle megszokás, vagy a sóvárgás a világi öröme után, a híresség utáni titkos vágyakozás, a megbecsültség, hiú kérkedés, testi szerelem valaki iránt vagy ragaszkodás valami anyagi dologhoz vagy az evilági javakhoz! Csak egy is ezek közül a kötelekek közül elegendő, hogy megzavarja a lelkét, és akadályt gördítsen az útjába, képtelenné téve tartós lendületre az ima és a szemlélődő élet terén.

*

A legfontosabb tanácsok egyike, amit bárkinek adni tudunk, hogy eredményesen haladjon az örökélet útján, hogy ne hagyjuk rászedni magunkat, amikor épp, hogy megszabadultunk a bűntől és az első akadályoktól. Sokan vannak, akik magukban hittek, nem abban, hogy Isten ingyenesen szabadította meg őket a tévedéseiktől és bűneiktől. Ezért azt hitték, hogy képesek saját maguk és a saját eszközeikkel másokat megszabadítani. Belemerültek a cselekvésbe, anélkül, hogy lelkük oly módon érett lett volna, hogy Isten dicsőségére és nem a maguk hírnevéért emberi szabadságuk átférmálódott volna isteni szabadsággá. Ez azt eredményezte, hogy a jámborság látszatába bújtatva visszasüllyedtek előző bűneikbe vagy más rossz vette birtokba lelküket, belső megosztottságot és aggodalmat okozva bennük. Így helyzetük rosszabbá vált, mint amilyen előzőleg volt.

A lélek megszabadítását ne szűkítsük le a lelkiélet egy szempontjára, hanem terjedjen ki az egész belsőre. Az ember ne hagyja, hogy a világ megpuhítsa, és ne engedjen olyan tanácsnak, ami a krisztusi szabadságát korlátozza, bármi legyen is az a tanács. Jobb a világ szemében halottként élni, de üdvözülni, mint fontos szerepet és tisztséget betölteni, de elveszíteni a szabadságot és az örökéletet. Érthetően és világosan, jobb számára tudatlannak vagy gyengének, és lenézettnek lenni, miközben a szabadság és az élet útján jár, mint azzal foglalatostkodni, hogy nyilvánosan elismerjék, erényesnek és kiválóknak tartásák, miközben a belső élete csupa rom és káosz és nyomon követi őt a sötétség.

Egy utolsó tanács a lélek felszabadítására vonatkozóan, amit minden személynek szeretnénk javasolni, aki Istent szereti: Figyeljen arra, hogy ne kövessen el újabb hibákat a saját hanyagsága miatt, a saját tág lelkiismerete miatt, az önkontroll hiánya miatt, és a saját értelme miatt. Mert csak sok könnyel és figyelemmel sikerül megszabadulni régi bűneink következményétől és befolyásától. De ha minden nap új bűnöket teszünk hozzá, nehéz lesz meggyógyulni.

Az első konkrét lépést, hogy erőfeszítést tegyünk a valódi szabadságba való behatolásra az jelenti, hogy minden ellenállás nélkül teljesen alávetjük magunkat Isten akaratának és terveinek. Ettől megszületik a szívben a szabadság érzése, az önmagunktól és szenvedélyeinktől való megszabadulás, visszatalálunk a kegyelem működésének területére és közvetlen hatása alá kerülünk. Aki Isten akaratának hatósugarában él, és aki azt erővel és szívósan végrehajtja, alávetettségben, hálával és önmagáról való teljes lemondással, az ellenállóvá válik a bűn minden kísértésével, a gonosz uralmával vagy bármilyen eltévelyedéssel szemben.

Amikor a lélek Isten akaratának való alávetettsége eléri az ideális fokot, az ember többé már nem hajlamos semmilyen tetszés, csodálat, lazítás vagy megrontó csábítás elfogadására, ami eltávolítaná az Istennek való alávetettségtől és a neki való engedelmesség örömétől. Íme, ez a szabadság csúcsa.

Az atyák mondásai (119–137)

119. Hogy tehát kellő buzgósággal és lelki tisztasággal szárnyalhasson imádságunk, főként a következőket kell mindenképpen szem előtt tartanunk:

Először is el kell vetnünk magunktól általában a testiség minden gondját. Nem szabad engednünk, hogy bármely ügyes-bajos dolgunk gondja, sőt akár emléke is zavarjon bennünket. Hasonlóképpen el kell távolítanunk minden megszólást, hiábavaló vagy fölösleges beszédet és tréfát. Főként pedig a harag vagy a szomorúság indulatát kell tövestül kivetnünk magunkból. Gyökerestül ki kell irtanunk a testi vágy és a kapzsiság tűzfészket is... Mert amivel a lelkünk az imádság ideje előtt foglalkozott, az emlékezet szükségképpen azt fogja elénk idézni az imádság alatt is. Ezért az imádságra úgy készüljünk elő, ahogyan az imádság alatt akarunk viselkedni... Ha tehát nem akarjuk, hogy imádság közben eszünkbe jusson valami hiábavaló gondolat, akkor még az imádság előtt igyekezzünk kivetni a szívünk rejtekéből. *(Izsák apát, Szent Antal tanítványa, Johannes Cassianus: Egyiptomi szerzetesek tanítása, 9,3 Pannonhalma-Tihany 1998)*

120. A lelkünk méltán hasonlítható a finom pehelyhez vagy a könnyű tollhoz. Ez ugyanis, hacsak kívülről nem éri valami nedvesség s így nem nehezül el, könnyű súlyánál fogva a legkisebb szellő segítségével is, mintegy természetesen felemelkedik a magasba, az ég felé. Ha azonban valami nedvesség folytán súlyossá válik, nemcsak hogy nem száll a levegőbe e természetéhez illő könnyedséggel, hanem a nedvesség súlyánál fogva lesüllyed a mélyen fekvő földre.

Így van ez a lelkünkkel is. Ha nem terhelik bűnök és világi gondok, ha nem rontja meg a veszedelmes vágy nedvessége, akkor a mintegy természetéhez tartozó tisztaságánál fogva felemelkedik, s a lelki elmélkedés legcsekélyebb fuvallatára is a magasba száll: elhagyja mindazt, ami kicsinyes, földi, s az égiek, és láthatatlanok felé szárnyal... Ha tehát imádságainkkal az égig, sőt az ég fölé akarunk hatolni, törekedjünk megtisztítani a lelkünket minden földi büntől. Tisztán őrizzük meg a szenvedélyek minden salakjától, hogy eljuthasson a természetéhez illő magaslatra. Imádságát ne nehezítse el a bűnök terhe, hogy így felszállhasson Istenhez. *(Izsák apát, Szent Antal tanítványa, Johannes Cassianus: Egyiptomi szerzetesek tanítása, 9,4 Pannonhalma-Tihany 1998)*

121. Ti, akik sötétben tartózkodtok, emeljétek fel homlokotokat, és arcotokat beborítja a fény. Hagyjátok el a világ szenvedélyeit, azért, hogy kiáradjon rátok az Atya fénye és parancsolja meg azoknak, akik misztériumainak liturgiáját bemutatják, hogy szabadítsanak meg benneteket a kötelékeitektől, hogy a fény nyomán haladva az Atya felé mehessetek. Tépjék szét a hurkot, ami fogva tart, hogy keressétek és megtaláljátok Istenünket. Jaj nekem, mivel vagyunk megkötve, és miért vagyunk bebörtönözve? Ki zár el az ő dicsőségének látásától? *(Dalyatha Szent János: Homília az óvatosságról)⁴⁹*
122. Ő, akit befogadtak (a Lélek országába) tartózkodjon a lenti érzéki dolgoktól... Ő, akinek velejéig hatolt Krisztus szeretete, nem viselheti el az alantas szenvedélyeket. Ő, aki az angyalok barátjává vált, aki örvendezve osztja meg a titkaikat, nem viselheti el a világnak és cselvetéseinek társaságát. Őt, aki értelmével az Úr szépségéhez kötődik, nem korlátozhatja semmilyen evilági dolog sem szenvedély. *(Dalyatha Szent János, Homília a lelkiállapotok nagyságáról)*
123. Ha szenvedélyed a világhoz tapad, akkor kutyákkal és disznókkal osztozik, azaz a falánk és a parázna, és ha szenvedélyed Istenre irányul, akkor az angyalokkal osztozik. *(Dalyatha Szent János, Homília az ő adományairól a Szentlélek ajándékairól)*
124. Kezd a minden külső köteléktől való megszabadulással, és aztán kötheted a szívedet Istenhez. Mert előbb el kell szakadni a világ dolgaitól, mielőtt egyesülsz Istennel. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 4.)*
125. Ó, szeretteim... már semmi aggodalmaskodás ne tartson vissza az Úr szemlélésétől. Valóban, minél kevésbé nyugtalan a gondolat a látható dolgok miatt, annál inkább belép a jövő reménybe, annál inkább kiemelkedik a testi dolgok miatti aggodalomból, és minél inkább a felemelkedésnek szenteli magát, annál inkább megtisztul és megvilágosodik az imában... Mert ha az ember nem szabad a szenvedélyektől, amelyekről beszélünk, és azok okától, az értelem nem lát semmit abból, ami rejtve van. Ezért az Úr azt parancsolta nekünk, hogy mindenekelőtt őrizzük meg a szegénységet, szökjünk meg a világ aggodalmai elől, és szabaduljunk meg az emberi gondolatoktól, mondván: „Így tehát aki közületek nem mond le mindenről, ami je van, nem lehet az én tanítványom” (Lk 14,33). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 63.)*

⁴⁹ Az idézet utalás Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 43-ra. Ez a számozás a görög felosztásra vonatkozik és nem a szokásosan ajánlott szírre, mert a homília Dalyatha Szent Jánosé és nem szír Szent Izsáké, nincs benne a szír gyűjteményben.

126. Ne gondold, hogy a kapzsiság – a birtoklás szeretete – tisztán az arany vagy ezüst birtoklásának cselekedetéből áll. Minden dologban ott van, amit meg akarsz szerezni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 4.)*
127. Az ember minél inkább megszabadul ettől a világtól és engedelmeskedik Isten félelmének, annál közelebb van hozzá az isteni gondviselés. Titokban érzi segítségét, és tiszta gondolatai támadnak, hogy felfogja. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 57.)*
128. Amikor Krisztus szeretete, az öröm, hogy benned van, nem erősebb annál, hogy érzéketlenné válj minden gond iránt, akkor tudd, hogy inkább él benned a világ, mint Krisztus.
És amikor a betegség, nélkülözés, a test sérülései vagy a félelem hogy fájni fog, eltérítik gondolataidat távol a reményed örömétől, távol az Úrban való meggyökeresedsédtől, tudd hogy a test él benned, nem Krisztus. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 57.)*
129. Azok, akik fogollyá tettek bennünket és uralmuk alatt tartanak, erősebbek, mint mi. De Isten megígérte, hogy maga szabadít meg ebből a gonosz rabszolgaságból...
Könyörögjünk Istenhez, adja meg nekünk, hogy a Szentlélekben legyen „szárnyunk, mint a galambnak” (vö. Zsolt 57,7), hogy a közelébe tudjunk repülni, és megpihenjünk, hogy távolítsa el és szüntesse meg lelkünkben és testünkben a gonosz szelet, azaz a bűnt, ami a lelkünkben és a testünk tagjaiban lakik. Ez csak neki lehetséges ... „Íme, az Isten Báránya, aki elveszi a világ bűnét!” (Jn 1,29) *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 9,9)*
130. Az Úr kér téged, hogy haragudj meg magadra és indíts hadat a szíved ellen, ne egyezz bele a rossz gondolatokba, és ne leld örömet bennük. A maradék bűnt és rosszat teljes mértékben csak az isteni hatalom írtja ki. Az embernek sem nem szabad, sem nem lehetséges saját erejéből gyökerestül kiirtani a rosszat. Küzdeni, harcolni, adni és kapni ütések a te feladatod, de a gyökeres kiirtás Istenre vár. Ha te azon a fokon lennél, akkor miért lett volna szükség arra, hogy az Úr közénk jöjjön? Ahogy nem lehetséges, hogy a szem fény nélkül lásson, nem lehetséges nyelv nélkül beszélni, fül nélkül hallani, láb nélkül járni, kéz nélkül dolgozni, úgy Jézus nélkül nem lehet üdvözülni, sem belépni a mennyek országába. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 3,3-4)*
131. A lélek, aki heves vágya, várakozása, a hite és szeretete miatt méltóvá vált arra, hogy befogadva a halhatatlan élet égi szeretetébe megkapja azt a „hatalmat, ami a magasból jön”, valóban megszabadul minden világi szeretettől és a rossz minden bilincsetől. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 4,13)*
132. „Ezért elhagyja a férfi apját és anyját, a feleségéhez ragaszkodik, és egy testté lesznek.” (Ter 2,24). Ha tehát a testi szerelem felbont minden más szeretetköteléket, mennyivel inkább fel fogják oldani minden evilági szeretet alól azokat, akik méltóvá válnak a Szentlélekkel való égi és gyönyörű egyesülésre! *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 4,15)*
133. Hányan égnek az égi és a Szentlélek iránti szent vágytól. Amelyik lélek megsebesül az isteni szeretet szenvedélyétől, azt hevesen emészti az isteni és mennyei tűz, amit az Úr bocsátott a földre és szeretné, ha hamarosan lángra lobbanna (vö. Lk 12,49). Azok a lelkek

lángolnak Krisztus égi vágyától ... Krisztus szeretete miatt, amely elemészt, elégeti, lángra lobbantja őket az Isten felé fordulásban, a szeretet égi javait ajándékozva nekik. Megvetésre méltónak és visszataszítónak ítélnék mindent, ami ebben a világban dicsőséget és tiszteletet kap. Semmi sincs, ami az égben, a földön és a föld alatt van, ami elválaszthatna ettől a szeretettől, ahogy Szent Pál apostol megerősíti: „Ki szakíthat el minket Krisztus szeretetétől?” (Róm 8,35). *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 9,9)*

134. A léleknek lehet más, saját cselekedete is, és lehetnek a testnek különböző bűnei, amelyeket szeretnénk tudatosítani: a gőg, az emberek gyalázása, a harag, gyávaság, féktelenség és más sanyarúság. Ha a lélek minden erejéből az Úrra hagyatkozik, a Jóisten észreveszi a valódi megtérést, egyesével megmutatja ezeket a bűnöket, hogy meg tudja szabadítani tőlük, és az ellenség próbálkozásai a különböző kísértésekkel ne kerekedjenek felül rajta. *(Nagy Szent Antal, Levelek 1,4.)*
135. Az igazság az, szeretett fiaim, lelkem tétova és szellemem összezavarodott. Jóllehet mindnyájan megkaptuk a választás szabadságát, hogy a szentek tetteit cselekedjük, mi megrészegültünk a bűntől, mint azok az emberek, akik lerészegedtek a bor élvezetében. *(Nagy Szent Antal, Levelek 5,4.)*
136. Annak, aki el szeretné érni az aszkézisben való tökéletességet nem szabad hagynia, hogy valami bűn szolgaságba döntse, mert akit akárcsak egy bűn is leigázva tart, eltávolodott a tökéletesség fokától. Ahogy megmondták, a tökéletesség az: „Mindenkitől független voltam” (vö. 1 Kor 9,19) *(Nagy Szent Antal, Levelek 17,1.)*
137. Kérlek benneteket, fogadjátok el szeretett fiaim, hogy mi megkaptuk, hogy rendelkezünk önmagunk fölött, és emiatt támadnak bennünket a gonosz lelkek, akik körülvesznek bennünket. De vegyétek fontolóra, ami a zsoltárban írva van: „Az Úr angyala az őt félőket körülsáncolja, és kiragadja őket minden szorongatásukból” (vö. Zsolt 34, 8). *(Nagy Szent Antal, Levelek 6,10.)*

A szív megtisztítása (138–143)

„Óvd szívedet minden gonddal, mert az élet ebből fakad!”

(Péld 4,23)

„Mert belülről, az emberek szívéből erednek a gonosz gondolatok.” (Mk 7,21)

„Kerüld az ifjúkor vágyait! Igazságra, hitre, reményre, szeretetre és békességre törekedj azokkal, akik tiszta szívvel hívják segítségül az Urat.” (2 Tim 2,22)

Bibliai értelemben a szív a központja annak, ahonnan a lelki és fizikai élet minden reakciója fakad: „Óvd szívedet minden gonddal, mert az élet ebből fakad” (Péld 4,23). Nem csak a jók, hanem a rosszak is: „Mert a szívből származnak a rossz gondolatok, gyilkosságok, házasságtörések, erkölcstelenségek, lopások, hamis tanúskodás, káromkodások” (Mt 15,19).

Így a szív az ember helyzetének kifejezőjévé válik, legyen az jó, vagy rossz: „A jó ember jót hoz elő szívének jó kincséből, és a gonosz ember a gonoszból gonoszt hoz elő” (Lk 6,45), ami azt jelenti, hogy az, ami az ember szívében zajlik, az hatással van az ember egész belsejére, gondolataira, szavaira és tetteire. Akár akarja, akár nem, nem tud úgy beszélni, hogy közben a szíve meg ne nyilatkozná: „Mert a szív bőségéből szól a száj” (Lk 6,45). Az ember szava kifejezi a szíve belső valóságát, és következésképp igazzá tudja tenni vagy elítélni: „Mert szavaid alapján fognak felmenteni, vagy szavaid alapján fognak elítélni.” (Mt 12,37).

A szív és a száj közötti kapcsolatról ezt mondja Szent Pál: „A szív hite megigazulásra, a szájjal való megvallás pedig üdvösségre szolgál.” (Róm 10,10). Tehát azt, amit a szív hisz, a szájnak kell megvallania.

De az evangélium arról a lehetőségről beszél nekünk, hogy olyat is lehet látni, hogy az emberben együtt létezik két szív: Az egyik, ami a valóságos állapotáról beszél és a másik, ezzel ellentétben, nem az ember tényleges állapotáról, hanem színlelt gondolatokról, szavakról és tettekről beszél. Úgy beszél és tesz-vesz, hogy elhitesse hogy egy erényes ember, miközben gonosz: „Viperák fajzata! Hogyan tudnátok jó dolgokat mondani, mikor gonoszak vagytok? Hiszen a szív bőségéből szól a száj.” (Mt 12,34).

Az Úr szava arra tanít bennünket, hogy lehetetlen, hogy az ember jó dolgokat mondjon, amikor rossz, hacsak nincs benne egy másik szív, ami a gonosz lélektől van és színleli az erényt. Hogy fel tudjuk fogni ezt a dolgot, az Úr a jó meghamisítóit „viperák fajzataként”, írja le, mert a vipera a gonosz lélek szimbóluma, akinek az a célja, hogy a színlelt erénybe, álrühába öltöztetett rossz meggyőzőbb legyen. Ez a gonosz lélek taktikája és tulajdonsága.

A gonosz lélek nem elégszik meg azzal, hogy bűnnel és szenvedélyekkel szennyezi be a szívet, hogy átalakítja a „szív kincsét”, a gonoszság menedékhelyévé, ami a rosszat terjeszti, hanem egy második szívet társít hozzá, amelyik erényesen beszél a céllal, hogy álrühába öltöztetve a rosszat jobban tudja biztosítani terjedését és tetteit.

Isten tette abban áll, hogy radikálisan kiszakítja a gonosz szívet, és „egy új szívet” (Ez 36,26) teremt az emberben és ezzel az új szívvel szükségszerűen új emberré válik. „Ekkor téged is megszáll az Úr lelke és prófétálni fogsz velük, s más emberré változol... Amikor aztán Saul hátat fordított, hogy eltávozzon Sámuelről, Isten megváltoztatta szívet” (1 Sám 10,6; 9).

A Bibliában az új szív teremtése három lényegbevágó dologgal azonos. Az első: A bűnös ember szívének megbánása. A második: Az ember szíve mélyéig meg van mosva és meg van tisztítva. A harmadik: Az ember megkapja a Szentlelket.

Ennek a három dolognak a kifejeződését nagyon világosan megtaláljuk az 51. Zsoltárban:

„Könyörülj rajtam, Isten, irgalmad szerint,
könyörületességed szerint töröld el gonoszágomat!
Moss egészen tisztára vétkeimtől...
Hints meg izsóppal és megtisztulok, moss meg engem és a hónál fehérebb leszek...
Tiszta szívet teremts bennem, Isten, s az erős lelket újítsd meg bensőmben!
Színed előtt ne vess el engem, szent lelkedet ne vond meg tőlem! ...
A töredelmes lélek áldozat Istennek, a töredelmes, alázatos szívet Isten, nem veted meg”.

Az Ószövetségben az új szív teremtése kivételes és egyedi dolog volt. Az Újszövetségben ez általánossá válik, nem csak egy viszonylag új szívnek a megteremtése, hanem az ember egész belsejének újjá teremtése.

Ezt a három dolgot megtaláljuk a keresztség misztériumában, amely a szívet lemossa, megtisztítja a hit által: „a hit által megtisztította szívüket” (Csel 15,9). Ezt az érzékelés síkján a Krisztus Nevében vízbe való alámerítéssel fejezi ki. De a megtisztulás csak akkor valósul meg, amikor a bűnbánó szív a megbánás és a bűn visszautasítása következtében elnyeri a bocsánatot: „Tartsatok bűnbánatot, és mindegyiktek keresztkedjék meg Jézus Krisztus nevében bűneitek bocsánatára: akkor megkapjátok a Szentlélek ajándékát.” (Csel 2,38). Tehát a tökéletes megtisztulás, hogy az ember megkapja a Szentlelket, a hit és a bűnbánat által jön létre.

Tehát az új szív teremtése a víz és a Szentlélek által, a hit és a megtérés útján válik lehetségessé minden ember számára. Fontos különbség van tehát a szívnek a hit és megtérés útján való megtisztítása, és egy új, tiszta szív Szentlélek általi megteremtése között.

A szív megtisztítása kötelezően és szükségszerűen bejárt út számunkra, miközben egy új tiszta szív teremtése természetfölötti tett, ami egyedül Istent illeti. Mindazonáltal össze van kötve a mi utunkkal, mert amilyen mértékben megtisztítjuk szívünket a hit és a megtérés által, olyan mértékben válunk képessé ennek az új, Isten képmására teremtett szívnek a befogadására.

Amilyen mértékben irtózzunk a bűntől, utáljuk a gonosz gondolatokat és szenvedélyeket és borzadunk a bűnös cselekedetektől, olyan mértékben tesszük magunkévá a szentség erejét, hogy bennünk lakjon, mint egy új természet, eltöltsön bennünket az isteni szeretet, és igaz cselekedeteket sugalmazzon nekünk. Amilyen mértékben erőfeszítéseket teszünk, hogy megtisztítsuk szívünket a bűn sötétségétől, amely elhomályosítja a lelki látást, annak mértékében válunk az igazság befogadóivá, hordozóivá és gyökereztetjük lényünk legmélyére. Más meghatározásban amilyen mértékben megtisztítjuk a régi embert utálatos bűneitől, olyan mértékben mutatkozhat meg az új, isteni ember ereje: „Ti, akik levetettétek a régi embert cselekedeteivel együtt, és magatokra öltöttétek az újat, aki teremtőjének képmására állandóan megújul a teljes megismerésig” (Kol 3,9; 10).

Itt az aszketikus teológia és misztika területére lépünk, mivel az ember tettei és fáradozása a kegyelem támogatásával lényegbe vágó alapot jelent Isten felfoghatatlan ajándékainak befogadásában, amelyek felülmúlják az ember minden művét és magát az ember természetét.

Az aszkéta Atyák a szív megtisztítását az üdvözülés nélkülözhetetlen feltételének tartották, mert az előkészíti az új ember születését, és lehetővé teszi, hogy új életet éljen Krisztusban.

Az Atyáknak a szív, *hè kardía*, képviseli teljességgel, a bibliai ismereteknek megfelelően, az emberi lét központját. Leírásával és hatásával megfelel annak, amit az orvostudomány agynak nevez. Kétség kívül van egy tágabb értelme is: a képességnek, tehetségnek, értelemnek, józanésznek, akaratnak, tudásnak, ítélő képességnek, mindannak a központja, ami tőle születik és benne megszilárdul.

138. Az ész azért van, hogy kormányozza a szívet, a lelkiismeret azért, hogy szemrehányást tegyen neki, a gondolatok, hogy kérdőre vonják és megvédjék. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,32)*

Ugyanebben a homíliában Szent Makariosz úgy írja le a szívet, mint „az igazság és a hamisság műhelyét, ott a halál és élet, a becsületes vagy csalárd kereskedése.”⁵⁰

Ámbár a szív minden bűn útkereszteződésévé tud válni, azt mondja még:

139. Ott van Isten és az angyalok is, az élet és az Ország, a fény és az apostolok, a mennyei város, és a kegyelem kincsei... *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 43,7)*

140. A szív igazgatja és kormányozza belül a testet, és amikor a kegyelem birtokba veszi a szív gyönyörűségét, eluralkodik minden tagján és gondolatán. A szívben van a székhelye a gondolatoknak, a lélek minden szándékának és reményének, mert tőle árad a kegyelem a test minden tagjába. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,20)*

Úgy tűnik, hogy a kegyelem, az Atyák szemében, át tudja hatni a gondolatot, akaratot, lelkiismeretet és minden tagot, ami a szív uralma alatt van. Más meghatározásokban az ember természete, ami itt a szíve, az isteni kegyelembe öltöztetve egy új lelki természeté válik. Az a szív megtisztításának értéke, hogy a kegyelem beköltözésének előkészítője.

Nagy Szent Makariosz sürget, amikor azt mondja, hogy a gonosz szív beszennyezi az akaratot, megrontja a hajlamokat és a természetes ösztönöket. Az ilyen ember tekintetétől és kezétől, anélkül hogy ő tudna róla, minden tisztátalanná válik.

141. Azoknak a szívében, akik a sötétség fiai a gonosz uralkodik, szét van terjedve minden tagjukban, valóban, „mert a szívből származnak a rossz gondolatok” (Mt 15,19) és így elterjedve elhomályosítva az embert... Mint ahogy a víz terjed egy csatornán keresztül, úgy terjed a bűn a szíven és a gondolatokon keresztül. Akik tagadják ezt, azokat a saját gonoszságuk cáfolja meg és gúnyolja ki, miközben nem akar diadalmaskodni, mert a gonosz azt keresi, hogy rejtve maradjon és megbűjlik az ember gondolataiban. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,21)*

Így az ember első erőfeszítése és első gondja, hogy legyőzve az akarat ingadozását, és helyreigazítva a hajlamait és ösztöneit, amelyek alá vannak vetve a rossz uralmának, először tisztítsa meg szívét, azaz a szív belsejében szemtől szembe a bűnnel, legyen úrrá rajta, támadja meg és semmisítse meg azt.

Szent Makariosz ugyanebben a 15. homíliában úgy írja le a szívet, mint „Krisztus palotáját, ahová pihenni tér”. Úgy is szemlélteti, mint „a hajó kapitányát, aki irányítja és kormányozza a hajó egész személyzetét”⁵¹, mint egy szekér kocsisát: „Ha a szekér, a gyeplő, az állatok és a belső felszerelés csak egy vezetőre vannak bízva, ez, amikor akarja, a legnagyobb sebességre készíti a szekeret, és amikor akarja, megállítja. A szekér tehát a hatalmában van, az ő akarata vezeti. Így van a szív is”.⁵²

Szent Makariosz azt fejezi ki, hogy a szív cselekedeteinek végső fontossága az elsődleges szempont, amennyiben ő a kapitánya a hajónak, az életünknek, a kocsisa a szekérnek, ami

⁵⁰ Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,32

⁵¹ uo.15,33

⁵² uo. 15,34

testünket hordozza. Ha tehát a kapitány tudatlan és ostoba, mi történik a hajóval? És ha a kocsis bárgyú és bolond, mi lesz a vége az utazásnak, a szekérnek és a lovaknak?

Ha a ház piszkos, hogy jöhetne az Úr, hogy benne lakjon és megpihenjen?

142. Mennyivel inkább szükséges, hogy a lélek a háza, ahol az Úr megpihen, fel legyen díszítve, hogy be tudjon lépni és megpihenni az, aki szeplőtlen és feddhetetlen. Abban a szívben Isten és a mennyei egyház pihenést talál. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,45)*

Szent Makariosz úgy véli, ahogy a város felépítése a romos épületek lerombolásával, a föld megművelése a tüskés bokrok égetésével kezdődik, ugyanígy az életre vezető út is a szív megtisztításával kezdődik.

143. Amikor egy város elhagyott és valaki újjá akarja építeni, előtte romba dönti az épületek veszélyes maradványait ... És aki kertet akar művelni elhagyott, bűzös helyen, első dolga, hogy megtisztítja a helyet, bekeríti, árkot ás... Ugyanígy az emberi akarat is a bűnbeesés után elhanyagolt, elhagyott, tele van szórva tüskével... Tehát sok munkára és sok fáradságra van szükség az alap lerakásához, míg az emberek szívébe nem jön tűz és kezdi lepucolni a tüskéktől. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,53)*

De miért választotta Isten az ember szívét pihenésének kizárólagos és kiváltságos helyévé? „Add nekem, fiam, szívedet, és szemed vigyázzon útjaimra” (Péld 23,26).

Úgyszintén, az első parancs: „Szeresd Uradat, Istenedet teljes szívedből” (MTörv 6,5).

Valójában az ember nem birtokol semmit, ami ilyen alapvetően érzékeny, lágy, édes, irgalmas és gyengéd, mint a szíve. A szív együttesen kifejezi az ember legmélyebb és legigazabb érzéseit. Mindazonáltal nem ezért kéri Isten az ember szívét.

A szívnek van egy tulajdonsága, ami felülmúlja az édességet, lágytságot, az irgalmat és a gyengédséget, mert ő a centrum, ahonnan a személyiség összes összetevője, jellegzetessége, sajátosságai kiindulnak. Bizonyos szempontból a szív az emberben a szentek szentje. Kizárólag ez az egyetlen tulajdonság teszi méltóvá, hogy Isten lakóhelye legyen. Így ha az ember teljes szívből szereti Istent, az azt jelenti, hogy belsőleg neki ajándékozza magát.

Amikor Szent Makariosz azt mondja, hogy a szív magába foglalja az értelmet, a lelkiismeretet és a gondolatokat, arra a főigazságra teszi a hangsúlyt, hogy miért áll az emberi szív és szeretet Isten érdeklődésének középpontjában.

Isten számára érdektelen az érzelmi szeretet, akármilyen intenzív, sőt heves is, mert ez olyan szeretet, ami az út alatt, amikor az érzelmek megsérülnek, vagy sebet kapnak, szükségszerűen kialszik. Istennek az olyan szív szeretete kell, amelyben az ember odaajándékozza magát, mindent odaad, ami ő. Az ilyen szeretetnek a sebesülés után újraéled a lángja, a fájdalmak megtisztítják, és a halál tökéletesíti.

Ezért olyan fontos dolog a szív megtisztítása azoknak, akik Istent szeretik. Isten nem kér és nem fogad el részleges vagy megosztott szeretetet. Azt akarja, hogy a szív teljesen az övé legyen. A „teljes szívvel” azt akarja mondani: az emberi érzelmek minden fogyatékoságától, a test hajlamaitól vagy függőségeitől, az érzelmi felindulásoktól megtisztított szív, vagyis azt jelenti, hogy teljesen megtisztítva minden titkos bálványtól és azok ápolásától. A szentek szentje csak Istennek lehet szentelve és felékesítve.

Az atyák mondásai (144–167)

144. Most az a tennivalónk, hogy nagy gonddal őrizzük szívünket (Péld 4,23), hogy ne történhessen meg az, hogy a hiábavaló képzelgések elűzzék Isten gondolatát, vagy csodái

emlékét. Inkább állhatatosan tartsunk ki Isten szent gondolatában egy folyamatos és tiszta emlék segítségével, amely kitörölhetetlen pecsétként van lelkünkbe nyomva. Így élő marad bennünk Isten szeretete, ami az ő akaratából az Úr parancsainak teljesítésére ösztönöz bennünket. A parancsok teljesítése alakítja tartóssá és szilárdná, és a parancsok teljesítése által őrizzük meg Isten szeretetét magunkban. *(Nagy Szent Bazil, Regulae fusius tractatae 5,2)*

145. Mit jelent tömören a tisztaság?

– Olyan szív, ami részvétet táplál minden teremtmény iránt...

– Milyen az a szív, ami részvétet táplál?

– Az egész teremtés, az emberek, a madarak, az állatok, minden teremtmény iránt égő szív... Amikor rájuk gondol, amikor látja őket, a szeme könnybe lábad. Oly heves, erős és állandó az együttérzés benne, hogy szíve képtelen elviselni, hogy lássa vagy hallja, hogy akár a legkisebb rossz is érjen egy teremtményt. Ezért könnyek között imádkozik minden órában az oktalan állatokért, hogy nyerjenek oltalmat és mindazokért, akik ártanak nekik, az igazság ellenségeiért, hogy nyerjenek megbocsátást. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 74.)*

146. Ha tiszta vagy, az ég benned van, meglátod magadban az angyalokat és fényüket, velük és bennük meglátod az ő Urukat. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 43.)*

147. Isten tűz, ami lángra gyújtja a szívet, mint a parázs. Így, ha azt érezzük, hogy a hideg elárasztja szívünket, akkor az ellenfél nincs messze, mert a gonoszlélek hideg. Imádkoznunk kell az Úrhoz, hogy jöjjön és hozzon tüzet a szívünkbe, az iránta való szeretet tüzét, és a felebarát szeretetének tüzét. Isten teljesen forró valója elől elmenekül a gonoszlélek, és hidegsége szertefoszlik a szívben. *(Szarovi Szent Szerafim)*

148. Mi a jele annak, hogy az ember elérte a szív tisztaságát? Az a szív valóban tiszta, amelyik azt tartja, hogy minden ember jó, senki közülük nem tűnik szemében tisztátalannak vagy mocskosnak. Különbözik, hogy teljesítené igazán szívében az apostol szavát, aki azt mondja, hogy aki szert tett minden erényre, mindenkit különbnek tart magánál (vö. Fil 2,2-3), vagy azt, amit a próféta mond: „A jó szem nem nézi a rosszat” (vö. Hab 1,13). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35.)*

149. A keresztényeknek tehát minden területen arra kell törekedniük, hogy ne tegyenek különbséget az egyik és a másik ember között, hogy ne ítéljenek el senkit, se a prostituáltakat, se a bűnözőket, sem az erkölcsteleneket, hanem mindenkire egyszerűséggel és tiszta szemmel nézzenek, hogy senki se váljon, ahogy természetes és ösztönös lenne, lenézetté, elítélté, megvetetté. Ha látsz valakit egy szemmel, ne vedd meg a szívedben, hanem úgy kezeld, mintha egészséges lenne, és akinek egyik keze nyomorék, mintha egészséges lenne. Úgy kezeld a nyomorékot, mintha egyenes lábai lennének és a bénát, mintha egészséges lenne. Ez a szív valódi tisztasága, hogy így tekints a bűnösökre és a betegekre, légy együttérző és irgalmas. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,8)*

150. Ha te újjászületsz Krisztusban, akkor minden ember, aki Krisztusban született, a testvéred. És ha így van, akkor semmiben se tartsd magad különbnek a testvérednél. *(Dalyatha Szent János: Homília a Szentlélek adományairól)*

151. Amikor cellád sarkában ülsz, óvakodj attól, hogy megítéld testvéredet. Lehetsz akár olyan tiszta, hogy elérheted a tökéletesség csúcsát, ez lerombolná erényeid épületét. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,131)*
152. Az összes rossz szenvedélytől, ami törbe csalja és megbabonázza a szívet, csak ezer csel fogással, sok erőfeszítéssel, sok imával és könnyel lehet megszabadulni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,124)*
153. Ha nagyon vágysz a szív békéjére és a lelkiismeret nyugalomára, amik az élet fájának gyümölcsei, és nem akarod halállal befejezni, gyökerestül tépd ki szívedből a jó és rossz tudásának fáját, amelyről Isten megtiltotta az első embernek, hogy egyen. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II, Homília a magányos életről)*
154. Ha bírálod testvéreid tulajdonságait és életstílusát, bizonyosan sokat fogsz veszíteni, mert elítéled a személyeket, és anélkül hogy számot vetnél vele, önmagad igazolására azt korholod, Aki a teremtést elrendezte és, így a gög bűnébe esel. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II, Homília a magányos életről)*
155. Nagy fáradtsággal is csak kevés olyan embert találsz, aki eljutott oda, hogy megveti óriási tudását, amit felhalmozott, és felcseréli a bűnös szívek egyszerűségével és ártatlanságával. Ezek a Király koronájának ékkövei. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II, Homília a magányos életről)*
156. Istennek öröm, ha olyan tisztának lát bennünket, mint ahogy megteremtett. Megszomorítjuk, amikor megváltoztatjuk ezt a teremtéskor kapott állapotunkat. A lélek Isten képmása és mi eltorzítottuk. Bensőséges, gyengéd szeretettel tekinthetett Istenre. Mi rontottuk ezt el, mert a Teremtő helyett a szenvedélyek szolgájává váltunk. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II, Homília a magányos életről)*
157. Nincs semmi, ami olyan közel vinné szívünket Istenhez, mint az irgalom, és nincs semmi, ami olyan békét adna az értelemnek, mint az önkéntes szegénység. Ha sokan balgának neveznek kezéd nagylelkűsége, istenfélelemből fakadó mértéktelen bőkezűséged miatt, jobb az neked, mintha bölcsnek és okosnak tartanának zsugoriságod miatt. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 4.)*
158. Szeresd a szegényeket, és általuk te is irgalmat találsz. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
159. Ne undorodj a betegek és szegények rossz szagától, hiszen te is húsba vagy öltöztetve! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
160. Szeresd a bűnösöket, de utasítsd el a tetteiket. Ne nézd le őket a vétkeik miatt, nehogy te is hasonló kísértésbe ess. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
161. Emlékezz, hogy te is (földi természeted szerint) Ádám utódja vagy és te is erőtlenségbe vagy öltöztetve. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*

162. Ha valóban irgalmas vagy, akkor ha méltánytalanul és igazságtalanul megfosztanak attól, ami a tied, ne lobbanj haragra, se kívül se belül, és ne mutasd másoknak szenvedésed, hanem irgalmasságod szenvedélye rögtön nyelje el az igazságtalanság elkövetőit, mint ahogy a bor erejét is elnyeli a bőséges víz! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 6.)*
163. Mutasd meg irgalmad nagyságát azzal, hogy örömmel javát akarod azoknak, akik igazságtalanok voltak veled szemben. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 6.)*
164. Ha valóban alázatos vagy, nem zavar, ha igazságtalanságot kell elszenvedned. Ne mondj semmit (és ne ítélkezz), hanem vedd magadra a hamis vádat, mintha igaz lenne, és ne próbáld meggyőzni az embereket, hogy másképp történt, hanem kérj bocsánatot! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 6.)*
165. Terítsd köpenyed a bűnösre és fedd be őt. Ha nem tudod magadra venni vétségeit és megkapni helyette a büntetést, viseld el legalább a szégyent, hogy ne neki kelljen. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 50.)*
166. Isten meghallgatja és teljesíti azoknak a kérését, akik tiszta szívből szeretik és keresik őt. Hányan vannak azonban, akik nem teljes szívből fordulnak hozzá, hanem szívük megosztott és mindezt nem másért teszik, mint hiúságból, hogy dicsérjék őket az emberek. Isten semmit nem hallgat meg az imáikból, hanem még jobban megharagszik, mivel ők képmutatásból cselekedtek. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 10,1)*
167. Tisztaság nélkül senkinek a teste és a szíve nem lehet tökéletes Isten előtt, ahogy a Szent Evangéliumban meg van írva: „Boldogok a szívükben tiszták, mert ők látni fogják Istent” (Mt 5,8). A tökéletesség tehát a tiszta szívből születik... Legyetek tehát készen halálotokig a küzdelemre és a harcra, és ne őriztetek haragot magatokban senki iránt, mert különben a gyilkosok közé sorolnak titeket az Írás szerint: „Mindaz, aki gyűlöli testvérét, gyilkos” (1Ján 3,15)... „S bárki, aki közületek igazságtalanságot szenved el, fogadja azt örömmel és ajánlja az ügyet Isten kezébe, hiszen Ő az igazságos Úr, akié a megtorlás joga. És bárki közületek igazságtalan a szomszédjával, siessen az Úrhoz megalázkodni, és kérve kérje szomszédját, hogy az Úr megbocsáthasson neki. Ne hagyj, hogy a nap lenyugodjon haragod fölött” (vö. Ef 4,26), ahogy az Írás tanítja nekünk, és irtsatok ki a szívetekből minden rossz gondolatot, ami aggaszt benneteket. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 20,3.12.13)*

A bűnbánó lélek

*„Arra tekintek, aki szegény, aki megtört lelkű,
és rettegi szavaimat” (Iz 66,2).*

*„Hátamat odatartottam az ütlegetőknek,
és orcámat a tépdeseőknek, arcomat
nem rejtettem el a gyalázás és köpdösés elől.
De az Úristen megsegít engem, ezért nem ér gyalázatot” (Iz 50,6-7).*

„Megkínózták, és ő alázatos volt, nem nyitotta ki száját” (Iz 53,7).

*„Tanuljatok tőlem,
mert én szelíd vagyok és alázatos szívű
– és nyugalmat találtok lelketeknek.” (Mt 11,29).*

Ha lehetséges lenne, akár csak egy pillanatra felfogni Isten valóságát és a vele való kapcsolatunkat, akkor rögtön felfedeznénk saját lelkünk valóságát és látnánk, hogy mennyire semmik vagyunk Isten mérhetetlen és végtelen dicsőségéhez képest.

Ez történik a szenteknél. Alázatuk intenzitása, saját maguk semmibe vétele és megalázása és a kitartó bűnbánat a méltatlanságuk miatt ennek a felfedezésnek az eredménye. Így ha mi megpróbálnánk birtokolni ezeket a tulajdonságokat, és magunknak tulajdonítanánk azokat, mielőtt előre haladtunk volna a kegyelemben, és felfogtuk és felfedeztük volna az igazságot, hogy kik vagyunk valójában, ezek nem csak hamisak lennének, hanem pont ellentétes irányba vezetnének bennünket, mint ahogy szerettük volna.

Ami a szenteket és azokat, akik előre haladtak a kegyelemben rávitte az alázatra, megsemmisülésre és megalázkodásra, nem ezeknek a belső szépsége volt, sem a vágy, hogy elérjék és felékesítsék magukat velük, hanem lelkük valóságának felfedezése az isteni fényben.

Az alázat nem azt jelenti, hogy bűnösnek képzeljük, miközben belül igazából nem érezzük magunkat annak. Ez eltávolítana bennünket a valódi saját lelkiismerettől, és messzire vinne bennünket az igazi alázattól. A lélek helyes bűnbánata abból a meggyőződésből származik, hogy megharagította Istent. Miközben volt lehetőségünk, hogy elnyerjük a kegyelmet, és előre haladjunk benne, íme a szabadsággal teli világ iránti szenvedélyt és pusztulást választottuk az önszeretetünk és a testnek tett engedmények miatt.

Az emberi természet, ami a világhoz tartozik, a világ dolgait szereti, önmagától nem tudja szeretni Istent, csak a kegyelem közreműködése által. Hányszor de hányszor érez egy ismeretlen, Isten utáni fájó szomjúságot. Ez a néma kiáltó szó nem más, mint a benne lévő isteni pecsét kiáltása.

Ezt a lelkén viselt isteni pecsétet a Szentlélek működése által tudja megújítani, ha megerősödik, és felül tud kerekedni a világon. Ennek feltétele az egészen alázatos és bűnbánó lélek. Erre csak a szeretet fényében és az Isten utáni heves vágyban, a bűnök miatti lelkiismeret furdaláson keresztül van lehetőség. A bűn nélkül, ami megrontotta a természetünket, zavartalanul élhetnénk Isten szeretetének tiszta fényében, de a bűn miatt magasztalásunkba a szomorúság és a pusztulás iránti szeretetünk hangja vegyül.

Isten előtt leplezetlenül, meztelenül állnak bűneink, tévedéseink és gondolataink. Ki merészkedne arra, hogy megpróbálja Istent megtéveszteni? Szent Pál apostol azt mondja: „Ne vezessétek félre magatokat: Istent nem lehet kijátszani” (Gal 6,7).

Annak a valóságnak megfelelően, amelynek vagyunk, az Istennel való kapcsolatunknak az alázatos szívből, és az egészen bűnbánó lélekből kell kiindulnia. Csak így válhat valódi kapcsolattá.

Az egyik ok, ami miatt szégyenkeznünk és teljesen lesújtottnak kell lennünk: miközben megszegjük Isten törvényeit és vétkezünk ellene, ő mindvégig gyengéd szeretettel tekint ránk és soha nem hagy el bennünket. Hogy is ne telne meg a lélek bűnbánattal, amikor látja Isten szeretetének végtelenségét, ami odáig ment, hogy megalázza magát és megöli a kereszten? És kinek a keze által? Talán nem az emberiség keze által, amelynek te is, én is tagjai vagyunk? Már ez az egyetlen tett, hogy szemléljük Isten megtestesülését, és hogy elszenvedte, hogy az emberek keresztre feszítsék elég ahhoz, hogy inkább, mint valaha, megvetésre méltónak találjuk szívünket.

„A bűnbánó szív” elérése nem egy nap alatt történik, és nem lehet könyvekből megtanulni. Ehhez Istennel való mély kapcsolatra és vele való életre van szükség. Ez kezdetben nehezen megoldható és fárasztónak tűnik, mert magában hordozza az „én” elleni belső küzdelmet, és mert rávilágít az önszeretetünkre. De egy bizonyos idő elteltével, amikor a lélek megtisztul a hamis nagyságtól és az állítólagos méltóságtól, eluralkodik benne a bűnbánó élet, és mint egy súlyosan áradó himnusz, fölzeng benne és hívja, hogy közeledjen Istenhez, egyre jobban verjen benne gyökeret, és egészen pihenjen el benne.

A bűnbánó lélek teljes-teli van békével. Lassacskán, ahogy előrehalad a kegyelemben és a tökéletességben, erőfeszítés nélkül halad előre az alázatban. Olyan bántó már számára minden eltévelyedés a gőg, a hamis nagyság, vagy önteltség irányába, mint ahogy egy tapasztalt muzsikusz fülét nagyon zavarja a hamis hang.

