

LOYOLAI · SZENT · IGNÁC

LELKIGYAKORLATOS
K Ö N Y V E

FORDITOTTA · HITTER · J. · S. J.

LOYOLAI SZENT IGNÁC

LELKIGYAKORLATOS

KÖNYVE

SPANYOL EREDETIBŐL FORDITOTTA,
BEVEZETÉSSSEL ÉS A LELKIGYAKORLATOS RÉSZT
RÖVID MAGYARÁZATTAL ELLÁTTA

HITTER JÓZSEF S. J.

BUDAPEST, 1940

K O R D A R. T. K I A D Á S A

Nr. 439|1940. Imprimi potest. Budapestini, die 2. Maii 1940. Eugenius
Somogyi S. J. Praep. Prov. Hungariae. — Nihil obstat. P. Joannes Hemm S. J.
censor dioecesanus. Nr. 3316|1940. Imprimatur. Strigonii, die 14. Maii 1940.
Dr. Joannes Drahos vicarius generalis.

Nyomatott: Korda R. T. nyomdájában, Budapest, VIII., Csepregy-utca 2.

ELŐSZÓ

Szent Ignác Lelkigyakorlatos Könyve a lelki életre vonatkozó elvek és tanácsok egész tárháza. Mégsem nyújt közönséges értelemben vett lelki olvasmányt, vagy mint címe sejtetné, kidolgozott elmélkedéseket. Inkább a lelki életnek taktikai kézikönyve akar lenni. Tehát tankönyv, mely elsősorban egy lelki hadjáratnak, a lelkigyakorlatoknak végzését tanítja.

Ezt a kis könyvet tehát mindenekelőtt azoknak szánjuk, akik maguk már végeztek tapasztalt lelki-vezető irányítása mellett Szent Ignác-féle nyolc- vagy harmincnapos lelkigyakorlatokat és most önállóan szeretnék azokat végezni, vagy meg akarják tanulni a lelkigyakorlat-adás művészetét.

De mindenki, aki a lelki életben útbaigazítást keres, nagy haszonnal fogja ezt a kis könyvet forgatni, mert Szent Ignác benne sűrítette össze lelki tapasztalatait, amelyeket megtérésének és szentté alakulásának küzdelmeiben gyűjtött.

Célunk a fordításnál az volt, hogy Szent Ignác gondolatát hűen közöljük; sem hozzá tenni, sem elvenni belőle nem akartunk, még világosság kedvéért sem. Még csak a stílusát sem akartuk javítani, hanem igyekeztünk a spanyol eredeti szöveg egyszerű, közvetlen, néhol talán pongyola mondatművészetét is visszaadni. Azért még szinonim szót sem használunk ott, ahol a szent szerző is közvetlen egymásután ugyanazt a szót használja (például a Krisztus felhívásáról szóló elmélkedés 3. előgyakorlatában, vagy a

választás 2. időpontjánál). Az eredeti szövegnek hű fordításával azt akartuk elérni, hogy aki számára spanyolul nem hozzáférhető Szent Ignác Lelkigyakorlatos Könyve, az a magyar fordításban teljes kárpótást találjon. Természetesen a magyarosságra azért a legnagyobb gonddal törekedtünk.

Magyarázatokkal azért láttuk el a könyv lelki-gyakorlatos részét, hogy a lelkigyakorlatok adását vagy önálló végzését megkönnyítsük és így a könyv használhatóságát e szempontból emeljük. Ebben rövidsége, világossága és áttekinthetősége törekedtünk. De ezekben a magyarázatokban sem akarunk mást, mint a legkiválóbb magyarázókat követve, Szent Ignác gondolatait kifejtteni és megvilágítani. Tehát nem saját vagy más magyarázók egyéni felfogását adjuk, noha nem tagadjuk, hogy más gondolatok is megérnek Szent Ignác gondolataival, sőt hogy ezeket tovább lehet fejleszteni és szélesebb körben lehet alkalmazni. Mégis kitűzött célunk: Szent Ignácot stílusában és gondolataiban hűen tolmácsolni, nem engedte meg, hogy minderre tekintettel legyünk.

Szent Ignác lelkigyakorlatainak értékét csak az fogja kellőképpen felbecsülni, aki mindenben a Szent utasításait követve, azokat maga is átéli és hatásukat magán is tapasztalja. Azért azzal az óhajjal bocsátjuk útjára az idén, 1940-ben a 400. éves jubileumát üelő Jézustársasága alapítójának művét, a Lelkigyakorlatos Könyvet, bárcsak minél többen ismerkednének meg általa a lelkigyakorlatokkal és végeznék el azokat Isten nagyobb dicsőségére!*

* Szent Ignác-féle 3, 5, 8 és 30 napos lelkigyakorlatokat végezni lehet a Manréza férfi-lelkigyakorlatosházban (Budapest, XII., Labanc-út 57., Zugliget.)

I. RÉSZ

BEVEZETŐ A LELKIGYAKORLATOS KÖNYVHÖZ

SZERZŐJE

A Lelkigyakorlatos Könyv Loyolai Szent Ignác, Jézustársasága alapítójának a műve. 1591-ben született baszk nemesi családból, Loyola várában. Ifjúkorában a spanyol királyi udvari körökben nevelkedik; később mint katona szolgálja hazáját. Élete ezidőben a katonának változatos, fényt és árnyat vető, sokszor fegyverzajos élete. Eszményekért hevülő és tettben izzó lelke most még csak földi dicsőségben és sikerekben keresi kielégülését. De Istennek más tervei vannak vele. 1521-ben Pampelona védelmének, amelynek a lelke maga Iñigo de Loyola, a védősereg élén, jobblábán megsebesül. A betegség hosszú időre ágyhoz köti. Unalmában könyvekhez nyúl, de mivel lovagregények nincsenek Loyola várában, olvasni kezdi Krisztus és a szentek életét. Szemei előtt ekkor a nagyságnak és dicsőségnek új formái bontakoznak ki, egy új világ, amelyről eddig nem tudott. Ez az új világ az igazi, a legnagyobb hősöké, a szenteké: „az Isten kiváló szolgálata tiszta szeretetből”. Ez a gondolat teljesen meghódítja lelkét. Lemond minden

földi álmáról, hírről, dicsőségről, vagyonról, és mihelyt meggyógyul, Manrézába, Barcelónához közel fekvő kis városba vonul vissza. Ebben a magányban az Isten az eddigi világfi és földi babérokra vágyó lovag szívét teljesen átalakítja és magának foglalja le. Ettől kezdve nincs, csak egyetlen szomszár: az Isten nagyobb dicsősége, maga az Isten. Előbb a bűnbánat, a vezeklés, az önsanyargatás gyakorlataiban óhajtja Istent szomszárzó lelkét lecsillapítani. De a kegyelem lassankint az Isten iránti szeretet legnagyobb tevékenysége, az apostolság felé fordítja tekintetét. Mint felnött férfi, 31 éves korában így kerül be újra az iskola padjaiba, hiszen eddig csak írni és olvasni tudott. Megszerzi az elemi és középfokú ismereteket, majd bölcséletet és hittudományt tanul. Miután a párizsi egyetemen elnyeri a magiszteri fokozatot, 1537-ben Velencében pappá szentelik. Az utóbbi években már szent társak veszik körül, köztük Xavéri Szent Ferenc, India későbbi apostola és Boldog Fáber Péter, akikkel azután 1539-ben Rómában megalapítja Jézustársaságát. Rendjét 1540-ben hagyta jóvá ünnepélyesen a pápai bulla. 1541-ben a Társaság első általános főnöke lesz. Amit Jézustársasága 400 éven át Isten nagyobb dicsőségére művelt, az szent Atyjának és Alapítójának a műve is. Meghalt Rómában, 1556 július 31-én, miután életével és főművével: a Jézustársasága megalapításával korának egyik legkimagaslóbb személyisége lett. Szentté avatták 1622 március 12-én. Ünnepe július 31-én van.

KELETKEZÉSÉNEK IDEJE ÉS MÓDJA

A Lelki gyakorlatos Könyv először latin fordításban, mindjárt a pápai megerősítés után, 1548-ban jelent meg *Exercitia Spiritualia* címen. De keletkezésé-

sének idejét sokkal előbbre kell tennünk. Erre nézve maga Szent Ignác ad felvilágosítást önéletrajzában. „A lelkigyakorlatok nem jöttek létre mind egyszerre, hanem egyes dolgokról, amelyeket saját lelkében megfigyelt (Szent Ignác magáról harmadik személyben beszél) és hasznosaknak talált, azt hitte, hogy másoknak is javára lesznek; ezért leírta ezeket, például a lelkiismeretvizsgálatot a rovatokba való felosztással stb. Nevezetesen a választás gondolatait ama lelki hatások és gondolatok különféleségeiből merítette, amelyeket Loyolában tapasztalt, mikor még lába miatt betegen feküdt.” A Szentnek ebből a valóságából megtudjuk, hogy a lelkigyakorlatok nem egyszerre készültek, hanem lassanként alakultak ki, és hogy keletkezésük idejét egészen 1521-ig kell visszavinnünk. Viszont 1534-ben az eredeti kéziratnak már megvolt az első latin fordítása (az ú. n. *versio prima*). A Lelkigyakorlatos Könyv keletkezését tehát 1521 és 1534 közé kell tennünk.

De ennek idejét még pontosabban meghatározhatjuk. Tudjuk, hogy Salamancában az egyházi hatóság 1527-ben megvizsgálta a Szent lelkigyakorlatos kéziratát. Ebből feltehető, hogy a könyv lényeges részei ekkor már megvoltak. Sőt a kortársak szavaiból az is kiderül, hogy ezek a részek és azok egy-egy felépítése 1521-ben Manrézában születtek meg, mikor az egykori lovag mint vezeklő, remete magányában a tökéletesség útját és hivatásának értelmét kereste. Tehát a lelkigyakorlatok eredeti beállítása, mely ezeket az élet elrendezésére szolgáló eszköznek tekintti, továbbá az elmélkedések, kezdve az ember céljáról szóló elmélkedéstől egészen a záró elmélkedésig a szeretet megszerzésére, már Manrézában alakultak ki Ignác lelkében és kerültek papírra.

Ezeknek a részeknek tömör egysége és csodálatos

pszichológiája is a mellett szól, hogy Szent Ignác zsenije egyetlen élmény hatása alatt termelte ki lelkéből az első fogalmazást, amelyen ugyan még később símitott és javított, különösen azért, hogy az eretnekségnek még a látszatát is kerülje, de lényegében már nem változtatott.

De bizonyára Manrézában állította össze a Szent a szellemek megkülönböztetésének szabályait, amelyekhez az első tapasztalatokat még Loyolában, a betegágyon, megtérésének első heteiben szerezte. Manrézai tartózkodása alatt ment át a nagy vezeklő a lelki aggályok rettenetes tisztító tüzén. Tehát itt vehette papírra a lelki aggályokról szóló feljegyzéseit is, amelyekben küzdelmeinek tanúsága tükröződik.

A többi rész keletkezésének idejét későbbre kell tennünk. Így később kerültek a Lelkigyakorlatos Könyvbe Jézus életének titkai, az alamizsnaosztás szabályai, nemkülönben olyan betoldások, amelyek teológiai tanultságot tételeznek fel. Az egyházas gondolkodás szabályainak megírása legvalószínűbben már arra a korra esik, mikor Szent Ignác tanulmányait Párizsban végezte (1528—35) és közvetlen közelről érintkezésbe került korának vallási nyugtalan-ságaival és forrongásaival.

Igy érthető teljesen Szent Ignác vallomása a Lelkigyakorlatos Könyv keletkezéséről. Maga a lelkigyakorlatos rész és a szorosan hozzáfűződő részek Manrézában készültek, bár az egész könyv csak lassankint nyerte el végleges alakját.

EREDETISÉGE

A XVII. században hosszú viták folytak Szent Ignác nagyszerű művének eredetisége felett. Ezeknek a vitáknak annyi hasznuk volt, hogy ezt a kérdést

véglegesen tisztázták és ma senki nem vonhatja kétségbe, hogy a Lelkigyakorlatos Könyv a Szentnek önálló, eredeti munkája és lényeges pontjaiban semmi idegen hatás nincs rajta.

Szent Ignác manrézai tartózkodása idején, mikor lelkigyakorlatait írta, nem volt képzett ember, csak éppen hogy írni és olvasni tudott. Tudjuk azt is, hogy ezidőtájt milyen könyvek kerültek kezébe. Loyolában a betegágyon Szász Ludolf Krisztus életét és a Szentek legendáit (valószínűleg de Vorggine Vidas de los Santos című művét) olvasta. Manrézában ismerkedett meg Kempis Krisztus követésével, amelyről később azt mondja, hogy attól fogva hosszú ideig más könyvet nem is akart kézhez venni. Ezeknek az olvasmányoknak hatása látszik is lelkigyakorlatain, amennyiben néhány gondolat belőlük elmélkedéseiben fellelhető. Eredetiségét azonban ez a kis-mértékű gondolatkölcsonzés nem érinti.

Nagyobb a megegyezés Cisneros 1500-ban megjelent Ejercitatorio-ja és Szent Ignác műve között. Am a két lelkigyakorlat annyira elüt egymástól célkitűzés, felépítés és rendszer tekintetében, hogy Cisneros hatását Szent Ignácra egyáltalán nem lehet felvennünk. A két könyv különbözőségét bizonyítja az a körülmény is, hogy Szent Ignác lelkigyakorlatait sokféle támadás érte és nem egy vizsgálat alá vonták éppen Spanyolországban, ahol Cisneros művét jól ismerték és nagyra becsülték. Ha a Szent lelkigyakorlatai Cisnerosénak másolata és éppen lényeges részeiben nem eredeti alkotás, akkor ennyi gyanakvás és üldözés nem érhetne volna őt lelkigyakorlataiért.

Természetesen vannak gondolatok és aszkétikai elvek nála is, amelyek megegyeznek Cisneros és más aszkétikus író gondolataival és elveivel, de ebben megegyeznek az összes jelenkori és régi írók is, amint

a világ összes számtankönyvei azt mondják, hogy kétszer kettő négy. „Egészen magától értetődő, — folytatja Astrain jezsuita történelemkutató, hogy az aszkézis általános fogalmait Szent Ignác a Spanyolországban akkor használt lelki könyvekből merítette csakúgy, mint Kolumbus hajózási ismereteit azokból a könyvekből szerezte, amelyek a XV. században a hajósok kezei között forogtak; s amint Newton matematikai ismereteit azokból az e szakba vágó könyvekből tanulta, amelyek a XVII. század közepén Angolországban használatosak voltak. Azért, mert Ignác egyik-másik kiragadott gondolatát valamilyen lelki írótól vette, éppen oly helytelenül tulajdonítanók a lelkigyakorlatoknak egész vagy részben való kigondolását ennek az írónak, mint ahogy képtelenség az általános anyagvonzás felfedezését annak az írónak betudnunk, akinek könyvéből Newton összeadni és kivonni tanult.” (Idézi Jablonkay: Szent Ignác élete és műve, II. 354.)