A „tökéletes bűnbánat” bibliai értelemben megfelel az „összetörni” (*thraúomai*) anyagi fogalomnak, abban az értelemben, hogy „összetörni egy tárgyat, hogy tönkretegyük a nagyságát, végül kicsivé és gyönggév téve őt”. Ez a fogalom lelki értelemben ugyanakkor az alázatot, a szelídséget, önmegtagadást, és saját akaratunk feladását jelenti. De tartalma szerint az anyagi meghatározás „összetörni egy tárgyat, hogy tönkretegyük a nagyságát, végül kicsivé és gyönggév téve őt”, nem alkalmazható a lelki élet kereteire abban az értelemben, hogy ártunk a léleknek, vagy megalázzuk az Isten képmására teremtett emberi lelket. Az „összetörni és tönkretenni” a léleknek arra a részeire alkalmazhatók, amelyek eltévelyedtek a hamisságban és hazugságban, és oly módon, hogy a lélek térjen vissza eredeti keretei közé, alkalmazkodjon egyszerű és alázatos valójához, és az ember ne essen többé vissza olyan törekvésekbe, amelyek meghaladják nagyságát, ne törekedjen arra, ami nem felel meg a hitének, és harcának. Ahogy Szent Pál mondja: „Azt mondom ugyanis mindegyiketeknek a nekem adott kegyelemnél fogva, hogy senki se gondoljon magáról többet; hanem józanul gondolkodjék, mindenki a hit mértéke szerint, amelyet Isten juttatott neki”(Róm 12,3). Így a „bűnbánó lélek” lelki fogalma teljesen pozitív módon irányul a lélek hiteles és reális, hamisítás, illúzió, nagyravágás, nagyképűség és önelégültség nélküli újjáépítésére. Az újjáépítés teljesen megfelel az első teremtnének, előjátéka a Krisztusban való hivatása maximális megvalósulásának: egyesülni az isteni természettel.

A lélek tökéletes bánata két módon megy végbe: az egyik, a szándékos lemondás, a másik, amikor nem áll szándékában felhagyni valamivel. Más meghatározásban, az ember kiirtja lelkéből azokat a részeket, amelyek tévesen látszanak felemelkedésnek a jellemében, viselkedésében, hiábavaló törekvéseiben. Ez a szándékos bűnbánat. Ugyanakkor azt is kéri tőle, hogy fogadja el, amikor a tökéletes bánat felindítása Istentől jön azért, hogy kialakítsa lelkében az alázatot és visszavezesse a gyerekkorába, az eredeti egyszerűségbe. A nem szándékos lemondással történő tökéletes bánatot Isten különleges adományának tartjuk, mert az ember gyakran nem tudja, hogy mondjon le magáról, hogy változtassa meg, hogy kell „összetörnie” saját énjét. Ha nincs a tökéletes bűnbánat egyszerűségben és szelídségben, ami Istentől jön, elkerülhetetlenül tökéletlen marad.

A lélek tökéletes bánata végén az alázat kialakítása egy kényes és súlyos művelet. Őszinteség és világosság szükséges hozzá, hogy az ember meg tudjon állni saját megalázásában, mert a léleknek van egy valódi, természetes határa, amin nem szabad túlmennie. Ha túlon túl megalázkodik nagyképűség lesz a vége, ami nem más, mint a hamis kicsiség, ami csak mímeli, mintha tudatlan lenne, miközben jól tudja, hogy nem tudatlan, vagy a saját egyszerűségén túl mímeli az egyszerűséget, vagy a gyengeséget, miközben nem gyenge, egy másik személyiséget alkalmaz így a sajátja helyett, és az alázat ürügyén képmutatásba esik. Ez a bűnbánat veszélyes oldala.

Az ember a bűnbánatban harcol, hogy el tudja érni az igazságot saját egyszerű, gyenge, szegény lelkéről, hogy eltávolítson minden becsvágyat, döllyföt, minden felsőbbrendűségi érzést és minden elbizakodottságot a másikkal szemben. Ennél a határnál meg kell állnia, és nem szabad átlépnie, nehogy túlzásba essen és addig a pontig jusson önmaga megtagadásában, hogy félreismerje Isten benne való működését, és semmibe vegye a kegyelmet, ami benne lakik. Ebben a vonatkozásban mondta Szent Pál nagyon tömören és világosan, hogy ne értékeljük túl magunkat, se a lelki ítélőképességünket, hanem csak bölcsességgel és kiegyensúlyozottan tekintsünk az adomány határaitra, amit az Úr adott nekünk.

Feltételezzük, hogy egy ember a hamis lelkesedéstől és az erények buzgalmától félrevezetve elkötelezi magát a tökéletes bánatban és önmaga semmibe vevésében, és túlmegy azon, mint hogy az ésszerű lenne, és úgy látszik, mintha a saját adományának és hitének reális határai alá ment volna. Azt gondoljuk, hogy ebben az esetben saját maga semmibe vevése túlment saját határain egészen addig, hogy semmibe veszi a hitet és Isten kegyelmét. Az eredmény elkerülhetetlenül az ember istenkapcsolatának eltorzulása, hite sorvadásnak indul, és a kegyelem kezd visszahúzódni lelkéből.

De ha az ember a tökéletes bánatban és alázatban igaz és őszinte magatartáshoz tartja magát teljes egyszerűségben, ésszerűen saját reális határai között, akkor a lélek hitének teljes befogadóképességével kinyílik Isten felé. Akkor elérkezik egy valódi kapcsolat kezdetéhez Istennel, növekedni fog alázatban és egyszerűségben, hogy elérjen egy még mélyebb kapcsolatra, ami még nagyobb növekedést tesz lehetővé és így tovább. „Arra tekintek, aki szegény, aki megtört lelkű, és rettegi szavaimat” (Iz 66, 2).

Így a reális és igaz tökéletes bánat hiteles viszonyt terem Istennel és a kegyelem teljességével, ellentétben a helytelen és hamis tökéletes bánattal, amely Istentől való elszakadást eredményez, és egyre inkább elveszíti a tőle kapott kegyelmet.

Pontosan ez adja a lökést kivétel nélkül minden Atyának, hogy a valódi alázat tekintetében a lélek tökéletes bánatát minden erény alapjának tartsa és ugyanakkor annak, ahová minden lelki cselekedet és tudás torkollik.

Ez a tökéletes bánat a szándékos lemondás, amelynek alapja az önkontroll, az igazságnak és Isten minden fenyítésének és akaratának zúgolódás és fenntartás nélkül való teljes alávetettség, a nehezeknek és megalázóaknak is, a teljes, jókedvű és feltétel nélküli lemondás önmagunkról.

A lélek tökéletes bánatának ajánlásáról szóló beszéd kegyetlennek tűnhet. Valóban kimerítő erőfeszítést követel az én erőszakosságával, a lélek gögösségével, és hazug törekvéseivel szemben, és nehézségeket, fenyítéseket, sérelmeket sejtet, amiket el kell fogadni Istentől. De a konkrét igazság élesen szemben áll ezzel. A lélek tökéletes bánatának hitelesen megélt, helyes mérték határai közötti gyakorlatának ízét nagyon nehéz szavakkal leírni, mert a szavak nem tudnak számot adni a dolgok valódi zamatáról. Talán le lehet írni a méz édességét? A szavak megörvendeztetik az értelmet, de a lélek csak az átélt igazságnak tud örülni. A lélek tökéletes bánata megélni való igazság, a rá vonatkozó szavak keserűek, mint az epe, de a gyakorlása édesebb a méznél.

Ezért tartjuk kötelességünknek egyszerű tanácsot adni szavainkkal, hogy hol található ez az égi méz, hogyan juthatunk el hozzá, és hogy vehetjük magunkhoz a Misztériumban.

Az alázat völgye sötétnek és szomorúnak tűnik. De abban a pillanatban, hogy lépéseid elkezdik taposni szent völgyeit, meglátod, hozzád vezetí őratornyának őrreit, hogy fogadjanak téged, megmossák a sebeket, amelyekkel lelked és tested össze lett hasogatva, amikor váratlanul és veszélyesen kockáztattad a lezuhanást a világ hamis magasságaiból az alázat ismeretlen síkságának völgyébe. Rövid pihenő időre fogadnak téged, aztán invitálnak, hogy lépj be az égi őratornyba, amelyet a nagy völgy bejáratához emeltek. Ott adnak neked egy távcsövet, ami lehetővé teszi neked, hogy minden részét lásd a szent völgynek: oldalán vigasztalások lépes méz formájában, amiből az arra járók táplálkoznak és a kegyelem, ami folyamatosan biztosítja a gyógyulást a sérülteknek, kezelésekkal gyógyítja őket, amik elnyelik a fájdalmakat, és olyan fénylő foltokká alakítják a sebeket, mint megannyi ragyogó lámpa.

Íme elképedsz és csodálkozol: az égi távcső nélkül a völgy sötétnek és szomorúnak tűnik, mintha halál és szorongás lapulna minden szurdok mélyén, de ha a távcső közelre hozza a látványt, akkor látszik, hogy be van borítva mézzel, sűrűn tele van gyógyítással teli szánakozó kézzel, amelyek misztikus fényt lövellnek, ami előbb megvilágítja a dolgok belsejét, mint a külsejét! Lám, felfedezted a völgy titkát.

Miközben megragadott a völgy szépsége, az örök tanácsolják, hogy emeld kicsit feljebb a távcsövet, hogy nézz túl a völgyön, hogy mi vár téged fent az utad végén. Akkor meglátod messziről a Színeváltozás hegyén az Urat, elmondhatatlan fényben, széttárt karokkal, hogy összegyűjtse azokat, akik átkeltek a völgyön és megérkeztek. A kezén lévő szent sebekből vakító fény árad, megvilágítja az egész hegységet, titokzatosan megtörik a sötét völgyön, a völgy utazóinak sebeire hullva megvilágítva arcukat, mint amikor a nap sugara megéri az éjszakai csillagot a sötét űrön keresztül.

Akkor eláraszt téged az öröm és a bizonyosság, hogy felfedted a tökéletes bánat örömteli titkát, a világító sebekét és keserűségét, amelybe lépes méz van elrejtve, és égsz a vágtyól, hogy átkelj ennek a szent völgynek a sötétségén, most.

Valójában a tökéletes bánat szent völgye, a sebeké, a keserűségé az ember szívében található. A völgy bejáratánál álló őratornyok őrrei az Atyák, akik elviselték a tökéletes bánat keserűségét, ők írták le a felszínt meredeknek és hasznosnak. A távcső az alázat konkrét és őszinte gyakorlata az alázat hibátlan látásának követelménye szerint a Megfeszített dicsőségéért és szeretetéért. Annyi a méz, amennyi az öröm az Úr szenvedéséből való részesedésből. A sebek, azok a megsebzett önértet: némelyek, felületiek, azok, amelyeket az ember magának okoz. Mások, a súlyosabbak, azok, amelyekkel mások sújtanak bennünket. Végül vannak a szív halálos sebei, amik Isten büntetéséből származnak, ezek eltávolítják az én fekete vérét, amelyre a felületi és a mélyebb sebek nem voltak képesek.

Attól az isteni kisugárzástól, amit az Úr sebei kibocsátanak, és ami visszatükröződik a sérüléseken és az alázat sebein, részlegesen részesedünk az Úr dicsőségében, és nekünk teljes bizonyosságú ígéretünk van afelől, hogy el fog érkezni kisugárzásának és intenzitásának csúcsa, amikor az Úr megmutatkozik, ahogy ő van (vö. 1 Ján 3,2).

Az atyák mondásai (168–206)

168. Isten megalázta magát érted, és te nem akarod megalázni magadat önmagadért?

Felmagasztalod magad, és fenn hordod az orrod? Eljött, hogy elvegye a szenvedésed és terheidet, és békességet adományozzon neked, és te nem akarod elviselni a nehézséget és szenvedést, hogy elnyerd a sebeidből való gyógyulást? (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 26,26*)

169. Ahogy Krisztus miután „szolgai alakot vett fel” (Fil 2,7), és alázatával legyőzte az ördögöt, úgy a kezdetekben a kígyó a büszkeség és a gőg által elbukatta Ádámot. Most ugyanaz a kígyó a szívükbe fészkelve magát keresztények nemzedékét teszi tönkre és pusztítja el a gőg által. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 27,5)*
170. Megtörténik, hogy a világ szerint nagyon gazdag, szabad nemes ember miközben hasznát és nyereségét gyarapítja, elveti a sulykot, elbizakodottá válva semmibe vesz és ütver mindenkit. Így lesznek azok is, akikből hiányzik a belátás. Egy kis megpihenést találva az imában kezdik fennhordani az orrukat, elmegy az eszük, és ítélkezni kezdenek mások fölött. Végük a föld legmélyebb részeibe való lezuhanás. Ezeknek ugyanaz a kígyó, ami a gőg eszközével kiűzte Ádámot, mert azt mondta neki, „olyanok lesztek, mint az Isten” (Ter 3,5), sugallja ma a gőgöt, mondván: „Tökéletes vagy. Elég vagy magadnak. Meggazdagodtál, semmire nincs szükséged, boldog vagy”. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 27,6)*
171. Ha valaki nem tud szert tenni nagy alázatra, azt átadják a Sátánnak, számos szenvedés próbáját viseli el és megfosztják a neki adományozott isteni kegyelemtől. Akkor kézzelfoghatóan előtűnik önhittsége, mert meztelen marad és nyomorult. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 41,3)*
172. Az alázat cselekedetek nélkül is sok bünt eltöröl. De ezzel ellentétben a tettek alázat nélkül nem jók semmire. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 72.)*
173. Aki Isten szerelméért megalázza magát és kicsivé lesz lélekben, azt Isten felmagasztalja. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
174. Az alázatos mindig könyörületet nyer Istentől. A szív keménysége és a hitetlenség azonban nem várt keménységgel találja szembe magát. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
175. Egyik szent ezt írta: „Annak az imádságát, aki nem tekinti magát bűnösnek, meg se hallja az Úr”. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Epistula ad Symeonem 4)*
176. Amikor imáddal Isten elé járulsz, olyan légy gondolataidban, mint a hangya, a féreg, vagy mint a bogár, ami a földön mászik. Közeledj hozzá gyermeki szívvel, mint egy gügyögő csecsemő, aki semmi okosat nem tud előtte mondani. Menj hozzá, hogy megkapd azt a szerető gondoskodást, amivel az apák vigyáznak kisgyermekükre. Azt mondták: „Megoltalmazza az Úr a kicsinyeket” (Zsolt 116,6)... és nem csak azokat, akik testileg kicsik, hanem azokat is, akik evilági nagy tudásukat elhagyják, és egyetlen bölcsességet tekintenek elegendőnek és életük alapjának. Az akarat szempontjából olyanok lesznek, mint a kisgyermek és attól a pillanattól fogva fölfedezik azt a bölcsességet, amit semmilyen tanulás nem tud megtanítani. A szent apostol, az isteni dolgok ismerője helyesen mondta egy figyelmeztetésében: „Aki közületek bölcsnek véli magát ezen a világon, legyen oktalanná, hogy bölcs lehessen” (1 Kor 3,18). Kérd Istentől, adományozza neked, hogy elérkezz a hit mértékére. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 77.)*

177. Egyesítsd szívedet szenvedélyes imával és a szív sóhajtásaival azokkal, akik szenvednek. Akkor kéréseid nyomán megnyílik az irgalom Forrása. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 2.*)
178. Jutalmat nem a tettekért kapunk, hanem az alázatért. A kegyelmet az alázatért kapjuk. A jutalom tehát nem tartozik se az erényhez, se a kárhozathoz, hanem az alázathoz, mert annak a gyümölcse, és azért adták nekünk, hogy célba juttasson. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 58.*)
179. Kis idővel ezelőtt Alexandria városából egy Izidor nevű, tekintélyes, nagy méltóságú ember visszavonult a monostorba. Szent pásztorunk fogadta őt, de megállapítva gonosz, erőszakos, arcátlan és kegyetlen jellemét, körültekintően azt gondolta, hogy minden emberi akadályt felhasznál, hogy megghiúsítsa a démonok álnokságait. Azzal kezdte, hogy azt mondta Izidornak: „Igaz, hogy te elszántad magad és számodra mindennél fontosabb, hogy nyakadba vedd Krisztus igáját és gyakorold magad az engedelmségben?” Az így válaszolt: Kész vagyok neked engedelmeskedni, ó én nagy szentem, mint ahogy a vas engedelmes a kovács kezében”. Akkor a mi szentünk, a képnek megfelelően, vette rögtön Izidor vasát és kezdte megdolgozni, mondván neki: „Megparancsolom neked, ó én testvérem az emberiségben, állj a kolostor kapujába és hajts térdet minden ki és belépő személy előtt, és mondd: „Atya imádkozz értem, mert epilepsziás rohamaim vannak”.⁵³ Ő valóban szót fogadott, mint ahogy egy angyal követi az Úr szavát. Így telt el hét év a parancs teljesítésében. Mivel végül elnyerte a mély alázat és töredelem adományát, a pásztor, aki legyen áldott, elhatározta, hogy beengedi őt, mert a hét év időtartama alatt megállapítást nyert, hogy oly rendkívüli türelmet mutat, hogy inkább méltó a szent fogadalomra, mint maguk a testvérek. De Izidor egyfolytában kérlete a pásztor, sőt még mások által, az én szegény személyemen keresztül is, hogy élete végéig ugyanúgy a kapu előtt maradjon. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 4,26*)
180. Nemes lelkűen és örömmel elviselni a bántást olyan, mint amikor valaki magasan repül, de elviselni a dicséretet anélkül, hogy kárt szenvedne, arra csak a tökéletesek és szentek képesek. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 21,22*)
181. Egyébként semmibe venni önmagad nem kíván különös alázatot, mert mindnyájunknak vannak elbukásai, inkább az a nagy alázat jele, ha nem fogatkoznak meg benned az érzések az iránt, aki megbántott téged. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 21,17*)
182. Amikor mi keressük, vagy mások adják nekünk spontán módon a dicsőséget és érezzük a gőg csábítását, buzgólkodjunk azon, hogy hasztalanul próbálkozzon velünk. Emlékezzünk a bűnbánatunkra és gondoljunk közvetlenül a kötelességünkre, hogy imában remegéssel állunk Isten jelenlétben. Ha valóban hozzáfogunk az imához, vissza tudjuk utasítani az arcátlan kísértést. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 21,41*)
183. Ha feltételezzük is, hogy a főbűnök tizenketten vannak, ahogy egyszer egy tiszteletre méltó személytől hallottam, a gyalázatnak mindig a gőg a legfőbb forrása: „Ha akaratom

⁵³ Beteget nem vesznek fel a szerzetesek közé.

egynek is enged közülük és ez a góg, a másik tizenegy már el sem fér”. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 22,5*)

184. Az önhitt szerzetes keményen visszazól, az alázatos soha nem tud ellentmondani. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 22,6*)
185. Egy a lélek dolgaiban nagyon tudós aggastyán figyelmébe ajánlotta egy gögös testvérnek az alázatot, és az vakságában azt találta válaszolni neki: „Engedelmet atyám, nem vagyok gögös”. De a bölcs megcáfolta: „Ó, kedves fiam, ennél kézzelfoghatóbb bizonyítékát nem is adhatsz volna, hogy ennek a szenvedélynek az áldozata vagy, mint hogy azt mondtad, nem vagyok gögös.” Az ilyenforma személyekért van szükség az engedelmes életre. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 22,14-15*)
186. A gög elfelejteti az elkövetett bűnöket, a rájuk való emlékezés az alázat kezdete. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 22,22*)
187. Aki a dicsőséget szereti, az nem csak hogy nem fárad bele az örömbé, hogy dicsőítik, hanem okokat is kieszel a dicsőítésre. Az alázatosnak, még ha igaz is a dicséret, nincs béke a szívében. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,110,111*)
188. Az, akit lefoglalnak a mulékony evilági teendők, és ragaszkodik hozzájuk, ha csak kis részben is, nem lehet se alázatos, se szívében tiszta. Mert alázatos az, aki meghalt a világ számára és a világ neki. A szívét nem győzték le a világ dolgai. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,115,116*)
189. Amikor a test gyöngesége vagy betegsége miatt képtelen leszel, hogy cselekedeteket vigyél véghez, érezd a vámosok alázatát, azokét, akik cselekedetek nélkül is szívesen látott emberek Istennél és ő megigazulttá teszi őket. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,118*)
190. Ha megveted a lelked, akkor démonok sokasága lesz alárendelve neked és áradni fog benned a tudás forrása. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,119*)
191. Amíg ebben az életben vagy, vesd meg magad, és szüntelenül emlékezz bűneidre. Alázkodj meg és valld meg őket Isten irgalma előtt és meglátod ettől bensőséges kapcsolat fog születni vele a szívedben. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,120*)
192. Isten nem hagyja vigasztalás nélkül a bűnbánó és alázatos szívet. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,120*)
193. Istennek adott ajándék a bűnbánó lélek és a megtört szív. És ami ezektől idegen, az Isten irgalmától is idegen. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,121*)
194. Ha szíved a tetteiben bizakodik, tudd, hogy közel van a megpróbáltatás. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,121*)
195. Isten megengedi, hogy próbák és szerencsétlenségek sújtsák az embereket, hogy alázatra buzdítsa őket. Ha a próbák és szerencsétlenségek előtt megkeményítjük a

szívünket, Isten megengedi, hogy fokozódjanak és súlyosbodjanak. De ha alázattal és bűnbánó szívvel elfogadjuk őket, Isten irgalommal elegyíti a próbákat. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,123,125,126)*

196. Amikor a kegyelem érzékeli sok vagy kevés gyanúját annak, hogy az ember gondolataiba belopakodik az, hogy kezdi sokra tartani magát, rögtön megengedi, hogy erőre kapjanak a kízó kísértések, míg el nem fogadja gyengeségét, és alázatosan Istenhez menekülve menedéket nem keres nála. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 77.)*
197. A próbák közelebb visznek az alázathoz. Akinek gyötrődés nélküli az erénye, az kinyitja magában a gőg kapuját. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 58.)*
198. Isten kegyelme mindig egy bizonyos távolságot tartva szemléli az imádkozó embert. De amint az alázat megnyilvánul benne, hozzáhajol, hogy támogatást és segítséget adjon neki. Ez sokkal inkább megtörténik imádság idején, mint más pillanatokban. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,69)*
199. Ha becsületesen elértél egy erényt, és még sincs benned jó érzés, hogy ez támaszul szolgál számodra, ne döbbenj meg rajta. Amíg az ember nem válik alázatossá, nem kapja meg a valódi munkabérét. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 58.)*
200. A gőg megelőzi az összeomlást, mondja a bölcs (vö. Péld 18,12). Ugyanúgy, ahogy az alázat megelőzi a karizmát. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 58.)*
201. Tudd, hogy a szenvedélyeknek való ellenállás nem tőled függ, sem az erényektől, hanem csak a kegyelem tart meg téged a tenyerében, hogy ne ess el. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 72.)*
202. Első próbálkozásra nem lehet elérni az alázatot... Nem akárcsak éri el az alázatosság fokát, legyen bár jó, békés, tapintatos, hibák nélküli. Alázatos valójában az, aki belül birtokol valamit, amire büszke lehetne, de ez nem teszi gőgössé és gondolatban pornak, és hamunak tartja magát. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 82.)*
203. Bármennyire dicséretre méltó valaki, nem nevezzük alázatosnak azt, aki emlékezetébe idézve hibáit megalázkodik és számot adva róluk bűnbánatot tart szívében. A gőg ösztönzésére értelme ki fogja törölni ezeket emlékezetéből. Valójában benne még ott van a gőg kísértése. Nem birtokolhatja az alázatot, de különböző módokon keresheti az elérését. Bár a dolog dicséretre méltó, ahogy mondtam, még nem birtokolhatja az alázatot, kéri, de nem az övé. Tökéletes alázat az, amikor a saját szívében nem kell tennie semmit, hogy alázatos legyen. Tökéletesen és természetesen egészében birtokolja az alázatot fáradság nélkül. Kapott magában egy fajta nagy kegyelmet, ami felülmúlja az egész teremtést és a természetet. A saját szemében ő egy egyszerű, bűnös ember. Belépett a minden lelki teremtmény misztériumába, nagy tudást hordoz magában az egész teremtésről. Abszolút bizonyossággal tudja, hogy nem tud semmit. És nincs így... de erőfeszítés nélkül így van a szívében. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 82.)*

204. Ha te kicsivé teszed magad, hogy az emberek tiszteljenek érte, Isten le fogja leplezni a csalásodat. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 5.)*
205. Valóban, Uram, ha nem fogunk megalázkodni nem hagysz fel a megalázással. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 54.)*
206. Szeretett fiaim, mi serkentette a mi Urunk Jézus Krisztust, „hogy felövezze magát egy kendővel, letegye felső ruháit, vizet öntsön egy mosdótálba és megmossa a tanítványok lábát, akik kisebbek voltak, mint ő” (vö. Jn 13,4-5), ha nem az akarat, hogy egy egyszerű példával megtanítsa nekünk, hogyan legyünk alázatosak?
Valóban, mindazok, akik szeretnének visszatérni az első (a bűnbeesés előtti) állapotukhoz, csak az alázaton keresztül tehetik meg. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 6,11)*

Hit és állhatatosság (207–208)

„Szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni” (Lk 18,1).

*„Mert mindazt, amit hittel, imádságban kértek, megkapjátok”
(Mt 21,22).*

*„Mert még nem állatok ellen a vérontásig
a bűn ellen vívott harcban” (Zsid 12,4).*

A legfontosabb kötelék, ami Istenhez köt bennünket a hit: „Szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni” (Lk 18,1).

„Mert mindazt, amit hittel, imádságban kértek, megkapjátok” (Mt 21,22).

„Hit nélkül pedig lehetetlen Istennek tetszeni, mert aki Istenhez járul, annak hinnie kell, hogy ő van, és megjutalmazza az őt keresőket.” (Zsid 11,6)

„Mert még nem állatok ellen a vérontásig a bűn ellen vívott harcban” (Zsid 12,4).

A hit megtartja az emberiség legnagyobb ajándékát. Neki köszönhetően megszabadultunk a bűn szolgaságától és a haláltól: „Aki hisz és megkeresztelkedik, az üdvözülni fog; aki pedig nem hisz, elkárhozik” (Mk 16,16).

Aki hisz mindent megtehet, nem csak azt, ami az embereknek lehetséges, hanem azt is, ami nem lehetséges: „Azt mondjátok ennek a hegynek, ’menj innen oda’, elmegy, és semmi sem lesz lehetetlen nektek” (Mt 17,20); „Ha tudsz hinni, minden lehetséges annak, aki hisz” (Mk 9,23). Akik hisznek benne, az Úr Jézus hatalmat adott arra, hogy azt tegyék, amit ő és még többet: „Bizony, bizony mondom nektek: Aki hisz bennem, ugyanazokat a tetteket viszi majd végbe, amelyeket én teszek, sőt nagyobbakat is tesz majd azoknál” (Jn 14,12).

Mi a hit? A hit nem egy érzés, nem egy benyomás vagy érzélem.

Nem egy ködös vak felhívás homályos dolgokra.

Nem a lélek erőfeszítéséből áll, hogy Isten jelenlétét érezze vagy láthatatlan dolgokat.

Nem abból áll, hogy félrevezetjük az értelemet, hogy meggyőződjön az üdvözülés igazságáról.

Nem egy mesterséges belső reakció a lélek megnyugtására arra vonatkozóan, ami az érzékek számára felfoghatatlan.

Még kevésbé irányul a kétségek elnyomására vagy a kétségekkel való szembeszállásra, amelyek előtörnek mindazzal kapcsolatban, amit a racionális gondolkodás nem könnyen fogad el.

A hit nem személyes kincs, amit az ember őrizget, és nem oszthat meg másokkal. Még kevésbé személyes vélemény. Nem értelmi meggyőződés, ami az elemzést, mérlegelést, összehasonlítást követi. Nem tudományos kísérletek eredménye.

a) A hit az ész teljes hozzákapcsolódása a hitigazságokhoz és hogy azokat önként vállalja.

Elejétől fogva az értelemnek magáévá kell tennie ezt az igazságot, ellenállás és kutatás nélkül, a gondolat és képzelet minden erejével, és teljesen szabadon lemondani minden értékelésről és összehasonlításról.

Ha az ész kinyilvánítja saját alárendeltségét, és teljesen átadja magát Isten igazságának és a hitnek, akkor a Szentlélek ebben a számára kedves engedelmisségben megelőlegezi és felfedi az ész számára mindazt, ami a hitigazságokra vonatkozik: „A Szentlélek ... megtanít majd titeket mindenre” (Jn 14,26); „Akkor megnyitotta értelmüket, hogy megértsék az Írásokat” (Lk 24,45). A Szentlélek ennek az új lelki tudásnak a fényében vezet a gondolkodást magához az Igazsághoz, vagyis Istenhez: „Ő elvezet majd titeket a teljes

igazságra” (Jn 16,13). „Nem azt mondtam neked, hogy ha hiszel, meglátod Isten dicsőségét?” (Jn 11,40).

„Boldog vagy, Simon, Jónás fia! Mert nem a test és vér nyilatkoztatta ki ezt neked, hanem az én Atyám, aki a mennyekben van”(Mt 16,17).

Ha egyszer az ész elfogadta a hit igazságait, alárendelte magát nekik és egészen ragaszkodik hozzájuk és megkapta a lelki tudás világosságát, megállapítja, hogy minden képessége, a képzelet az értelem, minden elemzés, értékelés és összehasonlítás közreműködik abban, hogy elérkezzen az igazság világosságára és bizonyosságára. Többek között megállapítja, hogy a hit igazságai gondolatainak nagyobb nyitottságot, fejlődést és megújulást adományoznak.

A buzgalom, hogy vessük alá magunkat és engedelmessé válunk a hit igazságainak, Isten indíttatására támad bennünk. Rajta kívül senki nem tudja kinyilatkoztatni, felfedni, és megmagyarázni őket. Se a logika, se a filozófia, se a természetes következtetés, se valamilyen tudomány, ami ezt érzékelné tudná, hogy felfogjon ilyen dolgokat, mert ezek nem evilágból valók.

b) Az Istenbe vetett hit tehát azt jelenti, hogy elfogadjuk azt, hogy úgy ismerjük meg Istent, ahogy szavai által ő maga kinyilatkoztatja nekünk.

Isten, ismerve az emberi ész elégtelenségét és képtelenségét, hogy magától felfogja az isteni igazságokat, megnyilatkozott nekünk és kinyilatkoztatta mindazt, ami a vele való kapcsolatunkra vonatkozik, úgyhogy ha elfogadjuk ezeket az igazságokat, őt fogadjuk el, és benne hiszünk: „Ha valaki szeret engem, megtartja szavam” (Jn 14,23). Ha tehát hiszünk benne és követjük parancsait, ő veszi a fáradságot, hogy kinyilatkoztatja magát nekünk, hogy elegendő hittel töltsön el bennünket: „Aki parancsaimat ismeri és megtartja azokat, szeret engem. Aki pedig szeret engem, azt Atyám is szeretni fogja, én is szeretni fogom, és kinyilatkoztatom magam neki” (Jn 14,21).

Hinni szavaiban és bízni az ígéreteiben: íme, hát ez a hit Istenben.

c) Istenismeretünk hiányos marad addig, amíg meg nem ismerjük őt, ahogy van.

„Nekünk azonban kinyilatkoztatta Isten a Lélek által, mert a Lélek mindent kikutat, még az Isten mélységeit is” (1 Kor 2,10). A hit akkor élő, ha felfogjuk Istent, ahogy ő önmagában van és a Szentlélek által bennünk van.

„Hogyan mondhatod hát: ’Mutasd meg nekünk az Atyát?’” (Jn 14,9)

Fülöp kérése nem más, mint annak a kiáltása, aki a hit tökéletességét keresi. Pontosan ez az, ami mindnyájunk szívében ott lakik. Az Úr azt válaszolta tanítványainak: „Nem hiszed, hogy én az Atyában vagyok, és az Atya énbennem?” (Jn 14,10) Hogy érkezik el oda, hogy látva Krisztust, látja az Atyát is?

Erre a kérdésre Krisztus azt válaszolta: „De nem csupán értük könyörgök, hanem azokért is, akik az ő szavuk által hinni fognak bennem, hogy mindnyájan egy legyenek; ahogyan te, Atyám, bennem vagy, és én tebenned, úgy ők is egy legyenek mibennünk, és így elhiggye a világ, hogy te küldtél engem. Azt a dicsőséget, amelyet nekem adtál, átadtam nekik, hogy egy legyenek, ahogyan mi egy vagyunk... Atyám, azt akarom, hogy ők is, akiket nekem adtál, ott legyenek velem, ahol én vagyok, hogy lássák dicsőségemet, amelyet nekem adtál, mert szeretted engem a világ teremtése előtt” (Jn 17,20-21.24).

A hitnek három ellensége van: ragaszkodás a természetes értelemhez, a félelem és a kétség.

1. A természetes értelemhez való ragaszkodás akadály a hitnek és visszatart attól, hogy higgyünk a hit hatásában. Melyek a hit hatásai: Tudjuk jól, hogy természeténél fogva az ember nem tud a víz tetején járni, hegyeket mozdítani, parancsolni a szélnek és a viharoknak, vagy halottat feltámasztani. A hit nem tulajdonít jelentőséget az érveknek vagy a természeti törvényeknek, ezt mind meg tudja tenni, és még másokat is. Hasonlóan, ha az ember leragad a

saját természetes értelménél és a logikus következményeknél, a hit akadályba ütközik: „Jézus így szólt: 'Vegyétek el a követ!' Márta, a megholt nővére azt mondta neki: 'Uram, már szaga van, hiszen negyednapos!' Jézus azt felelte neki: 'nem azt mondtam neked, hogy ha hiszel, meglátod Isten dicsőségét?'” (Jn 11,39-40)

A természetes értelem létrehozza a félelmet és a félelem nem hagy teret a hitnek. Világos, hogy a viperák és kígyók ártani tudnak valakinek, és látásuk ijedséget ébreszt, de a hit lehetővé teszi, hogy Istentől áldott teremtményeknek lássuk őket és nincs oka, hogy féljünk a látásuktól: „Íme, hatalmat adtam nektek, hogy kígyókon és skorpiókon járjatok, s minden ellenséges hatalmon, és semmi sem fog ártani nektek” (Lk 10,19). A tudomány azt mondja, hogy a méreg halálos, de a hit nem ismeri a halált méregben: „Kígyókat vesznek fel, és ha valami halálosat isznak, nem árt nekik” (Mk 16,18). Így láthatjuk, hogy az értelem korlátozza a hit hatását és akadályozza tettei végrehajtásában.

2. A félelem: Az önmagunkhoz való ragaszkodás, az önsajnálát próbája és az önszeretet megnyilatkozása. Ezért szembe fordít a hittel, legyengíti és megfosztja az embert a hit gyümölcseitől. A hit önmagunk legyőzése, önmagunk semmibe vétele, hogy Istent és az embereket szerethessük. Valódi hívő az, aki lelkét és testét Istenre bízta, nem fél többé semmitől, bizalmát Isten igaz ígéreteibe helyezi: „Aki hisz bennem, még ha meg is halt, élni fog” (Jn 11,25). Így áldozta fel Ábrahám a fiát: „Hitt ugyanis abban, hogy Istennek van hatalma a halálból is életre kelteni” (Zsid 11,19). A három ifjú félelem nélkül jelent meg a kemence előtt, mert meg volt győződve arról, hogy Isten megszabadítja őket: „Így felelt erre Sidrák, Misák és Abdenágó Nbukadnezár királynak, 'Nem szükséges, hogy feleljünk erre neked, mert íme, a mi Istenünk, akit tisztelünk, ki tud ragadni minket az égő tüzes kemencéből és ki tud szabadítani minket, ó király, a kezedből.'” (Dán 3,16-17).

Dániel is hitt Istenben, amikor az oroszlánok elé dobták: „Ki is húzták Dánielt a veremből, és semmi sérülést sem találtak rajta, mert bízott az ő Istenében” (Dán 6,24).

Fel tudjuk fogni a félelem súlyát, és hogy milyen károkat okoz a lelkiéletünkben, ha a következő versen elmélkedünk: „De a gyáváknak és a hitetleneknek, az elátkozottaknak, gyilkosoknak, paráznáknak, varázslóknak, bálványimádóknak és minden hazugnak osztályrésze a tüsszel és kénkövel égő tóban lesz. Ez a második halál” (Jel 21,8).

Megdöbbenhetünk, ha látjuk, hogy a félelem a baloldali jegyzék csúcsán szerepel. Mert a félelem az eredete minden más bűnbeesésnek.

3. A kétség: Azt gondolhatjuk, hogy a kétség kevésbé súlyos, mint a félelem, csak hogy pont az ellenkezője igaz: a félelem az értelem sok tehetetlenségének egy formája, miközben a kétség bűn, ami közvetlenül Istent érinti. Egyenértékű azzal, hogy nem hiszünk Isten ígéreteiben. A kétség félelmet szül. A kétség az Istenben való hit gyengülésének kezdete és a félelem, ami követi a tökéletes eltávolodás Istentől. A szél erejét látva Péter, a saját tapasztalatai alapján azt vélte, hogy nem tudja folytatni a vízen járást. Félelembe esett és süllyedni kezdett. Péter hite hiányának döntő pillanata és titokzatos oka a kételkedés az Úrban és ezt az Úr világosan kinyilatkoztatta neki: „'Uram, ha te vagy, parancsold, hogy hozzád menjek a vízen.' Ő azt mondta: 'Gyere!' Péter kiszállt a bárkából, elindult a vízen és Jézushoz ment. Mikor azonban látta az erős szelet, megijedt, merülni kezdett és felkiáltott: 'Uram! Ments meg engem!' Jézus azonnal kinyújtotta a kezét, megragadta őt és azt mondta neki: 'Te kishitű! Miért kételkedtél?'” (Mt 14,28-31) A kétség, a kishitőség miatt hirdeti Jakab apostol, hogy a legkisebb kétség, a legkisebb habozás, meg tudja csorbítani imáinkat és könyörgéseinket és elég arra, hogy megfosszon bennünket az erőfeszítéseink gyümölcsétől: „De ne kételkedve, hanem hittel kérje, mert aki kételkedik, hasonló a tenger hullámához, amelyet a szél fölver, és ide-oda hajszol. Az ilyen ember ne gondolja, hogy kap valamit az Úrtól” (Jak 1,6-7).

„Bizony, mondom nektek: ha valaki azt mondja ennek a hegynek: 'Emelkedj fel és vedd magad a tengerbe!', és nem kételkedik szívében, hanem hiszi, hogy megtörténik, amit mond,

akkor az meg is fog történni. Azért mondom nektek: Higgyétek, hogy mindazt, amit imádkozva kértetek, elnyeritek, és meglesz nektek” (Mk 11,23-24).

*

A hatékony hit egyik jele az imában való állhatatosság. Ha a hit a lelkiélet oszlopa, akkor az állhatatosság pedig gondoskodik az épület felépítéséhez szükséges kövekről.

Végül hogy felfogjuk az imában való lelki állhatatosság fontosságát, vessünk egy pillantást az elkeseredés érzésére. Az elkeseredés ostoba gög és nyakasság. Gögösen és makacsul saját elképzelését próbálja követni, és ezzel átadja magát az elkeseredés örök gyötrelmének, ahelyett, hogy alávetné magát Istennek, elfogadva kezéből az élet édességét és keserűségét, azzal a kilátással, hogy elnyeri az örök élet koronáját.

Az állhatatosság lelke az alázatosság és az önkiüresítés jele. Az állhatatos ember az imában és vallásos buzgóságban úgy tartja, hogy magától nem alkalmas semmire és semmibe veszi saját személyét. Kitart az önátadásban és engedelmisségben, mert nem tehet mást. Mi másra tud támaszkodni, ha saját szemében túl gyengének és jelentéktelennek látszik? 'Talán ti is el akartok menni?' Simon Péter azt felelte: 'Uram, kihez mennénk? Az örök élet igéi nálad vannak'(Jn 6,67-68).

Az állhatatosság lelke egy belső meggyőződésből származik: Az élet az egyetlen út, ami az Országba vezet és az állhatatosság ezen az úton az egyetlen eszköz, hogy legyőzze a nehézségeket és odajusson.

Minden megállás ezen az úton azt a veszedelmet hordja magában, hogy a démonok hálójába esünk: „Addig járjatok, amíg tiétek a világosság, hogy a sötétség el ne borítson benneteket” (Jn 12,35). Vagyis amíg mentek, a fény veletek van és vezet benneteket, de ha megálltok, a sötétség – az ellenség – azonnal utolér titeket.

Visszafordulni ezen az úton a lélek hűtlenségének és csődbejutásának a jele, visszaesésnek a halálos gögbe és az összhang elvesztése: „Aki kezét az ekére teszi és hátra tekint, nem alkalmas az Isten országára” (Lk 9,62).

De a legmeglepőbb dolog az, hogy aki az istenfélelem és az ima útján jár, annak a pihenés a haladás és az erő megkettőződéséből áll!

*

A „hit” kifejezés, görögül *pistis*, a kereszténységben két értelmet kap. Az első tisztán tárgyilagos. A hitigazságokra vonatkozik, amelyek meggyőzően meg vannak fogalmazva a Szentírás tanításában, és letétbe vannak helyezve az Egyház dogmáiban. Ezekről a zsinatok teológiai kifejezésekkel és meghatározásokkal adnak számot, amikor közzéteszik a legjobb teológusok véleményét, amelyet törvényerőre emelnek.

Ebben az értelemben, a tárgyilagos hitben az isteni igazság az értelem és az okoskodás számára csak a kegyelem közreműködésével hozzáférhető.

A hit második értelme teljesen személyes. Ez a szív befogadó képességére vonatkozik, ahogy közvetlenül reagál magára Isten valóságára, de mindig a hitigazságok követelményeinek megfelelő módon.

Ebben az értelemben, a személyes hitben az ember teljes szívéből alárendeli magát, vagyis egész lényét Istennek, és minden parancsának. Szeretetből és engedelmisségből teszi, és nem mintha valami intellektuális gyakorlat lenne. Az értelmet és az okoskodást nem, mint meghatározó vagy alaptényezőt használja, hanem mint a szeretet és az engedelmisség eszközét. Tehát: „A hit, amely a szeretet által munkálkodik” (Gal 5,6).

A hitnek ebből a két definíciójából következik:

– A tárgyilagos hitnek szüksége van az értelemre, az okoskodásra, tanulásra és meggyőződésre, hogy az ember eljusson a hitigazságok egy bizonyos fokú birtoklására, mindazonáltal csak a kegyelem által tud átalakulni.

– A személyes hithez szükség van szeretetre, engedelmességre és bensőségességre, amelyek lényeges alapkövei, mert az ember csak a hitre és teljes Istenbe vetett bizalomra alapozva jut el az Istennel való mély kapcsolatra, mindenfajta feltétel és mindenféle körülmény között, akkor is, ha az a hit és az a bizalom ellentmondanak a valóságnak, az érveknek és az értelemnek.

Emiatt az egyház úgy gondolja, hogy a hit mindkét szempont, a tárgyilagos és a személyes szempont szerint adomány és kegyelem.

A tárgyilagos hit első sorban a megtestesülésre és a feltámadásra vonatkozik, a két esemény abszolút transzcendens a mi természetünk vonatkozásában. A hit személyes szükségletei is felülmúlják a természetet. Aki igazán hisz Istenben, nem hagyja magát elcsábítani semmitől és nem fél semmitől. Ez a két magatartás meghaladja a természeti törvényeket: „Nálam nélkül semmit sem tehettek” (Jn 15,5).

Emiatt erény a hit, és nem csak adomány. Olyan tett, ami lényegbevágóan az ember akaratától függ. Az ember csak akkor tudja befogadni a hitet, ha hinni akar. Mindazonáltal a hit számára nem elég az akarat, szükség van hozzá egy engedelmes, elfogadó akaratra, amely lehetővé teszi az értelemnek, hogy kinyíljon és befogadja, ami számára új. Az értelem nyitott, szabad és alkalmas tartállyá válik, hogy befogadja a kegyelem és az isteni igazság áradatát. Akkor az érthetetlen érthetővé és a transzcendens felfoghatóvá válik az emberi természet számára.

Ezért mondja Szent Ágoston: „A hit engedelmességtől kísért megfontolás”.

Az engedelmes, elfogadó akarat lényegi elem, hogy elismerésre méltó tette tegye a hitet. A hit ugyanakkor adomány és erény, vagy más meghatározások szerint egyidejűleg a kegyelem műve és emberi mű. Az ember önként válaszol a kegyelem állandó felhívására, és a kegyelem örül, hogy nagylelkűen válaszol az ember erőfeszítéseire és kezdeményezéseire. Ebből a szempontból tudjuk összeegyeztetni a lelkünkben Szent Pál és Szent Jakab műveinek két megközelítését a hit témájához.

Úgy tűnik tehát, hogy az emberi akarat szabad, hogy beleegyezik, tehát hisz, vagy visszautasítja a beleegyezést, és nem hisz. Emiatt mondja Szent Pál: ”Mert a hit nem mindenkié” (2 Tessz 3,2).

Az ember akarata lényegi eleme a hitnek és hogy megtegye ezt az akaratot önmagában felelős, az embert a hite igazolja. Emiatt, bizonyos csodáknál látjuk, hogy Krisztus ragaszkodik ahhoz, hogy az akarati elem elkülönülten kinyilvánuljon, és ami által az ember meghallgatást nyerhet. Például a béna perikópájában Jézus azt kérdezi: „Akarsz-e meggyógyulni?” (Jn 5,6) Más körülmények között látjuk, hogy Krisztus az akaraton felül ragaszkodik a hit meglétéhez, mint a két vak esetében, akik követték, hogy meggyógyítsa őket. Itt az akarati elem bizonyosan jelen van, mégis látjuk, hogy Krisztus e mellett az akarat mellett igazolni akarja a hit jelenlétét: „Hiszitek, hogy meg tudom ezt tenni?” (Mt 9,28)

Ezen a két példán keresztül nyilvánvaló, hogy az akarat vezet a hitre, és a hit nyomán bekövetkezik a csoda. Így azt tudjuk mondani, hogy a hit akarat, hogy higgyünk valamiben, a hitet és az akaratot ugyanabban a pillanatban egyesíti a kegyelem, és a csoda megvalósul. Mindenképpen a hit legnagyobb csodája marad a teljes Istenre hagyatkozás, annak köszönhetően, hogy az ember ténylegesen az örökélet közösségére lép Teremtőjével.

Íme ennyi vonatkozik általában a hitre. De ha tekintetbe vesszük a megváltást és a Megváltóban való személyes hitet, akkor látjuk, hogy a hit az Atya irántunk való szeretetére irányul, arra az ingyenes szeretetre, amelyet egy hallatlan áldozat árán állhatatosan felajánl. Amikor a Megváltó szeretete szállást vesz mélyen az ember szívében, heves, hívó, ellenállhatatlan lendülettel megeleveníti az Istenben való hitet. Ezzel átformálja a lét

mélységeit, és vágyakozást támaszt, hogy Istennek szentelje magát, hogy teljesen odaadja és felajánlja magát neki. A megváltás, amelyet Isten Fia vére árán véghezvitt értünk, hatalmas tűzzé válik, amely győzedelmeskedik az ember fagyosságán, és hite forróságát olyan fokra emeli, hogy Isten iránti szeretetből szeretné feláldozni magát.

A hit nem csak egyszerűen összebékítette Isten és ember akaratát, hanem a megváltás fényénél és az áldozatos szeretettel képessé vált a két akarat összeolvasztására.

Ennek a változásnak a visszhangját megtaláljuk Isten parancsaiban és erkölcsi törvényeiben. A törvények és parancsok, amelyek a megváltás előtt a hit követelményének árnyékában folyamatosan az ellentmondást képviselték Isten és az ember akarata között, aközben az uralma alatt „a hit, amely a szeretet által működik” – azaz a megváltás fényében – „Élet és Igazság” (Jn 6,63) lett. Egy levél szolgál bizonyítékául annak, hogy többé már nem származnak számunkra kedvezőtlen következmények a törvényekből (vö. Kol 2,14), hanem a Szentlélek által, mint egy új élet képességére való felkenés, a szerető hívők szívének lapjaira vannak írva.

Így bár a törvény a halálhoz vezetett, annak az embernek, aki hitt Krisztusban, a belső élet képességévé vált. Miközben a törvény alkalmazása a levél szerint, ahogy Szent Péter mondja, nehéz iga, és lehetetlen hordozni, „amelyet sem atyáink, sem mi nem tudtunk elviselni” (Csel 15,10), a kegyelem által könnyű és kedves cselekedetté vált a Krisztus szeretetéért cselekvő hit számára.

Hallgassuk meg, mit mond erről Nagy Szent Makariosz:

207. Így történik ez a kereszténységben, amikor megízlelik Isten kegyelmét. Azt mondja az Írás: „Ízleljétek meg és lássátok, milyen édes az Úr” (Zsolt 34,9). A kegyelem megízlelése a Szentlélek erejének műve, aki egészen biztosan működik a szívben. Akik a Szentlélek által a fény fiai és az Új Szövetség szolgálatában állnak, semmit nem tudnak tanulni az emberektől, mert „Isten tanítványai” (Jn 6,45). Ugyanez a kegyelem vési a szívükbe a Szentlélek törvényét (Róm 8,2). Tehát nem kell tintával írt Írásokból meríteniük a bizonyosságot, mert Isten kegyelme vési a szív tábláira a Szentlélek törvényeit és az ég titkait. A szív pedig irányítja és kormányozza a test belsejét, és amikor a kegyelem birtokba veszi a szív legelőit, uralkodik minden tagján és gondolatán. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,20*)

Látjuk, hogy így a hit magáévá teszi a megváltás tényét, és átalakítja kölcsönös szeretetté Istennel. Többé már nem követelés az Istenben való hit, aminek a felelőssége egyoldalúan a hívőre vár a parancsok igájának nehéz súlya alatt a büntetés és a halál félelmében. A Krisztusban való hit számára az embert megjutalmazták az Istennel való kölcsönös szeretet ajándékával, az ingyenes és szabad szeretettel, amelyben ő az Atya kedves gyermeke: „Mert maga az Atya szeret titeket, mivel ti szerettetek engem, és hittétek, hogy én Istentől jöttem” (Jn 16,27).

A Szentlélek által a szívünkbe áradó isteni szeretetnek köszönhetően a hit abszolút meglepő és természetfölötti új képességet nyert, mert az ember többé már nem a régi ember, hanem új lény, radikálisan egyesítve egész saját lényét az isteni képességgel.

Hallgassuk még Nagy Szent Makarioszt:

208. Ha valaki szereti Istent, azt ő betölti szeretetével. Ha már egyszer az ember hitt benne, Isten égi hitet adományoz neki, és más emberré válik. Ahányszor felajánlasz egyet a tagjaidból, ő is betölti a lelkedet tagjainak hasonló részével azért, hogy mindent tisztán cselekedhess, tisztán szeress, és tisztán imádkozz. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,22*)

A hit értékére valójában az aszketikus teológiában vagy általában a lelkiéletben – ott az ima tartalmazza – a szentek iskolájába beiratkozva találunk, ahol senki nem magyarázza meg jobban, mint Szent Izsák, Ninive püspöke. Ennek a szentnek a hit témájával kapcsolatos nagy gondolatgazdagsága miatt első helyet biztosítunk az „Atyák mondásai” következő részében.

Az atyák mondásai (209–242)

209. Az Istenben való hit bizonyossága nem egy kifogástalan hitvallás, bár ez a hit anyja, hanem a lélek, ami teljes erejével szemléli Isten igazságát... A hit bizonyossága önmagában a lélekben nyilvánul ki és növekszik, a mi Urunk parancsainak megtartására törekvő magatartás arányában. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 53.)*
210. A hit az ima szárnya. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,141)*
211. A hanyagság és a lustaság megfosztják az embert Isten segítségétől, és következésképpen bizonytalanná teszik az ember hitét Istenben. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,152)*
212. Minden lehetséges a hitnek, ha az ember tekintetét Istenre szegezi és nem a dolgokra. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,154)*
213. Ha bízol Isten ígéréteiben, ha hiszed, hogy ő virraszt minden fölött, amit teszel, nincs szükséged többé az emberek ügyeskedésére. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,4,173)*
214. Csak ha megmámorosodik az istenhittől, akkor tudja a lélek a hit erejét felfogni, az érzékek gyengesége miatt elromlott felfogóképessége is akkor jön rendbe, a látható anyagot, ami mindent árnyékba borít maga körül, akkor tudja felfogni, és erővel uralni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae I.)*
215. A kísértéseken keresztül, amelyekben megtapasztalta Isten segítségét az ember meggyőződik hite szilárdságáról. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 61.)*
216. A hitet egyszerűség kíséri. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 77.)*
217. Azokban, akik szívükben felemelkedtek a hit fényébe, nincs többé arcátlanság, hogy önmagukért imádkozzanak. Még kevésbé van bennünk arcátlanság kérni Istent: „Add ezt” vagy „Vedd el azt”. Nincs semmi, ami miatt önmagukért aggódnának. A hitük lelki szeméin keresztül minden pillanatban szemlélik... a valódi Atyát, akinek mérhetetlen szeretettől vezérelve... megvan a hatalma, hogy bőségesen gondoskodjon rólunk, túl azon, amit kérnénk, óhajtanánk és gondolnánk (Vö. Ef 3,20). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
218. A hitnek tiszta és egyszerű gondolkodásra van szüksége, távol minden elemzéstől és kutatástól (mint eszköztől). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*

219. A hit mindabban, ami a sajátja, ellentétben áll a tudás törvényeivel. Ez a tudás meghatározása: kívülről vizsgálja és kutatja a dolgokat, nincs semmi fölött hatalma. A tudás értelmezi a természetet, és ezt megőrzi. De a hit fölötté áll a természetnek. A test nem képes jární a víz folyékony felszínén, és aki piszkálja a tüzet, megégeti magát, veszélyes dolog a törvényekkel ellenkező módon viselkedni. A tudás ügyel ezek tiszteletére. A hit azonban parancsol ezeknek, és azt mondja: „Ha átkelsz a vizeken, én veled vagyok, és ha a folyókon, azok nem borítanak el” (Iz 43,2)... A hitnek köszönhetően sokan beléptek a lángok torkába... úgy jártak a tengervíz tetején, mint a szilárd földön. A valójában mindezek a dolgok meghaladják a természetet és ellentétben állnak a tudás módszereivel. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
220. Nincs olyan tudás, bármilyen nagy és gazdag legyen is, amelyből nem hiányzik valami. Ami a hitet illeti, sem az ég, sem a föld nem elég nagy a kincseihez. Akinek szíve a hit reményén alapszik, annak semmi sem hiányzik többé. Nincs semmije, de a hit által mindene megvan: „Mert mindazt, amit hittel, imádságban kértek, megkapjátok.”(Mt 21,22); és még: „Az Úr közel van! Ne legyetek semmiben sem aggodalmaskodók” (Fil 4,5-6)... A tudásnak félelem a következménye ... De mit mond a hit? Ezt: „Megijedt és merülni kezdett” (vö.Mt 14,30) Továbbá: „Ne ijedj meg tőlük, különben én ijesztelek meg előttek!” (Jer 1,17) *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
221. A tudás rendszerez... elejétől végéig megvizsgál minden dolgot, és csak utána kezd cselekedni az értelmetlen fáradozástól való félelem miatt... De mit mond a hit? „Minden lehetséges annak, aki hisz” (Mk 9,23; 10,27). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
222. Ó, felfoghatatlan gazdagság! Mennyi bizalom, mennyi kedv és mennyi remény van a te utadon. Milyen könnyűek a terhei azoknak, akik a hit útján járnak! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
223. Az, aki méltó, hogy megízlelje a hit édességét és visszatér a „szellemi” ismeretekhez, kihez hasonlít? Ahhoz, aki egy értékes gyöngyöt talált és mindenét eladta érte. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
224. A tudást nem kell lebecsülni, de a hit több, mint a tudás. Ha lebecsüljük, nincs tudás, amit lebecsülhetnénk... A tudás a lépcső, amin keresztül felmegyünk a hit magasára. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
225. A hit, amiről itt beszélünk, nem az, amely által hinni tudunk a Szentháromságban, hogy imádjuk, vagy hisszük a megtestesülés csodálatos gazdagságát. Íme ez az, amit hitnek nevezünk: Felfogható fény, amely a kegyelem által felemelkedik a lélekben és nem hagy helyet a kétségeknek, megerősíti a szívet a remény bizonyosságában. A hitet nem lehet átadni szájhagyomány útján. Ő magának a Paraklétosznak (Vigasztaló) ereje, aki a hit erejének köszönhetően, mint a tűz, lánggra lobbantja a lélek minden részét. Ő Istenbe vetett reményében ráront minden veszélyre, és semmibe veszi azokat. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 51.)*
226. Kérd Istent, hogy eljuss a hit mértékére...

Kérd tehát, anélkül, hogy elvárnád, kérd könnyekkel, kérd lángoló hevességgel. Könnyörögj teljes szívedből, amíg meg nem kaptad... Ezeket neked adják, mindenekelőtt ha teljes hiteddel megerősödsz abban, hogy gondjaidat rábízd Istenre, hogy előrelátásodat Isten gondviselésével helyettesítsd. Amikor meglátja az akaratodat, meglátja, hogy a szív tisztaságában Istenre akarod bízni magad, és mennyi erőfeszítést tettél a lelkedben abból a célból, hogy jobban reménykedj benne, mint önmagadban, akkor ez az általad ismeretlen erő jön, és lakóhelyet vesz nálad, úgyszólván minden érzékszerveddel érzed erejét annak, aki benned működik. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 77.)*

227. Ha hagyta, hogy a világ tudása foglyul ejtsen... könnyebben fogsz megszabadulni a vasláncoktól, mint tőle. Nem menekülsz soha a tévedések csapdájától. Soha nem leszel szabad és bizalommal teli Isten előtt. Imádkozz teljes egyszerűségben, gyengeséged mélyéből, abból a célból, hogy jól élj Isten előtt, és gondok nélkül fogsz élni... Tehát ha Isten dolgaiban akarsz élni, ne hagyj helyet a rossz gondolatoknak. Ha mindenféle bánat, nyugtalanság, és veszély körül is vesz téged és megijesztenek, ne foglalkozz velük, ne gondolj rájuk. Ha egyszer mindent az Úrra bízta, ami önmagában elég, hogy megőrizzen téged, és ha Őt követed, ne foglalkozz többé semmi mással... Akkor meglátod működni Isten csodáit: Ő minden időben közel van, és megszabadítja azokat, akik őt félik, és szerető gondoskodása, bár láthatatlan, körülveszi őket. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 77.)*
228. A hit tetteket is követel. Az Istenbe vetett remény megköveteli a jó lelkiismeretet és ez az erények megszerzéséért tett fáradozásból származik. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 7.)*
229. Az aggódozó, félős embernél meglátszik, hogy két betegséget hordoz természetében: a test szeretetét és hogy nagyon kicsi a hite. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 38.)*
230. A szív vakmerősége és a veszély lekicsinylése ebből a két dologból származhat: vagy a szív keménységéből vagy mély istenhitből. De amíg az elsőhöz gőg társul, a másodikhoz a szív alázata. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 38.)*
231. A hit olyan a léleknek, mint a fa gyökere a földnek, jöhet a vízáradat, el is áztathatja a földet, de a fa gyökere megtartja, nem tudja elmosni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák)*
232. Az ima szárnya a hit. Ha e nélkül a szárny nélkül imádkozom, a szívem elcsügged. A hit jelenti a stabil szilárdságot az észnek, és semmifajta nehézségbe nem ütközik. Aki birtokolja, tudja, hogy Istennek minden lehetséges, és hogy ha hisz, el fogja nyerni. A hit tehát kaput nyit a jó reménynek, amint a lator is tanúsította. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradijsomi létra 27,69-72)*
233. Ezért Isten akarata szerint nagy figyelmet kell fordítani a kéréseinkre. Ha aztán nem találunk meghallgatásra, tudnunk kell, hogy tekintettel a szükségre, állhatatosnak kell maradni, és nagy kitartással erősen kérni az Úr példabeszéde szerint: „Szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni” (Lk 18,1), és aszerint, amit egy másik szakaszban

- mondott: „Alkalmatlankodása miatt fölkel, és ad neki annyit, amennyire szüksége van” (Lk 11,8). (*Nagy Szent Bazil, Regulae brevius tractatae 261.*)
234. Ne mond, hogy nem nyerted el azt, amit hosszan imádkozva kértél, hiszen lelkileg haszonra tettél szert. Mi az a jó, ami magasztosabb annál, mint hogy az Úrral tudsz egyesülni, és állhatatosan kitartasz a vele való szüntelen egységben? (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,32*)
235. A hit kulcs Isten kincseihez. A hit az egyszerű, szerető és irgalmas szívekben lakik: „Minden lehetséges annak, aki hisz” (Mk 9,23). (*Kronstadti Szent János, Életem Krisztusban*)
236. Valahányszor hittel imádkoztam, Isten mindig figyelt rám és meghallgatta kérésem. (*Kronstadti Szent János, Életem Krisztusban*)
237. Az ima, amennyiben beszélgetés Istennel, önmagában a legnagyobb kegyelem, miközben az, amit az ember kér másodrendű, és egyik napról a másikra változik. Így az irgalmas Úr nem teljesíti rögtön a kéréseinket, attól tartva, hogy eleget téve annak, hogy megkapjuk ezeket a másodrendű dolgokat, elhagyjuk az imát, és hogy így elveszítjük a belső hasznót, hogy előtte állunk és beszélünk vele. (*Ignatij Brjančaninov*)
238. Ha szűkölködsz az állhatatosság erényében, ne várd, hogy valódi vigaszt nyerj az imától. Minden megtett cselekedet mértéke az állhatatosság. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,94*)
239. Állhatatosság nélkül semmilyen lelki tevékenység (ima, böjt, virrasztás) nem hozhat gyümölcsöt, mert erőfeszítéseid ellenére még csak az elején jársz. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,95*)
240. „Virrasszatok és imádkozzatok” (Mt 26,41)... „Kérjétek és adnak nektek, keressetek és találni fogtok, zörgessetek, és ajtót nyitnak nektek. Mert mindenki, aki kér, kap, aki keres, talál, és a zörgetőnek ajtót nyitnak” (Mt 7,7-8). Áldott, felfoghatatlan bátorítása annak, aki megajándékoz és buzdít bennünket, hogy kérjük őt: „Kérjétek, és én adom az isteni karizmáimat”. Az Úr gondoskodik rólunk mindenben, mivel tudja, mire van szükségünk. Ezek a szavak bátorsággal és bizalommal töltenek el. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 73.*)
241. Fiaim... nem fáradok bele, hogy kérjem az Urat értetek, azért hogy felismerjétek a kegyelmet, amelyet fenntart számotokra. Isten irgalmában valóban éberré tesz mindenkit a kegyelem eszközei által. Tehát ne fáradjatok bele fiaim, és ne hanyagoljátok el, hogy éjjel és nappal fohászkodjatok az Úrhoz, amíg rá nem veszitek az Atyaisten jóságát, hogy adományozzon nektek segítséget a magasságból, és tanítsa meg, hogy mit kell tennetek. (*Nagy Szent Antal, Levelek, 5,1*)
242. Aki Isten türelme és késlekedése miatt nem kapja meg a kegyelmet, az még jobban lánzol... Az Úr inkább elhalasztja és késlelteti próbára téve a hitet és akaratának szeretetét, hogy még hevesebbé tegye. Fáradhatatlan és lankadatlan intenzitású hévvel kell keresni Isten adományát, abban a hitben, hogy minden megfordul és egészen biztos, hogy Isten, aki megígérte, hogy kegyelmét ajándékozza azoknak, akik mindvégig hittel és

állhatatossággal kéri, igazmondó és nem hazudik. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 29,3*)

Erőfeszítés és önmagam önként vállalt kényszerítése

„A mennyek országa Keresztelő János napjaitól mostanáig erőszakot szenved, és az erőszakosak ragadják el azt.” (Mt 11,12)

„Mert nem a vér és a test ellen kell küzdenünk, hanem a fejedelemségek ellen, a hatalmasságok ellen, a sötétség világának kormányzói ellen, a hatalmasságok ellen, a sötétség világának kormányzói ellen, a gonoszságnak az ég magasságaiban levő szellemei ellen... Mindenkor esedeztetek a Lélekben, minden imádságban és könyörgésben, s őbenne virrasszatok teljes állhatatossággal” (Ef 6,12.18)

A szemlélődő élet kegyelmei nem mutatkoznak meg villámgyorsan az életünkben, inkább egy lassú kiegyensúlyozott kibontakozás jellemzi őket, ami észrevehetetlenné teszi az előrehaladásukat. Amikor a nap felkel, megszületik a hajnal halvány és gyenge fénye, lassan, de erővel áttöri a sötétség leplét. Miközben nehéz pontosan meghatározni a kezdetét, látni, ahogy terjed a fény, egyre nagyobbra fejlődik, lassan-lassan széteszletve a környező sötétséget. És akkor megjelenik a nap.

Hogy elérkezzünk a termékeny imaéletre, nem szabad azt várni, hogy a kegyelmek hirtelen elmélyülnek bennünk. Hogy oda eljussunk, hosszú és kitartó erőfeszítéssel kell mennünk, lassan, lépésről lépésre felfelé. Türelmemre és önként vállalt kényszerre van szükségünk. Elég, ha haladunk, bármilyen legyen az előrehaladás lassúsága és a sötétség sűrűsége, amely körbefonja a hitünket. Egyszerű előrehaladásunk az imaéletben és az Istennel való bensőségesség a biztosítóka, hogy célba érkezünk. A fény hiánytalanul kibontakozik, akkor is, ha már régóta meg vagyunk fosztva tőle. Hirtelen előbukkan fáradozásunk, hitünk és türelmünk gyümölcse.

A sok önként vállalt kényszer és a bennünket körülvevő sötétség ellenére megtett út, amit erőfeszítéssel, verejtéssel, könnyekkel, a sötétség elleni harccal meghódítunk, ezek mind értékesek Isten szemében, annak ellenére, hogy a mi szemünkben természetlenné látszanak: „Boldogok, akik nem láttak, és mégis hittek.” (Jn 20,29); „Mert Isten nem igazságtalan, hogy megfélekedjék művetekről és a szeretetről, amelyet az ő nevében tanúsítottatok” (Zsid 6,10).

Néhányan azt gondolják, hogy a vallásos élet útja, a szemlélődés és a magány rózsák és édes illatok kertjei között vezet. Nem, ez egy sivár és rideg út, „nem volt szép, sem ékes, sem kívánatos” (vö. Iz 53,2). Nem véletlenül írta le Krisztus szoros útnak, szűk kapunak, amin nehéz átmenni (Mt 7,14). A kezdés után elkap a félelem, kétség lesz úrrá rajtad, és azt kérdezed magadtól: „Valóban úton vagyok Isten felé? De akkor hol van?” Az úton, amelyen a lélek elindult ez még csak a próbák kezdete, távol minden emberi segítségtől, megfosztva a jelektől és minden lelki jutalomtól, megfosztva még egy bátorító szótól is vagy akár a legkisebb ígérettől. Maga az értelem fordul ellened, azért hogy a hited anélkül, hogy világosan látnál, kiállja a próbát.

A hasonló kezdeti sivárság és az úton várható próbák keménysége miatt sokan nem tudták megvalósítani az átkelést és visszafordultak Natanael szkepticizmusával az ajkukon: „Jöhet valami jó Názáretből?” (Jn 1,46). De boldogok azok, akik a hit útját követik, mert: „Ha hiszel, meglátod Isten dicsőségét” (Jn 11, 40).

Olykor lecsökken benned a hit, és nem ad erőt számodra. A hosszú út alatt egy időre visszaköveteled kedvteléseidet, és a szíved visszatér Egyiptomba, „ahol a húsos fazekak

mellett ültünk, és jóllakásig ettünk kenyeret” (vö. Kiv 16,3), a lelked ellened fordul, és hibáztat téged, azt mondva: Miért hoztál engem ebbe a pusztaságba, hogy megölj engem? Szegény lélek, a tied és az enyém, vagy még inkább a kemény nyakú lelkek, amelyek a pusztában visszakövetelik a húsos fazekakat. Jelet kérnek, amit nem találnak, egy szót az útra, amit nem kapnak meg.

Ezen a ponton sokan összezavarodnak, megállnak, azt kérdezve: Hol vagyunk? Mit keresünk ezen az úton? Hová visz mindez? Ezek a kétség és a tiltakozás szavai, hogy visszaforduljon. Számosan vannak, akik az út felétől visszatértek, mert „szemlélésben akartak járni és nem a hitben” (vö. 2 Kor 5,7). Jeleket és csodákat akartak, és ezzel kimutatták hitük hiányát. Mivel nem kaptak választ a kérdéseikre, hirtelen fordulatot tettek és fejest ugrottak a világ óceánjának háborgó vizébe és elnyelte őket a világ számtalan műve. Eszeveszett tobzódásba kezdenek, nem mintha jónak találnák azokat a dolgokat, hanem inkább azért, hogy elszökjenek az igazság elől, amivel találkoztak, és mert megijedtek a gondolattól, hogy semmit se nézve egyedül a hit útján kell járniuk.

Mózes nélkül, Izrael egy napot se ment volna a pusztában! Mégis Mózes negyven évig a reményben járt, hogy eljut az ígéret földjére, és egyedül a hit vezette őt ebben a vég nélküli harcban. Egyedül a hit fegyverével tudott győzni, és egy nyakas népet arra kényszeríteni, hogy negyven évig kövesse őt egy sivár és elhagyatott pusztaságban.

Nekünk is jó lenne egy Mózes vezetése, hogy a hitben járjunk, hogy kényszerítsük magunkat arra, hogy Isten útján járjunk, akkor is, ha nem látunk semmit, hogy küzdjünk, bármilyen kemény és hosszú is legyen ez a harc. Tudjuk, hogy az út végén valóban vár bennünket a mennyei Jeruzsálem, „mint a férjének felékesített menyasszony” (Jel 21,2), és hogy az út alatt, az ő őszinte ígéretei, titokzatos vigasztalásai, és a hangja, ami áthatol a végtelenségig elegendő nekünk.

*

A következő fejezet fő témája az akarat. Az aszketikus teológiában az akaratról értekezni a legkényesebb és legveszélyesebb dolog. Egyetlen szó megváltoztatásával az ember szándéka megváltozik és a jogos küzdelem helyett, átmegy a harc egy álságos eltévesztett formájába, ami zavarhoz, egyenesen betegséghez vezet.

Kezdetől fogva jó, ha előtérbe helyezzük az egészséges, megengedett formáját az önként vállalt kényszer erőfeszítéseinek, ami Krisztushoz és az örökélethez vezet: Amikor az akarat az önmagáról való teljes lemondásra irányul Istenért és az önként vállalt kényszer arra irányul, hogy rendíthetetlen hittel kényszerítse a lelket, hogy alávesse magát a kegyelem terveinek, bármilyenek is legyenek a körülmények, akkor a léleknek nem marad semmi saját akarata, semmi sajátos szenvedély, azon kívül, hogy mindig engedelmeskedjen Isten hangjának és parancsainak.

Fel kell hívnunk a figyelmet, hogy vigyázzunk, hogy az imádás hevében az énünk el ne sodorjon bennünket. Mert amikor kezdenek megmutatkozni a siker, az öröm és a megelégedettség jelei, amelyek kísérei, az én hajlamos arra, hogy egy személyes erőfeszítéssel kiegészítve fokozza a sikert és a megelégedettséget. Íme itt a kritikus pont, amelyben az erőfeszítést és az önként vállalt kényszer letérítik egészséges és helyes útról, hogy önmagukra összpontosítva felcserélik és átformálják, már nem Istenről szól, hanem a teljesítményről. Ha az erőfeszítés, amelynek célja az Istennek való alárendeltség és az abszolút az engedelmességre irányuló önként vállalt kényszer, saját akarattá válik, akkor az önként vállalt kényszer a személyes képességek fejlődésének szolgálatába áll.

Tudnunk kell, hogy a siker és a lelki öröm Isten műve és nem az emberé, és hogy Isten engedi meg növekedésüket az embernek, érdemeitől függetlenül, akkor, és ahogy akarja.

Az erőfeszítéshez és önmagunk önként vállalt kényszerítéséhez nincs szükség más indítékra, mint mély Isten iránti szeretetre Jézus Krisztus személyében. Ezt a szeretetet úgy nyilvánítjuk ki, ha kötelezzük magunkat a parancsoknak való engedelmességre, bármi legyen az áruk, és kényszerítjük az akaratot és a lelkiismeretet, hogy alávesse magát Isten tervének, akkor is, ha a következmények nem mindig tetszenek.

Ne történjen meg, hogy az erőfeszítést és az önként vállalt kényszert olyan érzelmi tényezők támogassák, mint az önelégültség vagy a világ tetszése, ne befolyásolja se a gúny vagy az emberek kritikája.

Az erőfeszítés és önmagunk önként vállalt kényszerítésének célja, hogy egészen alávéssük magunkat Istennek, és teljesen mondjunk le a saját akaratunkról.

Néhány útmutatás, hogy megvilágítsuk az erőfeszítés és önmagunk önként vállalt kényszerítésének útját:

1. Óvakodj az akarat feszültségétől. Rád összpontosítva le tud hajítani a személyes erőfeszítés örvényébe. Amikor az akarat mozgásba lendül, és lelkes, kösd magad közvetlenül az Úrnak való engedelmességhez, hogy semmit se tégy a saját fejed szerint.
2. Nincs személyes felelősség sem a sikerért, sem a bukásért, ezt a személyes felelősségérzetet alakítsd át, egyedül azért vagy felelős, hogy mennyi erőfeszítést tettél a hitben.
3. Ne keressük láthatatlan hatalmak segítségét, mert Krisztus nem engedi, hogy neked bármi hiányozzon. Ő minden szükségleted és igényed biztosítja utadon. Elég neked az ő ereje. Rá alapozd az erőfeszítéseidet. És ha segítséget és vigasztalást kapsz a magasból, légy boldog és örvendez, de ne engedd, hogy ettől a körülménytől függjön az erőfeszítésed, nehogy megzavarja és megakadályozza utadat.
4. Az erőfeszítésnek és önmagunk önként vállalt kényszerítésének nem az a rendeltetése, hogy megszerezze magadnak valamit, megerősítsd az akaratod, vagy hogy szembeszállj az ellenséggel. Legfőképpen azért van, hogy bújj ki önmagadból, bízd rá az akaratod Krisztusra, találj oltalmat nála ahelyett, hogy szembeszállnál az ellenséggel.
5. Amilyen mértékben a saját akaratodra támaszkodsz, olyan mértékben veszíted el, hogy érzékeld Isten segítségét. Ellenben ha egyszerűen átadod akaratodat Istennek, átadod magad az ő akaratának, és állhatatosan kitartasz tervének elfogadásában, meg fogod szerezni az érzés bizonyosságát, hogy Isten működik benned, segít téged, és gondot visel rád.
6. Ne hagyj abba az erőfeszítésed, és ne hagyj fel azzal, hogy engedelmeskedsz Isten parancsainak, akármekkora is a kudarcaid és próbáid, mert legyőzött lelked mélyén ott áll Krisztus erőfeszítéseid győzelmének babérkoszorújával a kezében. Te nem az eredményért, hanem az erőfeszítésért vagy felelős.
7. Harcunk és önként vállalt kényszerünk, akkor is, ha becsületesen csináljuk, önmagukban nem jogosítanak fel a megigazulásban való előrehaladásra, vagy hogy közelebb kerüljünk Istenhez. Egyedüli céljuk, hogy elszakadjunk az énünktől, a bűnös élettől és az engedetlenségtől. Ami a megigazulást illeti, Isten ingyen felkínálja. Az Istennel való bensőséges kapcsolatért maga Krisztus fáradozik.

Van egy igazság, amit nem szabad szem elől vesztenünk: amikor valaki csak magával és a saját akaratával számol, nincs kétség afelől, hogy az a harc az énré koncentrálódik. Nem vesszük észre, hogy a bizalom nem Istenen alapszik, hogy önmagába kapaszkodva megy, az út egyik szegélytől a másikig bukducsolva, káromolva és szidalmazva a saját akaratának kicsiségét, összegyűjtve saját önerőit a romlás és a süllyedés növekedése, a szomorúság és a csüggedés miatt, miközben változatlanul abba az illúzióba ringatja magát, hogy Istenre támaszkodik, és csak benne bíz.

Eközben a valóság egészen más. Az akarat Istennek való alárendelése akadályának ne a gyenge akaratot tartsuk, ne azt tegyük felelőssé az elesésekért és az elhibázott lépésekért. Az elesés és a talajvesztés nem az akarat gyengeségéből származik, hanem pont ellenkezőleg, ha az akarat erős, és beavatkozik. Ez nyilvánvaló, mert a győzelem és az üdvözülés nem az akarat erejéből származik, hanem abból származik, amikor az akarat eltűnik a kegyelem mögött. Amikor az akarat eltűnik a kegyelem mögött, az ember erőre kap, felülkerekedik, győz, uralja önmagát, eredményes, előre halad. De amikor az akarat feléled, beavatkozik a helyzetbe, megfordul, türelmetlenné válik, akkor az elesés és az elhibázott lépések elkerülhetetlenek. Az elesés leleplezi az akaratnak, a tevékenységének és elbizakodottságának a túlsúlyát a kegyelemmel szemben. Amikor akaratunk csekély voltát hibáztatjuk, és lehangoltak vagyunk, mert megbotlottunk, az azt jelenti, hogy beismerjük, hogy a saját személyes akaratunk szerint járunk, és nem Istennek alárendelve. Amikor az elesés után megpróbáljuk összeszedni magunkat és megerősíteni az akaratunkat, akkor valójában egy további, még nagyobb bukást készítünk elő magunkban és kitartunk abban, hogy az akaratunk legyen a felelős lelki előrehaladásunkért.

De ha szeretnénk elkerülni az elhibázott lépéseket, a bűnöket és az eleséseket, ne hibáztassuk az akaratunkat, és ne ösztönözzük önkényes erőfeszítésekre, inkább tulajdonítsunk neki kevesebb jelentőséget, ne számítsunk többet rá, erélyesen rendeljük alá Istennek, és végérvényesen bízunk rá. Ez azonban csak akkor lehetséges, ha az énre való hallgatással szemben előnybe részesítem az Istenre való hallgatást, kényszerítve az akaratot, hogy tartsa be Isten parancsait, bármilyenek legyenek a sérülések és megalázás. Hogy viselje el az alávetettségben a fáradtságot, nehézségeket, a kötelezettségeket és virrasztást, hogy végrehajtsa az Atyák tanításait és rendelkezéseit. Utasítsa vissza saját tekintélyét, hajoljon meg és vesse alá magát a Szentléleknek, így kezd elhomályosulni az akarat a kegyelem mögött. Akkor nyeri el az ember a lelki sikert.

Minden szerető együttérzés az énnel szemben az ellenség kísérlete, hogy felébressze a saját akaratot és az egyéni vágyakat.

Minden téves lépés, amit utunkon megteszünk, ugyanazt az okot mutatja: annak visszautasítása, hogy teljesen visszaadjuk az akaratunkat Istennek, ez bizalmunk hiányának árulkodó következménye.

Téves lépéseink buzdítanak tehát bennünket az akaratunkról való lemondás hitelességének és az Istenbe vetett bizalmunk fejlődésének újrafontolására. Aláhúzzák a saját akaratunk visszautasításának szükségességét, mert az elragad bennünket, hogy a vágyainkat megvalósítsuk, és aláhúzzák a folyamatos megtérés szükségességét nyugalomban, türelemben és tűrésben.

Tudnunk kell azt is, hogy a túlzott szomorúság és lehangoltság, amelyeknek az ember átadja magát miután vétkezett vagy elbotlott, sértett büszkeségünkre utal, és azt mutatja, hogy többre tartottuk magunkat, és elbizakodottan túlbecsültük a saját akaratunkat, többre tartottuk magunkat és akaraterőnket annál, hogy ilyen gyalázatosan elessünk. Ilyenkor vigaszt és csalóka bátorítást keresünk az embereknél vagy a lelkiatyánál, hogy sértett büszkeségünk sebeire gyógyírt szerezzünk.

Az ember egészséges hozzáállása az eleséshez a tévedés megvallása, az azonnali megtérés. Ezt kövesse, hogy szüntelenül erőfeszítést tesz annak érdekében, hogy egyre tökéletesebben feladja személyes akaratát, és lelkét alávesse az Úrnak.

Az atyák mondásai (243–266)

243. Azt mondják az emberek: Ha nincs kedved imádkozni, jobb ha nem teszed. Ez hazugság és megtévesztő testies érv, mert ha csak akkor imádkozol, amikor kedved van, hamarosan fel fogsz hagyni az imádsággal. Ez a test természetes hajlama: „A mennyek

országa Keresztelő János napjaitól mostanáig erőszakot szenved” (Mt 11,12). Tehát nem tudsz az üdvösségeden munkálkodni, ha nem vagy erőszakos. *(Kornstadti Szent János, Életem Krisztusban)*

244. Miért van szükségünk a hosszantartó imára? Azért, hogy a hosszantartó és buzgó imán keresztül át tudjon melegedni a mi olyan nagyon hideg és hiúságtól kemény szívünk. Nagyon furcsa lenne azt gondolni, és még inkább arra törekedni, hogy az imádság alatt azonnal áthassa a hit és Isten szeretetének melege a világi hiúságtól megkeményedett szívet. Nem, időre és fáradságra van szükség. „A mennyek országa Keresztelő János napjaitól mostanáig erőszakot szenved, és az erőszakosok ragadják el azt.” (Mt 11,12). Nem lehet elvárni, hogy Isten országa belépjen a szívbe, miután oly régóta elhagyta. Maga az Úr erősíti meg, hogy hosszantartó imát akar látni, ennek példázatát adva az alkalmatlankodó özvegyben, aki újra és újra felkereste a bírót és kérésével nem hagyott békét neki (vö. Lk 18,2-6). A mi Urunk, égi Atyánk ismeri, mielőtt mi kérnénk, hogy mire van szükségünk (vö. Mt 6,8), mi az, amit szeretnénk. Csak mi nem tudjuk, mert hagyjuk, hogy világ hiábavalóságokra vegyen rá minket, ahelyett, hogy az Atya kezébe helyeznénk magunkat. Ezért Isten, bölcsességében átalakítja szükségleteinket, hogy felé forduljanak. „Térjete vissza hozzám eltévedt fiaim, térjete vissza hozzám”. *(Kornstadti Szent János, Életem Krisztusban)*
245. Aki az Úrhoz akar közeledni, legyen méltó az örökéletre, legyen Krisztus lakhelye, és legyen eltelve Szentlélekkel... legyen állhatatos az imában, hittel követve az Urat, a látogatását, a segítségét, és ezt a szándékot mindig meg kell őriznie a szívében. Aztán a bűn miatt, ami benne lakik, erőszakkal kell végrehajtani minden jó dolgot, és az Úr minden parancsát. Például erőszakkal meg kell valósítani, hogy alázatossá váljon minden emberrel szemben, tartsa magát alávalóbbnak és rosszabbnak... Legyen állhatatos az imában, szüntelenül hittel könyörögve az Úrhoz, hogy jöjjön, és vegyen lakóhelyet nála, gyógyítsa meg, adjon neki erőt, hogy betartsa a parancsait és lakjon mindig a lelkében... Amikor az Úr látja az elhatározást és az igaz buzgóságot és hogy minden erejéből neki szenteli magát, hogy hogyan arat mindig győzelmet önmagán az Úrra és jóságára emlékezve, és kényszeríti magát az alázatra, szelídségre, szeretetre, akkor is, ha a szíve nem azt akarja, irgalmas lesz hozzá és megszabadítja őt az ellenségeitől, a bűntől, ami benne lakik, betöltve őt a Szentlélekkel. Akkor ő immár erőfeszítés és fáradság nélkül, igazságban teljesíti az Úr minden parancsát, – vagy még inkább az Úr az, aki teljesíti benne az ő parancsait – és tisztaságban meghozza a Szentlélek gyümölcseit. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 19,1-2)*
246. Amikor valaki az Úrhoz közeledik, akkor mindenekelőtt kényszeríteni kell magát a jóra, akkor is, ha a szíve nem akarja, és mindig rendíthetetlen hittel várni az ő irgalmát. Noha nincs benne szeretet, kényszeríteni kell a szeretetre, noha nincs benne szelídség, kényszeríteni kell a szelídségre, együttérző és irgalmas szívre kell kényszeríteni. Kényszeríteni kell, hogy elviselje a lenézést, hogy türelmes legyen, amikor mások semmibe veszik, és ne lobbanjon haragra, amikor megvetik és gyalázzák, ahogy írva van: „Ne tegyetek a magatok ügyében igazságot, kedveseim” (Róm 12,19), bár nem vagytok képesek a lelki imádságra, kényszerítsétek magatokat az imára. És így Isten látva ezt a harcot, és hogy erőszakkal kényszeríti magát akkor is, ha a szíve nem akarja, valódi lelki imát ajándékoz neki, valódi szeretetet ajándékoz neki, valódi szelídséget, belső irgalmat, valódi jóságot, egyszóval eltölti őt a Szentlélek gyümölcseivel. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 19,3)*

247. Valójában maga az Úr viszi véghez benne tisztaságban, fáradság és erőszak nélkül mindazt, amit neki a benne lakó bűn miatt erőszakkal sem volt lehetséges megőrizni. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 19,6)*
248. Egyesek azt állítják, hogy a kegyelem után a lélek elérkezik a minden aggodalomtól való szabadságra, de Isten, a tökéletesekben is keresi a lélek akaratát, hogy a Szentlélek szolgálatára álljon, hogy hozzájárulnak a kegyelemhez. Valóban ezt mondja az apostol: „A lelket ki ne oltjátok!” (1 Tessz 5,19). *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 17,8)*
249. A ember szabad akaratának lehetősége van ellenállni az ördögnek, de nem képes a belsejében uralni a szenvedélyeket. Írva van: „Ha nem az Úr építi a házat, építői hiába dolgoznak rajta” (Zsolt 127,1). *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 25,1)*
250. A környező világban a földműves megműveli a földet, azonban ha dolgozik is, szüksége van, hogy a magasból esőt és záport kapjon. Ha nem jön eső a magasból, semmit nem ér a földműves munkája a földjén. Így a lelki valóságban is kettős elvárásnak kell megfelelnie a dolgoknak. Szükséges, hogy az ember megművelje akaratának földjét a saját szívében és fáradozzon, mert Isten megköveteli az embertől a kötelességteljesítést, munkát és fáradságot, de ha nem mutatkoznak a magasból az égi felhők és a kegyelem esője, semmire se jó a földműves fáradozása. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 26,10)*
251. Sokszor elmondtuk már a földműves példabeszédét... Alkalmazd a lelki dolgokra is. Ha az ember megalégszik azzal, hogy állhatatos a munkálkodásában, és nem tesz magáévá valamit, ami természetén kívüli, nem tud méltó gyümölcsöket hozni az Úrban. De mi az ember dolga? Mondjon le a világról, tagadja meg a világot, legyen állhatatos az imában, virrasszon, szeresse Istent és a testvéreket. Ez az ő feladata. De ha ő megáll a saját tevékenységénél, és nem reméli, hogy föntről kap valami mást, ha nem fújnak a lélekben a Szentlélek szelei, ha nem töltik be az égi felhők, és nem esik eső az égből, és nem öntözi meg a lelket, az ember nem tud méltó gyümölcsöket hozni az Úrban. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 26,19)*
252. Bizonyosan ez vonatkozik az emberre: ha böjtöl, virraszt, imádkozik, vagy más jó dolgot tesz, az Úrnak kell tulajdonítani mindent, és azt mondani: ”Ha Isten nem adott volna nekem erőt, nem tudtam volna böjtölni, imádkozni, vagy elhagyni a világot”. Így Isten látva a jó szándékodat, azt, hogy amit természetesen véghezviszel, azt az ő művének tulajdonítod, cserébe azt ajándékozza neked, hogy ő maga az isteni és égi ajándék. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 26,20)*
253. Aki imádkozik, annak a kedvetlenség (akédia) azt juttatja eszébe, hogy siessen. Ostoba az, aki minden lehetséges kiutat megtalál, ami akadályozza, és ami eltávolítja az ima útjáról. Figyeld meg és észreveszed, hogy ha állsz, a kedvetlenség arra készlet, hogy ülj le, ha ülsz, akkor meg arra, hogy támaszd a vállad a cellád falának. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 13,7-14)*
254. Amikor az asztal meg van terítve, a test felpattan az ágyból, de ahhoz, hogy újra belefogjon az imába, el van nehezülve. A kedvetlenség álomba meríti azt, aki imádkozik, és alkalmatlankodó ásitások nyelik el a zsoltárverseket a szájában. De amint befejeződik

az imaóra, kinyílnak a szemei. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradiicsomi létra 13,8.12)*

255. Ahogy Szent Pál apostol mondja, mindenekelőtt meg van győződve arról, hogy senki nem kapja meg a győzelem koronáját, ha nem harcol a szabályok szerint (2 Tim 2,5). És ha valaki nem a törvény szabályai szerint harcol, nem tud előre haladni. Akinek lelki útja Isten félelmébe torkollik, annak kényszerítenie kell magát, hogy minden szándéka Istenre irányuljon, legyen szó böjtről, imáról vagy más cselekedetről. Tudd tehát, kedves tanítvány, hogy nem tudsz megerősödni az isteni szándékban, ha minden pillanatban nem kényszeríted magad, hogy azt tedd, ami közelebb visz Istenhez. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,3,4,7,8)*
256. A saját erőfeszítése és az Istenért önként vállalt kényszer mértékében küldenek az ember számára isteni segítséget, hogy felövezze, megerősítse, segítse minden erőfeszítésben őt és elegyengesse az utat előtte. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,10)*
257. Ha azt kérdezed magadtól: „Meddig a pontig kell kényszeríteni magam?” Azt válaszolom neked: „Istenért a legvégsőig, a halálig”. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,15)*
- Kényszerítsd magad az éjszakai ima alatt, hogy fűzz még zsoltárt hozzá... Ha csak egy zsoltárral vagy néhány leborulással is több lesz, a szokás nagyobb tisztelete által lelked kegyelmet talál Isten előtt, megerősödsz és oltalmat kapsz az angyaloktól. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,17.22)*
- Kényszerítsd magad, hogy gyakorold a leborulást, mert az imában ez a töredelem hajtóereje. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,23)*
- Kényszerítsd magad, hogy elmélkedj a zsoltárokról. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,24)*
- Amikor elérkezik az imádság ideje, kényszerítsd magad, hogy felkelj, hogy teljesítsd a kötelességed, elutasítva a test elnehezülését, ami arra ösztökél, hogy elhagyd az imát. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,25)*
- Imádkozz már az imaidő előtt is, és akkor könnyű lesz számodra. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,76)*
- Lassan recitáld a zsoltárokat, a lélek nyugalmában, kedvesen és türelemmel, unalom nélkül, ne siess a recitálásban. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,27)*
- Éjszaka végy erőt magadon, kelj fel és borulj le a kereszt előtt, akkor is, ha az álmoság rád nehezedik és a test hallgatásba burkolózik. Itt a kedvező idő az isteni segítségre. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,28)*
258. Figyelj arra, hogy küszöbölj ki minden dolgot a kötelező imaidőből. Mielőtt lefekszel, fáraszd el a tested az imával, amíg meg nem kapod az angyalok pártfogását, hogy ágyad meg legyen szentelve a lelki dicséret illatával és az ima gyakorlásával. Ne aludj el, amíg bele nem fáradsz az imába. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,115-118)*

259. Hidd el nekem, testvér, az unalom, a tagok elnehezültsége, az elégedetlenség, a gondolkodás elfáradása, és a szomorúság más okai, amelyekkel az ellenség gyötri az aszkétákat, Isten működéseként lesznek beszámítva. Ha az ember ezeket eltűri és megőrzi a türelmét, ezeket elviseli és visszautasítja, ahogy alávesse magát igájuknak, tartózkodva a büszkeségtől és a gőg lelkületétől, akkor úgy lesznek beszámítva, mint tiszta áldozat. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,92-94)*
260. Nem Isten Lelke lakik azokban, akik kényelemben élnek, hanem az ördögé. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 60.)*
261. Jobb nekünk harcolva meghalni, mint elbukva élni. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 78.)*
262. Ez a világ versenypálya, a küzdelmek helye... az ember próbáknak van alávetve, aki állhatatos a harcban és nem fogadja el, hogy legyőzzék, az megmenekül. Nem egyszer megtörténik, hogy egy ember, aki teljesen használhatatlan, és akit tanulatlansága miatt szüntelenül bántanak, és mellőzik, és mindig a leggyengébb, hirtelen kiragadja a zászlót a hatalmas harcosok, óriások fiainak kezéből, és a nevét híressé teszi... Senki ne veszítse el tehát a reményét. Csak: ne hagyjuk el az imát, ne hanyagoljuk el kérni Isten segítségét. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 73.)*
263. Tanítvány: Mit tegyek, amikor a testet elborítja a szenvedés, és az elnehezedik? Amikor a jóra vágyó akarat elerőtlenedik és eltávolodik a kezdeti buzgalomtól? Mester: Ez előfordul néhányakkal. Ezek lelkének egyik fele elhagyta a világot, hogy az Urat kövesse. A másik fele a világban maradt. Azt jelenti, hogy a szíve nem szakadt el a földi dolgoktól és kétségek között vannak... Azt gondolom, hogy a bölcs figyelmezteti azokat, akik hasonló állapotban közelednek Isten útjához, mondván: „Ne járulj az Úr elé megosztott szívvel!” (vö. Sir 1,28⁵⁴) Az Úr látva azokat, akik szeretnének lemondani a világról, de akadályozza őket a gyötrelmekből való félelem... röviden azt mondja nekik: ”Ha valaki utánam akar jönni, tagadja meg önmagát” (Mt 16,24)... És aki kereszten való szenvedésnek szentelte magát, mint akinek semmi más része nincs ebben a világban, fogadja el a halál gondolatát, és előre jut. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35.)*
264. Bazil azt mondja: „Aki a kicsi dolgokban lusta, ne higgye, hogy szorgalmas lesz a nagyokban... Hogy ne félj a haláltól, ezekért az itteni dolgokért akarsz élni”. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 37.)*
265. Erőfeszítések és fáradság árán szerzünk meg minden erényt, de ha elhanyagoljuk őket, lassan-lassan eltűnnek. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás IV. Tanácsok az igazság megismeréséhez)*
266. Szarovi Szent Szerafim atyától megkérdezték, aki XVIII századi orosz szent volt: „Mi hiányzik ebből a korszakból, hogy nem ajándékozza a szentség gyümölcseit, amelyek az előző korszakokban olyan bőségesen voltak?” Azt felelte: „Csak egyetlen dolog hiányzik: a határozott és szilárd elhatározás!” *(Szarovi Szent Szerafim)*

⁵⁴ A Septuaginta szerint, a mi Szentírásunkban Sir 1,36

A gondolatok átvizsgálása

„...és fogságba ejtünk minden értelmet,
Krisztus iránt való engedelmességre” (2 Kor 10,5).