Szent Ignác művének eredetiségét bizonyítja az a sajátos erő és hatás is, amelyet ezek a lelkigyakorlatok kifejtettek. Hiszen általánosan a lelkigyakorlatoknak tulajdonítják azt az aszkétikus irányt, amely a kegyelem szerepe mellett erősen kihangsúlyozza az öntevékenység szükségességét. De Jézustársasága is a lelkigyakorlatokból meríti dinamikus szellemét; ezekből született maga a rend, és ezekben születnek 400 év óta a rend tagjai. A Jézustársaság tehát e könyv szellemét sugározza szét és ezért joggal írhatta egy modern író (Fülöp-Miller: *Die Macht und Geheimnis der Jesuiten*), hogy „a katolikus irodalomnak nincs még egy könyve, amelynek történelmi hatását össze lehetne hasonlítani Loyola könyvével”. Érthetetlen talány lenne ez, ha egy ilyen

hatású könyvet nem a zseni alkotásának, hanem tehetséges ollózó művének kellene tartanunk!

De a lelkigyakorlatok csodás hatását egyedül Szent Ignác zsenialitásával mégsem magyarázhatjuk meg. Aki a lelkigyakorlatokban csak lélektani remekművet akarna látni, melynek hatását a helyesen megadott utasítások biztosítják, nagyon tévedne. Mert a pszichológia helyes alkalmazása végeredményben Szent Ignácnál is csak előfeltétele a kegyelem szabadabb kiáradásának és végső győzelmének. A lelkigyakorlatoknak hódító ereje tehát a kegyelmi rendben érvényesül és azért létrejöttükben a lángész alkotó tevékenységén túl észre kell vennünk az Isten természetfeletti működését is. A Szent kortársai is megégyeznek abban a felfogásukban, hogy a manrézai vezeklő Isten közvetlen tanítása és felvilágosítása útján kapta a lelkigyakorlatokat. Maga a Szent is ennek a meggyőződésnek ad kifejezést. Önéletrajzában magáról megint harmadik személyben beszélve, ezt mondja ugyanis: „Abban az időben (t. i. manrézai tartózkodása alatt) Isten úgy bánt vele, mint a tanító tanítványával, és tanította őt, akár járatlan és ki-műveletlen képességei miatt, akár mert nem volt más, aki oktassa, akár pedig ama erős akarataért, melyet Isten az ő szolgálatára beléje öntött.”

A Lelkigyakorlatos Könyv szerzője tehát nemcsak átélt lelki küzdelmeinek megfigyeléséből meritett, hanem mélyen belelátott Isten gondolataiba rendkívüli kegyelmi megvilágítások által is. Hogy ezeket valamilyen magánkinyilatkoztatásnak tarttuk-e, erről közelebbit megállapítani már nem tudunk. Szent Ignác titkát magának tartotta meg.

Ha mármost azt kérdezzük, miben áll a Lelkigyakorlatos Könyv eredetisége, akkor azt mondhatjuk, hogy eredeti elsősorban az anyagnak logikus és

pszichológikus kiválasztása és elrendezése, és a gyakorlatok irányának az az emelkedése, amelynek vonala a közömbösségből a megfeszített Krisztus hősies, mindent feláldozó szeretetéig ível. De eredeti a főelmélgedések beállítása is, és a képek, amelyek az Evangélium lényeges igazságait szemléletessé, világossá és megkapóvá teszik. Krisztus Felhívásáról, a Két Zászlóról, a Három Embercsoportról és az Alázat három Módjáról szóló elmélgedések egészen Szent Ignác zsenijének alkotásai. De azokban a tanácsokban is, melyek a lelkigyakorlatok sikeres végzését és általában az ima megtanulását célozzák, sok új meglátás van és sok olyan szempont, amelyet ő előtte ilyen világosan és egységes rendben és összeállításban még nem mondtak ki. Általában véve tehát azt lehet mondanunk, hogy a Lelkigyakorlatnak nincsen egyetlen fontosabb része sem, melyben Szent Ignác újat meglátó zsenije fel ne csillanna és Krisztus nagy katonájának szervező és hadvezető tehetsége ne mutatkozna.

HATÁSÁNAK TITKA

A Lelkigyakorlatos Könyv irodalmilag jelenték-telen, stílusában szürke, sőt néha pongyolán meg-szerkesztett alkotás. Mégis, hatása alól senki sem von-hatja ki magát, aki a lelkigyakorlatokat a benne fog-lalt utasítások szerint végzi. „Ignác műve e tekintet-ben utolérhetetlenül áll magában”, állapítja meg róla még egy protestáns egyháztörténelem kutató is. (Holl: Die geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola.) Szalézi Szent Ferenc pedig azt mondja a könyvről, hogy több szentet nevelt, mint ahány betűje van.

Mi e csodás hatásnak a titka? Isten kegyelme mellett, amely a lelkigyakorlatok legfőbb hatóténye-

zője, főként az elmélkedések pszichológikus beállítása és elrendezése az, ami hatásukat megmagyarázza. Szent Ignác nagyszerűen ki tudja azokat az igazságokat választani, amelyek a vallásosság alapjait és lényegét képezik; ezt a kevés igazságot azután oly következetességgel és célbaállítással tudja felsorakoztatni, hogy azok szinte csálhatatlanul kifejthetik teljes hatásukat. A lelkigyakorlatozó, aki maga is jóakarattal igyekszik követni Szent Ignácot, a kegyelemnek így egészen kitárja lelkét és elszánja magát a tökéletesebb életre. A lelkigyakorlatok nem teszik ugyan szentté, — egy hónap alatt ez nem lehetséges — de ráállítják a szentség útjára; oly elhatározásokat érlelnek meg és olyan erőkészleteket raktároznak fel benne, amelynek erejében a szentségre komolyan tud majd törekedni.

A lelkigyakorlatok hatásának magyarázatát abban is kell keresnünk, hogy Szent Ignác a lelkigyakorlatozót három héten át kiteszi Krisztus dinamikus személyé varázsának. Ez idő alatt a lelkigyakorlatozó Krisztus közelségében él, a legbensőbb kapcsolatba jut vele, őt nézi, őt figyelni szemlélődéseiben és szíve így felmelegszik; a szeretet és a bizalom mind erősebb kötelékei fűzik a Megváltó személyéhez, és fejlethetetlenül mély és erős indításokat kap, hogy Krisztust mindenben kövesse és oldala mellől soha többé ne tágítson.

A Lelkigyakorlatok hatásának másik titka az öntevékenység következetes és nagyfokú alkalmazása. Mint a neve is mutatja, e gyakorlatok szellemi tevékenységet, értelmi és akarati működést kívánnak a lelkigyakorlatozótól, sőt az egész embert munkába állítják, mert érzelem- és szívvilágát is tevékenységre serkentik. A lelkigyakorlatozónak magának kell átgondolni, kimélyíteni és átélni ezeket az igazságokat;

arra kell törekednie, hogy az az új világ, melybe őt Szent Ignác bevezeti, személyes élménnyé, életté váljon az elmélyülés magányában. A lelkigyakorlatok vezetőjének feladata csak az, hogy ezeket az igazságokat röviden előadja és néhány vonásban feltárja; hogy a lelkigyakorlatozó oldala mellett állva, őt a nagy munkában támogassa és kísértésein és vívódásain segítsen. A munka oroszlánrésze tehát a lelkigyakorlatozóé; neki magának kell azt a harcot megharcolnia, amely lelkében lejátszódik; a lelkigyakorlat vezetője ebben csak segítségére lehet. Azért aki csak végighallgatja az elmélkedéseket, de azokat fel nem dolgozza, át nem veszi és át nem éli, annál a lelkigyakorlatoknak nem lesz sok eredménye.

A teljes hatáshoz természetesen az is szükséges, hogy Szent Ignác módszere szerint vegyük a lelkigyakorlatokat, vagyis az elmélkedéseket az általa kijelölt sorrendben, és az általa előírt módon és ideig kell végeznünk, azokból ugyanazt az eredményt kell kihoznunk, amelyet ő meghatároz, és be kell tartanunk az összes előírásokat és utasításokat, amelyeket a Szent az egyes elmélkedésekhez és hetekhez csatol. Ha ezek közül a feltételek közül egy is elmarad, végezhetünk lelkigyakorlatokat, haszonnal is, de az már nem lesz Szent Ignác lelkigyakorlata.

Mindennek a követelménynek teljesen csak a harminc napig tartó, az ú. n. nagylelkigyakorlatok felelnek meg, és így szoros értelemben csak ezeket nevezhetjük Szent Ignác-féle lelkigyakorlatoknak. A három-, öt-, sőt a nyolcnapos lelkigyakorlatok, noha az élet jobbításának ezek is kiváló eszközei és bennünk többé-kevésbé követhető is a nagylelkigyakorlatok menete és utasításainak jórésze, mégis elmaradnak hatásukban a nagylelkigyakorlatok mögött. Ilyen rövid idő alatt ugyanis sem azokat a pszichológiai

manővereket nem lehet szabadon és teljes mértékben alkalmazni, amelyeket Szent Ignác a teljes hatás biztosítására előír, sem az elmélkedések nem fejthetik ki kellőképpen erejüket az értelem megvilágosítása, az érzelem világának áthangolása és az akarat megerősítése által. Azért bár átfuthat valaki néhány nap alatt az egész lelkigyakorlatokon és igyekezhet minden előírást betartani, az mégsem lesz Szent Ignác-féle lelkigyakorlat, éppúgy, mint az a lelkigyakorlat sem, mely harminc napig tart ugyan, és ugyanazokon az elmélkedéseken megy át, melyek Szent Ignác Lelkigyakorlatos Könyvében találhatók, de nem alkalmazza Szent Ignác összes előírásait. Szent Ignác lelkigyakorlatait adni tehát művészet, amely annak komoly tanulmányozása és sokszoros átélése által érhető el.

A nagylelkigyakorlatok végzésére azonban nem mindenki alkalmas. Szent Ignác többször hangsúlyozza, hogy jó adag nagylelkűséget hozzan magával az, aki vele akar jönni. Aki félti magát, kényelmét és kedvteléseit, aki méricskél és szüntelenül azt kérdezi, meddig megy a kötelesség, az egyáltalán nem fogja megérteni a nagylelkigyakorlatok elmélkedéseit, nem fogja tudni követni irányukat. Az ilyennek felesleges is leadnunk az egész lelkigyakorlatokat, mert még ha végig is vezetnénk őt az összes elmélkedéseken, azoknak gyümölcse számára nem teremhet meg. Az ilyen elégedjék meg az első hét elmélkedéseivel és néhány kiragadott elmélkedéssel a következő hétből.

A nagylelkigyakorlatok ugyanis a tökéletes életre hívnak meg vagy az evangéliumi tanácsok útján, vagy a világi életben, és aki erre a tökéletességre magát rászánni nem tudja, az szükségképpen elakad a nagylelkigyakorlatokban. Nyolc- vagy tíznapos

lelkigyakorlatokat is állíthatunk be erre a célra, és akiben megvan a nagylelkűség, az nagy haszonnal is fogja azokat végezni. De rövidebb lelkigyakorlatok már aligha lehetnek a tökéletesség iskolája, vagy ha lehetnek is, csak nagyon szerény kiadásban. Céljuk éppen ezért rendesen csak az, hogy a lelkigyakorlatozó a bűnnel szakítson és erős elhatározással a kegyelmi élet fenntartására és ápolására vegye rá magát. Ilyen rövidebb lelkigyakorlatokra mindenki alkalmas, akiben komoly vágy van életének megjobbítására.¹

TARTALMA

Tévedés lenne azt hinnünk, hogy a Lelkigyakorlatos Könyv csak a lelkigyakorlatok idejére ad tanácsokat és nyújt útbaigazítást. A lelkigyakorlatos magánynak kettős feladata van: a lelkigyakorlatok végzése, amelynek célja az élet elrendezése az Isten akarata szerint, és a felkészülés az életre, amelyben ezt a célt meg kell valósítanunk. Így a Lelkigyakorlatos Könyv is két szempontot tart szem előtt: magát a lelkigyakorlatos magányt és az életet, hogy megadja mindkettőre a maga elveit és tanácsait. A lelkigyakorlatokra vonatkozó tanácsok teszik ki a könyv zömét. Ide tartoznak a Bevezető Megjegyzések (Annotációk), amelyek a lelkigyakorlatok megértésére

¹ A lelkigyakorlatok magyarázatánál e két szempontra tekintettel is voltunk. Ha nem teszünk külön említést, mindig a nagylelkigyakorlatokat tartjuk szem előtt, mint Szent Ignác; és ezért mindaz, amit mondunk, csak megfelelő változtatással érvényes a kis lelkigyakorlatokra, t. i. azokra a lelkigyakorlatokra, amelyeknek a célja nem a tökéletesség, hanem csak a bűnnel való szakítás és a komolyabb keresztény élet. Lehetőleg azonban, különösen az első hétnél, ez utóbbiakat külön is figyelembe vesszük.

segítenek és egyként érdeklik a lelkiigyakorlatozót és a gyakorlatok vezetőjét; a Kiegészítő Utasítások (Addíciók), amelyek a lelkiigyakorlatok jó végzésének a feltételeit ismertetik; azután azok a fejezetek, amelyek az elmélkedéseket és a megfontolásokat, továbbá az imának és a lelkiismeretvizsgálatnak a különböző módjait nyújtják; ide tartoznak azok a részek is, amelyek a pályaválasztásra vagy az élet megjobbítására vonatkozó utasításokat tartalmazzák, és a lelki aggályokra és a különböző szellemek megkülönböztetésére adnak útbaigazítást.

Azok a szabályok, amelyek az élet számára nyujtanak elveket, csak részben találhatók külön fejezetekben: ilyenek az evés, az alamizsnálkodás és az egyházas érzés szabályai. Legnagyobb részük a lelkiigyakorlatokra vonatkozó utasításokban van elrejtve. Mindazt ugyanis, amit a lelkiigyakorlatozó a gyakorlatok jó végzésének szempontjából megtanul, azt jórészt az egész életére tanulja. A lelkiismeret általános és részleges vizsgálata, az elmélkedések és imák különböző módjai, amelyeket a lelki magány jó felhasználásának szempontjából meg kell tanulnia, oly gyakorlatok, melyeket egész életében tovább kell folytatnia, ha hű akar maradni lelkiigyakorlatos feltételeihez. Ugyanígy az alázatosság három módjának megismerésével oly cél tárul fel a lelkiigyakorlatozó előtt, amelyre nemcsak a lelkiigyakorlatos idő alatt, hanem egész életén át kell törekednie. A szellemek megismerésének és a lelki aggályoknak szabályaiban pedig az egész életre biztos útbaigazítást kap, hogy lelki hangulatainak, gondolatainak és kísértéseinek áprilisi változékonyságában kiismerje magát és így a tévedéseket, csüggedéseket és megfenekléseket könnyen elkerülhesse.

Ekként a Lelkigyakorlatos Könyv nemcsak a lelkigyakorlatok idején forgatható nagy haszonnal, hanem később is kiváló szolgálatot tesz azoknak, akik komolyabb lelki életre törekednek.

TÖRTÉNETE

Szent Ignác lelkigyakorlatait abban az időben kezdte adni, mikor minden újítás az eretnekség gyanúját váltotta ki. Az ő lelkigyakorlatai pedig nagy újítást jelentettek és sok tekintetben új utakon haladtak. Ezért nem kerülhették el sorsukat és csakhamar magukra vonták azok figyelmét, akik az eretnek tévelygések idején a hit tisztasága felett örködtek. Az inkvizítorok iratait és jegyzeteit nem egyszer bekérték felülvizsgálás végett. Alcalában 1526-ban lelkigyakorlatai miatt a Szentet vizsgálati fogságba is vetik. A következő évben Salamancában veszik vizsgálat alá a lelkigyakorlatokban előadott nézeteit és tanait. Párizsban néhány évvel később szintén inkvizítor elé kerülnek lelkigyakorlatos feljegyzései. De mindannyiszor jóváhagyásban is részesülnek, sőt pl. Párizsban az inkvizítor melegen dicséretét nyerik el. Ezzel úgy látszott, hogy a lelkigyakorlatok körül támadt viharok végleg elültek. Am csakhamar újabb s komoly hajszra indul meg ellenük 1546-ban. Ez a körülmény Szent Ignácot arra a lépésre bírta, hogy a pápai jóváhagyást Lelkigyakorlatos Könyvére kieszközölje és így egyszerismindenkorra véget vessen a gáncsoskodók okvetetlenkedéseinek. Elhatározására befolyással volt Borgiai Szent Ferencnek, Gandia hercegének sürge-

tése, aki saját nevében is lépéseket tett a Szentszéknel a jóváhagyás érdekében.¹

Ezt a legfelsőbb egyházi jóváhagyást a Lelkigyakorlatos Könyv 1548-ban el is nyerte, és pedig oly ajánlással, amilyenben sem azelőtt, sem azóta egy könyv sem részesült a Szentszék részéről. III. Pál pápa „Pastoralis officii cura” kezdetű brevéjében mindazt, ami a Lelkigyakorlatos Könyvben van, egyenkint is jóváhagyja, dicséri és pártfogásával megerősíti, és buzdít minden hívőt, hogy végezzék el és fordítsák lelki hasznukra a lelkigyakorlatokat.

Krisztus földi helytartói azóta is számos dicséretben és jóváhagyásban részesítették Szent Ignác Lelkigyakorlatos Könyvét és lelkigyakorlatait. XI. Pius pápa kétszer is feltűnően meleg elismeréssel és ajánlással tüntette ki azokat. Először 1922 július 25-én, mikor Szent Ignácot az összes lelkigyakorlatok égi pártfogójának jelentette ki. Majd 1929 december 22-én, ötvenéves papi jubileuma alkalmával, e jelentős esemény „emlékére” kiadta „Mens Nostra” kezdetű körlevelét, amelyet egészen a lelkigyakorlatok ajánlásának szentel. E körlevélben a Szentatya az összes lelkigyakorlatos módszerek közül Szent Ignácét mint a legjobbat és a legkíválóbbat ajánlja: „Beigazolt tény, hogy az egészséges katolikus aszkézis elveivel egyező szentgyakorlatos módszerek közül egyik mindig elvitte az elsőséget, amely a Szentszék teljes jóváhagyását ismételten elnyerte, a legjelesebb hittudósok és szentek magasztalását kiérdemelte és négy évszázadon át a

¹ Szent Ferenc később maga is Jézustársaságába lépett és Szent Ignácnak a rendfőnökségben második utóda lett.

szentség tömérdek gyümölcseit termette meg: értjük ezalatt a Loyolai Szent Ignác által bevezetett módszert, akit szívesen nevezünk a lelkigyakorlatok különleges és kiváló mesterének, akinek „csodálatos Lelkigyakorlatos Könyve”,¹ ez a vékony, de mennyei bölcseséggel teljes könyv, amióta boldog emlékezetű elődünk, III. Pál ünnepélyesen jóváhagyta, dicsérte és ajánlotta, — hogy megismételjük saját szavainkat, amelyeket még a pápai székre emeltetésünk előtt használtunk — azóta, így szólunk, „mindig kitűnt, és úgy szerepelt, mint a legbölcsőbb és egészen általános érvényű tankönyve a lelkek vezetésének az üdvösség és a szentség útján, mint kiapadhatatlan forrása a legtisztább és legerőteljesebb lelkiségnek, mint ellenállhatatlanul ösztökélő és kiválóan tapasztalt útbaigazító az erkölcsi javulás megszerzésében és a lelki élet csúcseinak elérésére”. Midőn pápaságunk kezdetén, „úgyszólván az egész katolikus világ mindkét szertartású püspökeinek sürgető kérését és óhaját teljesítve” „Summorum Pontificum” kezdetű körlevelünkkel 1922 július 25-én „Loyolai Szent Ignácot a lelkigyakorlatoknak és lelkigyakorlatokat tartó összes intézmények, társulatok és egyesületeknek égi pártfogójává avattuk és nyilvánítottuk”, nem tettünk szinte egyebet, mint hogy apostoli tekintélyünkkel szentesítettük, amit a lelkipásztorok és hívek közös érzéssel vallottak; amit a fentemlített III. Pállal együtt kiváló elődeink VII. Sándor, XIV. Benedek, XIII. Leó a Szent Ignác-féle lelkigyakorlatokat gyakran dicsérve, ha nem is kifejezetten, már megmondottak; amit nagy magasztalásokkal, sőt ezekben a gyakorlatokban szerzett vagy megnövelt

¹ Brev. Rom. Szent Ignác ünnepén, 4. olv.

erényeik példájával kifejeztek mindazok, akik, hogy magának XIII. Leónak szavait használjuk, „az aszkézis tudományával vagy életük szentségével” az utolsó négy évszázadon át „legjobban kitűntek”. És méltán; a hamis miszticizmus veszedelmeitől és tévedéseitől egészen távolálló tannak kiválósága, ezeknek a lelkigyakorlatoknak csodálatosan könnyű alkalmazhatósága a különféle rangú és rendű emberekhez; a kolostorokban szemlélődő életet élőkhöz éppúgy, mint a világi dolgokban tevékenykedő emberekhez; a részeknek legmegfelelőbb csoportosítása; azoknak csodálatos és világos elrendezése, ami által az elmélkedésre szánt igazságok egymásból folynak; végül a jól megválasztott anyag, amely az embert, a bűn igájának lerázása és az erkölcsi betegségek meggyógyítása után, az önmegtagadásnak és a rossz szokások levetésének biztos útján az imádság és az istenszeretet legmagasabb fokára elvezeti, kétségkívül mindezek olyan tulajdonságok, amelyek Szent Ignác módszerének hatékonyságát és átütő erejét eléggé és túlon túl mutatják és lelki gyakorlatait ékesszólóan ajánlják.”

SZÖVEGEI ÉS KIADÁSAI

Szent Ignác eredeti kézírata, „az autographum” a Lelkigyakorlatos Könyvről nem maradt fenn. De fennmaradt egy spanyol szöveg az 1530-as évek elejéről, melyet a Szent maga átnézett, sajátkezűleg átjavított s betoldásokkal ellátott. Ezt a kéziratot így joggal tekinthetjük szinte egyértékűnek az elvesztett eredeti kézirattal, amelynek épp ezért nevét és tekintélyét is örökölte.

Az első fordítás, amely „versio prima” név alatt ismeretes, valószínűleg 1531 körül készült az auto-

graphum után. Ez a fordítás minden külső csín nélkül való; szóról-szóra követi a spanyol szöveget; még a kifejezéseket is szósz szerint ülteti át a latinba, ami azt mutatja, hogy a fordító nem rendelkezett nagy jártassággal ebben a nyelvben. Mindez azt sejteti velünk, hogy ezt a fordítást maga a szent szerző készítette, aki mint felnőtt ember kezdett tanulni latinul és egész tökéletességében azt sohasem sajátította el. Van még egy szempont, mely szintén azt javallja, hogy Szent Ignácot tegyük meg a „versio prima” fordítójává. 1534 körül, tehát párizsi tanulmányai alatt csak neki lehetett szüksége a latin szövegre, mikor tudniillik olyanoknak adott lelki gyakorlatokat, akik spanyolul nem tudtak. Ha a fordítás munkájára mást kér fel, bizonyára jobb stílusztára bízta e feladatot.

A „versio prima” három teljes kézírata maradt fenn; az egyiket maga Szent Ignác is látta, mert kezevonását több helyen viseli: így a felirata és egy szó betoldása tőle származik.

A Lelkigyakorlatos Könyv azonban nem ebben a fordításban nyerte el a pápai jóváhagyást. Szent Ignác maga tudta legjobban, hogy ez a fordítás, ha hűen vissza is adja gondolatát, latinosság szempontjából nagyon fogyatékos. Ezért 1546-ban, a pápai jóváhagyás előtt, megbízta P. de Freux (Frusius) Andrást, hogy készítse el a Lelkigyakorlatos Könyv tökéletesebb fordítását. A fordítás 1547 tavaszán már el is készült: nyelve választékos, síma és előkelő. Úgy látszik azonban, hogy talán éppen a stílus kedvéért Szent Ignác gondolatát több helyen nem elég hűen és világosan adja vissza. Mindazonáltal ezt a szöveget is, melyet „versio vulgata” név alatt ismerünk, Szent Ignácól jóváhagyott szövegnek tekinthetjük, aki azt bizonyára elolvasta, mi-

előtt a Szentszéknek megerősítés végett felterjesztették.

Közel háromszáz évig a Társaság nem használt más szöveget, mint P. de Freux fordítását. Csak P. Roothaan, a Jézustársaságának általános főnöke teszi közkinccsé a spanyol eredeti szöveget, mikor annak teljesen hű latin fordítását 1835-ben elkészíti és kiadja. Ezt a szószerinti fordítást „versio litteralis” néven ismerjük. Tekintélye a spanyol szöveg után a legnagyobb, mert pontos, kritikuss fordítás; fordítója pedig a lelkigyakorlatok legkiválóbb ismerője volt.

A Lelkigyakorlatos Könyv e szövegeinek nagyon sok nyomtatott kiadásuk van. Az első spanyol kiadás 1615-ben jelent meg Rómában; az autographum fototíp kiadása szintén Rómában jelent meg 1908-ban.

A „versio vulgata”, mely először 1548-ban jelent meg, mint első az összes lelkigyakorlatos szövegek között, szintén megjelent fototíp lenyomatban, 1910-ben Párizsban.

A legújabb kiadások többnyire az autographumot és a versio litteralist hozzák,¹ vagy pedig a versio vulgatát és a litteralist.²

Mind a négy szövegnek (autographum, versio prima, v. vulgata, v. litteralis) együttes parallelkiadása csak egy van a „Monumenta Ignatianá”-ban.

IRODALMA

A Lelkigyakorlatos Könyvnek gazdag irodalma van. Ebből kiválasztottuk és itt felsoroljuk azokat

¹ Pl. Marietti (Taurini) kiadásában.

² Pl. Pustet (Ratisbonae), Desclée (Brugis) kiadásában.

a műveket, amelyek a Lelkigyakorlatos Könyv szövegét magyarázzák. Ezekből is csak azokat vettük tekintetbe, amelyeknek olvasását igen ajánlatosnak és szorosan véve elégségesnek tartjuk a lelkigyakorlatok teljes megértésére. Ezt a jegyzéket magyar, német és francia nyelvű szerzők műveiből állítottuk össze, mert Magyarországon ezek a nyelvek a legismertebbek. Latin nyelvű könyvek közül csak egynek a címét adjuk meg; ennek nincs más nyelvű fordítása. Sajnos, nem hozhatjuk — egyet kivéve — azoknak a könyveknek a címeit, amelyek Jézus-társaságának jubileumi évében fognak megjelenni. De a figyelmet ezekre itt felhívjuk. Természetesen az olvasó e szerzőknek minden megállapítását nem teheti magáévá; műveik mégis általában véve helyesen tolmácsolják Szent Ignácot.

Directorium in Exercitia Spiritualia. Mint függelék megtalálható: *Exercitia Spiritualia S. P. Ignatii de L. Versio litteralis ex autographo hisp., notis illustrata, auctore R. P. Roothaan S. J. Regensburg, 1922, Pustet.*

Csávossy Elemér S. J.: *Manréza iskolájában, Korda.* (1940 második felében jelenik meg. Ugyane szerző értékes szövegmagyarázatokat hoz lelki-gyakorlatos elmélkedéseiben. A három kötet címe: *Örök igazságok, A nagy király nyomdokain, Kereszt és feltámadás.* Korda.)

Csávossy Elemér S. J.: *Imádság és elmélkedés, Korda.* (Kitűnően megmagyarázza Szent Ignác összes ima- és elmélkedő módszereit, melyekről a *Lelki-gyakorlatos Könyvben* szó van.)

Czapik Gyula: *A lelki-gyakorlatok, különös tekintettel a homiletikára, Budapest, 1924, „A Szív”.*

Jablonkay Gábor S. J.: *Loyolai Szent Ignác*

élete és műve, III. rész, 10 fejezet, Budapest, 1921, Pallas.

Böminghaus S. J.: Aszese der Ignatianischen Exercitien, Freiburg, Herder.

Harasser S. J.: Exercitienleitung, 2 B. Innsbruck, 1923, Tyrolia.

Hummelauer S. J.: Die Exercitien des hl. Ignatius. Aus lateinischem übersetzt von Schmied S. J., Saarbrücken 1938, Saarbrücker Verlag.

Meschler S. J.: Das Exercitienbuch des hl. Ignatius, Erster Band: Text und Erklärung, Freiburg, 1928, Herder.