„Szólj, Uram, mert hallja a te szolgád!” (1 Sám 3,10)

„- Szívetek hol van?
– Istennél.” (kopt liturgia)

A kegyelmek közül, amivel Isten megjutalmazta az embert, a nagy emberi képzelőtehetség képes messze az anyagi világ határain túlra terjedni. Az emberi gondolat mindent át tud fogni, ami a földön található és a képzelettel még azon túlra is terjeszkedik.

Isten élénk fantáziával látott el bennünket, hogy el tudjuk képzelni a múlt eseményeit, átéljük őket, részesüljünk a kegyelmeikben és megóvjuk őket az elmúlástól. Így eleven képeket meríthetünk Krisztus életéből, a prófétákéból, a szentekéből és azok nyomot hagynak az életünkön: „Emlékezzetek meg előjáróitokról, akik nektek Isten igéjét hirdették, nézzétek életük végét, és kövessétek hitüket!” (Zsid 13,7). „Tanuljatok tőlem” (Mt 11,29).

A múltat meg tudjuk hosszabbítani, ha saját életünkkel egyesítjük, képei elevenen belenyomódnak emlékezetünkbe és a képzelőtehetségnek köszönhetően el tudjuk gondolni a jobb jövőt.

A képzelőtehetség a kapocs, ami egyesíti a múlt igazságait a jelen valóságával és a jövő reményével.

Mindazonáltal a képzelőerő nagysága az egyes személyektől függ. Néhányan hatalmas, határtalan képzelőerővel vannak ellátva, képesek a dolgokat teljes valóságukban felfogni, anélkül hogy látták volna. Így a pillantásuk nem éppen a megszokott dolgokra esik, ami másoknak jelentéktelen, ott ők szépséget látnak, és rejtett varázst és annak elgondolását különleges pontossággal és okossággal megőrzik.

Mások nem látnak mást az eseményekben, mint tiszta és egyszerű képeket, amelyek a tudatban gyorsan szertefoszlanak, egészen odáig, hogy az érzékek alig szentelnek figyelmet nekik. Ezek úgy múlnak el, hogy nem hagynak nyomot a lélekben.

Némelyekben a múlt eseményeinek rendkívül érzékeny ideája jön létre, minden érzékszervük részt vesz az események körülményeiben, így azt teljes mélységében felfogják és átélik. Akik a képzelőtehetségnek ebbe a típusába tartoznak, azokat mélyen megérinti azok élete, akik megelőzték őket, könnyedén át tudnak venni képeket az elődök életéből és azt a saját életükre tudják vonatkoztatni. Ezek így a jelen igazságává válnak.

A képzelőtehetség, mint minden Isten által teremtett természetes képesség, el is torzulhat és ahelyett, hogy az ember felemelkedésének és növekedésének kiinduló pontja lenne, eltereli, hagyva, hogy a gondolatok elkalandozzanak a rossz és a szenvedélyek felé, elveszve a jelentéktelen dolgokban és erkölcsi torzulásban, és illuzórikus álmoknak adja át.

Ha az ember nem figyel erre az elsodródásra, és ha nem zabolázza meg gondolatait, nem tartja kordában a képzeletét, annak különösen az imádság alatt szerencsétlen hatása lesz számára.

Jó, ha tudjuk tehát, hogyan születik a képzelet.

A képzelet, amennyiben szabad az ember viselkedésétől, nem egy létező tulajdonság, ahogy első látásra tűnik. Számos erő összehatásának eredménye: ambíció, tehetetlenség, elfojtott szenvedély, keserű irigység, harag és a félelem az összetevői, amelyek felébresztik, és távol a világ igazságától és valóságától kivetítik és helyettesítik, amit a lélek képtelen volt megvalósítani.

Ezért, hogy a gondolatok álmokba való elkalandozásából, és a valóságos világból való kiszökésből kigyógyuljunk, az elkalandozó gondolatok tárgyának elemzéséből indulunk ki. Ez egy viszonylagosan egyszerű út, amire mindenki egyedül is képes. De hogy az eredményt garantálni lehessen jobb, ha a lelkiatya vezeti ezt az elemzést.

Haszontalan dolog, hogy megkíséreljük erőszakkal szabályozni a gondolatainkat, mert lehetetlenség. Az értelem folyamatosan foglalkozik valamivel, és a gondolat folyamatosan szárnyat bont, amíg az emberben van élet, akár ébren van, akár alszik. Ennek orvoslása a gondolatok rossz területre való elkalandozásának megismeréséből áll, és aztán az ahhoz szükséges út megállapításából, hogy hogyan dolgozzuk fel az elfojtás okait.

Ezzel egyidejűleg elő kell készítenünk a gondolatok számára egy alkalmas talajt, ahol helyet találnak, ahol képzelet és a szemlélés szükséglete kielégül, egy hétköznapi gyakorlatra támaszkodva gyakorolja a szemlélődést és a Szentírás eseményeinek, az Atyák életének emlékezetbe idézését.

Mindennek ellenére mindaz, amit mondani és tenni tudunk, a gondolatok ellenőrzésével kapcsolatban, különösen az imádság alatt az, hogy valójában az ember számára egyetlen egyéni út van, ami belső békét és a gondolatok elnyugvását teszi lehetővé számára: a szeretet. Szeretet, ami a hitből, az Istenbe vetett bizalomból buzog fel, mint a forrás. A gondolatok akaratlagos átvizsgálásának módszereivel részben sikerül a gondolatot és a képzelőerő képességét irányítani, de nem tudják a gondolatot Istenhez rögzíteni.

Amikor az ember szívéből feltör az isteni szeretet, az nem csak az értelmet ruházza fel, hanem minden érzékszervet, és az ember egész belseje szájjá válik, ami beszél és füllé, ami hallgat: semmi nem tudja többé elválasztani ettől az Istennel folytatott szerető párbeszédétől.

Amikor az Isten szeretete lánggra lobbantja a szívet, akkor az ember nem csak a saját gondolatait és az érzékeit tartja ellenőrzése alatt, hanem egész valóját, belép egy nyugodt és kiegyensúlyozott, paradicsomhoz hasonló állapotba. Ez az abszolút bizonyosságtól és bizalomtól függ, amelyben a Mindenható Isten jelenlétében részesül. Az imában a gondolat látóköréből kitörli a múlt, a rossz és szomorúság emlékeit, nem léteznek többé a jelen gondjai és követelményei és eltűnik az ismeretlen jövőtől való félelem. A lélek immár Istenben pihen. Határtalan bizalom van benne, hasonló ahhoz, ahogy a kisgyermek anyja ölében nyugszik.

Kétség kívül egyike az Isten iránti szeretetünk legnagyobb misztériumának és az emberi lélekbe való behatolásának, hogy ez a szeretet képes arra, hogy meggyőzze a lelket, hogy teljesen bízva rá egyszerűen és azonnal, az akaratát, az életét, a reményeit, a gyengeségeit Szerelmének kezére. Az ember ilyenkor felkel, hogy imádkozzon, nem csak világos szívvel és ellenőrzött gondolatokkal, hanem az önmagáról való lemondás, a kiegyensúlyozottság, nyugalom érzésével, még a kétségbeejtő, legfelkavaróbb, legveszélyesebb helyzetekben is. A vértanuk magatartása, ahogy a hóhér pallosa felé fordulnak, a higgadtság és a nyugalom, imádkozva, szemüket az égre emelve, eleven és ékesszóló képe a szeretet hatalmának, amely mindenben győzelmet arat.

Annak, aki szeret az önmagát odaajándékozó, önmagáról lemondó és önfeláldozó magatartása a legjobb pajzs minden váratlanság, fenyegetés és aggodalom ellen, melyek a gondolatokat leginkább zavaró tényezők az ima alatt.

Az atyák mondásai (267–288)

267. Hogy lehet elérni, hogy ne legyünk szórakozottak az ima alatt? A bizonyossággal, hogy Isten szeme előtt vagy. Valóban, ha valaki lát egy herceget vagy a feljebbvalóját és beszél vele, nem hagyja hogy elkalandozzon a tekintete. Mennyivel inkább, aki Istenhez imádkozik, nem hagyja, hogy értelme messze kalandozzon attól, aki a szíveket és a veséket vizsgálja. Így beteljesíti az írásokat: „Tisztán emeljék fel kezüket imádságra,

harag és viszálykodás nélkül” (1 Tim 2,8). (*Nagy Szent Bazil, Regulae brevius tractatae 201*)

268. Lehetséges, hogy soha semmiben ne legyünk szórakozottak? Hogy sikerülhet ez? Hogy valóban lehetséges, megmutatta az, aki azt mondta: „Állandóan az Úrra tekint szemem” (Zsolt 25,15), és „Szüntelenül az Úr van szemem előtt, meg nem ingok, hisz ő áll jobbomon” (Zsolt 16,8).
Ez valóban lehetséges, ahogy azt ő megmondta: Ha nem engedélyezünk a léleknek időt arra, hogy Istennek, a műveinek és ajándékainak gondolatától eltávolodva lustálkodjon, ahelyett, hogy dicsőítene őt, és köszönetet mondana mindenért. (*Nagy Szent Bazil, Regulae brevius tractatae 202*)
269. Amikor az értelméd szétszórt, a recitálást részesítsd előnyben az ima helyett... De nem minden könyv alkalmas erre... Becsüld a recitálást, ha tudod, jobban mint az állást (ima vagy virrasztás közben), mert az a tiszta imádság forrása. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 65.*)
270. Imádkozás közben megszakítás nélkül harcolj a szíveddel, hogy szórakozottságra hajló értelmét koncentrálja. Aki engedelmisségben él, attól Isten megköveteli az imát, ami alatt, ha meglep téged a szórakozottság, ne csüggedj el, anélkül, hogy elvesztenéd a kedved, hívd mindig vissza az értelméd figyelmét, harcolj a szórakozottság zavara ellen. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 4,101*)
271. Amikor imádkozunk, tisztátalan és aljas gondolatok keletkeznek bennünk. A legaljasabb az Isten kísértése. Semmilyen más rossz gondolat nem okoz ekkora nehézséget, sok szívben gyakran ki nem mondva késő öregkoráig megmarad... de ha mindvégig állhatatosak maradunk az imában, az imát befejezve ezek rögtön távoznak, mert nem szeretnek harcolni azokkal, akik felveszik ellenük a küzdelmet.
Ezért akit zaklat az Isten kísértésének szelleme, és szabadulni akar tőle, győzze le és győződjön meg arról, hogy az ilyen gondolatok oka nem az ő lelke, hanem a tisztátalan démon, aki még az Urat is megkísértette, azt mondva neki: „Ezeket mind neked adom, ha leborulva imádsz engem” (Mt 4,9).
Ezért mi is vegyük semmibe, és ne figyeljünk oda a sugalmazásaira, fizessük ki ugyanazzal a pénzzel: „Távozz, Sátán! Mert írva van: 'Uradat, Istenedet imádd, és csak neki szolgálj'” (Mt 4,10). (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 23,6.9*)
272. Szeresd a csendet (*hesychía*), az erőteljes és tömör gondolatot, ami mindig a szív kapujában őrködik, hogy eltávolítsa vagy visszaverje azt, ami kívülről be akar törni. Akinek csend (*hesychía*) van a szívében, az tudja, mit akarok mondani.
Volt egy hészükhaszta (a *hesychía*, csend állapotában lévő valaki), aki azt mondta: „Aludtam, de a szívem ébren volt” (Én 5,2). (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,3.18*)
273. Sokan vannak, akik elsajátították az elmélkedő imát, párbeszédet tudnak létesíteni, szinte a Király fülébe beszélnek. Hányan vannak, akik a szóbeli imát tudják, térdre borulnak előtte a nagy gyülekezetben (vö. Zsolt 22,26). (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,22*)

274. Az olvasás világosságot gyűjt az értelemben és megtartja összeszedettségében, mert akik részt vesznek benne, azokat a Szentlélek szava összhangba hozza a béke teljességével. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,93)*
275. Az imának... nem kell túl hosszúnak lennie, hiszen az csak felesleges szócséplés. A vámos egy rövid kifejezéssel kiengesztelte az Urat és egyetlen hittel kimondott mondat megmentette a gonosztevőt. A sok szó gyakran elvon az imától, mert ötletekkel tölti meg a fejünket... Amikor az imádság egy bizonyos pontján van egy szó, ami tetszik neked és megindít téged, ott állj meg: imád egyesülni fog az őrangyalodéval. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,10-11)*
276. Törekedj arra, hogy az értelmeket felemeld Istenhez, vagy még inkább zárd be az ima kifejezéseinek területére, és ha a gyerekes gyengeség miatt nem marad állva, tedd rögtön rendbe. Sajnos az értelmünk instabil, de a Mindenható szilárdá tudja tenni. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,17)*
277. Szégyenletes dolog az Úr szemében, ha valaki imádság közben hagyja, hogy értelmét tisztátalan gondolatok járják át. Ez olyan, mintha egy udvaronc földi királya jelenlétében hátat fordítva neki, ura ellenségeivel kezd beszélgetni. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,57)*
278. Az imával ne várj addig, amíg meg nem szabadulsz a gondolataid szétszórtságától. Inkább tudd, a sok erőfeszítés árán való állhatatosságod miatt az imában abbamarad a szétszórtságod, és el fog távozni a szívedből *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,98)*
279. Ha addig nem akarsz imádkozni, amíg a gondolatod nem lesz egészen szabad ennek a világnak az emlékeitől, akkor sose fogsz imádkozni. Az, aki ennek az illúzióknak az áldozata a tökéletességet kéri mielőtt bármi erőfeszítést tett volna, és az abszolút lehetetlen. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,99-102)*
280. Ha meg akarsz szökni a gondolatok szétszórtságától, hogy imádkozni tudj, távolítsd el magadból ennek a világnak az anyagi dolgait, a megszerzésükre irányuló ambícióidat és a miattuk való aggodást. Ahogy mindezt elhagyod, a tiszta ima lassacskán lakhelyet talál majd benned. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,106-107)*
281. A gondolataink mozgékonyága miatt nem érdemlünk büntetést, ezzel ellentétben, kegyelemekben részesülünk, ha korholjuk és ellenállunk nekik. De ha beleegyezően a bűnös gondolatokba és megengedjük, hogy belénk épüljenek, akkor el leszünk ítélve miattuk. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,2,10-109)*
282. Tedd, amit mondom neked: ahányszor a démonok zaklatni kezdenek téged a szívedben a szenvedélyek gondolataival, például, mint a harag vagy hiú kérkedés, ne hallgass rájuk... Fordulj szenvedélyeddel Isten szeretete felé, kérj tőle segítséget és győzelmet. Abban a pillanatban, hogy Isten látja, hogy az iránta való szeretet miatt nem leled öröme a bűnben, még a gondolatában sem, odarendeli az őrangyalodat, hogy messzire űzze tőled a démonokat, akik gyötörnek téged, és azok szétszóródnak, mint a vihar szelében a por. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,3,137-143)*

283. Isten nem azt kéri az embertől, hogy az ima alatt ne engedje, hogy átjárják a gondolatok. Ő azt kéri, hogy ne szenteljünk nekik figyelmet, és ne teljen örömünk bennük. És te, testvérem, ne akarj teljesen megszabadulni a gondolatok szétszórtságától, mert az lehetetlen, hanem inkább helyezd át azokat a bűn talajáról a jó talajába. Fordulj gondolatoddal Isten felé, az ő dicsősége és pompája felé. A szétszórtságnak ezt a fajtáját felülmúlja a tiszta ima. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,7,8,11,15)*
284. Tegyétek a testet, amellyel fel vagytok ruházva egy tömjéntartóvá, amelyben emeljete fel minden rossz gondolatot és ábrándot és mutassátok be az Úrnak, hogy felemelkedjen hozzá a szívetek. Könyörögjete minden erőtekből és elmétekből, engedje, hogy leszálljon rátok az égből az ő anyagtalan tüze, hogy meggyújtson mindent, ami a tömjéntartóban van és megtisztítsa. Akkor... meglátjátok, hogy vele együtt egy (új) ember körvonalai emelkednek ki az isteni vizek forrásából. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 6,8)*
285. Szükséges folytatni a harcot és háborút, a gondolatokat illetően is. Az Úr kér téged, hogy haragudj önmagadra és harcolj a szíved ellen, hogy ne egyezz bele a rossz gondolatokba, és ne érts velük egyet. Végül is, csak az isteni hatalom van azon a fokon, hogy gyökerestül kitépje a rosszat és társát, a bűnt. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 3,3-4)*
286. Az ima valódi alapja ez. Fordíts figyelmet a gondolataidra és nagy békében, és nyugalomban imádkozz. Szükséges, hogy az ember minden küzdelme a gondolatokra koncentráljon... megkülönböztetve aszerint, hogy természetes gondolatok, vagy rosszak. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 6,3)*
287. „Ahol a kincsed van, ott lesz a szíved is” (Mt 6,21). Mivel az Úr tudta, hogy ezeken a dolgokon keresztül a Sátán megszerzi a hatalmat a gondolatok felett, és magával ragadja az anyagi és földi dolgok miatti aggodalmaskodásba, ezért gondoskodva a lelkedről, azt mondta, bár néha kelletlenül teszed, mondj le minden dologról. Törekedj a mennyei gazdagságra, és őrizd meg a szívedet Isten közelében. Így, aztán ha újra a birtoklás felé akarsz fordulni, észreveszed, hogy nem rendelkezel semmilyen látható javakkal, nincs semmi. Akár akarod, akár nem, kényszerít, hogy az ég felé fordítsd a szívedet, ahol fölhalmoztad és elhelyezted a kincsed. „Mert ahol a kincsed van, ott lesz a szíved is” (Mt 6,21). *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 11,7)*
288. Menj hát, és imádkozz és kutasd a szívedet, a szíved mélyét, vágyakozz arra, hogy tiszta imád fölszálljon Istenhez. És ha észreveszed, hogy valami akadályozza az ima tisztaságát, az Úr gondot visel a szívedre, ahogy a földműves a földjére, férj a feleségére, kereskedő az üzletére. Ha letérsz az imához, semmi más nem ragadhatja el gondolataidat. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,13)*

A belső csend

*„Jó a férfinak,
ha igát hordoz már ifjúkorában.
Üljön egymagában és hallgasson.” (Siralm. 3,27.28)*

*„A csend az eljövendő kor egyik titka”
(Szir vagy Ninivei Szent Izsák, Epistula 3)*

Egy vizsgálódó pillantást vetve az életünkre, megállapíthatjuk, hogy akaratunk ellenére milyen erős a vonzereje, hogy hasonuljunk és hozzáidomuljunk a tömeg nagy részének ritmusához, a világ mulékony dolgaihoz való ragaszkodásukhoz.

Furcsa, hogy miközben másokban észrevesszük, hogy milyen nagy erőfeszítéseket tesznek ezért a világért, mégsem vagyunk képesek arra, hogy mi másképp viselkedjünk. Közel megyünk az emberek zajos menetéhez, mintha ez élet egyfajta örültségét el tudnánk érni, miközben kivonjuk magunkat az áradat sodrásából. Ezzel szemben a mi mozgásunk is felgyorsul, mi is rohanni kezdünk és másokat is magunkkal hívunk, hogy egyesüljünk ezzel a sötét végezete felé haladó rendetlen menettel.

Talán nem pont te vagy, kedves olvasó, akire ezek a szavak vonatkoznak? Nem fontos, hogy pap vagy-e, vagy szerzetes, fölszentelt szolga, vagy egyszerű hívő, mert nem a külső ember felé fordulok, hanem a lelked felé, függetlenül minden mulékony látszattól: hány szőlővesszőt hajtott a lelked, ami lelki gyümölcsöket fog teremni?

Ne nyújtsd be igényed az Úrnál: „A te nevedben beszéltem az evangélium szolgálatában, gyógyítottam a betegeket”, hogy ne kelljen a folytatást is hallanod: „Távozzatok tőlem... megkaptátok már a béretek rangban, pénzben, ünnepeletségben és jó hírnévben” (vö. Mt 7,22-23; 6,2).

Azt se mondd nekem: „Rendszeresen eljártam templomodba, mindennap bemutattam az áldozatot és a tömjénáldozatot este és reggel, hogy ne halljam a te kemény szavaidat: „Minek nekem véres áldozataitok sokasága?... A tömjénfüst utálat számomra” (Iz 1,11;13); „hosszú imádságotok csak ürügy” (vö. Mt 23,14 a Vulgátában).

Mindez nem gyümölcs, csak zöldellő levél. Egy bizonyos időszakban szükség van rá, de egy nap elszárad, lehullik, és életünk őszen csupaszon hagy bennünket.

A lelked, kedves barátom, a szőlővessző, és a gyümölcs, amit a szőlőműves keres, a lelked növekedése a kegyelemben és javulásod a lelki életben. Igyekezz gyümölcsöt teremni, attól félve, nehogy a szőlőszüreted jelentéktelen legyen, nehogy a szőlőművesnek a gondozásod érdekében kifejtett erőfeszítései hasztalanok maradjanak, és az legyen a véged, mint a lemetszett szőlővesszőnek, amit tűzbe dobtak.

Ha meg akarod ismerni gyümölcsöidet, vonulj vissza a szobádba, csukd be az ajtód, ülj le, csendben imádkozz és vizsgálj meg a lelked mélyét. Akkor fel fogod fedezni, milyen nagy a mezítelenséged, fel fogod fedezni, hogy nem vagy olyan gazdag, mint gondoltad, hanem szegény, szájalmas és meztelen (vö. Jel 3,17).

Kétségkívül látni fogod, hogy életed szőlővesszője, vagyis a lelked, minden lelki gyümölcsöt nélkülöz. Az összes munkálkodás és zajos aktivitás, amellyel betöltötted az űrt, piszkos rongyoknak fognak tűnni.

Amikor egészen egyedül leszel Isten előtt, amikor áhítatos csendben fogsz jelenlétében állni, képmásodat, mint tükörben megpillantod Istenben, felfedezed a látványod középszerűségét, és hogy semmiben sem hasonlítasz rá.

Különleges gyengédsége miatt, Isten nem egy csapásra ébreszt rá téged szégyenedre és meztelenségedre, hogy lelkedet nehogy leteperje a szomorúság. Az Úr apránként fedeztet fel

veled neheztelésének okait ellened: hűtlenség, gőg, harag, lázadozás, lopás, rágalmozás, irigység, féltékenység. Megmutatja neked, hogy jóllehet ezek a vádak mindig érvényben vannak ellened, Krisztus vére pecsétjének köszönhetően fel vannak függesztve, és őszinte megtérésre és szent egyezésre várnak.

Az ember részére nagy kegyelem a saját bűneinek felfedezése. Az egyetlen út, ami a gyógyuláshoz vezet.

A csendben világosan láthatod a gyarlóságaidat és bűneidet, amelyek büntetés alá vonnak téged.

A csendben alkalmat találhatsz a sírásra, hogy könnyeiddel lemosd tetteid ostobaságát. És minden alkalommal csak azután távozhatsz az isteni kihallgatásról, ha megkaptad az új izsópot, hogy lemossa a lelkedet, fehérebbé téve a hónál.

De ne higgyük, hogy elegendő eltávolodni az emberektől, hogy magányban legyünk, visszahúzódunk a szobánkba, hogy csendben legyünk. Nem, a magány mindenekelőtt a szívben születik, a csend az értelmünkben kezdődik, nem a szánkban. Az ember, aki a magányba lép, mindent kiüresített a szívéből: boldogságot és szomorúságot, reményt és elkeseredést, szeretetet és gyűlöletet. Elhagyott minden érdeklődést és észrevételt, odabízott mindent, átadott mindent, mint aki sírba készül lépni.

A magányban és csendben nincs helye a fizikai aktivitásnak. Ez az a terület, ahol a bebörtönzött lélek magányosan tud repülni és kibonthatja minden energiáját.

Amikor elkezdjük gyakorolni a magányt, a test unatkozik, az értelem rugdalózik, egyik is és másik is szenvednek a sír homályától. A lelket próbára teszi a fájdalom és a szűköség, miközben szabadulni szeretne a testtől, és az érzékek sötétségétől. Valószínűleg tehát, aki belép a magányba, találkozik ezzel a kezdeti kényelmetlenséggel, de csak egy kritikus fordulópontonról van szó, ami hitet és türelmet igényel, és amin a lélek nagyobb nehézségek nélkül felül tud emelkedni, mert jól tudja, hogy a fény közel van, és hogy a sír sötétsége mögött a feltámadás dicsősége ragyog.

A magány nem nyugalomban, távol a világtól eltöltött idő, amit ha befejeztünk, újra kezdjük múltunk szokásait, a csevegéseket, a megbeszéléseket, a vitákat, a vicceket, politikai kommentárokat, különféle olvasmányokat és mások megszólását. A magányból való kilépés valamilyen módon hasonló, mint a feltámadáskor kilépni a sírból, a léleknek, amennyire lehetséges, meg kell őriznie a nyugalmat és a mérsékletet, a csendet és a világtól való eltávolodást: „Ne tarts fel engem!” (Jn 20,17), de másokkal szembeni önelégültség, lekicsinylés, felsőbbrendűségi érzés nélkül: „Tapintsatok meg, és lássátok... és a szemük láttára evett belőle” (Lk 24,39.43).

Amennyire lehetséges, az emberek között őrizd meg a gondolataid, az érzékeid és a szíved érzéseinek tisztaságát, hogy visszatérve a magányba könnyű legyen akadályok nélkül belevetni magad az isteni jelenlét terébe.

Amikor gyakorolni kezded magad a magányban, ne próbáld arra kényszeríteni az érzékeidet, hogy érezzék a szentséget vagy felfogják valamifajta látását Istennek. Ha így teszel, eredmény nélkül kimeríted az értelméd és a tested, mert Istent nem lehet a testi szemünkkel látni, se az érzékeinkkel felfogni.

Az egyedüli tennivaló a magányban... nem csinálni semmit. Figyelj Istenre a nyugalomban, ne akard elérni a képzeleteddel, se a látható teremtés szemlélésén keresztül, csak így jön létre a lélek lendülete Isten jelenléte felé.

És ha mégis tenned kell valamit, akkor lépj vissza önmagadba, bűnbánattal és nagy alázattal, elszomorodva a bűnök miatt, amik gyakran elválasztó függőnyt képeztek Isten és a lelked között. Ezek az érzések az alázattól megtermékenyítve fogékonyak lesznek, és utat készítenek, amin a lélek Isten felé lendülhet.

A magány gyakorlása közben kivételes alkalmat találsz, hogy Isten jelenlétében tartózkodj, felfedd lelkedet a Teremtőd előtt, hogy ki tudja javítani a fogyatékoságokat és a

hibákat és felkészítsen csodálatos eljövételére. Így a szőlővessző újjá élesztve a szőlőtőn az élet gyümölcseit hozhatja: „szeretet, öröm, békesség, türelem, kedvesség, jóság, hűség, szelídség, önmeztartóztatás” (Gal 5,22-23).

Az atyák mondásai (289–311)

289. Elsősorban azt az evangéliumi parancsot tartsuk mindig szem előtt, hogy rejtekben, zárt ajtó mögött imádkozzunk Atyánkhoz. (Mt 6,6) Ezt a következőképpen valósíthatjuk meg:
Akkor imádkozunk a „kamránkban”, ha a szívünkben teljesen eltávolítjuk minden gondolat vagy aggodalom zaját, s mintegy titokban, meghitt beszélgetésben tárjuk fel imáinkat az Úr előtt. „Zárt ajtó mögött” imádkozunk, ha bezárjuk ajkunkat, s teljes csendben könyörgünk Ahhoz, Aki nem szavainkat, hanem szívünket vizsgálja. S akkor imádkozunk „rejtekben”, amikor csupán a szívünkben és lelkünk teljes odaadásával, egyedül Isten elé terjesztjük kéréseinket. *(Izsák apát, Nagy Szent Antal tanítványa, Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) IX. fejezet 35. Pannonhalma – Tihany 1998)*
290. A kezdődő csend (*hesychia*) eltávolít a szívből minden zajt, mert zavarnák a mélységét. Amikor már tökéletességre jut, érzéketlenné válik, már nem kell félnie a zavaró tényezőktől. Aki előre halad a csend állapotában (*hesychia*) nem a szavakban lesz otthonos, hanem a kedvességben, és a szeretet minden kifejezésében. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,4-5)*
291. A magányos hészükhasztának (a *hesychia*, a csend állapotában lévő valaki), egy angyal hoz erőt. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,9)*
292. A hészükhaszták (a *hesychia*, a csend állapotában lévő valaki) egy szeretetkapcsolatban időznek és a lelkükkel, a szellemi hatalmakkal együtt részt vesznek az isteni liturgia dicsőítő énekében. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,10)*
293. Egy kis szalmatörök elég, hogy meggyötörje a szemet, egy kis aggodalom szintén elég, hogy szétszakítsa a csendet (*hesychia*). A csendben abbamaradnak a gondok és még az indokolt érzelmeket is kizárja. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,52)*
294. A csend tökéletessége a béke, a csend tökéletessége az imádság anyja. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 11,3)*
295. Aki elismeri eleséseit, ura a nyelvének, aki szószátyárságra adja magát, nem ismeri meg önmagát, ahogy kellene. Aki szereti a csöndet, azt megvilágosítja, az közeledik Istenhez és titokzatos módon párbeszédben van Istennel ...
„Jobb magasból földre esni, mint a nyelvvel megbotlani ” (Sir 20,18⁵⁵)(*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 11,4-5.7*)

⁵⁵ Septuaginta

296. Fizikailag csukd be a cellád ajtaját a tested számára, állj a nyelved kapujába, hogy ne beszélj, torlaszd el belülről az ajtót a gonoszlelkek elől. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,19*)
297. A csendben (*hesychia*) a fül rendkívüli szavakat fog fel, amiket Isten hallat meg veled. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,28*)
298. Az hészükhasztá (a *hesychia*, a csend állapotában lévő valaki), aki kerüli a világot, anélkül, hogy gyűlölné... mert nem akarja, hogy el legyen zárva Isten édes ízétől. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 27,29*)
299. Egy szent öreg azt mondta: A hivatásomban és az imámban nem ismerem a fáradtságot, mert semmit sem teszek a magam tetszésére, csakis a Szentlélekre hallgatok, aki bennem van, és örvendezek az ő jelenlétének... Pontosan erről van szó, amikor azt mondják, hogy a Szentlélek imádkozik bennünk. (*Dalyatha Szent János, Homiliák a Szentlélek ajándékairól*)
300. Ha a nyelved felvette annak szokását, hogy pletykálkodjon a szellemi tevékenység helyett, a szívedben kialszik a fény és sötétben marad. De ha a szád csendben marad, a szíved lánggra lobban, boldog leszel, mert a Szentlélek dinamizmusa feléleszt a túlvilági életre. (*Dalyatha Szent János, Homiliák a Szentlélek ajándékairól*)
301. Aki szeret Krisztussal időzni, az szeret egyedül lenni. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 65.*)
302. Az ember egyetlen, a magányának csendjében elmondott imája több, mint száz másokkal recitált ima. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,62*)
303. Minden dolognál jobban szeresd a csendet, mert meghozza neked annak gyümölcsét, hogy nyelved képtelen lesz a magyarázkodásra. Mindenekelőtt igyekezzünk hallgatni. Így létrejön bennünk, ami elvezet a csendhez. Akkor Isten megadja neked mindazt, ami a csendben születik. Ha így teszel, nem is tudom, mekkora fény ragyog fel benned. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 65.*)
304. A száj csendjében kinyilatkoztatják magukat Isten misztériumai. De attól, aki mindig kész a beszédre, eltávolodik Teremtője. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 43*)
305. Szeresd a magányt, testvérem, az élet forrása a lelked számára. A magányban meglátod önmagad, és nem látod azt, ami rajtad kívül van. Amíg másokra nézel, nem látod önmagad. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II,9 Levél egy testvérnek a magány szeretetéről*)
306. Jobban szeresd az egyszerű szavakat, mint a belső tapasztalatról szóló tanítás Gihonnyi⁵⁶ éleselméjűségét. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 4*)

⁵⁶ Gihon az Édenkert második nagy folyója, Ter 1,10

307. Ha vigyázol a nyelvedre, testvérem, Isten a szív bűnbánatának kegyelmét adományozza neked. Abban meglátod a lelked, és azon keresztül belépsz a Szentlélek örömébe. De ha a nyelved erősebb, mint te, higgy nekem: nem tudsz elszökni a sötétség elől. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 46)*
308. Az az ember, akinek minden jó és rossz dologban a saját nyelve az ura, nem méltó Isten kegyelmére. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 50)*
309. Ha fel akarsz ismerni Isten emberét, a hallgatásán keresztül teheted. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás IV,1)*
310. Kérlek benneteket, hagyjátok el a testetek akaratát és tartsátok meg minden dolgotokban a nyugalmat, hogy a Szentlélek segítségével égi hatalmasságok időzzenek bennetek. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 8,3)*
311. Sokszor szégyenkeztem a beszédem miatt, de a hallgatásom miatt soha. *(Nagy Szent Arszeniusz, Élete és mondásaiban 40)*

A szüntelen ima

„Szüntelen kell imádkozni és nem szabad belefáradni” (Lk 18,1).

Az élet mélyebb értelme túlzottan leegyszerűsítve két állandó cselekvési elembe foglalható össze: „Szeretet az Isten” (1 Ján 4,16). „Én pedig imádkozom” (Zsolt 109,4). Ez két folyamatos cselekvés. Isten nem szűnik szeretni a teremtést, és a teremtmények nem szűnnek imádni Istent: „Mondom nektek: ha ezek elhallgatnak, a kövek fognak kiáltani!” (Lk 19,40).

Minden más, az élet százféle elfoglaltsága elmúlik, elenyészik azután, hogy büntetést vagy elismerést vontak maguk után, és csak ez a két rendkívüli cselekedet marad meg: Isten szeretete irántunk és a mi Isten iránti imádatunk. Ezek nem múlnak el soha, és örökre megmaradnak, mert Isten kedvét leli abban, hogy szeretet bennünket: „Gyönyörűség volt nekem az emberek fiaai között lenni” (Péld 8,31), és mi minden boldogságunkat Isten imáadásában találjuk meg.

Az imáadás Istentől küldött felismerés az ember szívében, hogy öröm legyen neki az imáadás, az igazi boldogság forrása. Ezt kézzel foghatóan megtapasztaltuk és sok-sok alkalommal igazolást nyert. Létezik tehát olyan eszköz, ami az imáadás életformájába és a szüntelen imához vezet, hogy Istent helyezzük a gondolataink középpontjába, hogy oly módon tegyük, hogy minden cselekedetünk és viselkedésünk körülötte forogjon, hogy az ő jelenlétében éljünk reggeltől estig, és estétől reggelig?

Valójában ez nem kis dolog. Nagy elhatározást, állhatatosságot, sok figyelmet követel részünkről. Azonban ne felejtjük el, hogy ha így teszünk, megvalósítjuk az isteni akarat és terv csúcát, és következőképpen ezzel hiánytalanul elnyerjük Isten segítségét, szeretetét és vezetését.

Összefoglaljuk hogy mi a lényege ennek a gyakorlatnak.

1. A szüntelen ima célja:

- Mindig Isten jelenlétében éljünk.
- Fogadjuk be Istent minden cselekedetünkbe, gondolatunkba és ismerjük meg az akaratát.
- Csatlakozzunk az öröm életformájához, megközelítve magát a boldogság forrását, Istent, és örüljünk szeretetének.
- Szerezzünk magasabb tudást Istentről, úgy ahogy ő van.
- Gyakoroljuk a boldog eltávolodást ennek a világnak a dolgaitól, anélkül, hogy bármit visszasírnánk.

2. Néhány javaslat a folyamatos imához:

- Helyezzük magunkat Isten jelenlétének érzésébe, aki látja mit, hogyan teszünk, és hallja, amit mondunk.
- Olykor kíséreljük meg, hogy beszéljünk hozzá, röviden fogalmazzuk meg a pillanatnyi állapotunkat.
- Fogadjuk be Istent a munkánkba, kérjük, hogy legyen jelen a tetteinkben, adjunk számot neki, miután levontuk a tanulságot, megköszönve abban az esetben, ha sikerült, elmondva a bánatunkat kudarc esetén, keresve mi az igazság: talán kissé eltávolodtunk tőle vagy elmulasztottuk a segítségét kérni?
- Próbáljuk meghallani Isten hangját a munkánk közben. Nagyon gyakran beszél hozzánk bensőnkben, de nem figyelünk rá, és ezzel elveszítjük létfontosságú tanácsait.
- A kritikus pillanatokban, amikor vészjósló híreket kapunk, vagy amikor el vagyunk gyötörve, azonnal kérjünk tanácsot tőle. A megpróbáltatások között ő a legbiztosabb barát.

– Amikor a szívünk nyugalomát érzelmi viharok dúlják fel, forduljunk hozzá, hogy lecsillapítsa ezeket a baljós izgalmakat, mielőtt eluralnák a szívünket. Irigység, harag, ítélkezés, bosszú, mindez megfoszt bennünket attól a kegyelemtől, hogy az ő jelenlétében éljünk, mert Isten nem tud együttlakni a rosszal.

– Próbáljunk, amennyire lehetséges, nem megfélemleni róla, és azonnal térjünk vissza hozzá, ha netán a gondolataink az elkóborlás bűnébe esnek.

– Ne fogjunk bele egy munkába, és ne adjunk választ, mielőtt ösztönzést kapnánk rá Istentől. Ezt a belső ösztönzést egyre jobban felismerjük annak mértékében, hogy mekkora a hűségünk abban, hogy az ő jelenlétében járunk és az elhatározásban, hogy vele éljünk.

3. A szüntelen ima alapelvei:

– Hiszel Istenben? Akkor Isten legyen az alapja minden viselkedésednek. Rajta keresztül tégy magadévá minden örömet vagy szomorúságot, amivel találkozol az élet során, hogy a hited a körülmények hatására ne változzon mindennap. Ne hagyj, hogy a siker növelje a hited, se hogy a kudarc miatt elgyengüljön, megsemmisüljön és elveszítsd.

– Elfogadtad, hogy Istennel élj? Akkor egyszer s mindenkorra helyezd belé minden bizalmadat, és ne próbálj meghátrálni vagy megfutamodni. Maradj hűséges hozzá egészen a halálig.

– Bízd rá minden anyagi és lelki ügyedet, ő valóban képes mindent elrendezni. Tudd, hogy az Istennel való élet mindent elvisel: betegséget, éhséget, megaláztatást... és ne légy meglepve, ha ezek a dolgok megtörténnek veled. Légy türelmes és meglátod átalakulnak és felsorakoznak, hogy a te legnagyobb javadra szolgáljanak.

– Szeretetedet Istenre koncentrálj, és ne engedj, hogy az akadályok visszavessenek. Ellenkezőleg, minden szenvedést fogadj magadba, nem keserűséggel, hanem szelíden, e miatt a szeretet miatt, mert a valódi szeretet a szenvedést átalakítja boldogsággá.

– Boldogok azok, akik méltók a szenvedésre az ő Nevéért. Még boldogabbak azok, akik vágyanak arra, hogy feláldozzák magukat az ő Nevének szeretetéért.

A szüntelen ima rövid története

A szüntelen ima egy spirituális tudományág része, ami leköti a lélek belső képességét és az agyi központokat pontosan azzal a céllal, hogy megszerezze a szükséges belső nyugalomát, és eljusson az állhatatos lelki virrasztás állapotára és a folyamatos isteni jelenlét felfogására, amit a gondolatok és érzések feletti teljes uralom kísér. A legfontosabb és legemelkedettebb lelki tevékenységet jelenti, ami sikerrel végrehajtva el tudja érni a lelkiélet csúcseit.

Ezt az imaformát már az első Atyák tanítása is megemlíti az egyiptomi sivatagban: Nagy Szent Makariosz beszél „Jézus édes Nevének” állhatatos recitálásáról és Szent Izsák apát, Nagy Szent Antal tanítványa hosszú dicséretet mond egy zsoltárvers folyamatos ismétléséről. Mindketten a IV. század vége felé éltek, és a tanításaikat Cassianus gyűjtötte össze egyiptomi utazásai során.

Szent Izsák apát szavain keresztül megtudjuk, hogy ez az imamód, az aszketikus hagyomány egyik leglényegesebb része, azok között, amiket az atyák megkaptak az elődeiktől, „egy titok jócskán a régi időkben, amit kevés odatarozó atya elárult, és amit most is élnek. Mi a magunk részéről eláruljuk annak a kevés számú léleknek, akik valódi szomjúságot tanúsítanak, hogy ezt megismerjék”.⁵⁷

Hogy mennyi hatása van ezeknek a gyakorlatoknak a lelki képességekre és az értelemre, az kezdettől mind fel van jegyezve az Atyákról, ahogy Izsák apát szavai kifejtik: „Ez ugyanis

⁵⁷ Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum), 10,10.11 (Pannonhalma – Tihany 1998)

magában foglal minden érzelmet, ami csak ébredhet az emberi természetben. Megfelelőképpen s nagyon jól alkalmazható minden állapotunkra, életünk minden körülményére. Megvan benne Isten segítségül hívása válság idején... Szüntelenül ragaszkodjunk ehhez az imádsághoz. Ha folytonosan használjuk és állandóan elmélkedünk róla, lassanként megerősödik a lelkünk, s elveti magától és elutasítja az összes (többi) gondolatok gazdagságát és bőségét”.⁵⁸

Akkortól, azaz a IV. századtól, a szüntelen ima egész Egyiptomban és az egész keresztény keleten elterjedt annyira, hogy központi helyet foglalt el a keleti egyházak aszketikus tanításában. Viszontlátjuk többek közt Sínai Szent Nílus (+430) tanításában majd Lépcsős Szent Jánosnál a VII. század elején (570-640), és Batoszi Szent Hészükiosz (Sínai, VII. vagy VIII. század) foglalkozik vele hosszasan. A fontossága megegyezik a *hesychia*, a szív csendje és nyugalma fontosságával, fokozatosan gyarapodott, csúcseinak egyikét szír Szent Izsák, Ninive püspökének tanításában a VII. század vége felé éri el.

Ennek a tanításnak a töredékes elemei akkor lettek összegyűjtve egyetlen szisztematikus tanításba, amikor Simeon, az Új Teológus megérkezett (1022) és aztán Sínai Szent Gergely, akik egy speciálisan bizánci típusú misztikus tanításba rendezték. Sínai Szent Gergely tanítványa Callistus követte, aki konstantinápolyi pátriárka lett, és a XIII. század végén bevezette Athosz hegyén és a szüntelen imát az alapvető misztika gyakorlatává tette a bizánci hagyományban, miután szinte teljesen összegyűjtötte az Atyáknak tulajdonított mondásokat ebben a témában, rendszerezve, magyarázva és értelmezve azokat.

Nil Szorszkij az Athosz hegyén való tartózkodásával, a XV. század második felében tágas kapu tárult Oroszország felé, hogy a szüntelen ima ott is meghonosodjon. Az antik keleti örökség, egész gazdagságával átkerült az orosz atyákhoz, akik versengtek, hogy ki alkalmazza nagyobb hévvel és szeretettel, hűséggel és jámborsággal. A következő generációk életében ez a gyakorlat már nagyon fontos helyet kapott, ahogy olvasni lehet a „Zarándok útja” történetében.

De elhagyva származási helyét, az egyiptomi sivatagot, a szüntelen ima elveszette eredeti egyszerűségének nagy részét. Aki az első századokban gyakorolta, spontán módon élte meg lelki hatásának mélységét, nem vizsgálta hogyan. Összegyűjtötte a gyümölcsöket anélkül, hogy a lelki ambíciókat ösztönözte volna benne.

Ez az imaforma tehát elmúlt, és az alázatos aszketikus gyakorlatból egy kidolgozott misztikarendszer lett, saját tudománnyal, saját feltételekkel, fokokkal és eredményekkel. Az imádkozóban tudatosulni kellett mindennek, mielőtt gyakorolni kezdte volna. Nem hiányzott a módszerből egy jó adag komplexitás, amit kártékony mesterkéeltséggel gyarapítottak. Mindazonáltal a szüntelen imának mindig vannak hívei és tapasztalt gyakorlói és azokra, akik szeretik, bőségesen ömlik jótékony hatása, kegyelmei és áldásai. A szerző saját személyes visszatekintésében maga is elismeri ennek az imának a jótéteményeit.

Az atyák mondásai (312–319)

Kivonat Johannes Cassianus A tizedik tanítás Izsák apáttól, Nagy Szent Antal tanítványától:

312. E tudománynak: az igazi imádságnak, amelyet el akartok sajátítani, szintén van ilyen mintája. Minden szerzetesnek, aki szünet nélkül arra törekszik, hogy állandóan Istenre gondoljon, hozzá kell szoknia, hogy szüntelenül ezt forgassa szívében s róla elmélkedjék,

⁵⁸ Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum), 10,10.11 (Pannonhalma – Tihany 1998)

kiüzve a szívéből minden más gondolatot. Másképp ugyanis nem tudja megőrizni a lelkében, csak ha minden testi gondtól és aggodalomtól elszakad. Ezt a mintát csak kevesen közölték velünk, akik a legrégebb szerzetesek utódai voltak. Így mi is csak igen kevés emberrel közöljük, akik igazán szomjaznak megismerése után.

Ha tehát meg akarjátok tanulni, miképpen kell állandóan Istenre gondolni, akkor szüntelenül ezt az imádságot kell ismételnetek: „Isten, fordítsd figyelmedet megmentésemre, Uram, siess segítségemre!” (Zsolt 70,2)

Méltán választották ki erre a célra ezt a verset az egész Szentírásból. Ez ugyanis magában foglal minden érzelmet, ami csak ébredhet az emberi természetben. Megfelelőképpen s nagyon jól alkalmazható minden állapotunkra, életünk minden körülményére, Megvan benne Isten segítségül hívása minden válság idején. Megvan benne gyengeségünk alázatos beismerése. Megvan a folyamatos aggodalom és félelem ébersége. Megvan saját gyarlóságunk felismerése, s a meghallgatásba vetett bizalom, és reménység a mindenkor jelen levő, közeli oltalmazóban. Aki ugyanis folytonosan segítségül hívja oltalmazóját, az bizonyos abban is, hogy mindenkor jelen van.