Sträter S. J.: Der Geist der Ignatianischen Exercitien, Freiburg, Herder.

Sierp S. J.: Hochschule der Gottesliebe 3 B. Warendorf, 1935—36, Schnellsche Verlagsbuchhandlung (A kitűnő szövegmagyarázat mellett a nagylelkigyakorlatok összes elmélkedéseit is kidolgozva adja.).

Brou S. J.: Saint Ignace maître d'oraison, Paris, 1925, Spes.

Brou S. J.: La Spiritualité de Saint Ignace, Paris, 1925, Spes.

Nonell S. J.: Analyse des Exercices de Saint Ignace de L. Bruges, 1924, Bayaert.

Nonell S. J.: Études sur les textes des Exercices, Enghien, 1922.

Peeters S. J.: Vers l'union divine, Bruges, Bayaert.

Watrigant S. J.: Collection de la Bibliothèque des Exercices.

II. RÉSZ

A LELKIGYAKORLATOS KÖNYV¹

BEVEZETŐ MEGJEGYZÉSEK (ANNOTÁCIÓK)

az alant következő lelkigyakorlatok némi megértésére és arra a célra, hogy segítséget találjon bennük mind az, aki a lelkigyakorlatokat adja, mind az, aki azokat végzi.

A lgy. célja, mibenléte **Első megjegyzés:** Lelkigyakorlat neve alatt értjük a lelkiismeretvizsgálás, elmélkedés, szemlélődés, szóbeli és elmebeli ima és egyéb lelki tevékenység minden módját, amint azt később kifejtjük. Mert amiként a sétálás, menés és futás testgyakorlat, ugyanúgy lelkigyakorlatnak mondható minden tevékenység, amely a lelket felkészíti és alkalmassá teszi arra, hogy eltávolítsa magából minden rendetlen hajlamát, és miután azokat eltávolította, keresse és megtalálja Isten akaratát életének örök üdvére irányuló elrendezésében.

¹ Ebben a részben mindazt, amit a fordító fűzött Szent Ignác művéhez, apró vastag betűkkel, ill. a szövegben zárójelbe tett dőlt írással hozzuk. A többi a szent szerzőtől van.

Hogyan elmélkedjünk?

Második megjegyzés: Aki másnak az elmélkedés vagy a szemlélődés anyagát és módját előadja, hüen beszélje el a történetet, amelyről ebben a szemlélődésben vagy elmélkedésben szó lesz, mégpedig úgy, hogy annak csak főbb pontjain haladjon át röviden és nagy vonásokban; mert az elmélkedő, aki a történetet úgy veszi, ahogy az megtörtént, s azon maga gondolkodik és így talál valamit, ami a történetet kicsit jobban megvilágítja vagy megérezkelteti (történjék ez akár saját gondolkodása által, akár azáltal, hogy értelmét isteni erő világítja meg), nagyobb lelki hasznot húz belőle és több élvezetet talál benne, mint ha a lelkigyakorlat vezetője hosszán fejtegette és bőven adta volna elő a történet értelmét; mert nem a sok tudástól lakik jól és elégül ki a lélek, hanem ha a dolgokat bensőleg izleli és érzékeli.

Lelki magatartásunk Istennel szemben

Harmadik megjegyzés: Minthogy az összes következő lelkigyakorlatoknál az értelmi tevékenységet is használjuk, mialatt gondolkodunk, s az akarat tevékenységét is, mialatt magunkban érzelmeket keltünk fel, ügyeljünk arra, hogy akaratunk foglalkoztatásánál, mikor szóbelileg vagy elménkben Istennel, a mi Urunkkal vagy szentjeivel beszélgetünk, részünkről nagyobb tiszteletadás kívánatos, mint mikor értelmünket a dolgok megértésére használjuk.

A lgy. beosztása és tartalma

Negyedik megjegyzés: Bár a következő lelkigyakorlatok négy hétre vannak osztva, hogy megfeleljenek a négy résznek, amelyre a gyakorlatok oszlanak, t. i. az első résznek, amely szemlélődés és elmélkedés a bűnről, a másodiknak, amely Krisztus Urunk élete virágvasárnapig bezárólag, a harmadiknak, amely Krisztus Urunk szenvedése, a negyediknek, amely a fel-

támadás és a mennybemenetel, hozzávéve a három imamódot, — mégsem kell ezt úgy értelmeznünk, hogy minden hét szükségkép hét vagy nyolc napból áll. Mert megesik, hogy egyesek lassabban érik el az első héten azt, amit keresnek, t. i. a töredelmet, a bánatot és a könnyeket bűneik felett; ugyanúgy egyesek serényebbek, mint mások, és a különböző szellemek egyeseket jobban megpróbálnak és megdolgoznak, mint másokat: azért szükséges a hetet némelykor rövidebbre, máskor hosszabbra venni. Ugyanez áll a többi hétről is, keresve mindig az elérendő célt a kijelölt anyag szerint. Mindazonáltal többé-kevésbbé harminc nap alatt fejezzük be az egész lelkigyakorlatot.

A gyakorlatozó lelki beállítottsága **Ötödik megjegyzés:** Annak, aki a lelki gyakorlatot veszi, kiváló hasznára lesz, ha nagy lélekkel és Teremtője s Ura iránti bőkezűséggel lép abba, felajánlva neki minden akarását és szabadságát, hogy isteni Fölsege mind személye, mind pedig mindene felett, amivel csak bír, legszentebb akarata szerint rendelkezék.

Lelekiismeretes pontosság **Hatodik megjegyzés:** Ha a gyarkorlatok vezetőjének az a benyomása, hogy a lelkigyakorlatozóban nem támadnak lelki megmozdulások, mint pl. vigasz vagy vigasztalanság, vagy nem dolgozzák őt különböző szellemek, akkor alaposan kérdezze ki a gyakorlatokra vonatkozólag, vajjon meghatározott időben és hogyan végzi azokat; úgyszintén a kiegészítő utasításokra vonatkozólag, vajjon tartja-e gondosan azokat, beszámoltatva egyenkint mindezekekről. (A vigaszról és vigasztalanságról alant lesz szó a 128. oldalon, a kiegészítő utasításokról pedig a 56. oldalon.)

A vezetésben szelídség és jószág **Hetedik megjegyzés:** Ha a gyakorlatozó levert és kísértésben van, ne viselkedjék vele szemben keményen, sem pedig szigorúan, hanem legyen iránta nyájas és szelíd, öntsön bele lelket és erőt a hátralévő időre és tárja fel előtte az emberi természet ellenségének csalárdságait és hasson oda, hogy felkészüljön és magát fogékonyra tegye az eljövendő vigasztalásra.

Levertség és vigasztalás **Nyolcadik megjegyzés:** A gyakorlatok vezetője a szükséglet szerint, amelyet észrevesz a gyakorlatozóban, a levertség vagy az ellenség csalárdsága, akár pedig a vigasztalás tekintetében, megmagyarázhatja neki az első és a második hétnek a különböző szellemek megismerésére vonatkozó szabályait, amelyek alatt a 128. és a 133. oldalon találhatók.

Durva kísértések idején **Kilencedik megjegyzés:** Ügyelnünk kell a következőre: ha a gyakorlatozó, aki az első hét gyakorlatait végzi, a lelki dolgokban még nem jártas és durva s nyilvánvaló kísértések zaklatják, amelyek mintegy szeme elé tárják Isten, a mi Urunk szolgálatában való előhaladásának akadályait, pl. a fáradalmakat, a szégyent és a félelmet a világiás tisztelet miatt és így tovább, a gyakorlatok vezetője ne közölje vele a második hétnek a szellemek megismerésére vonatkozó szabályait; mert amennyire hasznára lesznek az első hét szabályai, annyira fognak neki ártani a második hété, mégpedig azért, mert tárgyuk sokkal finomabb és sokkal magasabb, semhogy meg tudná azt érteni.

Kísértés a jónak látszata alatt **Tizedik megjegyzés:** Ha a gyakorlatozó vezetője azt veszi észre, hogy a gyakorlatozót a jónak látszata alatt éri támadás

és kísértés, akkor helyénvaló, ha vele a már említett második hét szabályairól is beszélget; mert az emberi természet ellensége közönségesen akkor kísérti az embert inkább a jónak látszata alatt, amikor már a megvilágosítás útján halad, ami a második hét gyakorlatainak felel meg, és nem annyira akkor, mikor a tisztulás útján van, ami az első hét gyakorlatainak felel meg.

Tedd egészen, Tizenegyedik megjegyzés: Aki az első amit tesz!! héten veszi a gyakorlatokat, annak nagy hasznára lesz, ha semmit sem tud arról, mit fog csinálni a második héten; hanem ha az első héten úgy dolgozik annak megtalálásán, amit keres, mintha a második héttől már semmit sem várna.

Hűség és kitartás Tizenkettedik megjegyzés: A gyakorlatok vezetője sokat figyelmeztesse a gyakorlatozót, hogy amiként a naponkinti öt elmélkedés vagy szemlélődés mindegyikében egy teljes órán át kitart, ugyanúgy mindig elérj majd, hogy lelke nyugodt lesz abban a tudatban, hogy a gyakorlatban egy teljes órát, sőt inkább többet, mint kevesebbet töltött el. Mert az ellenség¹ nem kis mértékben azon szokott fáradozni, hogy megrövidíttesse velünk a szemlélődés, az elmélkedés vagy az ima óráját.

Türelem és hősiesség Tizenharmadik megjegyzés: Hasonlóképpen megfigyelésre méltó, hogy amint könnyű és nem fárasztó a vigasztalás idején a szemlélődésben egy teljes órán át kitartanunk, ugyanúgy nagyon nehéz azt kitöltenünk a vigasztaláság

¹ Szent Ignác az ördögöt rendszerint egyszerűen ellenségnek nevezi.

s levertség idején. Amiért is a gyakorlatozó, hogy a vigasztalanság ellen küzdjön és a kísértéseket legyőzze, toldja meg a teljes órát mindig valamivel, hogy így ne csak azt szokja meg, hogy az ellenségnek ellenáll, hanem hogy azt le is teríti.

Bölcs mérséklet **Tizennegyedik megjegyzés:** A gyakorlatozókat vezetője figyelmeztesse a gyakorlatozót, ha az vigasztalásban és nagy buzgalommal halad előre, hogy se ígéretet, se pedig fogadalmat ne tegyen meggondolatlanul és elsietve; és minél inkább úgy ismeri a gyakorlatozót, hogy állhatatlan természetű, annál inkább kell erre figyelmeztetnie és intenie. Mert ha buzdíthatunk is valakit jogosan arra, hogy szerzetbe lépjen, — értve szerzet alatt olyan társulatot, melynek tagjai engedelmességi, szegénységi és tisztasági fogadalmat tesznek — és ámbár a jócselekedet, amelyet fogadalomból történik, érdemszerzőbb annál, amelyet fogadalom nélkül teszünk, mégis nagyon figyelembe kell vennünk az illetőnek sajátos életkörülményeit és egészségét és azt, hogy mennyi segítségre és nehézségre számíthat annak a dolognak betöltésében, amelyet ígérni szeretne.

Az Isten működése a lélekben **Tizenötödik megjegyzés:** A gyakorlatozókat vezetője ne buzdítsa a gyakorlatozót inkább a szegénységre és annak megígérésére, mint annak ellenkezőjére, se pedig az egyik életmódra vagy életpályára inkább, mint a másikra; mert bár a lelki gyakorlatokon kívül megengedetten és érdemszerző módon buzdíthatunk mindenkit, aki valószínűleg alkalmas arra, hogy az önmegtartóztató életet, szüzességet, szerzetesi életet és az evangéliumi tökéletesség bármely formáját válassza: mégis ezeknek a lelki gyakorlatoknak idején megfelelőbb és sokkal jobb, ha az ember maga

keresi az isteni akaratot, hogy így a Teremtő és az Úr maga közölje magát a szolgálatára kész lélekkel, magához vonva őt szeretetére és dicsőítésére, és rávezetve arra az útra, amelyen ezentúl neki jobban szolgálhat. Amiért is a lelkigyakorlatok vezetője ne forduljon és ne hajoljon se az egyik, se a másik oldalra, hanem a mérleg nyelvéhez hasonlóan tartsa magát középen és engedje, hogy a Teremtő a teremtménnyel és a teremtmény Teremtőjével és Urával közvetlenül érintkezzék.

Felkészülésünk és közreműködésünk **Tizenhatodik megjegyzés:** Ebből a célból, tudniillik hogy a Teremtő és az Úr biztosabban működjen teremtményében, nagyon megfelelő, — ha esetleg ez a lélek rendetlenül ragaszkodnék és vonzódnék valamely dologhoz — hogy teljes erejével magát arra bírni iparkodjék, hogy épp az ellenkezőjét akarja annak, amihez rendetlenül ragaszkodik; ha pl. arra hajlanék, hogy valamely állást vagy javadalmat keressen és megtartsa, nem Isten, a mi Urunk tiszteletére és dicsőségére és nem is a lelkek üdvére, hanem saját maga előnyére és földi hasznára, akkor hosszasan kitartva az imában és egyéb lelkigyakorlatokban, az ellenkezőre kell magát hangolnia, kérve Istentől, a mi Urunktól épp ezt az ellenkezőt, t. i., hogy ne akarja többé ezt a hivatalt vagy javadalmat vagy akármilyen más, hacsak az isteni Főlség lelkének kívánságait nem rendezte előbb és nem változtatta meg első hajlamát úgy, hogy az az ok, amelyért kívánja vagy megtartja az egyiket vagy a másikat, egyedül az isteni Főlség szolgálata, tisztelete és dicsősége legyen.

A vezetés szükségessége **Tizenhetedik megjegyzés:** A lelkigyakorlatok vezetőjének nagy hasznára lesz, ha pontosan tudomást szerez — természete-

sen nem abból a szándékból, hogy a lelkigyakorlatozó gondolatait és bűneit kifürkésze és kitudakolja — a gyakorlatozó különféle lelki megmozdulásairól és gondolatairól, melyeket a különböző szellemek benne támasztanak; mert csakis így tud majd neki, kisebb vagy, nagyobb előmenetele szerint, néhány oly lelkigyakorlatot adni, amely alkalmas és megfelel az így befolyásolt lélek szükségletének.

Különböző rövidített lelki-gyakorlatok **Tizennyolcadik megjegyzés:** Ezeket a lelkigyakorlatokat annak megfelelően alkalmazzuk, hogy milyen az állapota, vagyis a kora, tudása és tehetsége annak, aki azokat venni akarja; nehogy tanulatlan és gyöngye képességű embernek olyan dolgokat adjunk, amelyeket könnyen nem viselhet el és amelyekből hasznót nem meríthet. Hasonlóképpen a szerint, hogy kiki mennyit akar tenni, azt kell adnunk mindegyiknek, amiben több segítséget és előmenetelt talál. Így aki csak annyi segítséget óhajt, hogy valamelyes lelki oktatásban részesüljön és lelkét bizonyos fokig meglegedetté tegye, annak kifejthetjük a részleges s azután az általános lelkiismeretvizsgálatot (38., ill. 40. oldal), meg az imamódot a parancsolatok, bűnök, stb. fölött, amely imamód szerint reggelenként imádkozzék félóráig (102. oldal), ajánlva egyúttal, hogy minden nyolcadik napon gyónja meg bűneit és ha teheti, minden tizenötödik napon áldozzék, sőt mi több, minden nyolcadik napon is, ha erre benső indítást érez.¹ Ez az eljárás megfelelőbb a kevésbé képzeteknél és tanulatlanoknál, amikor is nekik mindenegybes pa-

¹ Az Egyház mai gyakorlata szerint többször, akár naponként is mehet áldozni az, aki ezt jó szándékból teszi és nincs halálos bűnben.

rancsot meg kell magyaráznunk; ugyanez áll a halálos bűnökről, az Egyház parancsairól, az öt érzékről és az irgalmasság cselekedeteiről.

Hasonlóképen, ha a lelki gyakorlatok vezetője azt látja, hogy a gyakorlatozó gyenge egészségű vagy kevés természetes adománnyal bír, akitől tehát nem lehet sok eredményt várni, megfelelőbb, ha a könnyebb gyakorlatokból ad neki néhányat, míg bűneinek gyónását el nem végzi; ezután adja neki elő a lelkiismeretvizsgálás néhány módját és vezesse rá az eddigénél gyakoribb gyónásra, hogy megtartsa magát abban a jóban, amelyet elnyert. Ne menjen be azonban a választás anyagába vagy bármely más gyakorlatba, amely az első héten kívül esik, főleg akkor, ha másoknál több lelki hasznot remélhet és úgysem jut idő mindenre.

Házi lelki gyakorlatok **Tizenkilencedik megjegyzés:** Akit nyilvános hivatala vagy kötelességszerű ügyei lekötnek, és képzett vagy tehetséges ember s gyakorlatokra naponként csak egy vagy félórát szakíthat, annak röviden adja le (t. i. a lelki gyakorlatok vezetője) az ember teremtésének célját, hasonlóképen beszélhet neki egy félórán át a részleges, majd utána az általános lelkiismeretvizsgálatról és arról is, miképen kell gyónnia és szentáldozáshoz járulnia. Azután három napon át minden reggel egy órán át végezzen elmélkedést az első, második, harmadik bűnről (47. oldal), majd további három napon át elmélkedjék ugyanabban az órában saját bűneinek sorozatáról (50. oldal), ezután ismét három napon át s ugyanabban az órában tartson elmélkedést a büntetésről, mely a bűnért jár (53. oldal). Mind e három elmélkedésnél le kell neki adnia a tíz kiegészítő utasítást (56. oldal). Krisztus Urunk életének titkait illetőleg azt a sorrendet kövesse, amely

alant részletesen ki van fejtve ugyanazoknál a gyakorlatoknál.

Igy. a teljes magányban és annak előnyei Huszadik megjegyzés: Aki nincs akadályozva és azt kívánja, hogy annyi előhaladást tegyen, amennyit csak tehet, annak az egész lelkigyakorlatot kell adnunk abban a sorrendben, amelyben itt következik. Ebben közönségesen annál inkább halad majd valaki, minél inkább elkülöníti magát minden barátjától s ismerősétől és mentesíti magát minden földi gondtól; például azáltal, hogy rendes lakását elhagyja és más házat vagy más szobát választ, hogy ott a lehető legelvonultabban élhessen úgy, hogy módjában álljon tetszése szerint szentmisére és vecsernyére menni, annak félelme nélkül, hogy ebben ismerősei akadályozni fogják.

Ebből a magánybavonulásból három előny származik a sok egyéb előny közül:

Először: megválva sok barátjától és ismerősétől és hasonlóképen sok elintézetlen ügyétől azért, hogy Istennek, a mi Urunknak szolgáljon és őt dicsőítse, isteni Főlsége előtt nem csekély érdemet szerez.

Másodszor: minthogy annak gondolata és figyelem, aki így elkülöníti magát, nem oszlik meg sok dolog között, hanem gondját csak egy dologra irányítja, t. i. Teremtője szolgálatára és lelke előmenetelére, szabadabban használhatja fel természetes tehetségeit annak szorgalmas keresésére, amit annyira óhajt.

Harmadszor: Minél inkább egyedül van lelkünk és minél jobban elkülönül mindentől, annál alkalma-

sabb lesz arra, hogy Teremtőjéhez és Urához közeljék és őt elérje; és minél inkább eléri így őt, annál jobban előkészül az ő isteni és legfőbb jó-sága kegyelmeinek és adományainak befogadására.

LELKIGYAKORLATOK

hogy az ember önmagát legyőzze és életét rendezze a nélkül, hogy elhatározást tenne bármi olyan hajlamból, mely rendezetlen.

Egy magától értetődő megjegyzés. Hogy mind a gyakorlatok vezetője, mind pedig a gyakorlatozó egymást jobban támogassa és jobban haladjon, föl kell tételeznünk, hogy minden jó kereszténynek készebbnek kell lennie arra, hogy felebarátjának állítását jól értelmezze, mintsem azt elítélje. Ha pedig nem tudná azt jóra magyarázni, kérdezze meg őt, hogyan érti; és ha helytelenül értené, igazítsa helyre szeretettel. És ha ez nem elegendő, tegyen meg minden lehető, hogy felebarátja helyesen megértve állítását, azt jóra magyarázza.¹

¹ Szent Ignác ezt a megjegyzést később fűzte lelki-gyakorlatához. Okot erre valószínűleg az a sok félreértés és rosszmagyarázás szolgáltatott, mely lelki-gyakorlatait kezdetben érte.

KIINDULÓELV ÉS ALAPIGAZSÁG¹

Az ember azért van teremtvé, hogy Istent, a mi Urunkat dicsérje, tisztelje és szolgáljon neki, és ezáltal lelkét üdvözítse; és minden egyéb a föld színén az emberért van teremtvé és azért, hogy segítse ama cél elérésében, amelyre teremtvé van. Ebből következik, hogy az embernek ezeket annyiban kell használnia, amennyiben céljának elérésében segítik és annyiban kell ezektől megválnia, amennyiben akadályozzák abban.

Amiért is szükséges, hogy közömböseké tegyük magunkat az összes teremtménnyel szemben (amennyiben ez még szabad választásunkra van bízva és nincs megtiltva), annyira, hogy a magunk részéről ne akarjuk inkább az egészséget, mint a betegséget, a gazdagságot inkább, mint a szegénységet, a tiszteletet inkább, mint a gyalázatot, a hosszú életet inkább, mint a rövidet, és így következetesen minden dologban egyedül azt kívánva és választva, ami jobban segít a célra, amelyre teremtvé vagyunk.

A RÉSZLEGES ÉS NAPONKINTI LEKIIKMERETVIZSGÁLÁS

három időpontot és kétszeri önvizsgálatot ölel fel.

Első időpont a reggel. Mihelyt fölkelünk, föl kell tennünk magunkban, hogy gondosan óvakodni fogunk attól a különös büntől vagy hibától, amelyből szabadulni és megjavulni akarunk.

¹ Röviden „fundamentumnak” szokás nevezni.

Második időpont a főétkezés után van.¹ Először kérnünk kell Istentől, a mi Urunktól azt, amit akarunk, t. i. a kegyelmet, hogy visszaemlékezzünk, hányszor követtük el azt a különös bűnt vagy hibát és hogy a jövőben megjavuljunk. Utána végezzük el az első vizsgálatot, számonkérve önmagunktól azt a megjelölt és különös hibát, amelyből szabadulni és megjavulni akarunk, úgy hogy végigmegyünk minden órán vagy napszakaszon, kezdve a felkelés órájától egészen a jelen vizsgálat órájáig és pillanatáig, s tegyünk annyi pontot a g betű első vonalára, ahányszor elkövettük a szóban forgó bűnt vagy hibát.² Majd tegyünk újra elhatározást, hogy a másik vizsgálatig, amelyet végezni fogunk, megjavulunk.

Harmadik időpont vacsora után van. A második önvizsgálat ugyanígy történik, áthaladva az összes órákon, kezdve az első vizsgálattól egészen a jelen másodikig; és tegyünk ugyanazon g betű második vonalára annyi pontot, ahányszor azt a különös bűnt vagy hibát elkövettük.

Következik négy kiegészítő utasítás, melynek célja, hogy segítségükkel hamarabb kiirtsuk azt a különös hibát vagy bűnt.

Első utasítás. Valahányszor ebbe a részleges bűnbe vagy hibába esünk, mindannyiszor tegyük kezünket mellünkre, bánkódva, hogy elbuktunk; ezt

¹ Szent Ignác idejében 10 óra tájban volt délelőtt. Mostani viszonyaink szerint a második időpontot tehát közvetlen ebéd előttre tehetjük.

² Szent Ignác egy-egy napra 2 vonalat húzott: az egyik a reggeli, a másik az esteli vizsgálat eredményének a jegyzésére szolgált. A betű, mely az egyes napokat is jelölte, mindig a kiírtandó hiba kezdőbetűje volt. (Jelen esetben g = gula, torkosság.) Természetesen akár-milyen más jelzés és módszer megfelel a célnak.

könnyen megtehetjük mások jelenlétében is a nélkül, hogy észrevennék, hogy mit teszünk.

Második utasítás. Minthogy az ábra első vonala az első vizsgálatot jelzi, a második a másodikat, nézzük meg este, van-e javulás az első vonaltól a másodikig, azaz az első vizsgálattól a második vizsgálatig.

Harmadik utasítás. Hasonlítsuk össze a második napot az elsővel, vagyis a mai nap két vizsgálatát a megelőző nap két vizsgálatával és nézzük meg, vajjon az egyik naptól a másodikig javultunk-e.¹

Negyedik utasítás. Hasonlítsuk össze az egyik hetet a másikkal is, és nézzük meg, vajjon többet javultunk-e ezen a héten, mint az előzőn.

Jegyzet. A nagy G betű jelzi a vasárnapot, a következő kis g betű a hétfőt, a harmadik g betű a keddet és így tovább.

G
g
g
g
g
g
g
g

ÁLTALÁNOS LELKIISMERETVIZSGÁLÁS

hogy bűneinktől megtisztuljunk és jobban gyónjunk.
Feltételezem, hogy háromféle gondolat lehet

¹ Szent Ignác fenti eredeti ábráján a vonalak a hét vége felé valószínűleg éppen azért rövidülnek, hogy ez a javulásra figyelmeztessen.

bennem: az egészen saját gondolatom, amely pusztán szabad elhatározásomtól és akaratomtól függ, és két másik gondolat, amely kívülről jön belém, mégpedig az egyik, amely a jó szellemtől, és a másik, amely a gonosz szellemtől származik.

A GONDOLATRÓL

Kétféle módon lehet érdemet szereznem a kívülről jövő rossz gondolat alkalmával.

Először: ha p. o. az a gondolat támad bennem, hogy halálos bűnt kövessek el, s én mindjárt ellenállok neki és az legyőzötten távozik.

Másodszor: Ha ugyanaz a rossz gondolat támad bennem, és én annak ellenállok és az ismételten visszatér, és én mindaddig ellene szegülök, míg az legyőzötten távozik: ez a második mód érdemszerzőbb, mint az első.

Bocsánatosan vétkezik valaki, ha ugyanaz a halálos bűnre kísértő gondolata támad, és odafigyel, benne kissé időzik vagy belőle csekély érzéki gyönyört merít,¹ vagy ha hanyagságot követ el ilyen gondolat elűzésében.

Halálosan vétkezni kétféleképen lehet:

Először: mikor az ember a rossz gondolatba beleegyezik, hogy később ennek megfelelően cselekedjék, vagy hogy a szerint cselekedne, ha az módjában lenne.

Másodszor: halálosan vétkezni úgy lehet, ha az ember már tettel is elköveti azt a bűnt; és ez három oknál fogva súlyosabb: először huzamosabb tartama miatt, másodszor az erősebb akarati tevékenység

¹ Természetesen nem egészen szándékosan, ami az alábbiakból is világos.

miatt, harmadszor mindkét személynek nagyobb kára miatt.¹

A SZÓRÓL

Nem szabad esküdnünk sem a Teremtőre, sem a teremtményre, kivéve igaz ügyben, szükség esetén és kellő tisztelettel. Szükségesnek tartom az esküt akkor, amikor nem akármilyen igazságot állítunk esküvel, hanem olyan igazságot, amely jelentőséggel bír akár a lélekre, akár a testre, akár az anyagi javakra vonatkozólag. A kellő tisztelet alatt pedig azt értem, hogy amikor az ember a Teremtő és az Úr nevét említi, a neki járó tiszteletet és hódolatot figyelembe vegye és azt meg is adja.

Megjegyzés: Bár a hiábavaló esküvel súlyosabban vétkezünk, ha a Teremtőre, mintha a teremtményre esküszünk, mégis megfelelő módon, azaz igaz ügyben, szükség esetén és kellő tisztelettel nehezebb teremtményre esküdnünk, mint a Teremtőre, a következő okok miatt:

Először, ha teremtményre szándékozunk esküdni, az eskütételben, mikor meg akarjuk nevezni a teremtményt (*ez a teremtmény vagy az a körülmény, hogy teremtményre akarunk esküdni*), nem tesz bennünket annyira figyelmesekké és óvatosakká, hogy igazat mondjunk, vagy hogy csak szükségből erősítsük azt meg esküvel, mintha minden dolog Urát és Teremtőjét szándékozzuk említeni.

Másodszor, mikor a teremtményre esküszünk, nem oly könnyű hódolatot és tiszteletet tanúsítanunk a Teremtő iránt, mintha a Teremtőre és az Úrra esküszünk és az ő szent nevét említjük. Mert

¹ Ha t. i. ez a tett mással történik.

a szándék, hogy Istent, a mi Urunkat nevezzük meg, nagyobb tiszteletre és hódolatra hangol, mintha csak a teremtményt akarjuk említeni. Amiért is inkább a tökéleteseknek van megengedve, hogy a teremtményre esküdjenek, mint a tökéletleneknek; a tökéletesek ugyanis folytonos szemlélődéseik és értelmi megvilágosításaik miatt inkább szoktak azon gondolkodni, elmélkedni és szemlélődni, hogy Isten, a mi Urunk lényege, jelenléte és hatalma által jelen van minden egyes teremtményben; márpedig ekként, ha a teremtményre esküsznek, alkalmasabbak és felkészültebbek arra, hogy Teremtőjük és Uruk iránt tiszteletet és hódolatot tanúsítsanak, mint a tökéletlenek.