Megvan benne a szeretet, az odaadás; benne rejlik az ellenség cselvetéseinek felismerése és a tőlük való rettegés: mert látjuk, hogy éjjel-nappal körülvesznek bennünket.

Beismerjük vele, hogy Oltalmazónk segítsége nélkül nem tudunk megszabadulni tőlük.

Ez a zsoltárvers bevehetetlen bástya, áthatolhatatlan vért és biztos pajzs mindazok számára, akiket a gonosz lelkek ostromolnak... Állandóan s szüntelenül kell tehát imádkoznunk ezt a zsoltárverset, hogy a balsorsból kiragadjon, a jó sorsban megtartsa az Úr, s ne engedje, hogy felfuvalkodjunk. Szívedben szakadatlanul elmélkedjél e versről; ne szűnjél meg énekelni, bárminő munkával foglalkozol, bármilyen kötelességedet végzed, sőt még ha úton vagy is. Erről elmélkedjél, ha alszol, ha étkezel, sőt ha legközönségesebb testi szükségletedet elégíted is ki. Ha ez az imádság foglalkoztatja a szívedet, üdvös hatással lesz rád. Nemcsak a sátán minden támadásától őriz meg sértetlenül, hanem azonfelül megtisztít minden szennyes földi büntől is: levezet a láthatatlan Isten égi szemléléséhez, és megtanít az imádság szóval ki nem fejezhető buzgóságára, amelyet csak kevesen ismernek.

Ha erről a versről elmélkedve lep meg az álom, szüntelen gyakorlat révén hozzászokhatsz ahhoz, hogy még álmodban is ezt imádkozd. Ébrenlétedben előzze meg minden más gondolatodat. (*Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum), 10,10 Pannonhalma – Tihany 1998*)

313. Tanítvány: Mi a fáradozások befejezése, amelyeknek eredménye a szív csendje (*hesychia*) lett, hogy amikor elért oda, megérti, hogy útja végére érkezett?

Mester: Amikor méltó a szüntelen imára, amikor valóban elérkezett arra, hogy elérte az erények teljességét, mert akkor válik a Szentlélek lakhelyévé. Lehetetlen, hogy megvalósítsa a szüntelen imát, ha nem kapta meg a Vigasztaló (Paraklétoz) ajándékát. Írva van: Amikor a Szentlélek lakást vesz az emberben, nem szűnik meg imádkozni. A Szentlélek valóban szüntelenül imádkozik. Akkor az ima nem szakad félbe a lélekben, se amikor alszik, se amikor ébren van. Akár eszik, akár iszik, vagy alszik, bármit tesz, még ha álomba merül is, az ima illata erőfeszítés nélkül árad a szívében. Akkor elnyerte az imát... örökre. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35.*)

314. Üdvözítőnk így imádkozott az Atyjához: „A szeretet, amellyel engem szeretted, bennük legyen, és én őbennük” (Jn 17,26); másutt pedig: „Egy legyenek, ahogyan mi egy vagyunk. Én őbennük, te énbennem, hogy tökéletesen egy legyenek” (uo.21). Ez az imádság akkor valósul meg bennünk tökéletesen, ha az Üdvözítő tökéletes istenszeretete,

mellyel Ő előbb szeretett minket (1 Ján 4,10), átömlik a mi szívünkbe is, és így teljesedik bennünk az Úrnak ez az imádsága, melyről hisszük, hogy nem lehet hiábavaló.

Ez pedig úgy válik valóra, ha Isten lesz minden szeretetünk, minden vágyunk, minden törekvésünk, minden igyekezetünk, minden gondolatunk, minden szavunk, minden bizodalunk, egész életünk; ha az az egység, mely összeköti az Atyát a fiúval s a Fiút az Atyával, átárad a mi szívünkbe és lelkünkbe is: vagyis, hogy amiként Ő őszinte, tiszta, el nem múló szeretettel szeretett minket, úgy mi is örök, elszakíthatatlan szeretettel egyesülünk Vele. Úgy kapcsolódjunk Hozzá, hogy Isten legyen minden reménységünk, minden gondolatunk, minden szavunk. Mint mondtam, így jutunk el az említett célhoz, melyet az értünk imádkozó Úr óhajtott megvalósítani: „Hogy egy legyenek, ahogyan mi egy vagyunk. Én öbennük, te énbennem, hogy tökéletesen egy legyenek” Majd később: „Atyám, azt akarom, hogy ők is, akiket nekem adtál, ott legyenek velem, ahol én vagyok” (Jn 17, 22-23a.24).

Ez tehát a szerzetes rendeltetése, ez legyen minden szándéka: hogy már e testben élve kiérdemelje az eljövendő dicsőség hasonmását, s már itt a földön előre megízlelje ama mennyei élet és dicsőség zálogát. Ez, mondom, minden tökéletesség célja: hogy a lélek minden testiségtől megszabadulva, napról-napra felemelkedjék a lelkiek felé, mígnem egész élete, szívének minden elmélkedése állandó imádsággá válik. (*Szent Izsák apát, Nagy Szent Antal tanítványa, Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum), 10,7 Pannonhalma – Tihany 1998*)

315. Mint ahogy nem lehetséges, hogy az ember, aki a földön jár, ne lélegezze be a levegőt, úgy az sem lehetséges, hogy szívünket megtisztítsuk a szenvedélyekre való gondolástól és az ellenséges szellemek üldözésétől anélkül, hogy folyamatosan könyörögnénk Jézus Krisztushoz. (*Batoszi Szent Hészükiosz, A Teodulo, 3,28*)
316. Valóban boldog, akinek értelme összekapcsolódik a Jézus imájával, és megszakítás nélkül fohászkodik a szívében, mint ahogy a levegő hozzátartozik a testünkhöz és a láng a parázshoz. Ahogy a nap a föld felett elhaladva megteremti a világos nappalt, úgy a szent és imádni való Úr Jézus Nevéből, mint napból származik számtalan ragyogó gondolat az értelemben, (*Batoszi Szent Hészükiosz, A Teodulo, 3,196*)
317. Szükséges, hogy a szerzetes, akár eszik, akár iszik, akár ül, akár szent szolgálatot tesz vagy úton van, vagy valami más dolgot tesz, szüntelenül kiáltson: „Uram Jézus Krisztus, Isten Fia, irgalmazz nekem”... Azért, hogy Jézus Krisztus Neve a szív mélyébe hatolva, megalázza a sárkányt, ami elfoglalja a legelőit, és így megmentse, és életre támassza a lelket. Maradj tehát szüntelenül Jézus Krisztus Nevében, azért, hogy szíved magába szívja az Urat, és az Úr a szívedet, és a kettő egyé válik. (*Aranyszájú Szent János, Callixtus Xanthopoulosnál, Metodo e canone rigoroso, 1,21*)
318. Ne zárjátok el szívetek Isten elől, hanem legyetek állhatatosak és mindig őrizzétek meg benne a mi Urunkat, Jézus Krisztust: amíg a mi Urunk Neve gyökeret nem ver a szívetekben, és többé már nem elmélkedik semmi másról. Így Jézus Krisztus meg fog dicsőülni bennetek. (*Aranyszájú Szent János, Callixtus Xanthopoulosnál, Metodo e canone rigoroso, 1,21*)
319. Minden tevékenység kezdetén kiáltás Istenhez, és a mi Urunk, Jézus Krisztus Nevének hittel mondott imája meg fog menteni, mert ő maga mondta: „Nálam nélkül semmit sem tehettek” (Jn 15,5). Ezzel együtt szükséges a béke is, mert azt mondta: „Harag és viszálykodás nélkül kell imádkozni” (vö. 1 Tim 2,8), és szeretettel, mert „Szeretet az

Isten” és „Aki szeretetben marad, Istenben marad, és Isten őbenne” (1 Ján 4,16). Ez a béke és szeretet nem csak az ima elfogadását eredményezik, hanem az imából születnek és fakadnak, mint két Istenből eredő ikersugár növekednek és tökéletesednek.

(Aranyszájú Szent János, Callixtus Xanthopoulosnál, Metodo e canone rigoroso, I,8)

A könnyek

*Ez meg könnyeivel öntözte lábaimat...
Azért mondom neked:
Sok bűne bocsánatot nyert,
mert nagyon szeretett.” (Lk 7,44. 47)*

Nehéz a könnyekről beszélni. Talán a szavak hiányának jele? Amit a nyelv képtelen kifejezni, azt megteszi a szív, és a könnyekkel beszélni kezdenek a szemek.

Ki tudja értelmezni ezt a nyelvet, ahol az érzések mind összekeverednek egy ízzé! Egy nyelv, ami minden nyelven ki tudja fejezni magát! A lélek nyelve, amellyel bőségesen kiöntheti a legőszintébb érzéseit!

A könnyek vigasztalás az elnyomottnak, haza az idegennek, szülő az árvának, pihenés az ellankadtnak, kiengesztelés a vétkezőknek, a bűnbánat jele, a megtérés záloga. Lemossák a szívet, megtisztítják a tagokat, meggyógyítják a beteg lelket. A könnyek a lélek nyelve, a csend imája, a világ semmibe vevése, gyengéd vágyakozás az ég után, a halál várása.

A könnyek a keménységtől bilincsbe vert szívekben gúnyt ébresztenek, amikor irgalmas szívvel találkoznak, azt szó szerint megolvasztják.

De vajon van-e annál nagyobb dicsőség a könny számára, mint hogy a Mindenható színe elé járulhat, és nála tartózkodhat? „Meghallgattam könyörgésedet s tekintetbe vettem könnyeidet” (2 Kir 20,5).

Ha mint értéktelen semmiségek a földre hullanak is, Isten tömlőjébe gyűjti őket: „Gyűjtsd tömlődbe könnyeidet” (Zsolt 56,9).

Ha a kemény szívek nem is indulnak meg, de az egek kapuja rengeni kezd tőlük: „Még beszéltem és imádkoztam, megvallottam bűneimet... és Istennek színe elé terjesztettem könyörgésemet; még mondtam az imádságot, mikor íme, Gábriel... gyorsan hozzám repült... így szólt hozzám ’Dániel, máris eljöttem, hogy megmagyarázzam neked a dolog értelmét. Amikor imádkozni kezdél, elhangzott egy szózat, s én eljöttem, hogy tudtadra adjam” (Dán 9,20.21.22.23).

És ha nem tudják megpuhítani a vezetők keménységét, meg tudják kapni Isten gyengédségét: „Fordítsd el rólam szemeidet, mert zavarba ejtenek!” (Én 6,5).

Ó, könnyek! Milyen értéktelennek tűntök az okosok és bölcsek szemében, akik a gyöngeség és a személyiség összeomlásának jeleivé tettek benneteket! De milyen nagy lett a ti dicsőségetek, amikor maga az Úr mondta, hogy boldogok a szemek, amelyek megtelnek veletek: „Boldogok vagytok, akik most sírtok” (Lk 6,21).

Lépcsős Szent János beszámol a saját tapasztalatairól a könnyekkel: „A könnyek az ima édesanyja és édes leánya”.⁵⁹ Valóban, a könnyek arra készítetnek, hogy visszavonuljunk a tulajdon szobánkba, hogy imádkozzunk, és ott megnyílik a könnyek eleven forrása, hogy kedvünkre meríthessünk belőle: „Bárcsak fejem víz volna, és szemem könnyforrás, hogy éjjel-nappal sirathatnám népem leányának megjelöltjeit!” (Jer 8,23).

1. A könnyek az ima édesanyja

Amikor lelkiéletünk kezdetén Isten előtt állunk, és a lelkünk tévedéseinek adósságaival és bűneivel terhelt kapcsolatba kerül a szent isteni tüllel, akkor a lelkünk egy gyógyító sokkot kap: „Mert emésztő tűz a mi Istenünk” ((Zsid 12,29). A bűneink és tisztátalanságaink

⁵⁹ Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 28,1

késedelem nélkül elolvadnak, mint a hó a napon. Először megnyílik a szemünk, hogy a bűnbánat könnyeit ontsa. Melyek a bűnbánat könnyei, ha nem a bűnök jege és annak fölhalmozódott súlya, ami a szívre nehezedett, és amit az Igazságosság Napja (Krisztus, vö. Mal 3,20) felolvaszt, és jótékony vízzé változtat, ami tisztít és gyógyít. Könnyeinkkel lemoszuk bűnnel és szenvedélyekkel beszennyezett tagjainkat, és akkor meg tudunk jelenni az imán: „Mindenütt tisztán emeljék föl kezüket az imádságra” (1 Tim 2,8), „tisztítsuk meg szívünket a rossz lelkiismerettől, és mossuk le testünket tiszta vízzel” (Zsid 10,22).

De a bűnbánat könnyei nincsenek leszűkítve egy bizonyos életszakaszra. Számunkra állandó forrás, amiben gyógyulást kereshetünk büntől megérintett lelkünknek. Abból kijöve mindig imára készen, állhatatosan, szemrehányás nélkül állhatunk Isten elé: „Éjjelenként megfürösztöm ágyamat, könnyeimmel öntözöm nyugóhelyemet” (Zsolt 6,7).

2. A könnyek az ima édes leánya

Boldog az az ember, aki a kegyelem látogatásakor alázatban és könnyek között imádkozik, mert miközben a szemeit „a bánat homályossá tette” (Zsolt 6,8), a bűnbánat könnyeit ontva, íme Krisztus fénye felragyog a szívében és átkarolja egy titkos és csodálatos örömben: sírását boldog mosoly kíséri, elnémul az örömkönnyektől, amelyek mintha a magasság forrásából jönnek.

Ezek az áldott könnyek az állhatatos szív alázatos imájának ajándékai között vannak. Aki megízlelte az ima könnyeinek édességét, nem hagyja abba a keresését. Tanulságul a csodálatos Szent Arsenioszról akarunk beszélni, aki egy pillanatra sem hagyta abba sírást. Szemét kimarták a könnyek, szempillái kihullottak, ennek ellenére a könnyek maradtak az ő néma dicsérő éneke. Könnyel telt szemekkel hagyta el a világot: „Éjjel-nappal könnyem a kenyerem” (Zsolt 42,4) és „könnyel vegyítem italomat” (Zsolt 102,10).

Mindnyájan sírunk és mindenki tud könnyeket ontani, de kevesen tudják Isten tömlőjébe irányítani. Azok a könnyek, amelyek nem Isten tömlőjébe gyűlnek, károdra vannak, és nem szolgálják javadat. Kiszolgáltatnak téged a kishitűségnek és a megrontó gyásznak, rászédnek és megfosztanak téged a Szentlélek vigasztalásától.

Ha a lelked felkavarodik, ha az érzelmeid fellángolnak, ha szemed hajlamos a könnyekre, vizsgálj jól meg, és tedd próbára az érzéseidet. Figyelj rá, hogy a könnyeid indítéka ne legyen anyagi eredetű, jelentéktelen és Istenhez méltatlan, különben könnyeid messzire esnek Isten tömlőjétől, a világ porába hullanak, hogy konkolyt teremjenek jó búza helyett.

Vizsgálj meg a könnyeidet, hogy ne mulékony testi kötelékek okozzák őket vagy a földi haza utáni vágy, hogy ne arra szolgáljanak, hogy másokban részvétet ébresszenek irántad, ha szükségét szenvedsz, vagy hogy éhség, nyomor, üldöztetés esetén együtt érezzenek veled, különben azok közé számítasz, akik Isten szándékai, és akarata ellen tiltakoznak.

Azok, akik gyakorlottak az imaéletben tudják, hogy a hasonló könnyek hogyan tudnak eltéríteni, hogy eltávolítsanak Istentől. Azok, akik gyakorlottak az imaéletben át tudják formálni az emberi érzelmességet isteni szeretetté, a mulékony földi haza utáni vágyat az égi, örök haza utáni vágyakozásra, amelyben Isten közelében leszünk. Ahelyett, hogy mások szeretetét koldulnák, közvetlenül Isten elé, mint gyengéd és irgalmas Atya elé járulnak, nem a tiltakozás, hanem szelíd alávetettség és hála könnyeivel.

Te, kedves barátom, ha méltó voltál, hogy megkapd a vigasztalás könnyeit az imában, három dologra ügyelj:

1. Hogy a könnyek ne távolítsanak el attól, aki adta: ne válj olyanná, mint a gyermek, aki jobban örül az édességnek, mint hogy együtt van az apjával, akitől kapta.

2. Ne hidd, hogy az érdemeidért vagy nagy jámborságod miatt kaptad ezeket a könnyeket: különben elapadnak és nem térnek többé vissza.

3. A könnyek nem tesznek téged másoknál különbbé, arra szolgálnak, hogy bátorítsanak, hogy higgy Isten szeretetében, vedd alá magad a parancsainak és viselkedj alázatosan fiaival szemben. A bölcs apa többet virraszt gyengélkedő gyermeke fölött, hogy az fejlődjön engedelmisségben és szeretetben.

3. A könnyek valódi helye az első Atyák aszketikus tanításában

Egy kicsit elhamarkodva azt lehet mondani, hogy a könnyek egy karizma, de ez a gyors megítélés nem állja meg a helyét, mert vannak másfajta könnyek is, amelyek nem lévén karizmák, bizonyos értelemben ugyan fontosak, jótékonyak és hasznosak, de ugyanakkor ezzel ellentétben károsak, veszélyesek és romboló hatásúak is lehetnek.

Nitriai Szent Izsák (IV század), Nagy Szent Antal tanítványa, aki mestere halála után Nitriában lakott, egyike az első Atyáknak, akik egyszerű tanítást hagytak nekünk a könnyekkel kapcsolatban. Tanítása végtelenül egyszerű és mindenekelőtt nagyon értékes, józanul ítél, éles elméjű és kiegyensúlyozott. Mielőtt értelmeznénk, és magyaráznánk, egészében bemutatjuk a szöveget:

320. Izsák abba: Máskor meg olyan heves töredelem és bánat fogja el a lelket, hogy csak könnyhullatással tud könnyíteni rajta.

Germanus: Ezt a töredelmet részben csekélységem is jól ismeri.

Velem is gyakran megtörténik ugyanis, hogy amikor visszaemlékeztem bűneimre, előtörték a könnyeim. Ugyanakkor az Úr látogatása folytán annyira elfogott az a megnevezhetetlen öröm, amelyről az előbb beszéltél, hogy nem szabad kételkednem bocsánatuk elnyerésében. Azt hiszem nincs ennél magasztosabb lelkiállapot! Bárcsak hatalmunkban állana újra meg újra előidézni!

Mert néha minden erőmből igyekszem fölébreszteni magamban e könnyes töredelem érzését, és minden eltévelyedésemet s bűnömet lelki szemeim elé állítom: de ezt a bőséges könnyhullatást nem tudom felidézni. Szemem szinte olyan, mint a kemény kovakő: egy csepp könny sem hullik belőle. Ezért amennyire örülök a bőséges könnyhullatásnak, éppen annyira fáj az, hogy amidőn szeretném, nem tudom előidézni. Izsák abba: Nem minden könnyhullatás fakad ugyanabból az érzelemből vagy erényből.

1. Van olyan sírás, melynél a bűnök tövise furdalja a szívünket. Erről mondja a Zsoltáros: „Kimerültem a sóhajtozásban, éjjelenként megfűrösztöm ágyamat, könnyeimmel öntözöm nyugvóhelyemet” (Zsolt 6,7); másutt pedig: „Folyjon a könnyed, mint a patak, éjjel-nappal; ne engedj magadnak nyugalmat és ne pihenjen szemed bogara” (Sir 2,18).

2. Más az a sírás, amely az örök javak szemléléséből és amaz eljövendő dicsőség utáni vágyódásból fakad. Bőséges forrása a könnyhullatásnak a ránk váró elviselhetetlen boldogság és véghetetlen öröm: midőn lelkünk vágyódik az Isten, az élő forrás felé, mondván: „Mikor jutok oda, hogy Isten színe előtt megjelenjek? Éjjel-nappal könnyem a kenyerem (Zsolt 42,3b-4a). Naponként ismétli panaszát és siránkozását: „Jaj nekem, hogy mint idegennek, Mesekben kell tartózkodnom és Kedár sátraiban lakom!” (Zsolt 120,5).

3. Másként ömlenek azok a könnyek, amelyek bár minden büntudat nélkül, mégis a pokoltól való félelemből s ama rettenetes ítélet gondolatából fakadnak, melynek borzalmától áthatva a próféta így könyörög: „Ne szállj perbe szolgálóddal, mert senki sem igaz előtted az élők közül (Zsolt 143,2).

4. Vannak olyan könnyek is, amelyek nem saját büntudatunkból, hanem mások megátalkodottsága és bűnei miatt ömlenek. Így siratta Sámuel Sault, így könnyezte meg az Úr az evangéliumban, vagy még előtte Jeremiás Jeruzsálem városát, mondván:

Bárcsak fejem víz volna, és szemem könnyforrás, hogy éjjel-nappal sirathatnám népem leányának megöltjeit!” (Jer 8,23).

5. Vagy minő könnyek azok, amelyekről a 102. zsoltár énekel? „Bizony kenyér gyanánt hamut eszem és könnyel vegyítem italomat (Zsolt 102,10). E könnyek bizonyára nem abból az érzelemből fakadnak, mint a 6. Zsoltárban, ahol a bűnbánó szívéből törnek elő, hanem e földi élet aggodalmai, szorongatásai és szenvedései okozzák, melyek e világon az igazakra nehezülnek. Nemcsak a zsoltár szövege, hanem felirata is világosan erre utal. Arról a szegénységről beszél ez, akiről az evangélium is mondja: „Boldogok a lélekben szegények, mert övék a mennyek országa.” (Mt 5,3). Ezt olvassuk ugyanis a zsoltár feliratában: „A szegény imádsága, amikor bajban volt, és panaszát az Úr előtt kiöntötte” (Zsolt 102,1).

Mennyire különböznek ezektől azok a könnyek, amelyeket megátalkodott szív, kiszáradt szem sajtol ki! Igaz ugyan, hogy ezeket sem tarthatjuk egészen terméketlennek, mert jó szándékból fakadnak, különösen olyanoknál, akik még nem jutottak el a tökéletesség tudományára, vagy akik még nem tudtak teljesen megtisztulni korábbi vagy jelen bűneik szennyétől.

Az olyanok azonban, akik már eljutottak oda, hogy önként hajlanak az erények felé, ne erőltessék a könnyhullatást, s ne törekedjenek túlságosan a sírásra a külső embernél: mert ha sikerül is nekik könnyeket csalniuk a szemükbe, akkor sem érhetik el soha az önkéntelenül fakadt könnyhullatás bőségét. Az ilyen erőfeszítés csak szórakozottá teszi, megalázza és leveri a lelket. Elvonja azoktól az égi magaslatoktól, amelyekhez az imádkozó megrendült lelkének szünet nélkül ragaszkodnia kell, és arra készítetik, hogy engedjen imádsága buzgóságából, s helyette néhány terméketlen, kényszeredett könnycseppet igyekezzenek kisajtolni a szeméből. (*Szent Izsák apát, Nagy Szent Antal tanítványa, Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum), 9,27-30 Pannonhalma – Tihany 1998*)

Így foglalhatjuk össze Szent Izsák apát legfontosabb magyarázatait:

1. A könnyek és az ima valódi indítékai között belső összefüggés van, amelyek hirtelen feltörnek a lélek mélyéből, és túlaradó érzéssel töltik el, amit nem tud türtőztetni, se másképp kifejezésre juttatni Isten előtt, mint a spontán és bőségesen ömleni kezdő könnyekben.

2. Ahogy az ima indítékai változatosak, úgy a könnyeknek is szükségszerűen különböző eredete van.

3. Az ima különböző indítékai között Izsák abba felsorol ötöt, amelyeket termékeny könnyek kísérnek:

a) A könnyek, amiket a bűnök emléke idéz elő. Ezekről a szív majd meghasad a szomorúságtól.

b) A könnyek, amelyek Isten tökéletessége és a számunkra készített dicsőség szemléléséből származnak. Ezeknek a könnyeknek a forrása is bőséges és könnyen hozzáférhető, kitágítja a szívet és reményt hozó.

c) A túlvilágtól és az utolsó ítélettől való félelem könnyei, amelyek különböznek a bűnök emlékének könnyeitől.

d.) A másokért ontott könnyek, telve szomorúsággal és szeretettel (ezek nem tartalmazzak sem ítélkezést, sem bosszúvágyat).

e) Az ínség és a nyomor könnyei, amelyet Isten szegényei viselnek el a világ és az elnyomók keménysége miatt.

4. A könnyek öt indítéka között lényegbevágó azonosság van. Az első, hogy hitelesek az indítékaik és következőképpen a könnyek is azok. A második, ahhoz, hogy állandósuljanak, vagy még bővebben ömöljenek, nem alkalmaz semmiféle kényszert, sem a mesterkéltség

vagy az erőfeszítés bármilyen fajtáját. Spontán előtörő könnyek, amelyeknek valóságos oka van.

5. Van a könnyeknek egy fajtája, bár ez nincs hitelesnek tartva a tiszta aszkézis szempontjából, mert nem spontán, amit az ember akarattal erőszakol ki. Ez a lélek bűnei fölött érzett bűnbánatából ered, de csak erőlteti a sírást, mert a bűnei miatti érzései nem elég érettek ahhoz, hogy lehetővé tegyék, hogy könnyei maguktól törjenek elő.

6. Végül, Izsák abba megemlíti a veszélyes könnyeknek egy olyan típusát, amelyik nem származik ebből az öt fajta indítékból, és amelyet kártékonynak tart a lélek számára, mert el tudja távolítani a valódi imától: Az, amikor az erények útján járva a tettek helyett inkább sírni kezd, mintha ajándék lenne azok megszerzése vagy önmagában való szükségyszerűség. Ez elcsúszhat a csüggedés és a depresszió irányába, ami betegséghez vezet. Izsák a könnyeknek ezt a fajtáját károsnak és terméketlennek tartja.

Hogy az aszketikus teológiában a könnyek valódi értékét hiánytalanul és valódi helyük szerint felfedezzük, egy másik szenthez kell fordulnunk, aki kimagasló az aszketikus tapasztalatban, Szír Szent Izsák, Ninive püspöke.

Szír Szent Izsák tapasztalatai nem követnek egyfajta intellektuális rendszerezést és nem tartalmazznak különféle fogásokat, hanem a kegyelem inspirálja és vezeti. A hitelességük, az erejük és a pontosságuk azonos a korai Atyák tapasztalataival, különös pontossággal azokról vannak mintázva, ahogy ő maga sokszor megvallja az írásában. Ezért érdekel bennünket Szír Szent Izsák tanítása, mert nem egy módszeresen felépített tanítás, hanem az ő saját élő tapasztalatai, azokból indul ki, és szűri le őket.

Megkíséreljük, hogy itt egy lényegi összefoglalást mutassunk be a könnyekről szóló tanításából, amennyiben lehetséges az ő kifejezéseit használva.

4. Szír Szent Izsák tanítása a könnyekről

A könnyek helye általában az aszketikus életben

Az aszketikus életben a könnyek jelzik „a határt a testi és a lelki dolgok között, a szenvedélyek és a tisztaság között”⁶⁰, a test szerinti élet és a lélek szerinti élet között. Ha tehát az ember nem alkalmas, hogy megkapja a könnyek kegyelmét, ez annak a jele, hogy tevékenysége „kiterjed még a külső emberre, még nem érezte meg valamilyen módon a lelki ember titkainak erejét. És amikor kezdjük elhagyni a testi dolgokat, abban a pillanatban megmutatkozik, hogy megkapjuk a könnyek kegyelmét”.

Ha az ember állhatatos benne, a könnyek „Isten tökéletes szeretetéhez vezetik őt. És ennek a tökéletesedésnek a további útján egyre nagyobb bőségben kapja a könnyeket, beborítják az ételét, és italában issza azokat. Ez pontosan jelzi, hogy az értelem elhagyta ezt a világot, és a szellemi világot érzékeli”.

Ezzel ellentétben, ha az ember újra az értelmével közeledik a világhoz, a könnyei kezdenek elapadni, és elvesztik az állandóságukat. „Amikor végül az értelem... teljesen szűkölködik a könnyekben, íme annak a jele, hogy az ember szenvedélyekbe van temetkezve”⁶¹.

A könnyek alkalmazása az aszketikus élet állomásai során

Szír Szent Izsák két fő típusra osztja a könnyeket: „Vannak könnyek, amelyek lánggra gyújtanak és vannak könnyek, amik táplálnak”.

⁶⁰ Szír vagy Ninivei Szent Izsák, *Sermones ascetici et epistulae* 35.

⁶¹ uo.

Az elsők a bűn körül forognak. A „bűnbánat és az alázatos szív” a forrásuk. Ezek fájdalmas könnyek. „Gyakran, amikor leperognek még a fej is megfájdul”, „kiszáritják a testet és felégetik”, így megölik a szenvedélyeket. Ennek a könnyfajtának ez a főtulajdonsága. „Aztán rajtuk keresztül ajtó nyílik, egy második szintre, ami sokkal kitűnőbb ennél, mert ott az öröm könnyei vannak”.⁶²

A második fajta könnyek akkor hullanak, amikor az értelem csatlakozik a lelki belátáshoz és összehangolja az embert Isten kegyelmével. „Ezek természetesen hullanak”, mesterkéltség és kényszeredettség nélkül. Megújítják a testet, és a szív boldogságának köszönhetően visszaadják neki a frissességét, addig a pontig, hogy a külső látványa is megváltozik. Ezek a könnyek a határvonal az ember által, a testével véghezvitt aszkézis tettei és a lelki tettek között, vagyis út a szemlélődésbe. Ez az az ok, ami miatt ezeket a ragyogó könnyeket a lélek belső gyümölcsei⁶³ jelének tekintjük.

A könnyek oka és következménye az aszketikus életben

1. A könnyek elszigetelik a lelket a bűn szennyétől. „Lehetetlen, hogy a szenvedélyek annak az embernek a szívéhez közeledjenek, aki állandóan sír.”⁶⁴

2. Annak, aki azt kérdezi, hogy honnan születnek a könnyek, Szír Szent Izsák azt válaszolja: „Aki tele van sebekkel, hogy tudná abbahagyni a sírást? Kell-e tanítani, hogy hogyan születik benne a sírás annak a háztulajdonosnak, akinek a háza elé elhelyezik holtan, akit a legjobban szeret? [És annak, aki magát látja holtan a bűnei miatt, mit kell gondolnia a könnyekről?]. A lelket, ami neked mindennél értékesebb a világon, a bűnök miatt holtan eléd hozzák, és neked nincs szükséged sírásra?”⁶⁵

3. „Ha belépünk a magányba, állhatatosan ki tudunk tartani a sírásban”⁶⁶, mert a magányban könnyű meghallani a saját lelkiismeretünk vádoló szavait és szemrehányásait.

4. Az a legfontosabb, hogy gondolatainkat folyamatosan Isten jelenlétében tartjuk. Akkor ő majd megadja a könnyeket. Az, aki méltó arra, hogy az Úr megnyilatkozzon neki, nem imádkozik többé sírás nélkül”.⁶⁷

5. „Ha megkaptuk ezt a minden másnál nagyobb tökéletes ajándékot (a könnyekét), a sírásnak köszönhetően belépünk a tisztaságba”⁶⁸. Ez Krisztus szavának titka: „Boldogok, akik sírnak, mert ők majd vigasztalást nyernek” (Mt 5,4). Akkor majd felfogjuk, hogy melyek a könnyek gyümölcsei.

6. „Ha a könnyek egy bizonyos idő alatt meg tudják tisztítani annak a gondolkodását a szenvedélyekre való emlékezéstől, aki sír és könnyezik miattuk, mit mondhatnánk azokról, akik éjjel-nappal kötelezik magukat erre a különös gyakorlatra? Ki ismeri a segítséget, ami a sírást követi, ha nem azok, akik ennek szentelték a lelküket? Minden szent arra vágyik, hogy bejusson, és belépjen a vigasztalások területére... amely a könnyeiken keresztül nyílik meg számukra”.⁶⁹

7. Könnyek a valódi elmélkedésből is születnek, amelyben „nincs sem zavar, sem figyelmetlenség... sem emlékek, amelyek előbukkannak a gondolatokban és elbúsítják a szívet. Az ilyen elmélkedés bővelkedik, és egyre gyarapodik a könnyekben”.⁷⁰

⁶² uo.

⁶³ uo.

⁶⁴ uo.

⁶⁵ uo.

⁶⁶ uo.

⁶⁷ uo.

⁶⁸ uo.

⁶⁹ uo.

⁷⁰ uo. 53.

8. A könnyek bősége a Szentlélek belső táplálásának mértékétől függ: „Minél inkább növekszik bent a gyermek, annál inkább bővülnek a könnyek”.⁷¹

⁷¹ uo. 14.

A könny önmagában nem szükségszerű feltétele az aszketikus életnek

1. Az út elején:

Ha az ember testi gyöngeség miatt (betegség, funkcionális szemgyengeség, alkati akadály vagy a test fogyatékosága), nem tud állandóan sírni, létezik a könnyeknek megfelelője, amivel helyettesíteni lehet, és amivel részben el lehet nyomni a rossz szenvedélyeket: „Lemetszeni a szívet a világ dolgairól” és „ismerni a Szent Írásokat”.⁷² Az az ember, aki a világtól szabad szívvel saját imái és a szent könyvek megvilágosító olvasása által magába szívja, és elnyeri a lelki belátást, nem kerül a gondolatok zsarnoksága és a bűn mocskának uralma alá.

2. Az út vége felé:

„Amikor a lelked közel lesz ahhoz, hogy kilépjen a sötétségből, az lesz a jel számodra: a szíved felhevül és égni fog, éjjel és nappal, mint a tűzben, amíg minden földi dolgot hamunak és trágyának nem tartasz. Az új és lángoló gondolatokban talált öröme miatt, amelyek folyamatosan mozognak a lelkedben, nem leled örömet az ételben. Váratlanul megadatik neked a könnyek forrása. A könnyek úgy csorognak a szemedből, mint a patakok vize, erőltetés nélkül. Belekeverednek a cselekedeteidbe, az olvasásodba, az imádba, a kötelességed teljesítésébe és az elmélkedésedbe, az ételedbe és az italodba, egyszóval mindenbe, amit teszel. Tehát amikor látod ezeket a jeleket a lelkedben, légy bátor. Te átszelted a tengert”.⁷³

Ha a könnyek megritkulnak és abbamaradnak, az is egy jel: vagy a jövő tartogat egy még csodálatosabb változást számodra, vagy visszafelé haladsz a gőg vagy a hanyagságod miatt.

Az ennél még csodálatosabb változásoknak a jele, amikor a belső hő növekszik, amellyel nem tud együttlétezni a bánat. Amikor a lelket elborítja a forróság, elmúlik a szomorúság és a gyász. A bor azért van, hogy megvidámítson, a forróság pedig, hogy a lélek örvendezzen”.⁷⁴

„Amikor a könnyek ideje lejár, eléred a gondolatok békéjét. Idővel csak annak mértékében fogsz sírsz, ami szükséges. Ezt olyan szájtól tudtam meg, ami nem hazudik”.⁷⁵

Mit jelentenek a könnyek?

1. „A kitartó könnyek az ima ideje alatt Isten irgalmának a jele, amelyre a lelked méltónak bizonyult, mert bűnbánatát Isten elfogadta. A lélek a könnyek útján belép a nyugalom tejességébe”.⁷⁶

2. Isteni ajándék az ember lelkiismerete számára, mikor azonnal észreveszi, ha vétkezett. Ha ez az ajándék hozzásegíti, hogy elnyerje a könnyeket, megkapja Isten jóindulatát és örvendezhet rajta: „Mint annak az embernek, aki a királynak egy nagy felajánlást tesz, örömtől sugárzó arca van, ugyanúgy amikor az ember sír az imában, Isten, a világ legnagyobb királya, megbocsátja minden vétkét, és kegyelembe öltözteti”.⁷⁷

3. Vannak könnyek, amelyek változó időszakban jönnek, mint egyfajta vigasztalás. Vannak könnyek, amelyek éjjel-nappal csorognak, mint egy forrás, és ez évekig eltarthat. Annak a jelei, hogy az ember túl van a titokzatos átkelésen, amin túl belép a teljes békébe, a gondolatok nyugalomába, oda, ahol a vég nélküli könnyek leszáradnak, ahol megvigasztalódik

⁷² uo. 35

⁷³ uo. 6.

⁷⁴ uo.

⁷⁵ uo. 14.

⁷⁶ uo. 53.

⁷⁷ uo. 79.

Istenben. „Akkor érezni fogod, de homályosan, és mint rejtélyt azt az állapotot, amit a belső természet kap a jövőben minden dolog megújulásakor.”⁷⁸

Az atyák mondásai (321–336)

321. Igyekezz bejutni a szent városba, a béke Jeruzsálemébe, a magasságok Jeruzsálemébe, ahol a Paradicsom van. Miért ítélnének méltónak ezekre a csodás és áldott eszményekre, ha nem azért, mert éjjel-nappal ontod könnyedet, úgy, mint az, aki azt mondja: „Éjjelenként megfürösztöm ágyamat, könnyeimmel öntözöm nyugvóhelyemet” (Zsolt 6,6)? Minden bizonnal ismered, hogy: „Akik könnyek között vetnek, majd ujjongva aratnak” (Zsolt 126,5). Ezért a próféta bátran mondja: „Ne hagyd válasz nélkül könnyeidet” (Zsolt 39,13), és még: „Gyűjtsd tomlódbba könnyeidet: ugye számon kéred őket?” (Zsolt 56,9), majd: „Éjjel nappal könnyem a kenyérem” (Zsolt 42,4), és még egy másik zsoltár: „könnyel vegyíttem italomat” (Zsolt 102,10). (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 25,7*)
322. A könnyek, amelyek valóban nagy bánatból és aggódó szívből az igazság ismeretében, a belső tűz kíséretében születnek (vö. 2 Kor 2,4), hatásukban olyanok a léleknek, mint a tápláló égi kenyér, amelynek a Megváltó tanúságtétele szerint részese volt Mária, amikor az Úr lábánál ült és sírt. Ezt mondta róla: „Mária a jobbik részt választotta, és nem is veszíti el soha” (Lk 10,42). Mennyi drágagyöngye van ennek az áldott könnyontásnak, milyen készséges és engedelmes hallgatóság, milyen bátor és milyen bölcs! Milyen nagy mélysége az Úr Lelkének, mikor a lángoló szeretet a Szeplőtlen Jegyes felé serkentette őt! Milyen égető vágya a léleknek Isten Igéjére, milyen bensőséges közösség a menyasszony és az égi Jegyes között! (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 25,8*)
323. A keresztség utáni könnyek – talán merészség ezt állítani –, még fontosabbak, mint maga a keresztség, mert a keresztség az előző bűnöktől mos meg, a bűnbánat könnyei pedig azt mossák le, amit aztán követtem el. Az egyiket akkor kaptuk, amikor gyermekek voltunk, miután mindnyájan be voltunk szennyezve, miközben a másik megtisztít attól is, amit aztán követtünk el: Ha Isten irgalmából nem ajándékozta volna az embereknek a bűnbánat könnyeit, valóban nagyon kevesen üdvözülének, nagyon nehéz lenne ilyet találni. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,8*)
324. Annak, aki elnyerte a szív sírását, minden hely alkalmas a bűnbánatra, ellentétben azzal, aki csak látszatra sír, az ilyen nem győz különbséget tenni egyik vagy másik hely, egyik vagy másik szokás között. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,14*)
325. Mint ahogy a kincs elrejtve nagyobb biztonságban van, mint ha közszemlére tesszük a piacon, azt gondoljuk, hogy ez ugyanígy történik az előbb említett bűnbánatnál. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,15*)
326. Láttam olyat, hogy aki valódi fájdalom könnyeit sírta és kicsi könnyecseppje hullott, mint a vér, és láttam, mint a forrásból patakzó vizet, könnyeket ömleni olyannak szeméből, aki fájdalom nélkül sírt. De nem a könnyeik bősége, hanem a fájdalmuk és

⁷⁸ uo. 14.

gyötrődésük nagysága szerint ítélem meg őket, és azt gondolom Isten is így tesz. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,26)*

327. A fájdalom bünbánata nincs összhangban azzal az állapottal, amikor valaki Istenről beszél, mert az egyik természete szerint kiküszöböli a másikat. Aki a püspöki székből ül, egy katedrán ülő professzorhoz hasonló, miközben az, aki sír, ahhoz hasonlít, aki az életét egy trágyadombon és zsákon ülve tölti. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,27)*
328. Sokan értek célba a szív bünbánatának érzésével, még az életüket is utálták, mint valami nagyon gyötrelmes dolgot, könny és szenvedés forrását. Ellenséggé fordulnak testüktől... és a könnyeket hűsítő víznek tartják. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,32 és 31)*
329. Amíg el nem éred a tökéletes megtisztulást, ne higgy a könnyeidnek. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,39)*
330. Nem örvendeznek az elítéltek a börtönben, se a valódi szerzetesek nem ünnepelek a földön. Aki folyamatosan az Isten szerinti bünbánat útján jár, egyetlen napon sem lakomázik. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,41.42)*
331. A szent bünbánat esküvői ruhájába felöltöztetett léleknek Isten a nevetését is szívesen megismeri. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,44)*
332. Aki a nem lelki emberek közül büszkélkedik a saját könnyeivel, és elmarasztalja azokat, akik nem sírnak szívükben, hasonló ahhoz, aki először hadsereget kér a királytól, hogy legyőzze az ellenséget, és aztán önmaga ellen fordítja! *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,48)*
333. Kedveseim, Istennek nincs szüksége arra, hogy az ember a szeméből patakzó könnyekkel mutassa ki szíve bünbánatát, hanem inkább a szeretetnek örvendezik, amelyet a lélek a mosolyával mutat ki felé. Vesd el a bűnt, és akkor a szemekből folyó bánat könnyei feleslegessé válnak. Minek a kötszer, ha nincs sérülés? Ádám sem sírt a bűnbeesés előtt, és a feltámadás után sem lesz sírás, amikor a bűnök megszűnnek, és elűzetik a bánat, a szomorúság és minden fájdalom. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,49.50)*
334. Gyakran megtörténik néhányakkal, hogy inkább külsőleg hencegnek a könnyekkel. Pontosán emiatt nem fogják megkapni ezt az ajándékot. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,52)*
335. A bűnbe esett lelket semmi sem bátorítja a halál pillanatában, csak a börtben tett erőfeszítései és a bünbánat könnyei. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,56)*
336. Sokakat láttam sírni azok között, akik a város csődületében élnek. Ezért azt gondoljuk a világgal kapcsolatban, hogy a csődület nem növeli az elkárkozás kockázatát. Ez valójában a démonokat segíti. *(Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 7,77)*

A böjt

*„Amikor böjtöltök,
ne legyetek búsképűek” (Mt 6,16).*

*„Ne lássák az emberek, hogy böjtölsz,
csak Atyád, aki a rejtekben van” (Mt 6,18).*

*„Ne azért az eledelért fáradozzatok, amely veszendő,
hanem azért az eledelért, amely megmarad az örök életre” (Jn 6,27).*

*„Az én eledelem az, hogy annak akaratát cselekedjem,
aki küldött engem, hogy elvégezzem az ő művét.” (Jn 4,34).*

„Jaj nektek, akik most jóllaktatok, mert éhezni fogtok!” (Lk 6,25)

1. A böjt lelki irányulása

A böjt nem frusztráló megfosztás néhány ételtől, hanem önkéntes lemondás.

Nem a test megalázása, hanem a lélek életre keltése.

Nem az érzékek bilincsbe verését vagy bebörtönzését, hanem az érzékek Isten szemlélésére való felemelését célozza.

Nem az ételek iránt érzett étvágy elfojtása, hanem önkéntes megszabadulás ezektől a hajlamoktól, hogy végül gyorsabban repítse Isten szeretete felé.

A böjtnek nem az a célja, mint az önmegettartóztatásnak vagy a nélkülözésnek, hanem a kitárt szív boldogságát célozza.

2. A böjt és az ima

A böjt önmagában nem erény. Ha nem kapcsolódik bensőségesen az imához, nem egyéb, mint egy testi tisztító kúra, és lelki szárazsághoz és az ember természetének megkeseredéséhez vezet. Az ima pedig, ha nincs összekötve böjttel, elveszti az erejét, sőt a hatásait is.

A böjtöt a parázshoz hasonlíthatjuk és az imát a tömjénhez. Semmit sem ér egyik a másik nélkül. De ha egyesülnek és összekapcsolódnak, akkor szétterjed a tömjén illata.

A böjt csillapítja a test lüktetését, fékezi az érzelmek és a szenvedélyek tüzeit. Megfékezi a nyelv elkalandozását, utat készítve az imához és a lélek lendületéhez, amely megszabadítja a test és az érzelmek rabszolgaságának hurokjából és az örök igazság szemlélésére és az eljövendő életre irányítja.⁷⁹

Az atyák mondásai (337–348)

337. Annak az asztala, aki állhatatosan kitart az imában, édesebb minden más íznel és illatnál. Aki Istent szereti, az úgy vágyik erre, mint egy felbecsülhetetlen kincsre.