Harmadszor, mert a teremtményekre való folytonos esküvéseknél a tökéletleneknél jobban kell tartanunk bálványimádástól, mint a tökéleteseknél.

Hiábavaló szót ne mondjunk; ilyennek azt a szót tartom, amely sem nekem, sem másnak nem használ és nem is fakad ebből a szándékból. Ha tehát valaki olyan dolgokról beszél, amelyek hasznosak, vagy pedig a beszéd azzal a szándékkal történik, hogy használjon saját vagy más lelkének, a testnek vagy a földi javaknak, úgy a szó sohasem hiábavaló; de még akkor sem, ha valaki olyan dolgokról beszél, amelyek nem tartoznak a foglalkozásához vagy állapotához, mint például a szerzetes háborúról vagy kereskedelmi ügyletekről beszél. Tehát mindenben, amit mondunk, érdekünk van, ha beszédünk jó célból történik, bűnünk, ha rossz célra irányítjuk azt vagy hiábavalóságokról beszélünk.

Semmit sem szabad mondanom, ami más jó hírnevét csorbitja vagy meghurcolja; mert ha felfedem halálos bűnét, amely nem nyilvános, halálosan vétkezem; ha pedig bocsánatos bűnét mondom el,

bocsánatosan vétkezem; ha meg valami hibáját tárom fel,¹ akkor saját hibámat árulom el. Ha azonban a szándék tisztességes, más bűnéről vagy hibájáról két esetben lehet beszélnem:

Először: ha a bűn nyilvános, mint például a nyilvánosan bűnös nőé, vagy ha a törvényszéken elítélt büntényről vagy valakinek oly nyilvános tévtanáról van szó, amellyel megfertőzi azoknak lelkét, akikkel érintkezésbe jut.

Másodszor: mikor másnak a titkos hibáját feltárjuk valakinek, hogy segítse és felemelje azt, aki a bűnben van, ha ugyan józanul feltehetjük és remélhetjük, hogy az illető segíthet rajta.

A CSELEKEDETEK RŐL

Ha cselekedeteink tárgyául Isten tízparancsolatát, az Egyház parancsait és az előjáróság intézkedéseit vesszük fel, akkor azt mondhatjuk, hogy mindaz, ami e három csoportnak akármelyike ellen történik, kisebb vagy nagyobb bűn a dolog kisebb vagy nagyobb fontossága szerint. Az előjáróság intézkedései alatt értem például a keresztes bullákat és az egyéb búcsúkat, mint aminőket a lelki béke megnyerésére szoktak azoknak adni, kik meggyóntak és az Oltáriszentséget magukhoz vették. Mert nem csekély bűn az, ha okot szolgáltatunk, hogy valaki előjáróink ilyen jámbor buzdításai és intézkedései ellen cselekedjék, vagy ha önmagunk cselekszünk azok ellen.

¹ T. i. olyan hibáját, ami még nem is bocsánatos bűn.

AZ ÁLTALÁNOS LELKIISMERETVIZSGÁLAT MÓDJA

öt pontot ölel fel.

Első pont. Adjunk hálát Istennek, a mi Urunknak a kapott jótéteményekért.

Második pont. Kérjünk kegyelmet, hogy megismerjük bűneinket és azokat kiirtsuk.

Harmadik pont. Kérjünk számot lelkünkötől, — kezdve ezt a felkelés órájától egészen a jelen lelkiismeretvizsgálásig úgy, hogy végigmegyünk az összes órákon vagy napszakokon, mégpedig először a gondolatokról, azután a szavakról és végül a cselekedetekről ugyanolyan rendben, mint azt a részleges lelkiismeretvizsgálásnál már említettük.

Negyedik pont. Kérjünk bocsánatot Istentől, a mi Urunktól a hibákért.

Ötödik pont. Tegyük fel javulásunkat az ő kegyelmével. Miatyánk.

ÁLTALÁNOS GYÓNÁS ÉS SZENTÁLDOZÁS

Az általános gyónás annál, aki azt önként óhajtja végezni¹ ez alkalommal (*t. i. a lelkigyakorlatok idején*) a sok közül különösen három hasznót jelent:

Először: Habár az, aki minden évben gyónik, nem köteles általános gyónást végezni, mégis ha elvégzi azt, többet halad előre és nagyobb az érdeme a nagyobb bánat miatt, melyet egész életének minden bűne és rosszasa miatt érez.

Másodszor: Minthogy a lelkigyakorlatok idején mélyebben ismerjük meg a bűnöket és azok gonosz-

¹ T. i. nem azért, mert előbbi gyónásai nem voltak valamely okból jók.

ságát mint máskor, amikor nem adjuk át magunkat ennyire a benső élet munkájának, azért most azoknak nagyobb ismeretére és bánatára teszünk szert, és így több lelki hasznót és érdemet nyerünk, mint eddig.

Harmadszor: Mivel jobban gyóntunk és jobban fel vagyunk készülve, alkalmasabbak és felkészültebbek vagyunk az Oltáriszentség fogadására is, amelynek vétele nemcsak abban segít, hogy bűnbe ne essünk, hanem abban is, hogy a kegyelem növekedésében megmaradjunk.

Ez az általános gyónás legmegfelelőbben közvetlenül az első hét gyakorlatai után történik.

AZ ELSŐ GYAKORLAT

**elmélkedés a három lelki tehetséggel
az első, második és harmadik bűn
fölött.**

Az előkészítő ima és két előgyakorlat után három főpontot és egy imabeszélgetést tartalmaz.

Az előkészítő ima az, hogy kérjek kegyelmet Istentől, a mi Urunktól, hogy minden szándékom, elhatározásom és külső cselekvésem tisztán az ő isteni Főlségének szolgálatára és dicsőítésére irányuljon.

Első előgyakorlat: A helyzetkép alakítása a hely elképzelésével.

Itt meg kell jegyeznünk, hogy a látható dolgokról történő szemlélődésben vagy elmélkedésben, mint amikor például Krisztus Urunkról, aki szemmel látható, szemlélődünk, a helyzetkép alakítása abban áll, hogy a képzelőtehetség látásával nézem a kiterjedt helyet, ahol az a dolog található, amelyről szemlélődni akarok. Kiterjedt helynek nevezem például a templomot vagy a helyet, ahol Jézus Krisztus vagy Miasszonyunk tartózkodik, a szerint, hogy miről akarok szemlélődni.

A nem érzékelhető tárgy feletti elmélkedésnél, mint például a bűnről, a helyzetkép alakítása úgy történik, hogy a képzelőtehetség látásával látom és elgondolom a lelkemet, ebbe a romlandó testbe mint börtönbe zárva, és az egész embert számkivetve a siralom eme völgyébe, a vadállatok között. (Az

egész ember alatt értem a testből és lélekből álló embert.)

Második előgyakorlat: Kérjem Istentől, a mi Urunktól azt, amit akarok és kívánok. A kérés feleljen meg a fölvetett tárgynak, vagyis ha a szemlélődés a feltámadásról szól, kérjek örömet az örvendező Krisztussal, ha pedig a szenvedésről van szó, kérjek fájdalmat, könnyeket és gyötrelmet a gyöt-rődő Krisztussal.

Itt kérnem kell szégyenkezést és röstelkedést önmagamon, látva azt, hogy milyen sokan kárhoztak el egyetlen halálos bűn miatt, én meg hányszor érdemeltem meg oly sok bűnöm miatt, hogy örökre elkárhozzam.

Jegyzet. Minden szemlélődést és elmélkedést előzzön meg mindig az előkészítő imádság, a nélkül, hogy megváltozna, és az említett két előgyakorlat, amely némely alkalomkor a fölvetett anyag szerint változzék meg.

Az angyalok bűne **Első pont.** Irányítsam emlékezőtehetségemet az első bűnre, amelyet az angyalok követtek el, majd az értelmemet, gondolkodva feletle, utána az akaratomat is, igyekezve az egészre azért emlékezni és rágondolni, hogy minél jobban piruljak és röstelkedjem, amikor összehasonlítom az angyalok egyetlenegy bűnét az én oly sok bűnömmel és mikor megfontolom, hogy míg ők egyetlen bűnük miatt mentek a pokolra, addig én milyen gyakran érdemeltem ugyanezt oly sok bűnöm miatt. Mondom, emlékezetem kell idéznem az angyalok bűnét, miként nem akarták ők, jöllehet az Isten a kegyelemben terem-tette őket, szabadságukat arra használni, hogy Teremtőjük és Uruk iránt tiszteletet tanúsítsanak, hanem kevélyekké lettek és így a kegyelemből a gonoszságba jutottak s az égből a pokolba zuhantak.

És ílymódon kell ebbe értelmemmel mindig részletebben belebocsátkoznom és hasonlóképen kell akaratommal az érzelmeket mindig jobban felkeltenem.

**Az ősszülek
bűne**

Második pont. Ugyanezt kell tennem, vagyis a három lelki tehetséget fordítsam Ádám és Éva bűnére, emlékezetembe idézve, hogy bűnük miatt mily hosszú vezeklést tartottak ősszüleink és mekkora romlottság sújtotta az emberi nemet és mily sok ember kárhozik el. Mondom, emlékezetembe kell idéznem a második bűnt, vagyis ősszüleink bűnét, t. i. miután Ádámot a damaszkuszi vidéken¹ a Teremtő megteremté és a földi paradicsomba helyezte és Évát csontjából megalkotta, s bár meg volt nekik tiltva, hogy a tudás fájából egyenek, ők mégis ettek és így vétkeztek, s miután állatok bőrébe öltöztek és a paradicsomból kiutasították őket, hogyan éltek az elveszett eredeti megigazultság nélkül egész életükön át sok munkában és sok vezeklésben, és következetesen mindig részletesebben fontolgassam ezt értelmemmel és használgam fel az akaratot is úgy, amint már említettük.

**Egy elkárhozott
bűne**

Harmadik pont. Ugyanazt kell tennem hasonló módon a harmadik bűn, egy olyan valakinek bűne felett, aki egy bűn miatt ment a pokolra, míg számtalan sok más ember kevesebb bűn miatt, mint amennyit én követtem el, jutott a kárhozatba. Mondom, ugyanazt kell tennem a harmadik részleges bűnre vonatkozóan, emlékezetembe idézve a bűn súlyosságát és gonoszságát Teremtőnkkel és Urunkkal szemben, értelmemmel megfontolva, hogy az ilyen ember avval, hogy vétkezett és a vég-

¹ Elavult vélemény, melyet a Szent is magáévá tesz.

telen Jóság ellen cselekedett, megérdemelte az örök büntetést; végül be kell fejeznem az akarat indulataival, amint mondtuk.

Imabeszélgetés (colloquium). Képzelm el Krisztus Urunkat, mintha jelen volna és a kereszten függne s beszélgessek vele (felvetve a kérdést), hogy Teremtő létére hogyan jutott odáig, hogy emberré lett és eljött az örök életből az ideigvaló halálba, hogy így meghaljon bűneimért. Ugyanígy magamra tekintve kérdezzem magamtól, hogy én meg mit tettem Krisztusért, mit teszek Krisztusért és mit kell tennem Krisztusért. És amint őt így keresztre szegezve jelenlevőnek látom, adjak szabadfolyást önként adódó érzelmeimnek.

A colloquium voltaképen beszélgetés alakjában történik, úgy, ahogyan a barát beszél barátjához vagy a szolga az urához: majd valami kegyelmet kér tőle, majd valami elkövetett rosszról vádolja magát, majd ügyeit közli vele és tanácsot kér azokban. És mondjak el egy Miatyánkot.

MÁSODIK GYAKORLAT

elmélkedés a bűnökről.

Az előkészítő imádság és két előgyakorlat után öt pontot és egy imabeszélgetést tartalmaz.

Az előkészítő ima legyen ugyanaz.

Az első előgyakorlat ugyanaz a helyzetkép-alakítás lesz.

A második előgyakorlat: kérjem azt, amit akarok; e helyen kérjek nagy és heves bánatot és könnyeket bűneim felett.

Első pont. Bűneim sorozata, t. i. idézzem emlé-

kezetembe életem minden bűnét, áttekintve életemet évről-évre vagy időszakok szerint. Erre három dolog segít: először vegyem szemügyre a helyet és házat, ahol laktam; másodszor a másokkal folytatott beszélgetéseimet; harmadszor hivatalomat, amelyben éltem.

Második pont. Mérlegeljem a bűnöket, szemlélve azt a rúttságot és gonoszságot, amelyet mindenegyes elkövetett halálos bűn önmagában rejt, még akkor is, ha az nem is lenne tiltva.

Harmadik pont. Szemléljem, ki vagyok én, példák segítségével mindig kisebbítve magamat: először, milyen kicsiny vagyok én az összes emberhez képest; másodszor, mik az emberek a mennyország összes angyalaihoz és szentjeihez képest; harmadszor szemléljem, hogy mik az összes teremtmények az Istenhez képest; mármost én egyedül mi lehetek? Negyedszer, tekintsem testem minden romlandóságát és útalatosságát. Ötödször, tekintsem úgy magamat, mint valami daganatot és genyedő sebet, amelyből annyi bűn és annyi gonoszság és annyi undok méreg fakadt.

Negyedik pont. Fontoljam meg, kicsoda az Isten, aki ellen vétkeztem, összehasonlítva az ő tulajdonságait az én ellenkező tulajdonságaimmal: az ő bölcsességét az én tudatlanságommal, az ő mindenhatóságát az én gyengeségemmel, az ő szentségét az én méltatlanságommal, az ő jóságát az én gonoszságommal.

Ötödik pont. Csodálkozó felkiáltás nagyfokú érzelmek között, végigmenve az összes teremtményen, hogyan tűrhettek meg engem az életben, és tarthattak meg benne: az angyalok, bár ők az isteni igazság kardjai, miképen tűrtek meg, őriztek és imádkoztak értem; a szentek miképen voltak azon, hogy közben-

járjanak és imádkozzanak értem; az ég, nap, hold, csillagok és elemek, teremtmények, madarak, halak és állatok (hogyan szolgálhattak engem), és a föld hogyan nyílt meg alattam, hogy elnyeljen, új poklokat teremtvé, hogy azokban örökre kínlódjam?