Azoknak az asztalánál, akik böjtölnek, virrasztanak és fáradoznak az Úrban, megkapod magad számára az élet orvosságát, és ez felemeli halott lelkedet. Mert akit szeretnek,

⁷⁹ A szerző egy másik, a „Közösség a szeretetben” c. művében foglalkozik bővebben a böjt lelki értékével.

közöttük van. Megszenteli, és elmondhatatlan édességüvé formálja át életük keserűségét és keménységét. A szellemi szolgálók, szertartásának mennyei szolgálói befedik árnyékukkal őket és a szent ételeket. Ismerek egy testvért, aki ezt a saját szemével látta. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 43)*

338. Tele hassal nem lehet megismerni Isten titkait. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 4.)*
339. Isten szent útjának és minden erénynek kezdete a böjton és a virrasztás szigorú pontosságán alapszik. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*
340. A böjt megerősít minden erényt és a küzdelem kezdete, a nazireusok (aszkréták) koronája, a szüzesség és a megszentelődés szépsége... az ima anyja... és minden jótétemény előfutára. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*
341. Alighogy valaki elkezd böjtölni, értelme Isten barátságára vágyik. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*
342. Már az első parancs óvta természetünket az evéstől és ebben ősapánk elbukott. Tehát az istenfélők is, amikor elindulnak a törvény betartásának útján, innen kezdik megtenni az első lépéseket, ahol az első baj megtörtént.
Meváltónk is innen kezdte a keresztség után, miután megmutatkozott a világ számára a Jordánban. Írva van: „Akkor a Lélek elvezette Jézust a pusztába... és negyven nap és negyven éjjel böjtölt” (vö. Mt 4,1-2). Mindazok, akik az ő nyomait követik, erre az alapra támaszkodnak küzdelmük kezdetén.
Ki vehet semmibe egy ilyen Istentől kovácsolt fegyvert (böjt), anélkül hogy szidást kapjon?
Ha aki létrehozta a törvényt maga is böjtölt, hogy ne kellene akkor a törvény őreinek is böjtölni?
343. Milyen fegyver erősíti, és mi bátorítja a gonosz lelkek elleni küzdelemben jobban a szívet, mint a Krisztusért eltűrt sok éhezés? Aki állhatatosan a böjt páncéljába öltözik, minden időben buzgóságtól lángol, mint a tűz. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*
344. Sok mártírról fennmaradt, hogy ha a Szentlélek kinyilatkoztatása vagy baráti értesítés folytán előre megtudták, hogy melyik nap fogják elnyerni a vértanúság koronáját, már előző éjszakától nem ízleltek semmit, nem vettek magukhoz ételt, hanem vecsernyétől hajnalig ébren, imában virrasztottak, énekekkel, himnuszokkal dicsőítve és szent énekekkel dicsérve Istent. Örvendezve, ujjongva, és böjtölve, várva várták, hogy elérkezzen az a pillanat, amikor a kard lesújt rájuk, úgy, mint amikor a menyegzős lakomájára készül valaki. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*
345. Tehát, mi is, testvéreim, akik meg vagyunk hívva a láthatatlan mártíromságra, legyünk éberek, és ügyeljünk, hogy végül megkapjuk a megszentelődés koronáját. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 35)*

346. Az asztalnál húzódj vissza az ételektől, helyezd közéd és közéjük a halálra és az utolsó ítéletre való emlékezést. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 14,34*)
347. Egy pohár megivásakor ne szűnj meg Urad italára, az ecetre és az epére gondolni, és meg fogod őrizni a mértékletességet. (*Lépcsős Szent János, Klimax Paradiszou, Paradicsomi létra 14,34*)
348. Nagy Szent Antal így töltött körülbelül húsz évet, egyedül, aszketikus életben, anélkül hogy kilépett volna kunyhójából, vagy bárki látta volna. Aztán minthogy sokan hevesen vágytak arra, hogy utánozzák az aszketikus életet és más barátai is jöttek, feszegették és zörgették az ajtaját. Azoknak, akik felkeresték akkor, először egy kis erődnek látszott. Antal úgy lépett ki, mint aki Isten leheletétől megihletve kilép a misztériumok beavatott szentélyéből. És ők, amikor meglátták, csodálkozva vették észre, hogy a testének szokásos megjelenése volt, nem volt meghízva a fizikai mozgás hiánya miatt, se lefogyva a böjttől és a démonokkal való harctól. Olyan volt, mint amilyennek azelőtt megismerték, mielőtt visszahúzódott volna a magányba. (*Alexandriai Szent Atanáz, Vita Antonii 14*)

Harmadik rész. Az ima akadályai

Bevezetés

A kezdőknek és azoknak, akik már egy bizonyos tapasztalatot szereztek, különböző akadályok nehézségeket gördítenek az ima elé.

A kezdőknek legfőképpen az imában való kellő tapasztalat hiánya jelent gondot. A következő akadályok gátolhatják az imát: szétszórtság, a gondolatok elkalandozása olyan dolgok felé, amelyek pillanatnyilag nagyon foglalkoztatnak jobban, mint Isten, az imaidő rendszertelensége, vagy hogy nem érti az ima szavait, legyen az zsoltár, vagy más szentírási könyvből való szöveg.

Az előbb felsorolt problémák egyikét vagy másikat a különböző fejezetekben vesszük sorra.

Mindazonáltal jó kezdettől megjegyezni, hogy imáinkat gyakran testi gyengeség, az életerő megfogyatkozása valami betegség miatt, vérszegénység vagy az idegrendszer kimerülése egy szellemi erőfeszítés után, depresszió, erónket meghaladó szélsőséges böjt, a test valamilyen működési zavara, túlhajszolt kétékezi vagy szellemi munka akadályozza. Ennek kiderítésére jó, ha egy tapasztalt lelki tanácsadóhoz fordulunk, aki fel tudja tárni az okokat, és rögtön orvosolni is tudja, mielőtt valami pszichés szorongás venne erőt rajtunk, azt gondolva mi vagyunk a hibásak, különben a bűnösség érzete súlyosbodik és átengedjük magunkat a kétségbeesésnek. Miközben valójában a sokknak nincs más oka, mint valami fizikai, idegi vagy lelki betegség. Tulajdonképpen ez az állapot megfelel annak, amiről maga Krisztus mondja a fáradtságtól és virrasztástól elcsigázott, imádkozás helyett alvó tanítványoknak: „A lélek ugyan kész, de a test erőtlen” (Mt 26,41).

Az ima fő akadályai a gyakorlott imádkozó számára három fontos jól megjegyzendő tapasztalatban összpontosulnak: az első a lelki szárazság, a második a lelki lanyhaság, a harmadik az ima céljának elvesztése. A lelki „szárazságra” és a „lanyhaságra” vonatkozó tapasztalatokat együtt tárgyaljuk, hozzá kapcsolva az „Atyák mondásait, míg a „cél elvesztésére” egy külön részben kerül sor a könyv harmadik fejezetének végén.

A lelki szárazság és a lelki lanyhaság között nagy különbség van. A lelki szárazság olyan nehézség, amivel az ember az imádság alatt találkozik, függetlenül attól, hogy minden vigasztalást, minden ízt, örömet nélkülöz, mégis folytatja az imádkozást, az olvasást vagy a virrasztást.

A lelki lanyhaság azonban magára a tette vonatkozik. Az ima félbeszakad, és az ember elveszti minden hajlandóságát, hogy folytassa a saját lelki tevékenységét. Az olvasás gyötrelmessé válik, a virrasztás lehetetlenné, és kedvetlen marad az egyszerű és megszokott gyakorlatokban is.

A lelki szárazságban könnyedén tudunk imádkozni, és felfogjuk az ima értelmét, az értelmünk éber és az érzékeink nagyon élénkek. Képesek vagyunk tanulmányozni a szavakat, és koncentrálni tudunk arra, amit olvasunk. Mindazonáltal folyamatosan meg vagyunk fosztva minden belső vigasztól.

A lelki lanyhaságban attól a pillanattól kezdve, hogy felállunk imádkozni, vagy leülünk olvasni, az értelmünk szórakozott, és a szívünk távol van. Az ima és a lelki tevékenység nemcsak különösen nehézé válik, de nem ébreszt bennünk semmi visszhangot.

A lelki szárazság

*„Én Istenem, kiáltok nappal,
de te nem hallgatsz meg,
és éjjel is, de nyugtot nem találok...
Ajkam, mint a cserép, kiszáradt,
nyelvem ínyemhez tapadt” (Zsolt 22, 3.16)*

Amikor a lélek először tapasztalja meg a lelki szárazságot, teljesen összezavarodik, különösen akkor, amikor az imára való buzgalma tartós, vallásos és hívő. Összezavarodik attól, ami történik, saját vétkeiben kutatva keresi az okait.

A valóságban a lelki szárazság egyáltalán nem annak a jele, hogy megfogyatkozott volna az Istennel való kapcsolatunk. Egy nagyon fontos és szükséges lépcsőfok a lélek nevelődésében és felkészítésében egy magasabb szintű lelkiéletre, amely nem függvénye a pszichológiai tényezőknek vagy szubjektív jutalmaknak.

Bizonyos értelemben kicsit nehezen emészthető étel, de nagyon hasznos. Így, ha szívesen elfogadjuk, türelemmel és megértéssel, hogy alá kell vetnünk magunkat ennek a tapasztalatnak, ha lelkünk nem bágyad el a vigasztalás és bátorítás hiányától, ha minden reményünket az isteni ígéretek érvényességébe helyezzük, akkor ez a tapasztalat hozzá fog járulni, hogy felnőjünk a tökéletes fiak szintjére, méltónak bizonyuljunk arra a magasztos szeretetre, amely „nem keresi a magáét” (1 Kor 13,5), nem kapni akar, hanem adni és másokért fáradozni.

Ha figyelmesen megvizsgáljuk ezt a tapasztalatot, felfedezzük, hogy ez nem tartalmaz zavart, és nem sújtja a szívet sivársággal. A szárazság rátelepszik a lélek érzéseire és érzelmeire anélkül, hogy belső békéjét és nyugalmát érintené. Egy érzelmi melegségtől megfosztott békéből táplálkozik, egy vonzódás és öröm nélküli nyugalom.

A szárazság lelki előrehaladásának próbatételét csak az érzi keménynek, aki vigasztalásokkal és ösztönzésekkel elkényeztette lelkét, akinek a hite „kapni” akaráson alapul.

Ennek az állomásnak a veszélye, hogy az ember kételkedni és képzeli kezd, hogy az Istennel való kapcsolata megromlott, és végül abbahagyja az imát. Ezzel ellentétben ez a tapasztalat – a kegyelem okozta lelki szárazság – lehetővé teszi az embernek, hogy folytassa az imát, és hogy kitarson benne, mert nincs megfosztva az ima képességétől. Egyedül a másodrendű vigasztalásoktól van megfosztva, amikben reménykedett.

Ha az ember abbahagyja az imát a lelki szárazság elleni tiltakozás és a vigasztalások elvesztése miatt, lelkileg visszaesik a fejlődésben, és kiteszi magát a káros és veszélyes Isten ellen való zúgolódásnak.

Helytelen tehát, ha összezavarodunk, amikor keresztülmegyünk a szárazság fázisán. Ahogy szintén veszélyes dolog abbahagyni az imádkozást azzal a mentséggel, hogy nem találunk benne örömet. A szárazság olyan tapasztalat, amely az ima saját természetére vonatkozik. Ha értelmesen viselkedünk, és szívesen fogadjuk, lehetőség arra, hogy a tiszta ima felsőbb szintjére lépjünk, ami nem az érzelmeken, érzéseken és ösztönzéseken alapszik.

Ha az embernek az az érzése, hogy a kegyelem látszólag elhagyta, elégedjen meg a kegyelem belső és rejtett munkálkodásával. Tartson ki a korábbi életében Istentől kapott ösztönzésekre támaszkodva. Ezek elegendőek arra, hogy áthaladjon ennek a tapasztalatnak az első fázisán, míg a lelke meg nem tanulja, hogy közvetítők, és ösztönzők nélkül megnyugodjon Istenben.

Ugyanezen a módon, a tapasztalat során az, aki ezen az úton jár, bízza rá magát egy lelkiatya tanácsaira, és nagyon híven kövesse az utasításait. Ebben a fázisban ennek alapvető

jelentősége van. De talán az a tanács ennél is fontosabb és hasznosabb, hogy fogadja alázattal a lelki szárazságot. Aki úgy fogadja, mint az emberek között az utolsó, annak nincs szüksége vigasztalásra. Még akkor is, ha a szárazságot büntetésként éli meg, magatartása hasznot fog hozni számára (a valóságban a szárazság nem büntetés, hanem a lélek nevelése).

Annak, aki áthalad ezen a fázison semmire sem jó, ha megáll, hogy az okok után kutatva elemezze saját helyzetét, és terveket próbál készíteni, hogy kijusson, megsokszorozza a virrasztást, az imát és a böjtöt. Eltérőzolt fáradság és kockáztatja, hogy kilép a kegyelem hatósugarából. Ezzel szemben jobb, ha elfogadja a szárazságot, és figyelmesen, megfontoltan és állhatatosan kitart a lelki tevékenységében, és nem takarítja meg a saját erőfeszítéseit és fáradozását. Úgy, mint ahogy az utazó végig követi a menet ritmusát és a nyomokat a sivatagban, és akit a városi öröme eltűnése nem térít el a terméketlen sivatag mélységébe vezető útról.

Minden lelki tapasztalathoz alapvető hozzáállás, hogy elfogadjuk, hogy nincs más lehetőség. A lelki szárazság a szűk út elkerülhetetlen alkalmi és ajánlott lelki próbatétel.

Általában ne azért fogadjuk el a lelki próbatételeket, mert a tökéletesség elérése hajt bennünket: az magával hozná az „én”-nek egy bizonyos felmagasztalását. Vessük alá magunkat Isten tervének, hogy akaratait teljesítsük. Az Istennek való alávetettségünk előkészíti a vele való közösségünket, és csakis ez vezet a tökéletességre.

1. Az akarat és a lelki szárazság kapcsolata

Különbséget kell tennünk az ember természetének lényege, a tulajdonságai és reakciói között, amelyek tevékenységének sajátjai. A lélek lényege más terület, mint a benne ébredő érzelmek, vagy más befolyásoló tényezők.

Noha a képzelet és a gondolatok fel tudják fedni a lélek állapotát, de nem képezik a lélek részét, magáról a lélekről nem adnak képet. Csak az akarat, a szabad akarat nyilvánítja ki, az mutatja meg a lelket. Ezért az ember nem felelős a képzeletéért, a gondolataiért és az érzéseiért és nem bűnös miattuk, hanem csak azért felelős, ami a szabad akaratában kinyilvánul.

A lelki szárazság esetében tudomásul kell vennünk, hogy ez a lélek befogadóképességének ideiglenes elvesztését jelenti, és átmenetileg nem képes arra, hogy a kegyelem által a képzelet, a gondolat és az érzelmek eszközén keresztül kapott kimondhatatlan vigasztalásokat és lelki ösztönzéseket befogadja. De a lélekben a lelki szárazság időszakában sem szűnik meg a vigasztalások és ösztönzések utáni égető vágy és akarat. Emiatt a lelki szárazság az akarat belső próbája.

Ez az igazság különösen fontos, mert felszabadítja az embert egy fiktív felelősségtől, ami miatt a lelkiismerete a vigasztalások abbamaradásáért saját belső elégtelenségét teszi felelőssé a lelki szárazság próbájának idején.

Ebből következik, hogy a lélek imához való ragaszkodása (az akarata által) a szárazság állapota ellenére érintetlen tud maradni, mivel ez az állapot alapvetően nem érinti az akaratot. Más meghatározásban a nem szűnő lelki szárazság ellenére, az ima teljes erőfeszítéssel és energiával folytatódni tud.

A fő célja ennek a próbának, amit a kegyelem irányít az ember lelki útján, az imában való állhatatosság a képzelet, az érzések és a gondolatok általi vigasz és szeretetteljes bátorítás nélkül. Ez vezet az emberi érzésekben és érzelmekben, az értelem képzeletében egyesülő kötődésektől való szabaduláshoz, amelyek akadályozzák a lelket a közvetlen istenkapcsolatban. A lélek nem tud végérvényesen megállapodni Istenben, amíg az érzelmi tevékenység, képzelet vagy értelem csúfot tud üzni belőle.

Abban a pillanatban, amikor az ima megszabadul ezektől a kötelékektől, átlépi a tiszta ima küszöbét. Azt az embert, aki átjut ezen a küszöbön, többé már semmi nem tudja

elválasztani Istentől, mert lelkének lényege külső beavatkozás nélkül egészen megállapodik Istenben. Akkor az ima alatt tekintetét színlelés és külső akadály nélkül egészen Istenre tudja szegezni.

A kegyelem irányította lelki úton a lelki szárazság olyan tapasztalat, amely megnöveli a lélek képességét arra, hogy tekintetét egyenesen Istenre koncentrálja, és lépjen túl a részleges látáson, részleges vigaszon, részleges megelégedettségen és bátorításon, amelyek szétszórják a lelki tekintetet.

2. A lelki szárazság, mint a gondolatok veszélyes csapongásának okozója

Nem kis veszélyt jelent a lelki szárazságban az intellektuális képesség és a képzelet fölött a lélek felügyeletének átmeneti elvesztése, mert ez teret enged az ellenségnek, hogy eredeti magasságukból egy alantas szintre lökje őket, és ott gondolatban a bűn felé csapongjanak és olyan káros dolgokat idézzen fel a lélekben, amelyek azelőtt sohasem mutatkoztak benne. Az olyan vigasztalás elakadása, mint a képzelet, gondolat és érzelem, amellyel a kegyelem táplálta a lélek képességeit, alkalom arra, hogy az ellenség alantas dolgok felé terelje.

Így a lelki szárazság fázisában megtörténhet, hogy az ember gondolatai folyamatosan egészségtelen képzetek között csapongnak anélkül, hogy ő ügyelne rájuk és a lelket a legmélyebb megaláztatásba sodorják. Ez az a pont, ahol az akaratnak a legnagyobb figyelmet kell szentelnünk. Amíg az akarat megpróbál ellenállni ennek a csapongásnak, nem ért vele egyet és nem támogatja, amíg imáiban kinyilvánítja Isten előtt a visszautasításukat, az ellenük való tiltakozását és a miattuk érzett szomorúságát, addig az ima tiszta marad, és nem érinti a gondolatok és a képzelet csapongása.

Túl minden megfontoláson, az első és utolsó felelős az ima tisztaságáért az akarat.

Az akarat képes állhatatosan kitartani a képzetek és hiábavaló gondolatok visszautasításban és végeredményben az ő döntése nyomán képes megtenni, és folytatni a küzdelmet, bármilyen kemény legyen is a próba.

Az, amit hinnünk kell teljes bizalommal az, hogy Isten soha nem kéri számon a gondolat vagy képzelet általi bűnt, amíg ez a bűn nem a mi beleegyezésünkkel és hozzájárulásunkkal történt és visszautasításunkat állhatatos imával erősítjük meg. Ha az akarat állhatatos a visszautasításban és nem mond le önként a küzdelem szándékáról, és nem hagyja abba, akkor minden kíznást, amivel az ellenség gondolatban és lelkiismeretben sújtott bennünket, tiszta áldozatként számítanak be nekünk.

Amíg az akarat éber, erőteljes és az imából táplálkozik, a próba ideje alatt a képzetekhez és veszedelmes csapongásokhoz való hozzászokás veszélyétől nem kell félni, mert amikor Isten eljön, hogy karjaiba ölelje az önzésétől és érzelmi függőségétől megszabadult lelket, a küzdelem egy pillanat alatt végérvényesen abbamarad.

Ami a tudást illeti, hogy Isten miért engedi az ellenfélnek, hogy a gondolatokkal és a lelkiismerettel olyan keményen gyötörje az embert, amit egyes szentek a pokolhoz hasonlítanak, arra a válasz a mi bűntől megrontott és a gonosz célpontjává vált természetünk. Ha értelmünkben nem lenne adott a bűnös képzelet és a gondolat szabadsága, akkor az ellenfél egyetlen egyszer sem tudta volna erre kényszeríteni.

Ha tehát úgy tűnik, hogy Isten hagyja, hogy megízleljük egy pillanatra a Sátán hatalmát, azt jól kiérdemeltük, de az is igaz, hogy Isten nem hagyhat el bennünket, és a szükséges pillanatban beavatkozik és átfordít minden rosszat, amit elszenvedünk ezen a területen erővé, üdvösséggé és dicsőséggé.

Amikor az érzelmeink, a gondolataink és képzeteink összeolvadnak a lelki szárazság olvasztótégelyében, végül alkalmasak leszünk, hogy átlépjük a tisztaság küszöbét, ami lehetővé teszi, hogy Istennel éljünk.

A lelki lanyhaság

*„Íme, ellenség üldözi lelkemet,
porig alázza életem,
sötétségbe taszít engem,
mint a rég megholtakat” (Zsolt 143,3).*

A lelki szárazság próbájának idején az ima nem szakad meg. Egyébként sincs ok rá. A lélek teljes akaratával Isten felé fordul, nem veszíti el a képességét sem az akaratát, hogy állhatatos legyen az imában és a küzdelemben. A lelki szárazság csak a vigasztalás, az öröm és az érzelmi bátorítás elmaradását hozza magával, amelyek az imát kísérték, és amiből származtak.

A lelki lanyhaság azonban magát az akaratot érinti. Ott a cselekvés, maga az ima tette és az állhatatosság képessége körül forog. Az ember feláll, hogy imádkozzon, és nem találja a szavakat az imához, se erőt, hogy tovább imádkozzon. Amikor pedig leül olvasni, a kezében a könyv, Szír Szent Izsák szerint, mintha ólomból lenne, és nyitva maradhat a szeme előtt egész nap, anélkül, hogy egy sort is megértett volna.

Az értelem szétszórt, képtelen koncentrálni, és felfogni a szavak értelmét. Az ima szándéka mindig ott van, de az erő, és az akarat hiányzik, végül maga ez a szándék is veszélybe kerül, és ez egész lényére kihat. Az ember nem tud, és nem akar imádkozni. Boldogtalan lesz és szomorú e miatt az állapot miatt, a saját leleménye határáig javítani próbál saját sorsán, de képtelen.

Ha megpróbál a saját belsejébe hatolni, gyorsan eltéved, és nem jut el lényének mélyéig, mintha még a saját lelkét is elvesztve elkóborolna életének lényegétől. Ha megpróbálja őszintén megvizsgálni szívében a hitét és annak mértékét, azt találja, hogy meg van fosztva az életerőtől és szinte nem is létezik.

Ha kopogtat a remény ajtaján és próbál közeledni az isteni ígéretekhez, amiket nagyon szeretett, és amik élete értelmét adták, a jelen hidegétől elgémberedett érzéketlenséget talál, megfosztva attól az akaratától, hogy legyőzze.

Az ellenfél kihasználja ezt a számára kedvező körülményt, hogy kemény ütést mérjen az emberre, és azon igyekszik, hogy meggyőzze az embert arról, hogy csődbe jutott. Azt sugalmazza neki, hogy erőfeszítése és fáradozása hiábavaló, nem ér semmit, hogy egész eddigi lelki útja nem volt se igaz, se helyes, nem volt egyéb hamis illúzióknál és érzelmeknél. Aztán kegyetlenkedik a gondolataival, mert minden vonatkozásban elérkezik a lelki élet tagadásához.

De mindeközben a fojtogató küzdelemben a lélek a füst függönyén keresztül felfogja, hogy ez nem igaz, és hogy a sötétség mögött van valaki. Azt is érzi, hogy akarata ellenére kötődik Istenhez, akiről úgy tűnt, hogy elhagyta őt, szinte tudtán kívül vagy anélkül, hogy akarná, tovább imádja őt. Nagyon távol az értelemről lelke mélyén szünet nélkül dobog az ima szívverése anélkül, hogy a lelkiismeret legkisebb vigasztalást vagy bizonyosságot kapna.

Amikor az ellenfél végzetes csapást próbál rá mérni, hogy rávegye a lelket, tagadja meg hitét és reményét, nem kap konkrét választ. A lélek úgy tűnik, elmege az ellenfél irányába, ameddig ez óhajtja, a bűn határáig, de lehetetlen számára, hogy a gondolatot tettekre váltsa, mert abban a pillanatban az akarat feléled, és mint az álmából ébresztett vad oroszlán, menekülésre készíti a romlás gonosz sakáljait.

A lelki lanyhaság mögött folyamatosan létezik egy kapcsolat Istennel, ami nem aktív, de jelen van és erős, sokkal erősebb, mint a démon agyszüleményei. Alszik, és csak a veszély fenyegető közelségére ébred fel.

Mindazonáltal ez a kapcsolat rejtve marad a lélekben és hasztalan próbálkozás meggyőzni a léteiről, hogy megnyugtassuk. Ezt a próbát a léleknek egyedül kell kiállni.

De a mostanáig megélt életerő, belső hæv és cél után a lélek mély és elhúzódó szomorúsága, ami amiatt az állapota miatt gyötri, ahová jutott, ez együttes, kézzelfogható jele és bizonyítéka, hogy a lélek Isten térfelén maradt és anélkül, hogy tudná, folytatja szűk útját, amelyen egy láthatatlan kéz vezet, és érzékekkel föl nem fogható erő hordozza.

Aki Isten útján jár, ne képzelje, hogy majd egy nap a hite megmozdul, és Isten tüzétől megvilágítva, és szeretetének belső életétől és buzgóságától lángolva megdobogtatja a szíve mélyét, hirtelen elhagyja az üres gondolkodást, és ugyanolyan mélységet tud szerezni, mint előtte.

Az embernek nem kell mindig felfognia, vagy éreznie Isten fényét és melegét, bár állandóan benne tartózkodik az élet fényében és homályában, hidegében és melegében, boldogságában és szomorúságában.

A lélek útja nem mérhető kizárólag a fényes időszakok, a belső tűz, boldogság, a látható hasznos tevékenység alapján. Az elakadás és a sötétség ideje, ami körülfonja a lelket, a szomorúság, ami fojtogatja a szívet, a hidegség, ami megbénítja minden lelki érzélem mozgását, mindez lényeges részét képezi a tövises és szűk lelki útnak.

Egy lehetőségünk van, ami meghatározza magatartásunkat, hogy mit teszünk a körülmények ellen, amelyek ellenségesnek, fájdalmasnak és halálosnak látszanak, és hogy végül elnyerve a győzelmet folytassuk az utat.

A lelki lanyhaság okai

Nem véletlenül engedi meg Isten, hogy a lélek ilyen próbatételeknek legyen kitéve. Különböző okai vannak, hogy arra kényszerül, hogy a lelket aláveti ezeknek a tapasztalatoknak. Jó útra kell terelnie a lelki ügyek felmérését, helyes pályára kell állítania a felfelé haladás útját, és meg kell erősítenie a láthatatlan dolgokba vetett hitet.

A lelki lanyhaság a nagyravágyó lélek nevelője

A nagyravágyó lélek túlságosan ambicionálja saját haladását, erőlteti, hogy gyorsuljon a tempója, függetlenül a saját tűrőképességétől, és többet annál, mint amit saját helyzetében megtartani képes. Valóságos helyzetéhez képest a ténylegesen szükségesnél nagyobb tudást kíván magának. Nagy hitére hivatkozva egyfajta lelki arroganciával viselkedik. Erőnek erejével a magasabb rendű ismereteket, a fényt kutatja, a józan belátás elegendő képessége és tényleges tapasztalatok támasza nélkül, amelyek alkalmassá tennék erre. Ez elkerülhetetlenül megtorpanáshoz vezet.

Ha ez az elakadás logikusan normálisnak tűnik is a lelki energia kivérzése miatt, valamint a „hit” képessége és az előrehaladás gyorsasága közti arány miatt ezeken a veszélyes magaslatokon, de mindenesetre az az igazság, hogy a fő ok az isteni irgalmasság közbelépése, szerető gondoskodása és könyörülete a lélekkel szemben. Isten megfosztja a lelket a felemelkedés képességétől, így nem kockáztatja, hogy magasabbra törjön, mint amit az egyensúlyi képessége és a szilárdsága lehetővé tesz, következésképpen megóvja, attól, hogy leessen és összezúzza magát. A lanyhaság ebben az esetben a lélek életének védelme: megoltalmazza a lelki gögtől, amely a bábeli torony építőinek sorsának elszenvedéséhez vezetne.

Itt a lanyhaság hasznos a léleknek, mert gyakorlatilag megszabadítja az ambícióitól. Feltartóztatja a hamis haladás irányába való érdeklődését, ami a félrevezetett akarat vágyából született, hogy az ént megdicsőítse. A lélek visszaküldve a kezdők alacsonyabb szintjére, el van foglalva a saját szívfájdalmával és szomorúságával, helyzetének bizonytalanságával, dicsőséges reményeinek elvesztésével, és lemond a veszélyes magasságokról. Szégyenkezve

és alázatosan tapogatózva visszatér a kiinduló ponthoz, ami inkább garancia az üdvösségéhez, mint a kiváló teljesítmények és magasztos szemlélődések.

Ezek a tünetek a lelki lanyhaságból származnak és az okuk, a lélek ambíciója. Amiatt tör a lélekre a szélsőséges bánat és szomorúság. A bánat és a szomorúság mutatják a kényes művelet eredményességét, amelyet Isten a lélek belsejében megvalósított, hogy megőrizte őt az alázatban.

A lelki lanyhaság helyreigazítja az Istennel való kapcsolatunkról alkotott elképzelésünket

Amikor a lélek a lelki küzdelemnek, a kitartó imának és más lelki gyakorlatok aprólékos megtartásának szenteli magát, úgy érzi, hogy cselekedetei, és kitartása összekapcsolódik az Istennel való kapcsolatával, vagyis hogy az állhatatossága, az imában való hűsége és különféle érdemei miatt szereti őt Isten, ezek a feltételei, hogy Isten leányává válhasson. De Isten nem akarja, hogy a lélek erre a hamis útra tévedjen, ami gyakorlatilag eltávolítaná az ingyenes istenszeretettől és a vele való élettől. Ezért megfosztja attól az energiától és kitartástól, melyek az ő elvesztésének kockázatát hordanak magukban.

Isten megvonja a lélektől az energia és a lelki dolgokban való kitartás képességét, amit ingyenesen adott neki, mint szeretetének bizonyítékát. A lélek, erejétől megfosztva képtelennek érzi magát bármiféle lelki tevékenységre és szembesül azzal az elképesztő, és számára elfogadhatatlannak tűnő igazsággal: Istennek az ő atyai mivoltában és szeretetében nincs szüksége az imáinkra és tetteinkre.

Kezdetben az embernek meggyőződése, hogy Isten atyai mivoltában azért távolodott el tőle, mert nem volt elég kitartó az imában, miközben Isten azért hagyta el és távolodott el a lélektől, mert a lélek hűsége és szeretete elégtelennek bizonyult az ő szeretetéhez képest. A lélek hiába próbál kiemelkedni ebből a lesújtó hangulatból és bánatból, hogy visszatérjen a lelkesedéséhez és tevékenységeihez, az elhatározásai mind füstbe mennek.

Ezt követően a lélek lassan-lassan kezdi felfogni, hogy Isten nagyságának mértékét nem lehet az ember jelentéktelen kritériumai alapján megmérni, hogy az ő lelki atyasága mindenek fölött való és a föld porának gyermekeit nem az ember tettei, és erőfeszítései miatt fogadja örökbe, hanem az ő végtelen gyengédségéből és mérhetetlen irgalmából. Örökbefogadásunk Isten részéről, olyan valóság, amelynek Isten a forrása és nem mi magunk, egy mindig jelenvaló igazság, ami állhatatosan megmarad – a mi gyengeségünk és bűneink ellenére –, tanúsítva Isten jóságát és nagylelkűségét.

Ezen a módon a lelki lanyhaság alapvető meglátásokra segíti ezeket a lelkeket az Istennel való kapcsolatukban és a lelki kapcsolatok értékelésében, amelyek összekötik a lelket Istennel. Felfogásuk az erőről és a lelki cselekedetekben való kitartásról mélyen megváltozik. Ezek nem lesznek többé Isten szeretetének és atyaságának ára, hanem válasz az ő szeretetére és atyaságára.

Az ilyenfajta lelki lanyhaság tünetei azokból a lehangoló kérdésekből állnak, amelyeket az ilyen tapasztalatok során mindennap feltesz az ember: Isten elhagyott? Az én bűnösségem az oka? Felbosszantottam őt atyai mivoltában a hanyagsággal és a lustasággal? Isten megfeledezett rólam, mert nem fogadta szívesen az imáimat?

De, miközben akiket ambíciójuk miatt sújt a lelki lanyhaság, azokat egyedül az ima megszakadása érinti fájdalmasan, azok pedig, akiket Isten szeretetének és atyaságának téves felfogása miatt sújt a lelki lanyhaság, azok nem az ima abbamaradása miatt szomorúak, hanem az Isten fiaival való azonosságuk tudatának elvesztése, és Isten hűségének és szeretetének elvesztése miatt. A szárazság és a csüggedés kéz a kézben megnövelik a félelmet és a szomorúságot, míg végül megmutatkoznak az igazság és a szeretet kötelékei, és minden

emberi cselekedetre való hivatkozás nélkül visszakapják a fogadott fiúságot és megerősödnek benne.

A valóságban a lelki lanyhaság tapasztalatának próbája alatt ebben a félelemben nyilvánul ki még inkább a lélek gyermeki hűsége Isten iránt, bár efelől a lélek nem biztos, mert szomorú marad, míg végül bizonyosságot nem kap, hogy mindennek ellenére Isten mindenek fölötti atyasága kiterjed rá.

A lelki lanyhaság megerősíti az Istenbe vetett hitünket, túl az érzékelhető világon

Lehetséges, hogy az ember maximálisan boldog és tele van békességgel, mert minden anyagi szükségletében és minden szinten körülveszi Isten gondoskodó szeretete, és minden körülményben kézzelfogható az oltalma. Az ember biztonságban érzi magát, mert tudja, hogy Isten kezében van, figyel rá, megőrzi és oltalmazza. Istenbe vetett bizalma és hite növekszik és erősödik a nyilvánvaló és a kézzelfogható anyagi bizonyítékok alapján

Aztán Isten hirtelen beszünteti a látható segítséget, megszakítja kézzelfogható támogatását és megvonja az eddig tapasztalt szerető gondoskodást az embertől. Egyik szenvedés a másik után kezdi sújtani az ember lelkét, ellenségei céltáblájává válva ki lesz téve mindenféle támadásnak, megszólásnak, gúnyolódásnak, nem csak a látható ellenségei részéről, hanem a láthatatlan ellenség részéről is, a minden rossz dolog és baj szerzőjétől. A külső próbatételek kezdenek összevegyülni a belső terhekkkel, és az ember megdöbben a csapások mennyiségétől és változatosságától. Kezdetben azt gondolja, hogy csak mulékony jelenség, a felhők hamar eltávolodnak, és az élet visszazökken a megszokott nyugalomba és biztonságba. De íme, a szenvedés erőssége növekszik és súlyosbodnak a próbatételek, amelyek elfogadhatatlanná és érthetlenné válnak. Akkor megsemmisülve, képtelenül az elfogadásra, az ember megadja magát, és porba hullik! Mi történt? Miért történt mindez? Hová vezet mindez, mi lesz a vége?

Az ember visszahúzódik önmagába, azt gondolva, hogy talál egy reménysugarat, hogy visszatérhessen az előző életéhez. Nem talál mást, mint romot rom hátán és a próbák ezretől megkínzott lelket. Nem marad más, csak a lanyhaság és a szárazság vagy a vigaszok elvesztése és a lelki érzékelés teljes elvesztése, mert hamis értékekre épült. Ínség, undor, tétovázás, szitkozódás, és rettegés rontanak rá a lélekre, követve az őt sújtó tévedésektől. Próbál küzdeni a szitkozódások ellen, amik előtörnek lényének mélyéből, és nem talál erőt, hogy visszavágjon nekik. Próbálja elítélni a rosszat, és a szörnyűségeket, amiket a démon ültet a fejébe, de nem tudja, csak szemléli őket és hagyja magát vonszolni tőlük, mint a minden botlásnak és bűnnek foglya. A lélek végül a teljes kétségbeesés szélén áll.

De az, ami valóban megdöbbeníti a lelket, nem az elesése és bukása, sem az ima és az erőfeszítések abbahagyása, az Istentől való elhagyottság, hanem az az érzés, hogy maga Isten vált az ellenségévé, aki örömet leli a fájdalmaiban, a szomorúságában és a szétroncsolásában!

Ez a próbatétel a legvégsőig fokozva megtalálható Jób szenvedéseiben. Nem az bizonytalanítja el őt, hogy elveszti óriási javait és a fiait, hogy a testét sebek borítják, hogy mindazok, akik közel álltak hozzá és végül még a felesége is gúnyolódnak rajta, hanem az, hogy azt képzeletben, hogy végtelen szerencsétlenségében Isten elhanyagolja, hogy talán ellenségévé vált és örvendezik a bajai felett!

„Ezért én sem türtőztetem számat,
szólok lelkem gyötrelmében,
panaszodom lelkem keservében:
óceán vagyok-e vagy szörnyeteg,
hogy börtönbe vetsz engem?

Ha gondolom: Majd megvigasztal fekvőhelyem,
könnyebbségem lesz, ha elmerengek ágyamon,
akkor álmokkal rettegtetsz
és rémlátással rémítesz...
Undorodom! Nem kívánok tovább élni!...
És nem engeded, hogy nyugodtan nyelhessem le nyálamat?...
Miért tettél céltábládnak,
hogyan terhe lettem önmagamnak?

Mert belém fúródtak az Úr nyilai,
és mérgejük felissza lelkemet;
az Úr rémítései hadakoznak ellenem.

Miért nem törölöd el a vétkeimet,
és miért nem veszed el a bűnömet?

Mert fergeteggel zúz össze engem,
és sokasítja sebeimet ok nélkül is;
nem enged lélegzethez jutni,
és betölt engem keservekkel.

Undorodik a lelkem az élettől!...
Szólok lelkem keserűségében!...
Jelentsd meg nekem: miért ítélsz el ennyire?...
Jólesik-e neked, hogy megnyomorítasz...

Mert tele vagyok csapással és nyomorúsággal.
Ha büszke volnék, elfognál, mint az oroszlánt,
és csodás módon újra megkínoznál.
Tanúidat állítanád újra ellenem,
magnövelnéd haragodat irányomban,

Távoztasd tőlem kezedet,
és félelmed ne rémítsen engem!
Miért rejted el orcádat
és gondolsz engem ellenségednek?

Kiáltok hozzád, de nem hallgatsz meg engem,
állok előtted, de nem vetsz ügyet rám.
Kegyetlen lettél hozzám,
és kemény kézzel fordulsz ellenem.
Ha keletnek megyek, nincs ott,
ha nyugatnak tartok, nem veszem őt észre,
ha balra keresem, nem érem el,
ha jobbra fordulok, nem látom!”⁸⁰

⁸⁰ Jób 7,11-20; 6,4; 7,21; 9,17-18; 10,1-3.15-17; 13,21.24; 30,20-21; 23,8-9.

Jób őszinte volt, ahogy leírta az érzéseit, de tévedett, amikor azt mondta, hogy az Úr elhagyta. Az Úr valójában nem volt távol Jóbtól, és a sok veszteség, a váratlan szenvedés és megpróbáltatások, amelyek sújtották, nem az Istentől való elhagyottság következménye. Ugyanígy, nem szabad azt tartani, hogy a jótétemények, a segítség, a gondoskodó szeretet és Isten oltalma Isten jóváhagyását jelenti az ember számára, és erős alap, amire a hitünket és reményünket építhetjük.

A hirtelen csapásoknak, amelyek Jóbot érték, kezdetben nem sikerült kikezdeni a feddhetetlenségét, de amikor érezte a méltánytalanságot, hogy Isten is elhagyja, és ellene van, hitének egyensúlya inogni kezdett. Valójában ebben áll Jób próbatételének és szörnyű titkának mély célja. Jób próbatételén keresztül Isten ki akarta nyilatkoztatni minden embernek, hogy a hitnek ki kell bírnia az elhagyottság időszakait is, és képesnek kell lennie arra, hogy a szenvedések ellenére, amiken keresztül megy, az ember megőrizze bizalmát Istenben, irgalmában, és szerető gondoskodásában.

„Bárcsak jönne, amit kértem,
és megadná Isten, amit remélek,
és tetszenék neki, hogy összezúzzon,
felemelje kezét és végezzen velem!

Mi az én erőm, hogy kitartsak?
És mi a végem, hogy türelmesen várjak?
Talán a kövek erőssége az én erőm?
Talán ércből van a testem?
Íme: nincsen magamban segítségem,
s az enyéim is messze eltávoztak tőlem.

Ha lefekszem, kérdem: Mikor kelek újra?

Ha ártatlan is vagyok, nem veszek erről tudomást.
Meguntam életemet!

Undorodik a lelkem az élettől!

Elhallgatok és kimúlok.”⁸¹

Ezek között a megpróbáltatások között sem alszik ki a szenvedő emberből az Isten irgalmába vetett remény. Még a kétségbeesés szélén sem hagy fel Isten keresésével, és egy nagy csodás szabadulásra vár. Minél súlyosabb a próbatétel, annál áttetszőbbé válik a lélek, ami lehetővé teszi számára, hogy pillantásával behatoljon az Örökkévaló érzékfeletti világába, és meglássa az ember lelke iránti szeretetének és hűségének végtelenségét: A múlt fájdalmai nincsenek többé, pikkelyként hullanak le a lélek szeméről. Kezdi újraépíteni a hitét, de nem az időleges jótétemények, az oltalom és gondoskodó szeretet, nem kézzelfogható jelek és bizonyítékok alapjaira, mert „A hit pedig alapja annak, amit remélünk, bizonyítéka annak, amit nem látunk”(Zsid 11,1).

⁸¹ Jób 6,8-9.11-13; 7,4; 9,21; 10,1; 13,19.

„Ismeri ő az utamat;
 próbára tett engem, mint az aranyat, amely átmegy a tűzön.
 Lábam követte nyomdokait,
 megőriztem útját és nem tértem le róla,
 nem távoztam ajkának parancsaitól
 és szája ígéit keblembe rejtettem.
 Megvédem előtte útjaimat.
 Akkor ő üdvösségem lesz.

Mert tudom, hogy megváltóm él,
 s a végső napon felkelek a földről;
 és ismét körülvesz a bőröm,
 és saját testemben látom meg Istenemet;⁸²
 én magam látom meg őt,
 és önnön szemem nézi őt, és nem más!

»Az élő Istenre mondom, aki megrövidített igazamban,
 s a Mindenhatóra, aki keserűséggel illette lelkemet,
 hogy amíg lélegzet van bennem,
 s az Isten lehelete van orromban,
 ajkam nem beszél gonoszat,
 és nyelvem nem kohol hamisságot.
 Távol legyen tőlem, hogy igazat adjak nektek!
 Mindhalálig nem tágitok abból, hogy ártatlan vagyok».⁸³

Így elmaradhatatlanul minden lélek, aki szerette Krisztust, megigazul. Bármennyire is keserűek voltak a lelki megpróbáltatások, amin keresztül ment, megérti a számára kijelölt sorsot, sérülései ellenére folytatja útját szemét Krisztusra függesztve és kérdőre vonva, mint az elhagyott menyasszony, töretlen bizalommal szerelmében, aki saját vérével váltotta meg.

Igen, a bizalmat el tudja fedni a homály, de nem vész el. A hit elakadhat, de nem tűnik el. A szeretet elmerülhet, és nem látszik többé, de megmarad a mélységben, hogy készen álljon, hogy legyőzhetetlen erővel úszva előtörjön a próba végén.

Az atyák mondásai (349–357)

349. Oh, szeretteim, tekintsünk a lelkünkbe az ima idején. Ha szemlélődés állapotában vagyunk, amikor olvassuk a zsoltárok szavait vagy az imádságét, akkor az valóban csend (*hesychia*). De ha megtörténik, hogy úgy érezzük, sötétben vagyunk, főleg ha nem mi magunk vagyunk az oka, ne zavarjon bennünket. Vedd úgy, hogy azt Isten gondviselése adta neked, és az okát csak ő ismeri. Ezekben a pillanatokban a lelkünk fuldoklik, mintha egy vihar közepében lenne. Ha liturgikus vagy más könyv olvasásának szenteljük magunkat, egyre nagyobb sötétségben találjuk magunkat és felhagyunk minden erőfeszítéssel. Az ember, aki ilyen helyzetbe kerül, többé nincs azon a fokon, hogy imádkozni próbálna. Abszolút képtelen elhinni, hogy ezt fel tudja váltani egy új változás, és békét tud találni. Ez az időszak tele van elkeseredéssel és félelemmel. Az Istenbe vetett remény és a hit vigasza egészen elhagyták a lelket. Teljesen betölti őt a sötétség és a

⁸² Itt láthatjuk, hogy Jób hite már a láthatatlan dolgokon alapszik

⁸³ Jób 23,10-12; 13,15-16; 19,25-27; 27,2-5.

félelem. Azok, akiket ez a gyötrődés próbára tett egy bizonyos órában, tapasztalatból tudják, hogy ezt végül egy új állapot követi. Isten soha nem hagyja a lelket egy egész napon át ilyen állapotban. A lélek elvesztené az életet és megsemmisülne a keresztény remény. Akik erősek, és tudnak sötétben lenni, azoknak fokozatosan előtűnik az élet változása...

Hasonló kísértésekkel mindenekfelett azok vannak megpróbálva, akik az útjukat az értelem tudatosságával akarják járni, és egész életükben a hit vigaszát keresik. Ez az időszak tehát, amelyben a lelki sötétségek születnek, szenvedést okoz, és mindenféle más bajt. Istenkísértő gondolatok is kísérik, sokszor a föltámadás kétsége és más dolgok, amelyekről nem beszélünk. Gyakran megtapasztaltuk ezeket a kísértéseket és írtunk is róla sokaknak a testvéreink közül, hogy megvigasztaljuk őket. Azok, akik fizikai munkával vannak elfoglalva, mentesek mindezeketől a próbáktól...

Mindazonáltal egy pillanatra sem szűnik meg ez a harc. A kegyelem nem úgy érkezik, hogy egészen birtokba veszi a lelket, hanem csak fokozatosan. Hol az egyik, hol a másik: egyszer a próba, máskor a vigasztalás. Ez így lesz halálunkig.

Itt lenni ne várjuk, hogy teljesen megszabadulunk a próbáktól, se hogy teljesen megvigasztalódunk. Mert úgy tetszett Istennek, hogy így éljük le a földi életünket. Ezek azokkal történnek, akik az úton haladnak. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 48.)*

350. Amikor Isten elhatározza, hogy egy embernek nagyon kell szenvednie, megengedi, hogy összerogyjon a csüggedéstől. És ebből születik benne a lelki tehetetlenség, ami fojtogatja a lelket és megízlelteti a poklot. Akkor jön az eltévelyedés szelleme, ezer kísértés forrása: zavarodottság; harag; szitkozódás; elégedetlenség, romlott gondolatok; egyik helyről a másikra vándorlás, és más hasonló dolgok. Ha engem kérdezel. „Mi az oka mindennek?” Azt válaszolom neked: „Te”. Mert nem kerestél eszközöket a próbák orvoslására. Egyetlen orvossága van ezeknek a dolgoknak, és avval az ember azonnal vigaszt talál a lelkének. És mi az? A szív alázata. Enélkül az ember nem tudja ledönteni a bűnei falát. Ellenkezőleg, azt látja, hogy megerősödnek ellene.

Ne haragudj rám, hogy megmondom neked az igazságot: sose kerested teljes lelkedből az alázatot. De ha akarod, kövesd őt, és meglátod, hogy meghozza számodra a bűneid megsemmisülését. Az alázatod alapján türelmet kapsz a szenvedéshez. A türelmed alapján a lelked megkönnyebbül súlyától és megvigasztalódik fájdalmában. A vigasztalás alapján a lelked növekszik Isten szeretetében, és a szereteted alapján növekszik a lelki örömed. Amikor a mi együttérző Atyánk meg akarja szabadítani a kísértésektől azokat, akik az ő valódi fiai, nem a próbáktól fosztja meg, hanem türelmet ad számukra, hogy elviseljék, és mind, amit a jótétemények útján kapnak, a lelkük tökéletesedésére szolgáljon. Krisztus az ő kegyelme által tegyen méltóvá, hogy a szívünk köszönetet mondjon és eltűrje a rosszat, az ő szerelméért. Amen. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 39.)*

351. Isten szeretettel büntet, nem bosszúból, távol álljon tőle! Képmásának gyógyulását akarja és nem tart sokáig haragja. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 39.)*

352. Senki ne gondolja, hogy csak a fények, amiket az imában kap, a tudat tisztasága, a szív öröme, a könnyek vigasza és az Istennel töltött idő lelki jótétemény. Az igazat megvallva, személyes véleményem szerint, ha olyan gondolatok, mint a szitkozódás, a kérkedés, a házasságtörés, amelyek akarata ellenére előjönnek az ember lelkében, szenvedést okoznak neki, és az ember úrrá lesz rajtuk, türelmesen eltűri, de ellenáll és

nem hagyja el a celláját (a cella elhagyása itt azt jelenti, hogy felhagy a küzdelemmel és már nem kötődik Istenhez), akkor mindez számára tiszta áldozatként és Isten műveként lesz beszámítva, kivéve a gögöt. (Ez világos célzás a lelki lanyhaság próbájára) *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás I,5,93-94)*

353. Ha te azon a szinten vagy, hogy a nyugalom útján jársz Krisztus felé, hiánytalanul teljesítve mindazt, amit kért tőled, testi gyötrelmek nélkül, az ellenségtől való félelem nélkül, tudd, hogy az értelmed beteg, hogy nem ízlelted meg Isten dicsőségét. Nem kívánlak elítélni, azért ami vagy. Sőt ezzel ellentétben azért mondom ezt neked, hogy tudd, milyen távol vagy a szentek tudományától. (Izsák itt azt sugallja, hogy a lelki próbák a bizonyítéka annak, hogy jó úton járunk). *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 57)*

354. Testvéreim, senki, aki türelmetlen a próba idején, ne szidalmazza Istent, és ne lázongjon. Inkább bízva gondjait arra, aki sokat törődik vele és mondja:

„Én reményem, és támaszom!
Rendeld az életemet akaratod szerint!
A keserű édes, ha te engeded!
Édesebb, mint a méz, amit én keresek”.

Az istenkáromlás démona szemrehányásokkal árasztja el a lelket Istennel szemben és kétségekkel az isteni misztériumok iránt, természetesen a tiszta szűzzel, Máriával, Isten Anyjával kapcsolatban. Eljuthat arra a gondolatra, hogy az ő lelkéből erednek ezek az istenkáromlások, és a csontjai megdermednek a gyötrődéstől és lelkiismeret-furdalástól. Ne zavarodj össze, testvérem, és ne gyötrődj, mintha a lelked eltávolodott volna Istentől, és tisztátalan lenne. Ne hallgass arra, amit a démon súg. A hozzájárulásod nélkül gyötör téged. Tudd tehát jól, hogy nem a te gondolataid gyötrönek, hanem a démoné. Tényleg, attól a pillanattól, hogy az istenkáromlások abbamaradnak, újra visszatér belé az öröm, tisztának, ragyogónak találja magát, megvilágosodik és megerősödik.

Az istenkáromlás démonának jelenléte, más testvéreitől követve csak néhány pillanatig tart az imádság, a zsoltározás vagy az olvasás alatt... Ezek az istenkáromló hangok áthaladnak a lelken, ami felkavarodik és szenved. Azt gondolja, hogy dicsőítő imái istenkáromlássá váltak, mert belekeveredtek az istenkáromló gondolatok, de ez nincs így... Nyugodtan mutasd be dicséreteidet, szeretett lélek, mert Isten szétválasztja a te tiszta és szívesen látott dicsőítétedet a csaló démon istenkáromlásaitól...

De a lélek fél, remeg és enged a szív keserűségének. Egész teste gyötrődik és kéri, hogy meghalhasson... A démon akkor előveszi a halálos mérget, a kétségbeesést... Boldog, aki nem török össze a fájdalomtól és a kétségbeeséstől ennek a próbának az idején. Óhaja szerint nem csak hogy nem lesz megfosztva Istentől, hanem csodálatos ajándékokat fog kapni! *(Lépcsős Szent János, Homília a paráznság és az istenkáromlás démonáról)*

355. Nem könnyű elfogadni azt, ami le van írva Jóbbal kapcsolatban, vagyis hogy a Sátán követeli őt ki. A Sátán engedély nélkül nem tehetett semmit. De mit mond az ördög az Úrnak? „Add a kezembe. Majd meglátjuk áld-e még téged (Jób 1,11)⁸⁴. Jób, Isten és az ördög mindig jelen van. Van valaki, aki eddig a pillanatig buzgó, akiben túlrad a kegyelem, segítséget kap Istentől, és a Sátán kikéri őt, és azt mondja az Úrnak: „Mivel te

⁸⁴ Septuaginta

segíted őt, és megmented, téged szolgál. De engedd át nekem és add a kezembe. Majd meglátjuk áld-e még téged” (Jób 1,11)⁸⁵

Egyszóval a megvizsgáztatódott lélek elől, a kegyelem visszahúzódik és át lesz adva a kísértéseknek. Akkor megérkezik az ördög végtelen mennyiségű rosszat hozva magával: csüggedés, elkeseredés, gonosz gondolatok, és bánatba dönti a lelket, hogy legyengítse, és megfossa Istenbe vetett reményétől. De a lélek is igyekszik, próbál nem elkeseredni a balszerencsék és szenvedések között, állhatatosan megpróbál kitartani a számos kísértés által okozott szenvedés elviselésében, és azt mondja: „Ha meg is kell halnom, nem hagyom el az Urat” (vö. Jób 13,15)⁸⁶

Akkor, ha az ember mindvégig állhatatos marad... az ördög nem tud semmit mondani... Így aztán a Sátán is elbizonytalanodik azoktól, akik elviselik a szenvedést és a kísértéseket...

A Sátán nem hagyja félbe a harcot. Amíg valaki ebben a világban testben él, megtámadja... Így szintén a keresztényeket is: de ők akkor is, ha az ellenség megtámadja őket, mindig Krisztus útján maradnak, fel vannak ruházva a magasságból erővel és békével és egyáltalán nem aggasztja őket a harc... Ha jön is a küzdelem órája, és a Sátán kívülről zörget az ajtón, ők bent vannak, biztonságban, az Úr erejével... A keresztények, ha kívülről kísértéseket is szenvednek, belülről eltölti őket Isten, és nem szenvednek kárt. Ha valaki elérkezik erre a szintre, elérkezett Krisztus tökéletes szeretetére, és az Isten teljességére, de aki még nem tart itt, annak bizony meg kell vívnia ezt a belső küzdelmet. Az imában való megpihenés pillanataira következnek a szenvedés és a küzdelem pillanatai. Így akarja az Úr. Miután még gyermek, harcban edzi meg, és két jelenlét nyilatkozik meg benne: a világosság és a sötétség, a megpihenés és a szenvedés. Amikor megpihennek imádkoznak, aztán más pillanatokban összezavarodnak...

Az, hogy jön-e a küzdelem, nem tőled függ, de hogy gyűlöld, az rajtad múlik. Amikor az Úr látja, hogy a szíved harcol, és teljes lelkedből szereted őt – neki igazán nem nehéz – magához vesz téged, a keblére ölel és fényébe fogad. Egy pillanat alatt kiragad a sötétség torkából és azonnal országába visz. Istennek könnyű egy pillanat alatt megtenni bármit, ha csakis őt szereted, Isten akarja az ember cselekedeteit, mivel a lélek közösségben van az Istennel. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 26,7-8. 14-15.18*)

356. Erős kísértések azokra támadnak váratlanul, akik megkapták a Szentlelket. Ők valóban, abban a pillanatban, hogy megkapják, ki vannak téve a gonoszlélek kísértésének, amit a Szentlélek megenged ellenük. Tehát a gonoszléleknek nem áll hatalmában, hogy egy hívőt zaklasson, ha nem kap rá engedélyt a Szentlélektől.

A mi Urunk Jézus Krisztus, amikor magára vette a mi természetünket, példává vált számunkra, azzal a céllal, hogy megtanítsa, hogyan ismerjük meg az igazságot. Amikor megkeresztelték, a Szentlélek leszállt rá, mint egy galamb, aztán megragadta és a pusztába vitte, hogy megkísértse őt az ördög. Az a kísértés minden fajtájával megpróbálkozott, de nem ért el vele semmit, mert ahogy írva van Lukács evangéliumában: „Miután mindezek a kísértések véget értek, az ördög elhagyta őt egy időre. Jézus pedig a Lélek erejével visszatért Galileába” (Lk 4,13-14). Ugyanígy, akik elnyerik a Szentlelket, megküzdének és legyőzik a kísértéseket, megerősödnek és megdicsőülnek a Szentlélek által és egy még nagyobb erőt kapnak.

Szeretett fiaim, szeretném, ha velem együtt megismernétek az én utolsó kísértésemet, ami hasonló, mint a mi Urunk Jézus Krisztus utolsó kísértése volt. Beteljesítve feladatát és

⁸⁵ uo.

⁸⁶ uo.

tudva, hogy el kell mennie, azt mondta: „Atyám, ha lehetséges, múljék el tőlem ez a kehely” (vö. Mt 26,39). Ezt ima és kérések követték, nem valamifajta gyengeségből, nem félelemből vagy tehetetlenségből, hanem hogy tanítson bennünket, mint első kísértései esetében is...

A kísértés, ami utoljára váratlanul rám tört, fiaim, hogy a pokolba vezessen engem: a jó ellenségei azt a nagy ravaszságot alkalmazták, hogy bajokkal, harcokkal, bánattal és zavarodottsággal árasztottak el, hogy a mélységbe taszítsanak. De én, nyomorult, Istenemnek hála, mégis dicséretet mondok. Ő, akit gyermekkorom óta teljes szívemből szolgállok, akire hallgatok, nem hagyott el, megvédett és megmentett engem. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 19,5-6)*

357. Megtanítok nektek egy másik módot, ami elejétől végig megerősíti az embert: szeretni Istent teljes szívünkből és minden akaratunkkal és az ő szolgálatára szentelni magunkat. Akkor Isten nagy erőt és örömet fog adományozni az embernek, Isten minden cselekedete olyan lesz neki, mint a méz. Ugyanez lesz a fizikai munkával, a szemlélődéssel vagy a virrasztással is, és az Úr igájának súlyával, minden könnyűvé és édessé válik számára. Az emberek iránti szeretetéből a mi Urunk azonban hagyja, hogy az ellenfelek is működjenek ellenük, hogy ne váljanak gőgössé, megerősödjenek a küzdelemben, és egyre inkább növekedjenek. Így az ő ténykedésük nyomán erő helyett elnehezülést és legyengülést, öröm helyett szomorúságot, pihenés és nyugalom helyett zaklatottságot, édesség helyett keserőséget tapasztalnak és sok más ebből származó dolog sújtja azt, aki Istent szereti. De ettől még erősebbé válik, és győzelmet arat. Amint győzni fog, a Szentlélek lesz vele mindenben, és olyan erőssé teszi, hogy nem kell többé félnie semmi rossztól. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 18,8)*

A cél elvesztése

*„Miért beszélsz te parancsolataimról,
s miért veszed szádra szövetségemet?
Hiszen te gyűlölöd a fegyelmet
és hátad mögé veted szavaimat” (Zsolt 50, 16-17).*

1. Az imádkozás abbahagyása egy erőteljes indíték hiánya vagy a valódi cél elvesztése miatt

Az ima lelki tevékenység, és mint minden tevékenységnek kell, hogy valami indítéka és valós célja legyen.

Pontosan ezért mindig meg kell vizsgálnunk a szándékok hitelességét, amelyek imára ösztökélnek, és hogy bizonyosak legyünk a cél felől, amelyet el akarunk érni az ima által.

Az ima folyamatosságának biztosítéka a helyes szándék.

A valós cél biztosítja és fokozza az ima buzgóságát, és vonzóvá teszi az ember szívének.

Ha megkérdezel: „Mi a valódi szándékod, ami imára ösztönöz?”, azt felelem neked, ami az Úr parancsa: ’Virrasszatok és imádkozzatok, ... szüntelen kell imádkozni, és nem szabad belefáradni.’” (Mt 6,6. 9; 26,41; Lk 18,1). Isten parancsa imára készítet, minden erejével. Amíg teljes szívemből, az Úr iránti hűségből és tiszteletből ragaszkodom a parancshoz, pihenés nélkül fogok imádkozni, mert minden parancs a kegyelem titokzatos erejét hordozza magában, ami megvalósításra készítet.

Ha azt kérdezed tőlem: „Mi a célod, amikor imádkozol?”, azt válaszolom neked, hogy az az égető vágy, hogy folyamatosan Isten jelenlétében éljek, vagy hogy a szeretet áldozataként felajánljam neki a lelkemet, vagy hogy egy teljesen az Úrra hagyatkozó életre vágyom, alázatban, vagy hogy mindig a lábaim elé vessem magam, hogy irgalmából mentsen ki a bűn kelepceből. Amíg szememet ezeknek a céloknak egyikére szegezem, amit a kegyelem sűg a szívemnek, az ima hőfoka megmarad és megújul, mert a cél, amit egész lényemmel, buzgalommal követek, mint az isteni terv szent megvalósulását, vonzóvá teszi az imát.

Tehát ha csak a szándéokra bízunk magunkat, anélkül, hogy saját szívünk célját ismernénk, az buzgalom nélküli imához vezet, amelynek az ember nem találja elégséges célját, amire valóban rábízhatná magát.

Ugyanilyen módon, ha megelégszünk egy nagyon pontosan meghatározott céllal, de hiteles szándék nélkül, az nem elég arra, hogy az ima kitartson. A célok változnak vagy megszűnnek az út alatt, sokszor különösen hosszan a szándékot hagyva az ima egyedüli mozgatójának. Így amikor elveszítjük a célt, elég, ha folytatjuk az imát, mert ez isteni parancs.

A nem hiteles szándékok és helytelen célok az ember tudtán kívül be tudnak avatkozni az imába, mert az ember nem ismeri a lelki valóságot. Például az énje dédelgethet egy titkos vágyat, hogy a lelki eredményeivel elismerést szerezzen magának, vagy a lélek nagyobb hajlandóságot mutat a világ felé, mint Isten felé és jobban kedveli a testet, mint a lelki felemelkedést.

A szándék célja lehet az anyagi javak megszerzése, vagy azok élvezete: ez tisztán minden lelkiséget nélkülöző földi cél.

Táplálkozhat a tervek sikeres kimenetele, a különféle tevékenység, a világban való személyes dicsőség elérése céljából. Ebben az esetben a szándék fizikai és világi, bizonyosan nem lelki és isteni.

Ezen kívül lehet még az ellenségektől való megszabadulás vágya, a bosszú, a harag és gyűlölet szellemében. Ebben az esetben az indíték ártó szándékú és ördögi, és nem látszik benne semmi, ami Isten dicsőségét szolgálná.

Mindazonáltal az ima alatt ezek a helytelen szándékok egy bizonyos fokig lángra tudják lobbantani a szívet a hamis célért, ráveszik a böjtre, könnyekre, egészen a maximális megalázkodásig. De ezek hamis motivációk az egoizmus táplálta ösztönzések és érdekek. Állandósága és állhatatossága ellenére ebből az imából hiányzik az Isten akarata szerinti kifogástalanság és feddhetetlenség.

A hamis és helytelen szándékok nem gátolják az imát, de hiábavalóvá teszik. Így miközben a szándékok elmaradása egy bizonyos időre az imádkozás akadályává válik, a cél értéktelensége, a hamis szándékok megjelenése nem akadályozza meg, de mint már mondtuk, értelmetlenné teszi.

2. A helyes imaszándékok

Hogy világossá tegyük az utat és ellássuk helyes jelentéssel, megpróbáljuk felsorolni a Bibliában kinyilatkoztatott, tehát Isten akaratával megegyező imaszándékokat.

1. Imádkozunk, mert az ima, mint már mondtuk, isteni parancs, ami magába foglalja a vita, a tagadás és körtönfalazás nélküli engedelmisséget (vö. Mt 6,6.9; Lk 18,1).
2. Imádkozunk, mert az ima az egyetlen kapcsolat, ami lehetővé teszi az embernek, hogy Istennel találkozzon. Ima nélkül lehetetlen kapcsolatba lépni Istennel, a vele való kapcsolat nélkül az ember lelke halálra van ítélve (vö. Jn 15,6).
3. Imádkozunk, mert az imát Isten hozta létre, mint lehetőséget arra, hogy oltalma alá vegyen bennünket, hogy elkerüljük a gonosz lélek kísértései nyomán az elbukást, vagy ha mégis elbuktunk, akkor vállaljuk és legyőzzük. Akkor ezek a megigazulásunkat szolgálják, és nem okozzák vesztünket: „Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne essetek!” (Mt 26,41)
4. Imádkozunk, mert Isten egyetlen lehetőségként az imát adta, hogy meghallgassa kéréseinket, és irgalmasságában teljesítse: „Ne legyetek semmiben sem aggodalmaskodók, hanem minden helyzetben hálaadással végzett imádságban és könyörgésben terjesszétek a kéréseiteket Isten elé!” (Fil 4,6)
5. Imádkozunk, mert az ima titokzatos és hatékony eszköz, hogy segítség érkezzon minden személynek, aki sürgősségi helyzetben van, veszély, betegség vagy lelki zavar esetén: „Imádkozzatok egymásért, hogy meggyógyuljatok” (Jak 5,16).
6. Imádkozunk, mert az ima a hálaadás és dicsőítés isteni szertartása, amit előír a fiainak, és a szolgáknak egyaránt: „Ha tehát én atya vagyok, hol az én tiszteletem, és ha én Úr vagyok, hol a félelem tőlem?” (Mal 1,6)
7. Imádkozunk, mert az ima elő van írva nekünk, hogy tegyük meg az ellenfeleink érdekében, akik ellenségesek és rosszat akarnak nekünk: „Szeressétek ellenségeiteket, és imádkozzatok üldözőitekért” (Mt 5,44).

Ennek a hétféle szándéknak mindegyike azonban követelményt foglal magába, amit nem lehet figyelmen kívül hagyni.

1. Mivel az ima isteni parancs, a parancsnak való engedelmisségnek kell kísérnie, legyen lelki, kitartó, nem köntörfalazó.
2. Mivel az ima az egyetlen kapcsolat, ami egyesít bennünket Istennel, gondosságnak és figyelemnek kell kísérnie, amely minden más dologra való figyelmet megelőz, hogy ez a kapcsolat ne szakadjon meg.
3. Mivel az ima a kísértés megelőzése és erő a legyőzésére, éberségnek és állandó figyelemnek kell kísérnie.

4. Mivel az ima eszköz arra, hogy Isten elé vigyük kéréseinket, nagy alázatnak és állandó könyörgésnek kell kísérnie, hogy az alkalmas pillanatban magához emelhesse bennünket.
5. Mivel az ima mások segítésének eszköze, gyengédségnek és tiszteletnek kell kísérnie.
6. Mivel az ima Istennek, az Atyának és az Úrnak szentelt isteni szertartás, tiszteletnek, imádásnak, félelemnek és hódolatnak kell kísérnie.
7. Mivel az ima a gyűlöleten aratott győzelem, kíméletnek, a szív nyugalmanak és a lelkiismeret tisztaságának kell kísérnie.

Valójában mindezek a titkos belső utasítások ugyanannak a belső erőnek a különböző hatásai, ami a kegyelem, ami a szívben lakik, és azt Isten parancsainak teljesítésére irányítja. Attól a pillanattól kezdve, hogy az ember eltökélten és nagy vágygal kinyitja a szívét, mérhetetlen kegyelem árasztja el.

Megjegyezzük, hogy ez a hét útmutatás, amit a Szentírás tanácsol, mint az ima helyes szándékait, bemutatja, hogy nem a parancsok és felszólítások egyenkénti megtartásáról van szó: nem lehet egyet kiválasztani, és a másikat elutasítani. Mind együtt alkotják azt az állandó forrást, amiből imánk mindig erőt merít, hogy megőrizzük az állhatatosságot.

A hét szándék megszilárdulása a hívő ember szívében isteni erővé válik, képessé teszi arra, hogy minden akadályt legyőzzön, amelyek eltorlaszolják a lelki élet útját, és az imádkozás abbagyásával fenyegetik.

Példának okáért, ha egy embernek kiküszöbölhetetlen anyagi nehézségekkel vagy súlyos és veszélyes helyzettel kell szembesülnie, amibe az élete belekerül és gondban lesz a lelke, és a gondolatainak minden energiáját felemészti, az meg tudja akadályozni az imáját. Itt nagy lelki bölcsességgel a Szentírás azt tanácsolja: „Ne legyetek semmiben sem aggodalmaskodók, hanem minden helyzetben hálaadással végzett imádságban és könyörgésben terjesszék a kéréseiteket Isten elé!” (Fil 4,6). A Szentírás a fő akadályt imádságot ösztönző erővé alakítja.

Meg kell jegyeznünk, hogy a feszültség, hogy eleget tegyünk ezeknek a szükségleteknek – fontosak, szükségesek és súlyosak – nem az ima célja, hanem az ima szándéka. Ha engedelmessé válnak a Szentírás parancsának és bölcs tanácsának, nem azért fogunk imádkozni ezekért a fontos szükségletekért, hogy Isten megadja azt, amit kérünk tőle, hanem hogy „tudassuk vele”. Aztán ő azt ad meg abból, amit kérünk tőle, amit akar.

De ha az ima elválik Isten előírt szándékától, megakadályozza: „Terjesszék a kéréseiteket Isten elé” és ebben a saját személyes célját akarja megvalósítani, amit saját magának szeretne és megfelelőnek tartana, akkor az ima elveszti isteni jellegét, amennyiben tisztán a parancsnak való engedelmesség, és megfosztja magát az ima következményétől, az erejétől és a hatékonyságától.

Nézzünk egy másik példát. Amikor az aljas ellenség fegyvert fog az ember ellen, sérelmet okoz neki és megbántja, ha ő az ösztöneire, a gondolataira és az érzéseire hagyatkozik, szükségszerűen összezavarodik, elveszti a higgadságát, békéjét, nyugalomát, ami az ima abbamaradását jelenti és a szívéből származó félelemtől, és gondolattól elerőtlenedik. Itt isteni bölcsességében Krisztus azt tanácsolja: „Szeressétek ellenségeiteket és imádkozzatok üldözőitekért” (Mt 5,44; Lk 6,27-28). Ha az ember így tesz, az ima akadályát az ima szándékává alakítja. Alighogy elkezd megbocsátani az ellenségeinek, és imádkozni kezd, azért, hogy Isten irgalmazzon nekik, hogy jót tegyen velük és megbocsásson nekik, az imája újjáéled, felülemelkedik a saját érzelmein és akadályok nélkül állhatatos lesz az imában.

Krisztus megmutatja az ellenségekért mondott ima háttérét, amikor azt mondja: „Hogy fiai legyetek mennyei Atyátoknak” (Mt 5,45). Krisztus az ellenségei színe előtt állót átviszi Isten színe elé, a lélek rossz gondolatokba, gyűlöletbe, haragba, bosszúvágyba való bezártságát az elszenvedett sérelmek és elnyomás ellenére a béke és a nyugalom nyitott terévé változtatja az Atya ölében, akkor is, ha még most is szenvedünk az ellenségeinktől.

Így Krisztus azt tanácsolja, hogy imádkozzunk ellenségeinkért, hogy jót tegyünk velük, azzal a céllal választva ezt indítékot, mint az imánk szándékát, hogy a gyűlölködés romlott és mulékony levegőjéből kivezessen Isten jelenlétének terébe és örök békéjébe.

De ha tudatlanságunkban azt véljük, hogy az ellenségeinkért mondott ima segítséget nyújt számunkra, hogy föléjük kerekedjünk és legyőzzük őket, az veszélyesnek bizonyulna a lélek számára. Isten lehetővé tudja tenni, hogy ellenfeleink változatlanul elnyomjanak és megsértsenek és a lélek látva, hogy nem teljesül a cél, amiért imádkozott, vagyis nem győzött az ellenségein, elcsügged és abba hagyja az imádkozást. Ennek oka az isteni szándéktól: „Hogy fiaim legyetek mennyei Atyátoknak”, való eltérés, a személyes cél eléréseért, amit ő tűzött ki magának: visszaverni az ellenséget és legyőzni.

Ha megfosztják az imát az isteni tulajdonságtól, ami lehetővé teszi a hűséget az Isten által megszabott szándékhoz, elveszti erejét és hatékonyságát, elbizonytalanodik és megszűnik.

Hogy imánk számára biztosítsuk az állandóságot, a maximális erőfeszítést és hatékonyságot, be kell tartanunk az Úr által ajánlott helyes szándékokat, és nem szabad eltérnünk tőlük a saját elképzeléseink szerint.

3. A helyes cél

Hogy világossá tegyük a javasolt utat, pontosítsuk az ima helyes célját, ami megegyezik Isten akaratával.

Az ember lelkiélete számára Isten egy legfőbb célt akart adni, amiben minden isteni parancs összefut, ez pontosan: örök életközösségben lenni Istennel, ami abban a pillanatban elkezdődik, amikor az ember a hit által megnyílik Krisztus megváltó és üdvözítő misztériuma számára és megkapja a Szentlélek pecsétjét.

Ez a közösség napról napra fejlődik és erősödik az ima által, amelyben kinyilvánul az ember számára, hogyan kell egyre nagyobb tökéletességre jutni az Istennel való közösségben.

A végső cél, hogy megtartsuk az ima helyes és isteni célját, jobban, mint más lelki tevékenységet, nincs egyszerre minden felfedve az ember szívében az üdvösség útján. A kegyelem megelégszik egy kis rész felfedésével, hogy ne gátolja az embert a fáradozásában és keresésében. Rendszerint lassanként halad előre és fedi fel az ember számára a befogadóképességének határáig és erőivel arányosan. Lépésről lépésre halad előre a lelkiéletben, egyre magasabb lépcsőfokokat kitűzve, de mindig fejlődésének céljával, és hogy ne akadályozza az útját.

Bár az imaélet egyetlen végső célja kell, hogy legyen az élet örök közössége Istennel, a kegyelem fokozatosan, egymásután következő fokokban fedi fel ezt számunkra.

Kezdetben a megtérés útján az első fok, hogy a kegyelem javasolja, mint célt, hogy szabaduljunk meg a bűn hurokjából és szokásaitól, a gondolataitól és a szívünkbe és a fejünkbe mélyen belegyökerezett maradékaitól. Akkor a kegyelem ráveszi az embert, hogy arra koncentráljon, hogy vágyai, reményei, minden gondolata és törekvése, a bűn hatásától és szolgásgból való szabadulását gyorsítsa. A bűnei és elbukásai emléke nem hagyja el őt, égeti és felkavarja a szívet a múlt miatti fájdalom, heves tüzzel felszítva imáit, ami sose nyugszik, se éjjel, se nappal. A lélek nem szűnik könnyezni és könyörögni, hogy kiszabaduljon a bűn hurokjából.

Egy bizonyos idő elteltével, elérve a tisztaságot és a belső megtisztulást, a kegyelem megszünteti a buzgóságot, ami a bűnök kutatását és vizsgálatát ösztönözte, előkészítve ezzel az előrehaladás új területére való bejutást. Lehetséges, hogy ez az állomás megzavarja az embert, és azt gondolja, hogy a kegyelem elhagyta, mert a könnyek mennyisége elapad, és nincs abban az állapotban, hogy folytassa az emlékezést a bukásaira, és hogy mint előzőleg, bemutassa a bűnbánat méltó cselekedetét. Valójában az ima célja akaratától függetlenül, előrehaladásának új állapotának megfelelően megváltozott, a bűnök vizsgálatának területéről

egy másik területre tevődött át. Anélkül, hogy az ember számot vetne ezzel, egy új cél körvonalazódik, és új melegséggel kezd felragyogni a szívében és a lelkében, és az ima minden erővel felruházva jobban fellángol. Ez az új cél lehet az önmagáról való lemondás szenvedése, az alázaté, és a látszólagos vagy tényleges dicsőítés visszautasítása. Az képezi számára helyes ima célja második lépcsőfokának kezdetét.

Hasonlóan, ha az ember mindig figyel a kegyelem sugalmazásaira, a lélek viszonylagos vezetésére, folytatja a haladást egyik lépcsőfokról a másikra, ahogy a Szentírás mondja: „Dicsőségről dicsőségre az Úr Lelke által.” (2 Kor 3,18), amíg elérjük minden erőfeszítés és ima célját, a bensőséges egységet Istennel.

A bűn uralmától való megszabadulás pillanatától az Istennel való teljes egység megéléséig az ima célja a kegyelem különböző lépcsőfokain keresztül fejlődik. Nehéz megszámlálni és meghatározni őket, mindenekelőtt, mert a sorrendjük az egyik vagy a másik személynél különböző. Egyik élete kezdetén kapja a keresztet minden keserűségével, a másik élete végén. Egyiknek az Istennel való kapcsolat öröme már kezdetben megadatik, másinak ugyanaz az öröm hosszú ideig rejtve marad. Akármilyen szent is legyen vagy bensőséges kapcsolatban Istennel, az ember nem cserélheti fel a felfelé haladás misztériummal teli lépcsőit.

Példaként, anélkül, hogy igényt tartanánk arra, hogy irányadó szabállyal lássuk el, felfoghatjuk úgy, hogy a kegyelem útja, ami a kiválasztottakat elejétől végig vezeti az imaéletükben, a következő:

1. Heves vágy, hogy könnyekkel és bűnbánattal kísérve megszabaduljon a bűn hurokjából,; „Moss meg engem és a hónál is fehérebb leszek” (Zsolt 51,9).
2. Az önmegtagadásnak és a megalázásnak a heves vágya, menekülés a dicsőítés és a hiúság elől: „Én azonban féreg vagyok, nem ember, embereknek gyalázata, népnek utálata” (Zsolt 22,7).
3. Életünk Istennek való belső átadásának heves vágya, gyakorlatilag minden személyes akaratot feladva.
4. A gyermeki szív tisztaságának és egyszerűségének heves vágya, amelynek nincs más támasza, mint az isteni akarat.
5. Az isteni szeretet mély misztériumába való belépés heves vágya, ahol a vele való egyesülés spontán, erőfeszítés nélkül megvalósul.

A kegyelem mindig szabad, hogy úgy vezesse az embert, ahogy neki tetszik, és ahogy ő akarja. Fel tudja emelni olyan magasra, amit nem érdemelt ki, és leviheti olyan mélyre, ami neki már elképzelhetetlen volt. Nagyon gyakran a kegyelem kézen fogja az embert, hogy elkísérje ezek között a különböző állomások között: az ember úgy érzi magát, tele boldogsággal, vigasztalással és örömmel, mintha a paradicsomban járna. Azt gondolja, hogy végül megérkezett. De egyszer csak a kegyelem visszaviszi arra a szintre, ahol ténylegesen tart, és szükséges tüzet ajándékoz neki, hogy eleget tegyen a követelményeknek.

Az Atyák mindegyike nagy hangsúlyt helyezett a szív tisztaságára, mint állandó célra, amit az embernek az imádság alatt kell elérnie. Az „Atyák mondásaiban” olvassuk, amit Mózes apát, Nagy Szent Antal kortársa tanácsként mondott Johannes Cassianussal való beszélgetéseiben.

Ezeken a különböző lépcsőfokokon a kegyelem mindnyájuknak lángra lobbantja a szívet, egy heves lendülettel a lelkiélet nagy célja és az imádság felé. Ez a lendület mindig egy élő törekvésben valósul meg, hogy felajánlja az Úrnak az életét, abban az állapotban, süllyedésben vagy emelkedésben, ahol épp van. Ez a törekvés közös a kegyelem minden fokán és kézzelfogható próbája annak, ami minden emberi lét célkitűzése, az Istennel való egység.

Végül ez a törekvés, hogy felajánljuk magunkat a szeretet áldozatában Istennek, a lelki út hitelességének kritériuma és próbája, hogy az imát Isten akarata uralja.

4. A cél fontossága

A cél léte nagyon-nagyon fontos az imában, mert hiteles cél nélkül nehéz, hogy lendületet tudjon venni és meglegyen benne a kellő hév. A cél szűken véve attól függ, hogy milyen lelki fokon vagyunk, és hogy van-e elegendő hév a cél követésére, ami az egész fő motorja és képes fokról fokra vinni és emelni a lelket. Az érzés, hogy egy lelki célt követünk, hevesen kívánva, hogy elérjük, és ami felé a kegyelem segítségével haladunk, egyre inkább „lelki örömet” teremt a szívben. Tapasztalatból tudjuk, hogy a lelki öröm újjáéleszti a kezdő lelkét, és vonzóvá teszi az imát a szemében. Az öröm megnöveli a lelket, ahogy Nagy Szent Antal mondja: „Ahogy a fák, ha nem kapnak vizet a természettől, nem tudnak nőni, úgy a lélek is, ha nem kap égi örömet, nem tud se haladni se felemelkedni. Vannak lelkek, akik égi örömet kaptak, hogy magasra tudjanak nőni”.⁸⁷

Ha elvész a lelkiélet célja és elhomályosodnak a célkitűzések és az ima célszerűsége, az súlyos jele annak a veszélynek, ami az imát fenyegeti, hogy a lélek aggodalmainak szűk határai közé szorul, és következképpen bár az ima szándékai érintetlenek maradnak, csak tengődni fog. Valójában az történik, hogy az ima hiteles céljának elvesztése hosszabb vagy rövidebb időszakokra befolyással van az egész lelkiéletre, és előidézzi azoknak a szándékoknak az elakadását, amelyek az embert imára ösztönzik.

Hogy megerősítsük ezt az igazságot, íme egy példabeszéd az Atyák mondásainak gyűjteményéből (*Apophthegmata Patrum*):

Egy öreg szerzetestől (Abba Hilarion), azt kérdezték, hogyan lehetséges, hogy egy buzgó szerzetes, nem botránkozik meg, amikor lát valakit visszatérni a világba. Azt válaszolta: „Meg kell nézni a kutyákat, ahogy a nyulakra vadásznak, ahogy egyik közülük, látva a nyulat, üzi, amíg el nem kapja, semmitől sem hagyva magát visszatartani, miközben a többiek egyszerűen csak a kutyát látják, ami a nyulat üldözi, és futnak vele egy szakaszon, aztán meggondolják magukat és visszatérnek. Csak amelyik látta a nyulat, az üldözi, amíg el nem kapja, anélkül, hogy hagyná magát eltéríteni a futás céljától azoknak a szándéka miatt, akik visszatértek. Nem nézi a meredélyt, se a tüskés bokrokat, se bogáncsokat. Ugyanígy, aki a mi Urunkat, Krisztust keresi, szemét állandóan a keresztre szegezve, legyőz minden előtte tornyosuló akadályt, amíg el nem éri a keresztet.

Ez az elbeszélés világosan megmutatja a lelkiélet szándékát és célját.

Az első kutyát az éhség ösztönzi, hogy üldözze a nyulat, a vadászat és az üldözés szeretetének ösztönéből. Az ő célja a nyúl, ami előtte fut, ami a képzeletében máris finom falatokat jelent. Látjuk tehát, hogy a cél élteti a szándékot, azaz az éhség ösztöne. Nem állítja őt meg a futás hosszúságának kellemetlensége, sőt megérezve a zsákmány szagát, kitart és gyorsítja futását, nem törődve a fáradtsággal, sebesülésekkel és akadályokkal.

A többi kutya azonban csak az eredeti ösztönei miatt futott: a vadászat és az üldözés szeretete. Ebben az esetben megállapítjuk a cél teljes elmaradását. Nem látták a nyulat és az ő futásuk, akkor is, ha egy bizonyos ideig tartott, egyre jobban lelassult, egyre nagyobb erőfeszítésre volt szükségük, addig a pillanatig, amíg a fáradtság győzedelmeskedik a szándék fölött, kioltja, abbahagyják a futást és megállnak.

Ez a realista elbeszélés látni engedi, hogy a cél maximális szinten hordozza a szándékot. Azt is látjuk, hogyan segíti egymást kölcsönösen a cél és a szándék abban, hogy túl a normál képességeken legyőzze a nehézségeket és akadályokat. A megfelelően élő cél és örömforrás

⁸⁷ Nagy Szent Antal, Levelek 13,1

az isteni ígéretekre alapozva és a kegyelem támogatásával, alkalmas arra, hogy az emberben újabb képességeket hozzon felszínre és megnövelje energiáit, amelyek segítik, hogy a veszteségeket és fáradtságot semmibe véve legyőzze az akadályokat és nehézségeket.

De olyat is látunk, hogy néha megtörténik, hogy amikor szem előtt téveszti a célt, az hogyan teszi lehangolttá a lelket. Erejét veszti és ólmos fáradtság vesz erőt rajta. A lélek boldogtalan, szenved, átadja magát a kétségbeesésnek és felhagy minden erőfeszítéssel, bár minden emberi képesség, energia és minden más körülmény birtokában van, ami a siker megragadásához szükséges. Mint látjuk, a kétféle magatartás közti különbséget a cél elvesztése okozza.

Megtörténhet, hogy a lelkiélet eltérül az ember által állított hamis célok felé. Az embert fogva tartják ezek, mert egyfajta önelégültséget és színlelt boldogságot hoznak létre benne. Ezek a hamis célok, semmivel sem kevésbé erőteljesek a helyes céloknál: ezek is képesek lánggra gyújtani az imát, és erőfeszítésekre sarkallni a lelket.

Kezdetben nehéz megkülönböztetni azt a személyt, aki a kegyelem hatására Isten szerinti helyes célért imádkozik, attól a másiktól, aki az emberi éntől eltorzított, önelégültséget kereső hamis célért imádkozik. Egy bizonyos idő után azonban a különbség az idő előre haladtával egyre inkább láthatóvá válik. Keresd akkor azt, aki hamis, személyes célokért imádkozott és küzdött, és nem találod, mert a hamis cél, ami az emberi énhez kötődött, gyorsan szertefoszlott, és nem volt többé se íze, se értéke, nem létező délibábbá vált. Mindkét esetben a valósággal szembesülve a lélek visszahúzódik és kivonul az ima és a lelki küzdelem területéről.

Például az ima hamis céljai, amelyek gyorsan meddővé teszik, a dicséret, a tisztelet és megbecsülés keresése az emberek részéről. Miután elérte ezeket a célokat és mohón habzsolta örömeiket, az ember felfedezi, hogy olyanok voltak számára, mint a mérgezett méz: minél többet fogyasztott belőlük, annál inkább megmérgezték.

Az imádkozó ember hamis célja, ami délibábra hasonlít, például az lehet, hogy azért imádkozik, hogy szent vagy csodatévő legyen. Az ilyen ember állhatatosan és állandóan imádkozik és küzd ezekért a célokért, hogy végül felfedezze, hogy nem is léteznek: minél közelebbinek tűnnek, annál távolabb vannak.

Az ima hamis céljainak három megjelenési formája van:

Első: Azért imádkozni, hogy a világ szemében dicsőséget szerezzünk.

Második: Azért imádkozni, hogy elismerést érijünk el Istennél.

Harmadik: Azért imádkozni, hogy igaznak látsszunk a saját szemünkben.

Hogy bizonyos lehessen a saját útja és imája helyességében, az embernek alaposan meg kell vizsgálni a célt, amit követ és keresni a buzgóság és a cél forrását, ami áthatja imáját, hogy ne térítse el hamis cél. Végül könnyű felfedezni az esetleges tévedés mértékét, ha felismerve a célt, amit buzgón követ, összehasonlítja az Isten akaratával megegyező helyes célokkal, amelyeket már említettünk.

Valójában attól a pillanattól kezdve, hogy az ember eltér és a hamis célok egyikének mögé szegődik, az ima érzelmek és értékek nélkülivé és erőtlenné válik. Nem marad más, mint a forma, amit az ember hamis célja elérése érdekében törekszik egyre tökéletesebbé tenni. Az ilyen megváltozott ima összekapcsolódik hamis céljával, és ettől keménységet, mesterkéltséget és buzgóságot kap. Több hasznot is szerez az ember ebből a személyes célból, sokat imádkozik, megerősödik, vidám lesz, miután jutalmat érdemlő foglalatossággá vált. De a mennyei jutalma alatta marad annak, amit bármelyik más rendes tevékenység hozna számára.

Az ember, aki elveszíti a helyes célt, és hamis célt követ, nem figyel arra a zavarra, aminek az áldozata. Az imája elveszíti az erejét és állhatatosságát, és kétségeket ébreszt benne. Az ima, legyen az egyéni vagy közösségi, szükségszerűen elveszti a melegségét és örömét, és teherré válik a lélek számára. Az ember elveszett időnek érzi, és hogy nincs belőle

semmi haszna. Az egyéni ima alatt növekszik a gondolatai szétszórtsága, nehezzé és unalmassá válik. A közösségi ima során egyre inkább mások megítélésével foglalkozik, akik körülötte imádkoznak, sőt magával a szertartással szemben is fenntartásai lesznek. Gondolatokba merülten távozik, vádaskodva, hogy mások gyengesége és az ő helytelen viselkedésük az oka annak, hogy ez megtörténik vele, miközben a valódi ok az ő lélek nélküli imája, hogy már nem kapcsolódik a helyes célhoz, és nincs azon a szinten, hogy egész figyelmét Istenre irányítaná, és rá összpontosítaná.

Természetes tehát, hogy az Isten akarata szerinti cél és a kegyelem vezetésének elmaradása meg tudják hamisítani az imát. Elveszti melegségét, és végül teherré válik, amit a lélek nem visel el, és amitől szabadulni szeretne. Hasonlít ahhoz a lusta diákhhoz, aki elveszti a tanulás célját: A tudományok minden érdekesség nélküli teherré válnak számára, értelmetlennek tűnnek, és nem érik meg az ahhoz szükséges erőfeszítést, hogy birtokukba jusson.

Az atyák mondásai (358–369)

Mózes apát⁸⁸ tanítása a cél fontosságáról a szerzetes életében a sivatagi Nitriából Cassianus feljegyzései nyomán:

358. Minden mesterségnek, minden tudománynak van valamilyen rendeltetése és sajátos célja. Aki valamilyen foglalkozási ágban ki akar tűnni, az türelmesen, sőt szívesen elvisel minden fáradalmat és veszedelmet, s vállal minden költséget.

Így például a földműves elviseli a nap forró sugarait és nem fél a dértől, fagytól. Fáradhatatlanul szántja a földet, és a töretlen rögöt újra meg újra az eke alá kényszeríti, hogy alkalmassá tegye rendeltetésére: megtisztítsa minden tövistől, kiirtson belőle minden gazt és művelése által porhanyóvá tegye, mint a homokot. Tudja ugyanis, hogy másként nem éri el munkájának és fáradságának célját: nem terem rajta bő termés és gazdag kalász, hogy abból a jövőben gond nélkül élhessen vagy vagyont gyarapíthassa. Ezért szívesen üríti ki gabonájával teli csúreit is s bízza a magot szorgos munkával a nedves barázdákra: mert az eljövendő aratás reményében nem érzi a jelen veszteséget. Figyeld meg a kereskedőt... hasonlóképpen akik katonáskodással foglalkoznak... Ugyanezt lehet elmondani a mi hivatásunkról is, annak is megvan a maga rendeltetése és sajátos célja. Ennek eléréseért mi is fáradhatatlanul, sőt szívesen vállalunk minden áldozatot. Ezért nem fáraszt ki bennünket a böjt éhsége; ezért találjuk örömeinket a virrasztásban; ezért nem fáradunk bele a szent olvasmányokba és a Szentírásról való elmélkedésbe; nem riaszt vissza bennünket sem a folytonos munka, sem a teljes szegénység és lemondás, sem pedig ennek a végeláthatatlan pusztaságnak a borzalma. Bizonyára ti is ezért vetettétek meg a szüleitek iránti vonzalmat, ezért hagyátok el hazátok földjét és e világ élvezeteit; ezért jártatok be annyi országot: hogy végül eljussatok hozzánk, e műveletlen, tudatlan emberekhez, akik e vad pusztaságban élünk. Mondjátok meg tehát nekem: mi a ti szándékotok és célotok, amely arra ösztönöz benneteket, hogy mindezt oly szívesen viseljétek? (*Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) 1,2 Pannonhalma – Tihany 1998*)

⁸⁸ Ő nem az az etióp Mózes, aki a Baramus (Rómaiak) kolostorában élt a Szkétisz sivatagában. Akiről Cassianus beszél, úgy tűnik, hogy fiatal korában kortársa volt a már öreg Nagy Szent Antalnak. (vö. Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) 2,2 Pannonhalma – Tihany 1998)

359. Mivel állhatatosan sürgetett bennünket, hogy mondjuk meg, mi erről a kérdésről a véleményünk, azt válaszoltuk, hogy mindezt a mennyek országáért viseljük el. Erre ő így felelt: Helyesen és világosan szóltatok a végső célról. De mi legyen a közvetlen hivatásunk, hogy ahhoz mindvégig ragaszkodva elérhessük ezt a célt? Mert elsősorban ezt kell megismernetek.

Mikor mi őszintén bevallottuk, hogy ezt nem tudjuk, így folytatta:

Mint mondtam: minden mesterségnek és tudománynak van bizonyos rendeltetése. Ez nem más, mint a lélek akarata, a szellem folytonos célratörése. Ha valaki nem ragaszkodik ehhez teljes buzgósággal és állhatatossággal, nem érheti el a végső célt, az óhajtott eredményt sem.

Az említett példában a földművesnek az a végső célja, hogy gond nélkül és bőségben éljen. Ezt biztosítja számára a vetés termékeny növekedése. Van azonban közvetlen célja is: alkalmassá kell tennie a földet, hogy rendeltetésének megfelelően. Evégből megtisztítja minden tövistől, kiirtja belőle az összes terméketlen fűveket: mert meg van győződve arról, hogy másképp nem éri el az óhajtott célt, a nyugalmat és bőséget, csak ha munkájával és reménységével már csírájában előre megvalósítja azt, amit egykor valóban élvezni akar...

Így a mi utunk végső célja is az Isten országa ugyan, de előbb azt kell szorgosan kutatnunk, mi a közvetlen feladatunk. Ha ugyanis ezt nem ismerjük fel világosan, hiábavaló erőlködésünkkel csak kifárasztjuk magunkat: mert akik nem járnak a helyes úton, csak az út fáradalmait érzik, anélkül, hogy előrehaladnának.

Mikor mindezt bámulva hallgattuk, az aggastyán hozzátette: Hivatásunk végső célja tehát, mint mondtuk, az Isten országa vagy a mennyek országa: közvetlen feladatunk azonban, vagyis közvetlen célunk a szív tisztaságának elnyerése. Enélkül senki sem juthat a főcélba. (*Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) 1,3-4 Pannonhalma – Tihany 1998*)

*

Nagy Szent Makariosz néhány tanítása.

a) Nagy Szent Makariosz felfedi az „egyetlen célunkhoz”, vagyis Krisztus szeretetének kereséséhez való ragaszkodásunk fontosságát. Aláhúzza a lélek Istennek való felajánlásának szükségességét, amíg az ember elérkezik az egységre Isten Lelkével.