Colloquium. Fejezzem be az irgalmasság imabeszélgetésével, társalogva Istennel, a mi Urunkkal, és hálát adva neki, hogy mindezideig életben tartott, és elhatározva, hogy kegyelmével a jövőben megjavulok. Miatyánk.

HARMADIK GYAKORLAT

az első és második gyakorlat megismétlése, hármás imabeszélgetés végzésével.

Az előkészítő ima és a két előgyakorlat után ismétellem meg az első és második gyakorlatot úgy, hogy főleg azokban a pontokban figyeljek és időzzem, amelyekben nagyobb vigaszt vagy levertséget vagy lelki indítást éreztem.

Ezek után hármás imabeszélgetést végzek a következő módon:

Az első imabeszélgetést Miasszonyunkhoz intézem, hogy Fiától és Urától három dologra eszközöljön ki számomra kegyelmet: először, hogy érezzem magamban bűneim benső ismeretét és azoknak megútálását; másodszer, hogy érezzem cselekedeteim rendtelenségét, hogy attól megborzadva, megjavuljak és magamat rendbehozzam; harmadszor kérjem a világ ismeretét, hogy attól megborzadva, a világias és hívságos dolgokat magamtól eltávolítsam, és utána egy Üdvözlégyet mondok.

A második imabeszélgetést hasonló módon a

Fiúistenhez intézem, hogy ugyanazt (a hármasság kegyelmét) eszközölje ki számomra az Atyától. És azután „Krisztus lelke...”

A harmadik imabeszélgetésben forduljak hasonlóan az Atyához, hogy maga az örök Úr adja meg nekem ugyanazt. És utána Miatyánk.

NEGYEDIK GYAKORLAT

a harmadik összefoglalása.

Összefoglalást mondok, úgy érteve ezt, hogy az értelem a visszaemlékezés segítségével, elkalandozás nélkül és kitartóan haladjon végig azokon a dolgokon, amelyekről az elmúlt gyakorlatokban elmélkedett. S azután ugyanazt a hármasság imabeszélgetést kell végeznünk.

ÖTÖDIK GYAKORLAT

elmélkedés a pokolról.

Az előkészítő ima és a két előgyakorlat után, öt pontot és egy imabeszélgetést foglal magában.

Az előkészítő ima legyen a szokásos.

Az első előgyakorlat helyzetképalakítás: itt az, hogy a képzelőerő látásával lássam a pokol hosszát, szélességét és mélységét.

A második előgyakorlatban kérem azt, amit akarok; itt kérem benső átérzését annak a gyötremnek, amelyet az elkárhozottak szenvednek, a végre, hogy ha az örök Úr szeretetéről valaha meg-

feledkeznék hibáim miatt,¹ legalább a büntetéstől való félelem segítsen arra, hogy bűnbe ne jussak.

Első pont. Lássam a képzelőerő látásával ezt az óriási tüzet és a lelkeket mintegy tűztestbe öltözve.

Második pont. Halljam fülemmel a panaszkodásokat, a jajveszékeléseket, a kiáltásokat, a káromlásokat Krisztus Urunk és minden szentje ellen.

Harmadik pont. Érezzem szaglásommal a füstöt, a ként, a söpredék bűzét és a rothadó dolgokat.

Negyedik pont. Izleljek ízlelésemmel keserű dolgokat, mint könnyeket, szomorúságot és a lelki ismeret fergét.

Ötödik pont. Érzékeljek a tapintással, t. i. hogyan érintik és égetik azok a tüzek a lelkeket.

Colloquium. Imabeszélgetést végezzen Krisztus Urunkhoz. Emlékezzem a lelkekre, melyek a pokolban vannak: egyesek azért vannak ott, mert nem hittek (Krisztus) eljövételében, mások azért, mert bár hittek, de nem cselekedtek parancsai szerint; ezeket három csoportba osztom: az első azok csoportja, akik eljövetele előtt, a másik, akik életében, a harmadik, akik az ő földi élete után éltek a földön: és egyúttal adjak hálát neki, hogy nem engedte meg, hogy életemet befejezve, e csoportok valamelyikébe jussak. Hasonlóképen azért is, hogy mindezideig oly jó szívvel és irgalommal viseltetett irántam. Fejezzem be egy Miatyánkkal.

Jegyzet. Az első gyakorlat legyen éjjélkor, a második reggel a felkelés után, a harmadik a szentmise előtt vagy után, de mindenesetre ebéd előtt, a negyedik a vecsernye

¹ Spanyolban: por mis faltas. Szent Ignác a faltat használja a defecto-val szinoním jelentéssel, mint ami ellentétje a pecado-nak, a bűnnek. Tehát nem bocsánatos bűnöket, hanem még annál is csekélyebb hibákat jelöl vele.

idejében, az ötödik egy órával a vacsora előtt. Ezeknek az elmélkedő óráknak elosztását mind a négy héten át többé-kevésbé ugyanilyennek gondolom, amennyire a gyakorlatozónak kora, egészségi állapota és testi ereje megengedi, hogy öt gyakorlatot végezzen vagy kevesebbet.

KIEGÉSZÍTŐ UTASÍTÁSOK (ADDÍCIÓK)

a gyakorlatok jobb végzésére és arra a célra, hogy a gyakorlatozó jobban megtalálja azt, amit kíván.

Első utasítás. A lefekvés után, mikor **Az elmélkedés előtt (este)** már-már elalszom, egy Üdvözlégy elmondásának tartama alatt gondoljak arra, hogy melyik órában és mi végett kell felkelnem, miközben röviden összefoglalom a gyakorlatot, amelyet végeznem kell.

Második utasítás. Amikor fölébredek, **Közvetlenül az elmélkedés előtt (éjjel, reggel)** nem adva helyt ilyen vagy olyan gondolatnak, irányítsam rögtön figyelmemet arra, amiről szemlélődni akarok az éjféli első gyakorlatban, mialatt keltsek fel magamban megszégyenülést oly sok bűnömön; és e célból állítsak példákat magam elé: mintha például valamely lovag megjelenne királya és egész udvara előtt pirulva és szégyenkezve, hogy súlyosan megbántotta azt, akitől azelőtt oly sok jóban és oly sok kegyben részesült. Hasonlóképen a második gyakorlatban: itt megláncravert nagy bűnösnek képzeljem magamat, t. i. mintha láncra verve megjelennék az örök és legfőbb Bíró előtt, magam elé állítva példának, hogyan jelennek meg földi bírójuk előtt a börtön láncravert és halálasztott rabjai: és öltözzem fel e gondolatok vagy más gondolatok között, amelyek az elmélkedések anyagának és hangulatának megfelelnek.

Elmélkedés előtt közvetlenül **Harmadik utasítás.** Egy vagy két lépéssel ama hely előtt, ahol majd elmélkedem vagy szemlélődöm, megállok egy Miatyánk tartamáig, égre emelem lelkemet és meggondolom, hogyan tekint le rám Isten, a mi Urunk stb., és indítsak fel magamban tiszteletet vagy megalázódást.

Magatartás az elmélkedés alatt **Negyedik utasítás.** A szemlélődést majd térdelve, majd arcra borulva, majd hanyatt fekve, majd ülve, majd állva végezzem, törekedve mindig arra, hogy keressem azt, amit akarok. Két dologra ügyeljünk: az első az, hogy ha térdelve találok meg azt, amit akarok, nem változtatom meg a helyemet; s ha arcra borulva, hasonlóképen és így tovább; másodszor, abban a pontban, amelyben megtaláltam azt, amit akarok, a továbbhaladás nyugtalansága nélkül időzzem addig, amíg magamnak eleget nem teszek.

Visszapillantás az elmélkedés után **Ötödik utasítás.** A gyakorlat végeztével negyedórát, akár ülve, akár járkálva vizsgáljam meg, hogyan sikerült szemlélődésem vagy elmélkedésem. Ha rosszul, keressem meg az okot, honnan származott az; és így vizsgálódva bánatot indítok, hogy a jövőben megjavuljak; ha pedig jól sikerült, hálát adok Istennek, a mi Urunknak; és más alkalommal ugyanígy járok el.

Napközben megőrzöm a hangulatom **Hatodik utasítás.** Ne akarjak kellemes és öröndetes dolgokon gondolkodni, mint például az örök dicsőségen, a feltámadáson stb.; mert az örömmnek és a vidámságnak minden megfontolása megakadályoz engem abban, hogy szenvedést, fájdalmat és könnyeket érezzek bűneim miatt, hanem arra gondoljak, hogy fájdalmat és szenvedést akarok érezni és ezért inkább a halált és ítéletet idézzem emlékezetembe.

Ugyanarról,
mint az előző
utasítás

Hetedik utasítás. Ugyanabból a célból, míg a szobában tartózkodom, fosszam meg magamat minden világosságtól, besötétítve az ablakot és betéve az ajtót, hacsak nem kell esetleg könyvből imádkoznom, olvasnom vagy étkeznem.

Ugyanarról,
mint a 6. uta-
sítás
rel.

Nyolcadik utasítás. Ne nevessek és ne is mondjak semmit, ami nevetésre ingerel.

A szemek fé-
kezése

Kilencedik utasítás. Fékezzem szememet, kivéve mikor valakit, akivel beszélgetnem kell, fogadok vagy tőle elbúcsúzom.

A vezeklésről Tizedik utasítás a bűnbánatra vonatkozik, amely belső és külső lehet. A belső bűnbánat az, ha valaki sajnálkozik bűnei felett azzal az erős elhatározással, hogy sem azokat, sem más bűnt nem követ el többé. A külső bűnbánat, mely az előző gyümölcse, az önsanyargatás az elkövetett bűnök miatt. Ezt háromféleképen vehetjük magunkra.

Az első mód az evést érinti. T. i. mikor a fölöslegest vonjuk meg magunktól, az nem vezeklés, hanem mértékletesség. Vezeklés csak az, ha a szükségesből vonunk el, éspedig minél többet és többet, annál nagyobb és jobb a vezeklés, csak ne rongálódjék meg az egészségünk és ne következzen be jelentős elgyengülés.

A második az alvás módjára vonatkozik. Mikor ugyanis ágyunkból azt távolítjuk el, ami feleslegesen elkényeztető vagy elpuhító, még nem végzünk vezeklést; de az már vezeklés, mikor a szükséges dolgokat távolítjuk el, éspedig minél többet és többet, annál jobb, csak ne rongálódjék meg az egészség és ne következzen be jelentékeny elgyengülés. A szükséges alvásból azonban nem kell semmit sem elvonnunk, hacsak azért nem, hogy az ember el-

találja benne a középértéket, amikor az a rossz szokása, hogy túl sokat alszik.

A harmadik vezeklési mód az, amikor sanyargatjuk a testünket, t. i. érezhető fájdalmat okozunk neki vezeklő öv vagy kötelek vagy szögesrúd viselésével, vagy úgy, hogy megostorozzuk, megsebesítjük magunkat, vagy bármily más sanyargatási módot alkalmazunk.

Jegyzet. A vezeklések közül az látszik elviselhetőbbnek és biztonságosabbnak, amely csak a húspan okoz fájdalmat és nem hatol be egészen a csontig, hogy így csak fájdalmat okozzon, ne pedig betegséget. Amiért is, úgy látszik, hogy megfelelőbb, ha vékony kötélostorral, amely csak külső fájdalmat okoz, ostromozzuk magunkat, és ne más módon, ami a szervezetben valami jelentékeny bajt okozhatna.

Első megjegyzés: A bűnbánat külső gyakorlatait három célból szokás végezni: először azért, hogy eleget tegyünk az elmúlt bűnökért; másodszor azért, hogy magunkat legyőzzük, t. i. hogy az érzékiség engedelmeskedjék az észnek és természetünk alsóbb tehetségei jobban alá legyenek rendelve a felsőbbeknek; harmadszor azért, hogy keressük és megtaláljuk azt a kegyelmet vagy adományt, amelyet akarunk és kívánunk, mint például, ha kívánjuk, hogy bűneink felett benső töredelmet érezzünk, vagy sokat sírjunk rajtuk vagy azokon a kínokon és fájdalmakon, amelyeket Krisztus Urunk viselt el szenvedéseiben, vagy megoldását keressük valamely kételynek, amelyben vagyunk.

Második megjegyzés: Az első és második kiegészítő utasítás csak az éjjeli és hajnali elmélkedésre vonatkozik és nem a többire, amely más időben történik. A negyedik kiegészítő utasítást soha se tartsuk be a templomban mások előtt, hanem csak mikor egyedül vagyunk, például otthon.

Harmadik megjegyzés: Ha a lelkigyakorlatozó még nem találta meg azt, amit kíván, mint például a könnyeket, a vigasztalásokat stb., akkor gyakran előnyös, ha változást csinál az étkezésben, az alvásban és az önsanyargatás egyéb módjaiban akként, hogy mi magunkon is változtatunk azáltal, hogy két vagy három napon vezeklést végzünk, másik két vagy három napon pedig nem; mert némelyeknek az felel meg, ha több vezeklést gyakorolnak, némelyeknek pedig, ha kevesebbet; de jó ez a változtatás azért is, mert gyakran elhagyjuk a vezeklést érzékies önszeretetből és ama téves nézetből, hogy egészségünk nem lenne képes azt elviselni jelentékeny legyengülés nélkül; és máskor ellenkezőleg, túlzásba megyünk abban a hiszemben, hogy testünk képes azt elviselni; minthogy pedig Isten, a mi Urunk végtelenül jobban ismeri természetünket, gyakran megadja, hogy kiki érezze és megtalálja az ilyen változtatásokban azt, ami neki megfelelő.

Negyedik megjegyzés: A részleges lelkiismeretvizsgálat vonatkozzék a gyakorlatokban és a kiegészítő utasításokban előforduló hibákra és hanyagságokra; ugyanígy legyen ez a második, harmadik és a negyedik héten is.

MÁSODIK HÉT

ELMÉLKEDÉS KRISZTUS FELHÍVÁSÁRÓL¹

A földi király felhívása segít, hogy az örök Király életéről elmélkedhessünk.

Az előkészítő ima legyen a szokásos.

Az első előgyakorlat: helyzetképalakítás, látva a helyet. Itt a képzelőtehetség látásával lássam a zsinagógákat, városokat és falvakat, ahol Krisztus Urunk prédikált.

Második előgyakorlat: Kérem a kegyelmet, amelyet akarok. Itt kérem a mi Urunktól azt a kegyelmet, hogy hívására ne legyek süket, hanem készséges és buzgó legszentebb akaratának teljesítésére.

Első rész.