360. Nem lehetséges, hogy valaki saját lelke és az Égi Lélek szeretetének birtokába jusson, ha nem maradt távol mindentől, ami ehhez a világhoz tartozik, és ha a szíve nem marad távol minden anyagi dologtól és minden földi gondtól, hogy mindent egy célért összefogva Krisztus szeretetének keresésére szentelje magát. Ez az engedelmesség révén megvalósítja az összes parancsot. Akkor a lélek minden figyelmét, minden keresését, minden gondját és elfoglaltságát a lelki valóság keresésére fordítja, arra, hogy mi módon öltözhet a törvények, parancsok és a Szentlélek égi ékességébe, és hogyan részesülhet Krisztus tisztaságában és megszentelésében...

Készüljünk tehát szilárd elhatározással, minden akaratunkkal, hogy az Úr felé közeledjünk, megtegyük akaratát, és emlékezzünk Krisztus minden parancsára, hogy valóra váltsuk. Belsőleg zárkózzunk el a világ szeretetétől, egyedül hozzá kötődjön a lelkünk, csak őt akarjuk, ő legyen minden gondunk, szívünk minden keresése rá irányuljon. És ha egy kissé elfoglalnak a testi szükségletek, a szívünk ne különüljön el az Úr szeretetétől, keresésétől és az utána való vágyakozástól, hogy teljesítsük a parancsokat és engedelmeskedjünk Istennek. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 9,10.13.*)

b) Egy másik összefüggésben Szent Makariosz a cél fontosságát magyarázza, amit ő „lelki vágyként” és a lélek felemelkedésének erejeként határoz meg.

361. Azoknak a lelkeknek, akik szeretik az igazságot és szeretik Istent, és akik nagy reménnyel és nagy hittel vágnak arra, hogy teljesen Krisztusba öltözzenek, nincs nagyon szükségük mások figyelmeztetésére és bátorítására, mert az ég és az Úr utáni vágyakozásból belsőleg oda vannak szögezve Krisztus keresztféjére, és napról napra észreveszik magukban a lelki előrehaladást, az Égi Jegyes felé. Ezen kívül az égi vágytól megsebesítve, kiéhezve az erények igazságára, erős és csillapíthatatlan vágy él bennük a Szentlélek megvilágosítására. Bár hitük méltónak ítéltetett arra, hogy megismerjék az isteni misztériumokat, és részeseivé válnak az égi kegyelem örömeinek, akkor se bizakodnak önmagukban, hogy ők valakik. Minél inkább próbálják csillapíthatatlan égi vágygal és fáradhatatlanul keresni, annál inkább méltókká válnak a lelki ajándékokra. Minél inkább megtapasztalják magukban a lelki fejlődést, annál inkább éheznek és szomjaznak, hogy részesei legyenek a kegyelemnek és növekedjenek benne. És minél jobban meggazdagodnak lelkileg, annál szegényebbnek érzik magukat, mert lelki vágyuk csillapíthatatlan az égi cél után, ahogy a Szentírás mondja: „Akik engem esznek, még inkább éheznek, akik engem isznak, még inkább szomjaznak” (Sír 24,29). (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 10,1*)

c) A következőkben Szent Makariosz megmutatja a cél elmaradásának baljós következményeit a lélek számára.

362. De (sokan vannak) gyenge és üres lelkek, akik miközben még a testben vannak, nem keresik már itt a földön a szív nem csak részbeni, hanem teljes megszentelődését az állhatatosság és a türelem által, és akik nem remélték teljes bizonyossággal, a Vigasztalás Lelkével (Paraklétoz) való tökéletes közösség lelki tapasztalatát, és soha nem várták, hogy a Szentlélek által megszabadulnak a gonosz szenvedélyektől. (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 10,2*)

d) Szent Makariosz teljessé teszi a leírását a lélekről, ami miután a lelki fejlődés útján jár, sok vagy kevés haladás után bizonytalan, hagyja magát rászedni az önteltség gondolataitól, abbahagyja a növekedést és meg van fosztva az ima áldásaitól.

363. Bár egy bizonyos ideig méltóak voltak az isteni kegyelemre, de miután rászedte őket a gonosz, amiatt, mert már megkapták a Szentlélek kegyelmét, és a nyugalom, a lelki vágy és a lelki édesség által elnyerték vigasztalását, elhagyják magukat, és nemtörődömök lesznek. Ebben bizakodva gögössé válnak, nem törődnek többé semmivel, nincs bűnbánó szívük, se aláztos lelkük... nem ügyelnek gondosan és hittel, hogy teljesen betöltsék őket a kegyelem, így aztán egy kis kegyelmi vigasszal megelégszenek és megkapják fizetségüket. Ezek inkább a gőg felé haladnak, mint az aláztat felé... A lélek, amelyik valóban szereti Istent és szereti Krisztust, akkor is, ha tízezer igaz tettet hajtott végre, saját magáról úgy tartja, hogy nem tett semmit az Úr utáni csillapíthatatlan vágya érdekében. Akkor is, ha fölemésztette testét a böjtben és virrasztásban, úgy viselkedik, mintha semmit sem tett volna, hogy elérje az erényeket, és hogy méltónak ítéljék a Szentlélek különböző ajándékaira, az égi kinyilatkoztatásokra és misztériumokra, és úgy tartja magáról, hogy még nem tett semmit az Úr iránti mértéktelen és csillapíthatatlan szeretetért. Állhatatosan kitartva az imában egész nap csillapíthatatlanul éhes és szomjas marad a kegyelem misztériumai és minden erény birtoklása iránt. A Szentlélek égi szeretetétől megsebezve ég a heves vágytól az Égi Jegyes iránt a kegyelem

által, ami mindig benne van, óhajtja, hogy a Szentlélektől megszentelve legyen egészen méltó a misztikus és kimondhatatlan egységre vele... Halálának gondolatával azonosulva nagy vágy tölti be, hogy Krisztusért meghaljon, és teljes bizonyossággal bízunk, hogy a Szentlélek által megkapja a teljes szabadulást a bűntől és a szenvedélyek sötétségétől. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 10,2-4)*

e) Végül Szent Makariosz rámutat az állandó veszélyre, hogy lelki célok nélkül, amelyekre buzgón vágyakoznánk, és amelyeket állhatatosan kérnénk és követnénk, megelégszünk kizárólag az ima szándékával.

364. Ha valaki, akiből hiányzik az ima adománya, és csak arra törekszik, hogy azt megszerezze, de nem tesz erőfeszítést a jóságért, alázatért, szeretetért és az Úr parancsaiért és nem törődik velük, nem fáradozik, és nem küzd azért – amennyire szándéka és akarata engedi –, hogy megtartsa őket, olykor meg fogja kapni az imát, mint a Szentlélek részleges ajándékát, enyhüléssel és boldogsággal, ahogy kérte, de ő maga ugyanolyan marad, mint azelőtt volt. Nem jóságos, mert nem törekedett rá, hogy azzá váljon. Nem birtokolja az alázatot, mert nem kérte és nem tett erőfeszítést érte. Nincs benne szeretet mindenki iránt, mert nem kérte imáiban és nem gyakorolta. Nem hisz és nem bízunk Istenben, mert őt magát nem ismerte meg, nem tapasztalta meg a saját inségét és a szenvedésben nem fohászodott az Úrhoz, hogy szilárdítsa meg benne hitet és a valódi bizalmat. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 19,-4)*

*

Nagy Szent Antal néhány tanítása.

a) A célnak, amit követünk, világosnak kell lennie már a cselekedet előtt.

365. Az aki egy vasdarabot kalapál, először elgondolja mit akar belőle készíteni, sarlót, kardot vagy fejszét. Nekünk is tudnunk kell milyen erényre törekszünk, ha nem akarunk hiába fáradozni. *(Nagy Szent Antal élete és mondásai, 35)*

b) Szükséges, hogy imádkozzunk Istenhez, hogy megmutassa, mi legyen a célunk.

366. Nem fáradok bele, hogy imádkozzam értetek az Úrhoz, hogy felismerjétek a kegyelmet, amit számotokra tartogat. Isten irgalmában mindenkire vigyáz a kegyelme által. Tehát, fiaim, éjjel és nappal, ne fáradjatok bele az imába, és ne szólítsátok hanyagul az Urat. Az Atyaisten jósága végül rávezet, és segítséget ad nektek a magasságból, és megtanítja mit kell tennetek. *(Nagy Szent Antal, Levelek 5,1)*

367. Valójában, szeretett fiaim az Úrban, éjjel és nappal kérem az én Teremtőmet, aki kezében tartja a lelkemet, világosítsa meg a szívetek szemét... hogy meglássátok és felismerjétek a nyomorúságokat. Valóban, aki felismeri a saját nyomorúságát, aki a felemelkedés helyes dicsőségét keresi, és aki ismeri saját halálát, az ismeri az örökéletét. *(Nagy Szent Antal, Levelek 6,12)*

368. Én, nyomorult, mondom nektek, hogy a mi Urunk kegyelméből felébresztette értelmemet a halál álmából. Nem sírtam és nem könnyeztem a rövid idő miatt, ami itt a földön maradt nekem. Azon gondolkodom: „Mivel viszonzom az Úrnak mindazt, amit velem cselekedett?” (vö. Zsolt 116,12) *(Nagy Szent Antal, Levelek 7,5)*

Szír Szent Izsák tanításaiból csak a Krisztussal való egységgel kapcsolatban idézünk, mivel az a lelkiélet alapvető és állandó célja.

369. A lelkiélet kezdete, középpontja és célja: fáradozni, hogy Krisztussal egyesüljünk.
(*Szír Szent Izsák, Epistula 4*)

Befejezés

Az imaélet gyümölcsei

„A Lélek gyümölcse pedig a szeretet, öröm, békesség, türelem, kedvesség, jóság, hűség, szelídség, önmegtartóztatás.” (Gal 5,22)

„Aki pedig a Léleknek vet, a Lélekből arat majd örök életet” (Gal 6,8)

„A bölcsesség és az értelem lelke, a tanács és az erősség lelke, a tudásnak és az Úr félelmének lelke” (Iz 11,2)

Írásunk befejezéseként az imaélet kézzelfogható eredményeinek bemutatását tűztük ki célul. Melyek azok a fontos lelki sajátságok, amelyeket a szemlélődő élet adományoz egy személynek az emberi közösség javára? Milyen magas erkölcsi értékektől ragyogó ez az „új ember”, mitől terjeszti maga körül a szentség atmoszféráját, és mitől árasztja Krisztus jó illatát, miközben a saját belsejét méltatlannak tartja, hogy az emberek között éljen?

1. Az érzékek megújulása (370–371)

Valójában a személy aláveti magát egy átfogó változásnak, ami lefedi a teljes belső és külső életét és érzékelése természetes módon átalakul az anyagiból a lelkibe.

A látással kapcsolatban az történik, hogy a szem pillantása, ami örömet leli a teremtés szépségében, a szép természeti tájban vagy az emberi arcok ragyogásában, erről az anyagi világról, ami elmúlik, a múltékony és ideiglenes szépségről, áthelyeződik a valódi szépségre, arra a helyes szépségre, ami nem változik meg soha, nem vetődik rá a változás árnyéka. A szem örömet talál annak szemlélésében, ami túl van minden szépségen, mert elérkezik arra, hogy mindenben Isten szépségét lássa. Így a tekintet átfordul a teremtményről a Teremtőre, a múltékonyról a transzcendens igazságra.

Ugyanúgy, a hallás leválik az érzékelhető hangokról, hogy felemelkedjen a túlvilági hangoknak felfogásának élességére, amelyek nem szűnnek meg Dicsőséget énekelni az Örökkévalónak. A lelki fül elérkezik arra, hogy nagy finomsággal megkülönböztesse az örökkévalóság édes, dallamos harmóniáit, melyek nagy erővel áttörnek a teret, átszelve a felszínes világ ürességét, hogy megérintsék a szívet és felemeljék a lelket az előkészített öröm szemlélésére.

Ugyanígy a száj és a nyelv már Isten dicsőségét hirdetik és dicsérik szent Nevét. A szaglász gyönyörködik az örökkévalóság tiszta illatában, és a tapintás tetszését leli Isten jelenlétének felfogásában, és az ember érzi a különbséget azok között a pillanatok között, amelyekben engedelmeskedik neki, és azok között, amikor meg van fosztva tőle.

370. Abban a pillanatban, amikor az értelem elnyeri ezt a kegyelmet, a Szentlelken keresztül imádkozik és elűz a lélekből minden szenvedést, amelyek a szív szenvedélyeitől felbukkannak.

Tehát a Szentlélek közösségre lép az értelemmel, hogy segítse a parancsok teljesítésében, amelyeket elsajátított. Megtanítja, hogyan tegye a szemek tekintetét a tisztesség és tisztaság által ragyogóvá... A fülek nem hallgatnak többé megszólást se mások gyalázását, hanem békességgel, egyenes lelkűen és együttérzéssel fordulnak minden teremtmény felé. A nyelv is tisztán beszél a lélek irányításával mindig jót mondva... végül nem találsz benne testi akaratot... A kezek másképp tapintanak... a Szentlélek fogékonyra teszi őket a tisztaságra, és felemeli őket az ima által, hogy legyenek irgalmasak és adakozzanak, hogy ily módon, hogy beteljesítsék, amit a Szentírás a tiszta imához ajánl róluk: „Kezem fölemelése legyen olyan, mint az esti áldozat” (Zsolt 141,2)...

A gyomor is úgy nézi az ételt és az innivalót... hogy beteljesítse, amit Szent Pál apostol mond: „Akár esztek, akár isztok, és bármi mást tesztek, mindent Isten dicsőségére tegyetek” (1Kor 10, 31... A lábakat is... a kegyelemtől eltöltött szív uralja, és a Szentlélek akarata szerint mozgatja, hogy jó dolgok megvalósítását szolgálják: a test minden erényben elnyerve a tökéletességet visszatér a Szentlélek hatalmába. Én mondom, hogy az ilyen test már magára vett valamit a lelki testből, ami fel fog emelkedni, ahogy ezt sejteni lehet az igazak feltámadásakor. (Nagy Szent Antal, *Levelek 1,4*)

371. Végül Istennek ezek a látogatásai gyakran olyan jó illatú áhítattal töltenek el bennünket, hogy az felülmúl minden emberi elképzelést. Ennek a gyönyörűségétől elolvad a lélek, és szinte elragadtatásba esik, úgyhogy elfeledkezik arról, hogy még ebben a testben él. (*Johannes Cassianus: Az egyiptomi szerzetesek tanítása (Collationes Patrum) 4,5 Pannonhalma – Tihany 1998*)

Az illat és édesség földi meghatározások, amelyek tökéletlen módon kifejezik a lelki igazságokat, amelyek felfedik a lelki érzékelést, amikor ez eléri a lelki szintet. Hányszor próbálja meg a Szentlélek leírni a mennyország szépségét, az Istennel való bensőséges kapcsolat édességét, az Égi Jegyes milyenségét, földi kifejezéseket felhasználva, hogy felfogjuk az igazságot!

Íme, például ezt mondja a Szentlélek:

„Ízleljétek és lássátok, milyen édes az Úr.”⁸⁹

„Keneteid illata kellemes,
neved kiöntött olaj,
ezért szeretnek téged a lányok!

Miközben a király nyugvóhelyén pihen,
nárduszom illatát árasztja.

Mennyivel édesebb a szerelmed a bornál,
és keneteid illata minden balzsamnál!
Ajkad színméztől csepeg, mátkám!
Méz és tej árad nyelved alól,
és ruháid illata tömjénillat.

⁸⁹ Zsolt 34,9

Benne gránátalma és mindenféle gyümölcs,
ciprusvirág és nárduszok,
nárdusz, sáfrány, illatos nád, fahéj,
mindenfajta tömjéncserje, mirha, áloé
és számtalan pompás balzsam.

Mint az almafa az erdő fái között,
olyan a kedvesem az ifjak között...
és gyümölcse édes az ínyemnek.

Belépek kertembe, mátkám, húgom!
Leszedem mirhámot és balzsamomat,
elköltöm a lépet és mézemet,
megiszom boromat, tejemet!

Szája merő édesség, ő maga egészen kívánatos,
ilyen a kedvesem, ilyen a szerelmem”.⁹⁰

Ezeknek a lélekről szóló kifejezéseknek némelyike úgy tűnik, mint egy rejtvény, és sok keresztényben kérdéseket támaszt, de nem biztos, hogy az a Szentlélek szándéka, hogy homályosan fejezze ki Isten szavait, ha azokat jobban is meg lehet világítani.

Ezeken a képeken keresztül a Szentlélek leírja a Jegyes szépségét és a lélek szépségét, a szeretet gyöngéd érzelmeit és a csodát, ahogy ezeket kicserélik. Ezt nagyon kifejezően teszi, kihasználva a testi érzékek megértéshez szükséges maximális lehetőségeit. Amíg azokat kizárólag a testi kapcsolatra vonatkoztatjuk, a megértésük akadályozott marad. Hogy be tudjunk hatolni a helyes jelentésbe, át kell alakítani érzékelésünket, gondolkodásunkat és képzeletünket a múltkorony testi valóságból arra, ami lelki, transzcendens és örökkévaló, hogy végül felfoghassuk a lélek igazi értékét és megragadhatjuk az Égi Jegyes hiteles arcvonásait. Akkor majd felfogjuk a szépség, az ízlelés, szaglás, a hallás és a tapintás egy másik értelmét. Amikor a lelki érzékelés magasabb szintjén valóban felfogjuk ezeket, lemérhetjük természetes érzékelésünknek gyerekesességét, és hogy mennyire nem fogtuk fel megfelelően a Szentlélek leírásait, amikor Istent jellemezte: „Amikor pedig férfivá lettem, felhagytam azokkal a dolgokkal, amelyek gyermekhez valók. Most ugyanis tükör által, homályban látunk, akkor pedig majd színről színre” (1 Kor 13, 11-12).

Hogy kiszabaduljunk a testi érzékelés korlátai közül, és a szellemi világ tereibe szárnyalhatunk, nincs más eszközünk, mint az elmélkedés és a szemlélődés gyakorlása. Az ő segítségükkel tudunk kilépni a végességünkből, és fejlődünk „dicsőségről dicsőségre”. Amint elérkezünk ennek a valóságnak a közvetlen látására és a lélek belső érzékeinek köszönhetően szétosztatjuk az árnyékokat, felfogjuk a lelkiélet valóságos szépségét, és ezeknek a földies képeket használó leírásoknak az igazmondását.

2. A Szentlélek ajándékai (372–378)

Amikor arról olvasunk, hogy mit mondanak az Atyák a Szentlélek ajándékaival kapcsolatban, nosztalgiával és csüggedten azt gondoljuk, hogy az a távoli múlt eseménye volt és gyakorlatilag elmúlt. De nincs így, a karizma állandó erő az Egyházban, amely nem múlik el az idők végezetéig. A Szentlélek jele és gyümölcse, Isten működésének kinyilvánulása az Egyházban.

⁹⁰ Én 1,3.12; 4,10-11.13-14; 2,3; 5,1.16

A hit gyengeségének, az aszketikus élet és a tiszta imádás (ami nem a saját érdekeit keresi) elhanyagolásának a szeretet kihűlése az oka, ami összeköti a hívő közösséget. A kegyelem kiáradása és a Szentlélek hatékonysága napjainkra ritka és szokatlan dologgá váltak. Velünk is az történik, mint Názáret lakosaival: „Nem is tett ott sok csodát a hitetlenségük miatt” (Mt 13,58). Tehát nem a Szentlélekben van a hiba. Az ő ígéretei mindig érvényesek: „Azokat, akik hisznek, ezek a jelek fogják kísérni: a nevemben ördögöket űznek ki, új nyelveken szólnak, kígyókat vesznek fel, és ha valami halálosat isznak, nem árt nekik: a betegekre teszik kezüket, és azok meggyógyulnak” (Mk16,17-18).

Még kevésbé az idők bűne, mert „Jézus Krisztus ugyanaz tegnap, és ma, és mindörökké” (Zsid 13,8).

Ahogy erről Szent Antal mondja:

372. Mindazok, akik ezt ápolják magukban, nemzedékről nemzedékre megkapják a Szentlélek ajándékát. *(Nagy Szent Antal, Levelek 8,2)*

Bárki, aki ezzel kapcsolatban erőfeszítést tesz, elnyeri Isten ajándékát. Mivel Isten nem hazug és nem tesz különbséget a személyek között, nemzedékről nemzedékre felajánlja azoknak, akik az ő cselekedetei szerint tevékenykednek. *(Nagy Szent Antal, Levelek 9,1)*

Soha egy nemzedékből sem hiányzott, aki elérte ezt a fokot, és a jövő nemzedékei sem lesznek ettől megfosztva. *(Nagy Szent Antal, Levelek 13,2)*

Ezt mondja Krisztus is: „És íme, én veletek vagyok minden nap a világ végéig!” (Mt 28,20). Tehát valóban a mi hibánk, és az ok a mi bizonytalan hitünk és a megfogyatkozott érdeklődésünk a lelki dolgok iránt: „Bizony, bizony, mondom nektek: Aki hisz bennem, ugyanazokat a tetteket viszi majd végbe, amelyeket én teszek, sőt nagyobbakat is tesz majd azoknál” (Jn 14,12).

Az Egyház⁹¹ hitében visszautasítja a karizmák és a gyümölcsök tisztán szétválasztását, vagy még pontosabban, felismeri a karizmák, az erények és a szentség szakadatlan keresése közötti kötelék létét, egyetértve azokkal, akik erőfeszítéseket tesznek a lelki javak keresésére. Arra is hajlik, hogy azt higgye, hogy a kegyelem keresésében való állhatatosság megszentelődéshez vezet és előkészíti a karizmák elnyerését a felebarát javára, és a gyengébbek hitének megerősítésre.

A szentek összessége a kezdetektől a mai időkig örökségként megkapta a kegyelmeket azokkal együtt, akiknek megbízatásuk van az egyház fejétől és hivatásuknak megfelelően tisztán élnek. Általában rajtuk keresztül nyilvánulnak ki a prófétai látások és útmutatások. Az apostoli kegyelem átadása kézzel történik, lényegében így viszik tovább a Pünkösdi tüzet.

Az ősegyház kitűnik bátorságával, hogy habozás nélkül kért karizmákat és lelki gyümölcsöket fiai számára. Egy régi liturgiában – az *Úr Testamentuma*⁹² – van egy különleges közbenjárás a karizmákra és azokra vonatkozóan, akik megkapták azokat. A presbiter azt mondja: „Tartsd meg, Uram, mindvégig azokat, akik a látás karizmájával rendelkeznek, adj támasztékot azoknak, akik a gyógyítás karizmájával rendelkeznek és erősítsd meg azokat, akik megkapták a nyelveken beszélés karizmáját”.⁹³

Nagy Szent Antal véleménye ebben a kérdésben határozott:

⁹¹ A Kopt Egyház

⁹² Testamentum Domini 23

⁹³ Testamentum Domini 23

373. Ő fiaivá tett minket, és ha fiai vagyunk, akkor Isten örökösei is, részesei a szentek örökségének (vö. Róm 8,17). Szeretett fiaim, szentek örökösársai, számotokra semmilyen erény nem idegen, hanem a tiétek, és bennetek van. Nem rejt szem elől ez az átmeneti világ, Isten jól lát benneteket. *(Nagy Szent Antal, Levelek 4)*

Ha elnyeritek, fiaim, ezeket a tökéletes ajándékokat, ne higgyétek, hogy a ti érdemetek, mert valójában egy szent hatalom működik közre minden tetteitekben. *(Nagy Szent Antal, Levelek 6,8)*

374. Őszinte szívvel kérjétek a Léleknek ezt a szent tüzét, és megkapjátok, mert így nyerte el a tisbei Illés, Elizeus és a többi próféta.
Ne kételkedjen a szívetek, ne legyen a szívetek megosztva, és ne mondjátok: „Ki kaphatja meg ezt?” Nem, fiaim, ne engedjétek, hogy ezek a gondolatok befészkeljék magukat a szívetekbe, hanem kérjétek őszinte szívvel, és megkapjátok.
Én is, a ti atyátok, részt veszek a ti erőfeszítéseitekben és imádkozom értetek, hogy megkapjátok, hogy büntelenek és alkalmasak legyetek arra, hogy megkapjátok. Valóban, mindazok, akik ezt ápolják magukban, megkapják a Szentlélek ajándékát... A legmélyebb misztériumokat nyilatkoztatja ki nektek. *(Nagy Szent Antal, Levelek 8,1-2)*

Általában az Atyák óva intenek az önteltségtől, legyen az a kegyelem elnyerése előtt vagy után. Megvetik ezeket a csaló démonokat, akik fényes angyaloknak látszanak, hogy megtévesszék azokat, akik a lelki úton járnak, és megakadályozzák az igazságkeresésüket. Az Atyák számos tanácsot írtak azoknak, akik a szentség igaz útján járnak azzal a szándékkal, hogy megőrizzék őket a démonok számos csapdájától, és elmondták, hogyan lehet föléjük kerekedni és legyőzni őket.

375. Veszélyes és helytelen dolog valódi szükség nélkül látható jeleket kérni... Valódi szükség nélkül az Úr nem nyilvánítja ki tettben vagy látható jelben a hatalmát, hogy ne gyengítse a tőle kapott segítséget... Úgy gondoskodik szentjeiről, hogy hagyja, hogy erejükhöz mérten küzdjenek és imádkozzanak. De ha egy nehézség, amikor betegek, vagy csüggettek, úgy leteríti őket, hogy a természetük legyengül, ő maga siet segítségükre... mert minden hatalmában áll... Megtapasztalta ezt boldog Ammon, amikor elindult, hogy Nagy Szent Antal áldását megkaphassa, és eltévedt a visszafelé vivő úton. Szólt Istennek és meglátta Isten segítségét. Vagy emlékezzetek Abba Makarioszra is, aki a Scetisben kenyeres kosarakat cipelt a vállán. A hosszú úttól kimerülve leült és nem tudott továbbmenni a sivatagban. De nem azt kérte Istentől, hogy hatalma által adjon neki vigasztalást. Ehelyett Istenre bízta magát, és azt mondta: „Ó, Isten, tudod, hogy elfogyott az erőm!” És akkor hirtelen, egy szempillantás alatt ott találta magát, ahová menni készült! *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 60.)*

376. Amit a növekedéséről és fejlődéséről kérdeztél, mindent leírtam neked, és mindazoknak, akik olvasni fognak, és akik el akarnak mélyülni a lelki lépcsőn való feljutásban... Magába foglalja a misztériumok ismeretéből származó olyan rejtett és előkészített karizmákat, mint a kinyilatkoztatás, a prófécia vagy a nyelvek adománya, vagy a testi, lelki vagy pszichikai betegségek gyógyításáé... Íme tehát én leírtam, amit tintatartóval és tintával ki lehet fejezni, de eltitkoltam, amit a Szentlélek a hitelenség és a tapasztalatlanság miatt nem engedett meg kinyilatkoztatni. *(Lépcsős Szent János, Homília a külső és belső érzékek megőrzéséről)*

Ebből következik, hogy a szentek útján szükség van célra, hogy elnyerjék a kegyelem ajándékait. Szent Pál apostol szavaiból nyernek bátorítást: „Ti azonban törekedjete a nagyobb adományokra!” (1 Kor 12,31) és a szent apostolok buzgóságának mintájára vannak kiválasztva: „Most tehát, Urunk, tekints fenyegetéseikre, s add meg szolgálóidnak, hogy teljes bizodalommal hirdessék igédet. Te pedig nyújtsd ki kezedet gyógyításokra, hogy jelek és csodák történjenek szent Fiadnak, Jézusnak neve által” (Csel 4,29-30).

Mindazonáltal nyilvánvaló és jól megszilárdult irányelv az Egyházban, hogy a lelki küzdelmeink célja nem lehet a karizmák megszerzése, hanem azok csupán eszközök arra, hogy elérjük a végtelen út legyőzését, amiről Szent Pál beszél: „Ti azonban törekedjete a nagyobb adományokra! Emellett még egy mindennél kiválóbb utat is mutatok nektek... a szeretetet... A szeretet soha meg nem szűnik. A prófétálások véget érnek, a nyelvek megszűnnek, a tudomány elenyészik... amikor pedig eljön majd a tökéletes, a töredékes véget fog érni... Törekedjete a szeretetre, keressétek buzgón a lelki adományokat” (1 Kor 12,31; 13,8.10;14,1).

Mivel a keresztségben való újjászületésünkön keresztül megkaptuk a jogot, hogy belépünk a tiszta kegyelmi életbe, kötelességünk ezt a jogot gyümölcsöztetni az igazság és a szentség keresésében, hogy megszerezhessük a Szentlélek Pünkösöd napján átadott lángoló tüzeit.

377. Olyan nagy a Szentlélek tüze, amit magam is megkaptam, kapjátok meg tehát ti is! Ha azt akarjátok, hogy ő bennetek maradjon, ajánljátok fel előbb a test fáradozását és a szív alázatát, gondolataitokat éjjel-nappal az ég felé emelve. Őszinte szívvel kérjétek a Szentlélek tüzeit és megkapjátok. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 8,1)*

A Szentlélek tüze elnyerésének közvetlen és hatékony a hatása. A lélek egyre mélyebben behatol a szellemi valóságba. A Szentlélek bölcsessége, amit a homályos testi érzékelés eddig megakadályozott, hozzáférhetővé válik. Ekkor a lélek csatlakozik a szellemi lények szívéhez. Szent Diodokhosz a lélek leírásában úgy jellemezte, hogy a lélek eljutott a „tisztán szellemi” szintig. Ezen azt érti, hogy a lélek nem elégszik meg többé azzal, hogy a lelki valóságokat szemléli, hanem ő maga szerves részévé akar válni, annak, amit szemléli. Nem úgy szemléli és beszél az isteniről, mintha kívülálló lenne, hanem mintha természetének szerves része lenne!

378. A lélek, csak a lelki keresés, a hit és sok türelem révén találta meg az Urat, az igazi kincset... és hozza meg a Szentlélek gyümölcsseit, benne és rajta keresztül tiszta, tökéletes és feddhetetlen módon. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 18,3)*

Az atyák mondásai

Az imaélet gyümölcsei

A misztériumok megismerése és megkülönböztetése (379–381)

379. Az apostol... azokért, akik az ő fiainak számítottak a hitben... imádkozott... azért, hogy elérkezzenek ennek a végtelen gazdagságnak a megismerésére, amire ő már felfigyelt, a valódi tisztánlátásra, ami a megismerés. Semmi sem fontosabb ennél a kereszteni hitben. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 11,1)*

380. Így van ezzel, szeretetteim, a szentek minden nemzedéke: Ha egyszer megtalálták a Szentlelket és az leszállt, hogy bennük lakjon, számtalan kegyelmet gyümölcsöznek az Úrban. A Szentlélek csak olyan lelkekben lakik, akik hasonlítanak ezekhez az áldottakhoz. Nagy misztériumokat nyilatkoztat ki nekik, örömet és nyugalmat ad a szívüknek ezen a világon, ugyanazt adja nekik éjjel és nappal. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 19,3)*
381. Amikor a lélek nem szomorodik el többé a Szentlélek valamilyen dolga fölött, hanem engedelmeskedve minden parancsnak hozzájárul a kegyelemhez, akkor méltóvá válik, hogy elnyerje a szenvedélyektől való szabadságot és megkapja a Szentlélek gyermekké való örökbefogadásának teljességét, a bölcsesség megkülönböztetésének kinyilatkoztatását, a lelki gazdagságot, és olyan értelmet, ami nem ebből a világból való. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 9,7)*

Isten ügyének lelkes hirdetése (382)

382. Amikor a szent emberek sietve felrepülnek a magasság valóságainak szemlélése felé, amikor lelkük zsengeit szeretetben egyesítik az égi hazáért, de ember mivoltuk miatt visszazuhanak önmagukba, akkor elbeszélik testvéreiknek a mennyei javakat, melyeket, mint egy tükörben szemlélhettek. Testvéreik elméjét lángra gyújtják a belső fény szeretete által, amit nem voltak képesek sem a maga valójában látni, sem pedig kifejezni, ahogy azt látták, de amíg beszélnek róla, szavaik megsebzik, és lángra gyújtják annak a szívét, aki hallgatja őket.

A szív naggyá válása (383–385)

383. Ti ne csak önmagatokért imádkozzatok, hanem másokért is. Mindenki, aki megkapja a Szentlelket, annak nem csak önmagáért kell imádkoznia, hanem a felebarátjáért is... Az én imám most éjjel és nappal, hogy magatokénak ti tudhassátok a Szentlélek nagy örömét, hogy mindannyian, akik tiszták, megkapják. *(Nagy Szent Antal, Levelek, 8,2)*
384. A lelkek sírnak és jajgatnak az emberi nem fölött. Miközben teljesen a szeretettől lángolva imádkoznak Ádámért, és minden emberért, eluralkodik rajtuk a szomorúság és sírnak. Máskor, a Szentlélek működése nyomán, lángolnak az örömtől és a szeretettől, és ha lehetséges lenne, minden embert összegyűjtenének a szívükbe, jók és rosszak megkülönböztetése nélkül. *(Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 9,7)*
385. Az egész út célja három dologból áll: bűnbánat, tisztaság és tökéletesség... Mi a tisztaság? Olyan szív, amely tele van irgalommal az egész teremtett természet iránt... az emberek, a madarak, az állatok... minden iránt, ami létezik. Ha rájuk gondol, vagy ha látja őket, a szeme könnybe lábad, mert irgalmasságának ereje szenvedélyes érzéseket támaszt szívében. A szíve erőtlenné válik, összeszorul, és nem viseli el azt az érzést, ha valami rosszat lát, vagy akár a legkisebb szenvedést tapasztalja a teremtés öln. Tehát minden percben felajánlja könnyei imáját. *(Szír vagy Ninivei Szent Izsák, Sermones ascetici et epistulae 74.)*

Nyugalom és boldogság (386–388)

386. Ha Isten látja a léleknek ezeket a jó gyümölcsseit, úgy fogadja, mint az értékes tömjénillatot, minden pillanatban együtt örül angyalaival, és boldogságot ajándékoz neki. Megóvja hosszú útjain, hogy megérkezzen nyugalomának helyére. A démonok, látva körülötte az égi őrzőket, nem tudják legyőzni... Szerezzétek meg magatoknak ezt az erőt,

hogy a démonok féljenek tőletek, hogy az átlalatok elviselt fáradtság könnyű legyen számotokra és ízeljétek meg az isteni dolgokat, mivel Isten szeretetének édessége édesebb, mint a méz. (Nagy Szent Antal, Levelek, 9,1)

387. A nappalokat átfűjja a fény és a Szentlélek mennyei szele és életet ad azoknak a lelkeknek, amelyek a nappalban és az isteni fényben laknak. Behatol a lélek és a gondolatok belső lényegébe, újjáéleszti a test minden tagját, és isteni és leírhatatlan nyugalmat ajándékoz nekik. (Nagy Szent Makariosz, *Homiliae Spiritales* 2,4)
388. Néha örvendenek és ujjonganak a kimondhatatlan örömtől, mint egy királyi fogadásom. Más pillanatokban olyanok, mint amikor a fiatal feleség újdonsült férje mellett megpihen isteni nyugalomban. Máskor olyanná válnak, mint a testetlen angyalok, annyira könnyed és könnyű a testük. Megint máskor, mint akiket eltöltött a mámor, boldogok és meg vannak részegedve a Szentlélekben a lelki misztériumok isteni részességétől. (Nagy Szent Makariosz, *Homiliae Spiritales* 18,7)

Isten szeretete (389–390)

„Isten szeretete kiáradt szívünkbe a nekünk adott Szentlélek által” (Róm 5,5).

389. Mennyivel többek azok, akikre kiáradt az isteni élet Szentlelkének harmata, és akinek szívét megsebezte az isteni szeretet a Mennyei Király, Krisztus iránti vággyal. Lenyűgözi őket ez a leírhatatlan szépség, bőkezűség, pompa és Krisztus minden képzeletet felülmúló gazdagsága. (Nagy Szent Makariosz, *Homiliae Spiritales* 5,6)
390. Megsebezte őket az isteni szépség, és lelkük a mennyei élet és a halhatatlanság felé fordul. Ezért sóvárognak az Égi Király szeretete után, és vágyukban csak őt tartják szem előtt. Az ő szeretete miatt megszabadulnak minden világi szeretettől, és visszavonulnak minden földi köteléktől, hogy egyetlen vágy lehessen mindig a szívükben, és ne keveredjen semmi mással. (Nagy Szent Makariosz, *Homiliae Spiritales* 5,6)

Szelídség és alázat (391–393)

391. A szentek minél jobban előrehaladnak a szemlélődésben, annál inkább semmibe veszik énjüket, és a semminél is kevesebbnek tartják. (Nagy Szent Gergely: *Moralia in Job* 5,24,3)
392. Amikor az embert átítatja Isten emléke, óvakodik attól, hogy másokat megítéljen, és minden embert jobbnak vél magánál. Látva az emberek tetteit, legyenek bár házasságtörők, paráznák vagy zsarnokok, nem csak felszínes szavakkal, hanem szíve mélyéig tiszta lelkiismerettel jobbnak tartja őket magánál. (Szír vagy Ninivei Szent Izsák, *arab nyelvű forrás* I,6,38-39)
393. Az ember szíve akkor érkezett el a tisztaságra, amikor minden embert jó fényben lát. Senki közülük nem tűnik neki tisztátalannak és romlottnak. (Szír vagy Ninivei Szent Izsák, *Sermones ascetici et epistulae* 35)

Tisztaság (394)

394. A bölcs emberek, amikor fellángolnak bennük a szenvedélyek, nem engedelmeskednek az alantas vágyaiknak, hanem szembe fordulnak velük és saját maguk ellenségévé válnak... Ha lányal látnak egy fiút, akkor is ha vágy ébred bennük, nem

engedik meg, hogy szívük bepiszkolódjon vagy belül betöltse őket a bűn... Vannak mások, akikben a szenvedély inaktív, kialudt, kiszáradt. De ez csak a legnagyobbak szintje! (*Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 15,51*)

A Szentlélek tüze (395)

395. Szarovi Szent Szerafim beszélgetése tanítványaival a Szentlélek megszerzéséről:

Szerafim atya: „Bátyuska, most mindketten Isten Lelkében tartózkodunk!... Miért nem nézel soha rám?”

Tanítvány: „Nem tudok rád nézni, bátyuska, mert fény sugárzik a szemedből. Az arcod ragyogóbb, mint a nap, megfájdul tőle a szemem! ...”

Szerafim atya: „Ne félj, kiváló barátja Istennek! Most te is ugyanúgy ragyogsz, mint én. Most te is el vagy telve az Isten Lelkével, máskülönben nem lennél képes ebben az állapotban látni engem... Mit érzel most?”

Tanítvány: „Mérhetetlenül jól érzem magam!”

Szerafim atya: „Azt mondod, hogy jól? Pontosán mit érzel?”

Tanítvány: „Olyan nyugalmat érzek a lelkemben, olyan békét, hogy egyáltalán nem találok rá szavakat, hogy kifejezzem!”

Szerafim atya: Kiváló barátja Istennek, pontosan ez az a béke, amiről az Úr beszélt tanítványainak: „Az én békémet adom nektek. Nem úgy adom, ahogy a világ adja (Jn 14,27)”. Ez a béke felülmúl minden értelmet... És mit érzel még?”

Tanítvány: „Rendkívüli édességet a szívemben!” ...

Szerafim atya: Amikor az Isten Lelke leszáll az emberre, és kiáradásának teljességével megvilágosítja, akkor az ember lelkét felfoghatatlan öröm tölti el. Isten Lelke bármit megérint, arra átruházódik öröme... Ezeket az örömöket már most megkapjuk, és ha belőlük ennyi sok édesség, jó érzés, és öröm származik a lelkünkbe, mit lehet mondani azokról az örömökről, amelyek az égben várnak azokra, akik itt a földön sírnak! Nos, te is, bátyuska, eleget sírtál itt a földi életben, és látod kissé, hogy milyen örömmel vigasztal meg téged az Úr itt a földön. (*Szarovi Szent Szerafim, Beszélgetések Motovilovval*⁹⁴)

Vigasztaló befejezés (396)

396. A mi Urunk cselekedeteiben a keserűt követi az édes, sötétséget követi a fény, szomorúságot követi az öröm. Miközben ebben a világban édességet követi a keserűség, a fényt követi a sötétség, örömet követi a szomorúság. Az ismeri meg az igazságot, aki megízlelte ezeket a személyes tapasztalatokat és nem csak hallott róluk. (*Szír vagy Ninivei Szent Izsák, arab nyelvű forrás II,9, Homília a különböző szintek megkülönböztetéséről*)

⁹⁴ P. Evdokimov, Serafim di Sarov uomo dello Spirito Bose 1996, 109-113 old.

Epilógus. Az ima bejárat az Atyához

Bármennyit beszélhetünk szóban az imáról⁹⁵, nem ér fel a megtapasztalás élményével. Az imát meg kell tapasztalni. Az ima lényegében megtapasztaltatja az isteni jelenlétet. Isten megtapasztalása nélkül nincs ima.

Tudnunk kell, hogy elnyertük az egyenes bejáratot az isteni jelenlétbe, amikor Krisztus felment az Atyához. Ő avatta fel ezt az utat a keresztre feszítése napján, és feltámadása és mennybemenetele által nyitotta meg. Új és élő út nyílt az ő testén keresztül, ami azonos volt a templom függönyével, ami Isten dolgait elválasztotta az ember világtól (vö. Zsid 10,19-20). Most ez a függöny Isten keze által „felülről az aljáig” (Mt 27,51) kettéhasadt, és az élet kiáradt ránk ott, ahol tartózkodtunk, és az örök élet mely az Atyánál volt, megjelent nekünk (1 Ján 1,2). Immár az ő testén keresztül titkos erőt birtoklunk a mennybe való bejutáshoz, és az ő drága vére árán bejárat nyílt számunkra a Magasságbeli szentélyébe. A Fiú Lelke bemutat bennünket az Atyának, kinyilatkoztatva a gyermekké fogadásunkat és felemelve sóhajtásait bennünk és értünk (vö. Róm 8,26). Forró és heves sóhajtásokat, amelyeket azok ismernek, akik Őt megtapasztalták, amelyekből az egész testük lánggra lobban. Ekkor az ember megszabadulva saját erőtlenségétől, végességétől és a bűnök súlyától, amelyek még ehhez a földi világhoz kötik, kész felrepülni.

Tehát igaza van a szenteknek, akik megtapasztalták, és azt mondják, hogy az ima képes szárnyakat adni az embernek, amivel fel tud repülni.⁹⁶ Szárnyakat, amelyek nem mások, mint a Krisztus közelségétől előidézett eufória érzése, a bűntől való szabadulás bizonyosságával együtt, amelyek ránehezdedek a lelkiismeretünkre és meggátolták imáink örömét. A Szentlélekkel való kapcsolat hatására abban a pillanatban a buzgó ima megtapasztalja, hogy Szentlélek által feltámad a bűn halálából a titkos mennybemenetelre, pontosabban részleges mennybemenetelre. Ezt az Atyához való belépés követi, amit az biztosít számunkra és mutat be saját Atyjának, aki saját vérével jelölt meg bennünket és belsőleg beburkolt kegyelmével, hogy elfedje bűneinket.

Ez, amiről Szent Pál beszél nekünk az Atyához való bejutásról (vö. Ef 3,12; Zsid 10,19-20) nem az Úr által kiválasztott apostol megjutalmazása a láthatatlan valóságához való közeledés és szemlélés privilégiumával, hanem az Egyszülött Fiú öröksége minden fiúnak bőven osztva, „jó és tömött, megrázott és túlradó mértékkel” (Lk 6,38).

Amit Szent Pál megélt, összhangban van a mi tapasztalatunkkal. Megerősítjük, és a lelkiismeretünk tanúságot tesz róla. A tanítvány tanúságtétele, akit Jézus szeretett a bizonyíték: „Mi ugyanis közösségben vagyunk az Atyával és az ő Fiával, Jézus Krisztussal.” (1 Ján 1,3), a szeretet életközösségében, a Szentlélek forró imájában, ami működésébe vonva egy pillanat alatt megszünteti homályunkat, azért hogy érezzük, tapintsuk és lássuk, ami láthatatlan. Akkora az öröm, ami betölti a tanítvány szívét, hogy el akarta mondani nekünk, hogy tökéletesítse részvételünket Szerelmünk gazdag örökségében.

Matta el Meszkin atya

1995. október 28.

⁹⁵ A szerző ezt az utószót 1995-ben írta, több mint negyven év hosszú tapasztalata után Az ortodox imaélet hetedik arabnyelvű kiadásához.

⁹⁶ vö. Nagy Szent Antal, Levelek 18,2; Nagy Szent Makariosz, Homiliae Spiritales 5,25)

Az Atyák mondásai

Szent Ágoston 42. 48. 49. 50. 54. 55. 60. 61. 64. 85. 86. 87. 88.

Nagy Szent Antal 4. 10. 84. 134. 135. 136. 137. 166. 167. 206. 241. 284. 310. 356. 357. 365.
366. 367. 368.

370. 372. 373. 374. 377. 379. 380. 383. 386.

Nagy Szent Arszeniusz 311.

Alexandriai Szent Atanáz 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 348.

Nagy Szent Bazil 144. 233. 267. 268.

Ignatij Brančaninov 11. 237.

Callixtus Xanthopoulos 317. 318. 319.

Alexandriai Szent Kürillosz 82. 83.

Alexandriai Kelemen 95.

Dionüsziosz Areopagitesz 58.

Szír Szent Efrém 12.

Batoszi Szent Hészükiosz 315. 316.

Nagy Szent Gergely 51. 382. 391.

Antiochiai Szent Ignác 93.

Lyoni Szent Iréneosz 68. 69. 70. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 94.

Szír vagy Ninivei Szent Izsák 5. 9. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30.

31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 43. 45. 46. 59. 62. 124. 125. 126. 127. 128. 145. 146. 148.

151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 172. 173. 174.

175. 176. 177. 178. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200.

201. 202. 203. 204. 205. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222.

223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 238. 239. 240. 255. 256. 257. 258. 259. 260.

261. 262. 263. 264. 265. 269. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 301. 302. 303. 304. 305. 306.

307. 308. 309. 313. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 349. 350. 351. 352. 353.

369. 375. 385. 392. 393. 396.

Johannes Cassianus 8. 52. 119. 120. 289. 312. 314. 320. 358. 359. 371.

Lépcsős Szent János 3. 13. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 232. 234. 253. 254. 270.

271. 272. 274. 275. 276. 277. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298.

Dalyatha Szent János 40. 41. 44. 53. 57. 63. 90. 91. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116.

121. 122. 123. 150. 299. 300. 354. 376.

Damaszkuszi Szent János 2.

Kronstadti Szent János 6. 235. 236. 243. 244.

Nagy Szent Makariosz 1. 7. 20. 21. 39. 47. 92. 104. 105. 106. 107. 108. 117. 118. 129. 130.

131. 132. 133. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 149. 168. 169. 170. 171. 207. 208. 242. 245.

246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 285. 286. 287. 288.

Szarovi Szent Szerafim 56. 89. 147. 266. 395.

Antiochiai Theophilosz 65. 66. 67.