Első pont. Allítsak szemem elé egy földi királyt, akit maga az Isten, a mi Urunk választott ki, akinek hódolnak és engedelmeskednek az összes fejedelmek és az összes keresztény emberek.

Második pont. Figyeljek arra, miként beszél ez a király övéihez: akaratom — úgymond — az, hogy a hitetlenek összes földjét meghódítsuk, azért aki velem akar jönni, annak meg kell elégednie azzal, hogy úgy eszik, amint én, és úgy iszik, ruházkodik stb. Hasonlóképen velem együtt kell dolgoznia nappal és virrasztania éjjel stb., hogy aztán velem úgy részesüljön a győzelemben, amint kivette részét a munkákban.

Harmadik pont. Fontoljam meg, mit kell felelniök a jó alattvalóknak az ily nemesszívű és ember-

¹ A cím nem Szent Ignációl van.

séges királynak és következőleg, ha valaki nem fogadná el az ilyen király meghívását, mennyire megérdemelné, hogy az egész világ gyalázza és hitvány lovagnak tartsa.

Második rész.

E gyakorlatnak a második része abban áll, hogy a földi király előbb vázolt példáját alkalmazzuk Krisztus Urunkra a felsorolt három pont szerint.

Első pont. Ha már fontolóra vesszük a földi királynak alattvalóihoz intézett ilyen felszólítást, mennyivel inkább méltó a megfontolásra, amikor látjuk Krisztus Urunkat, az örök Királyt, és előtte az egész világot, amelyet — és mindenkit különkülön — így hív meg: Akaratom az, hogy meghódít-sam az egész világot és az összes ellenséget és így menjek be Atyám dicsőségébe: tehát aki velem akar jönni, annak velem kell dolgoznia, hogy követve engem a szenvedésben, kövessen a dicsőségben is.

Második pont. Fontoljam meg, hogy mindazok, akiknek van helyes ítéletük és józan eszük, egészen megajánlják magukat a munkára.

Harmadik pont. Azok, akik vonzalmuk különös jelét akarják adni és ki akarnak tűnni örök Királyuk és a Mindenség Ura mindennemű szolgálatában, nemcsak megajánlják magukat a munkára, hanem szembefordulva érzékiségükkel és testi és világiás önszeretetükkel, nagyobb értékelésű és nagyobb jelentőségű megajánlást is tesznek, mondván:

Ó Mindenek Örök Ura, kegyességedből és segítségemmel megteszem megajánlásomat végtelen Jóságod színe előtt és dicsőséges Anyád s a mennyei udvar minden szentjének jelenlétében és kijelentem, hogy akarom és kívánom és ez az én megfontolt

elhatározásom, ha ez a Te nagyobb szolgálatod és dicséreted, hogy Téged utánozzalak minden sérelemnek, minden gyalázatnak és minden szegénységnek, úgy a valóságos, mint a lelki szegénységnek elviselésében, ha legszentebb Fölséged engem erre ki akar választani és ilyen életre és állapotba elfogadni kész.

Első jegyzet. Ezt a gyakorlatot napjában kétszer kell végezni, t. i. reggel a felkelés után és egy órával az ebéd vagy vacsora előtt.

Második jegyzet. Nagy hasznunkra lesz, ha a második héten és az utána következőkön itt-ott olvasunk valamit Krisztus követése könyvéből vagy az evangéliumból és a szentek életéből.

ELSŐ NAP

ELSŐ SZEMLÉLŐDÉSE

a Megtestesülésről szól.

Előkészítő imát, három előgyakorlatot, három pontot és egy imabeszélgetést ölel fel.

Ima: a szokásos előkészítő ima.

Első előgyakorlat: Idézzem emlékezetembe annak a dolognak történetét, amelyről szemlélődnöm kell, amely itt a következő: Hogyan szemlélik az isteni Személyek az egész földkerekséget és annak színét tele emberekkel és hogyan határozza el a Sentháromság örökkévalóságában, — látva, hogy az emberek mindnyájan a pokolra szállnak — hogy a második Személy az emberi nem megváltására emberré legyen; és így, mikor az idők teljessége elérkezett, hogyan küldte el Miasszonyunkhoz Szent Gábor arkangyalt. (Lásd 107. o.)

Második előgyakorlat: Helyzetképalakítás látva a helyet. Itt látnom kell a világ nagy terjedelmét és kerekességét, ahol oly sok és annyiféle nép lakik.

Azután hasonlóképen külön lássam Miasszonyunk házát és szobáját Názáret városában, Galilea tartományban.

Harmadik előgyakorlat: Kérem azt, amit akarok. Itt kérjem az Úr benső ismeretét, aki érettem lett emberré, hogy mindinkább Őt szeressem és kövessem.

Jegyzet. Érdemes itt megjegyezni, hogy ebben a hétben és a következőkben ugyanez legyen az előkészítő ima, és pedig változás nélkül, mint kezdetben már megmondottuk; és ugyanaz a három előgyakorlat, változtatva azokat az anyagnak megfelelően.

Első pont. Először lássam az embereket, az egyikeket is, a másikat is, mégpedig először azokat, akik a földön élnek oly nagy különféleségben, például ami a ruhát, a viselkedést illeti, lássam, hogy egyesek fehérek, mások feketék; egyesek békében vannak, mások háborúban; némelyek sírnak, mások nevetnek; egyesek egészségesek, mások betegek; némelyek születnek, mások meghalnak stb.

Másodszor szemléljem és figyeljem meg az isteni Személyeket, mintegy királyi székükön, vagyis isteni felségük trónján ülve, hogyan nézik az egész földkerekséget és annak színét, és látják az összes népeket ekkora vakságban és látják, hogyan halnak meg és szállnak le a poklokra.

Harmadszor lássam Miasszonyunkat és az angyalt, aki őt üdvözli, és végül gondolkozzam el, hogy hasznot merítsek ennek látásából.

Második pont. Hallgassam, mit beszélnek az emberek a földön, t. i. hogyan beszélgetnek egymás közt, hogy esküdöznek és káromkodnak stb. Hasonlóképen azt is, amit az isteni Személyek mondanak, t. i.: „Váltsuk meg az emberi nemet”, stb. Azután pedig (*hallgassam*), hogy mit beszél az an-

gyal és Miasszonyunk; majd gondolkozzam rajta, hogy hasznot meritsek szavaikból.

Harmadik pont. Végül figyeljem, mit művelnek az emberek a földön, t. i. hogyan ütik, gyilkolják egymást és mennek a pokolba stb.; hasonlóképen (*figyeljem*), mit cselekszenek az isteni Személyek, t. i. megvalósítják a legszentebb Megtestesülést stb.; és hasonlóan, mit tesz az angyal és Miasszonyunk, t. i. az angyal betölti, követi hivatalát és Miasszonyunk megalázza magát és hálát ad az isteni Főlségnek; majd megint gondolkozzam el ezek felett, hogy hasznot meritsek e dolgoknak mindegyikéből.

Colloquium. Az elmélkedés végén végezzek imabeszélgetést, meggondolva, mit kell szólnom a három isteni Személyhez vagy a megtestesült örök Igéhez vagy Anyánkhoz, Miasszonyunkhoz, és a szerint, hogy kiki mit érez magában, kérje azt, ami arra segíti, hogy jobban kövesse és utánozza a mi Urunkat, ki az imént emberré lett.¹

Mondjak el egy Miatyánkot.

MÁSODIK SZEMLÉLŐDÉS

Urunk születéséről van.

Ima: a szokásos előkészítő ima.

Az első előgyakorlat a történet; és pedig itt az, hogyan hagyta el Miasszonyunk Názáretet áldott állapotának kilencedik hónapjában, számaron ülve, — mint jámborul hihetjük — és Szent József és a

¹ Szent Ignác arra tanít, hogy mindig úgy szemléljem az eseményeket, mintha azok előttem peregnének le, most, a jelen pillanatban történnének és én annak szemlélője lennék a valóságban is. Azért ez a megjegyzés.

szolgáló egy borjút vezetve, hogy Betlehembe menjenek megfizetni az adót, melyet a császár mindarra a vidékre kirótt. (Lásd 108. o.)

Második előgyakorlat: Helyzetkép alakítása, látva a helyet. Itt nézem a képzelőtehetség látásával az utat Názárettől Betlehemig, szemügyre véve annak hosszúságát, szélességét és azt, vajjon egyenes-e az út, avagy völgyeken, lejtőkön vezet-e keresztül; hasonlóképen vegyem szemügyre a helyet is, vagyis a születés barlangját, milyen tágas, milyen szűk, mily alacsony, mily magas és miképen volt előkészítve.

Harmadik előgyakorlat ugyanaz és ugyanoly módon végzendő, mint az előző szemlélődésben.

Első pont. Lássam a személyeket, t. i. Miasszonyunkat, Szent Józsefet, a szolgálót és a kised Jézust, miután megszületett, mégpedig úgy, hogy szegény és méltatlan szolgáló alakját öltve magamra, nézzem és szemléljem őket és minden lehető készséggel és tisztelettel szolgáljak nekik szükségükben, mintha tényleg jelen volnék; majd irányítsam gondolataimat magamra, hogy valami hasznot merítsek.

Második pont. Figyeljem, vegyem észre és szemléljem mindazt, amit a személyek beszélnek és magamra tekintve, merítsek valami hasznot.

Harmadik pont. Nézzem és fontoljam meg azt, amit tesznek, vagyis miként utaznak és fáradoznak, hogy az Úr a legnagyobb szegénységben szülessék, és hogy annyi munka, éhség, szomjúság, hőség és hideg után, igazságtalanságok és gyalázatok után végre meghaljon a kereszten; és mindez érettem. Azután fontolgatás közben merítsek valamilyen lelki hasznot.

Colloquium. Az elmélkedést fejezzem be imabeszélgetéssel és egy Miatyánkkal, mint az előző szemlélődésnél.

A HARMADIK SZEMLÉLŐDÉS

az első és második gyakorlat megismétlése.

Az előkészítő ima és három előgyakorlat után, ismételjem meg az első és második gyakorlatot, kiemelve mindig azokat a főbb részeket, amelyekben világosságot, vigaszt, vagy vigasztalanságot éreztem; a végén csináljak, mint egyébkor, imabeszélgetést és mondjam el a Miatyánkot.

Ebben és az összes következő ismétlésben ugyanazon a módon járunk el, mint az első hét ismétlésénél: az ismétlés alakját megtartjuk, csak az anyagot kell változtatnunk.

A NEGYEDIK SZEMLÉLŐDÉS

az első és második szemlélődés megismétlése

ugyanolyan módon, mint az előbbi ismétlésnél.

AZ ÖTÖDIK SZEMLÉLŐDÉS

az öt érzék gyakorlása az első és második szemlélődésen.

Az előkészítő ima és a három előgyakorlat után hasznos az első és második szemlélődésen a

képzelőtehetség öt érzékét gyakorolni a következő módon:

Első pont. Nézzem a képzelőtehetség látásával a személyeket, miközben körülményeiket részleteiben is fontolgassam és szemléljem és merítsek valami hasznot a szemlélésből.

Második pont. Halljam, mit beszélnek vagy beszélhetnek, és magamra tekintve, merítsek hasznot ebből.

Harmadik pont. A szaglás és ízlés érzékével érzem és ízelem az Istenségnek, a léleknek s érényeinek és mindennek végtelen kellemét és édességét a szerint, hogy ki az a személy, akiről szemlélődöm; majd irányítsam gondolataimat magamra és ebből is merítsek hasznot.

Negyedik pont. Érintsek a tapintás érzékével, vagyis öleljem át vagy csókoljam azokat a helyeket, ahová ezek a szent személyek lépnek vagy ülnek; mindig gondoskodva arról, hogy innen is valamelyes lelki hasznot merítsek.

Colloquium. A gyakorlatot, mint az első és második szemlélődésben, imabeszélgetéssel és egy Miatyánkkal kell befejezni.

Első megjegyzés: Erre az egész hétre és a többi következőre vonatkozólag is meg kell jegyeznem, hogy csak annak a szemlélődésnek titkáról olvassak, amelyet közvetlenül végezni fogok; úgyhogy semmi-féle más oly titkot, amelyet ezen a napon vagy ebben az órában még nem kell szemlélődésül vennem, ne olvassak, hogy az egyik titoknak megfontolása ne zavarja a másik megfontolását.

Második megjegyzés: A megtestesülésről szóló első gyakorlat éjfélkor legyen, a második hajnalban, a harmadik a szentmise, a negyedik a vecsernye idejében, és az ötödik a vacsora órája előtt; az öt

gyakorlat mindegyike egy óráig tartson; és ezt a beosztást követni kell az összes következő gyakorlatoknál is.

Harmadik megjegyzés: Abban az esetben, ha a lelkigyakorlatozó öreg vagy gyengélkedő, vagy ha erős testalkatú ugyan, de az első hétből kissé legyengülten került volna ki, jobb, ha ezen a második héten, legalább néhányszor, éjjélkor nem kel fel, hanem reggel végez egy szemlélődést és egy másikat a szentmise idején és egy harmadikat ebéd előtt, majd a vacsérnye idejében tart róluk egy ismétlést, és azután a vacsora előtt elvégzi rajtuk az érzékek gyakorlását.

Negyedik megjegyzés: Ezen a második héten az első hétben említett tíz kiegészítő utasításból meg kell változtatni a másodikat, hatodikat, hetediket és részben a tizediket.

A másodiknál a változás az, hogy mihelyt föl-ébredek, a szemlélődést, amelyet majd végzek, állítsam szemem elé s közben vágyódjam a megtestesült örök Igének nagyobb megismerése után, hogy őt jobban szolgáljam és kövessem.

A hatodik kiegészítő utasítás az lesz, hogy idézzem gyakran emlékezetembe Krisztus Urunk életét és titkait (mystériumait), kezdve a megtestesüléstől, egészen addig a helyig vagy titokig, amelynek szemléletében vagyok.

A hetedik kiegészítő utasítás abban áll, hogy a gyakorlatozó annyiban igyekezzék sötétségben vagy világosságban lenni, a kellemes vagy kellemetlen időjárást felhasználni, amennyiben úgy érzi, hogy az hasznára és segítségére lehet annak megtalálásában, amit kíván.

A tizedik kiegészítő utasítást illetőleg azt kell megjegyeznünk, hogy a gyakorlatozó alkalmaz-

kodják a titkokhoz, amelyekről elmélkedik; mert némelyek közülük vezeklést követelnek, mások nem; olymódon, hogy mind a tíz kiegészítő utasítást nagy gonddal tartsa be.

Ötödik megjegyzés: Minden gyakorlatnál, kivéve azokat, amelyek éjjélkor és hajnalban történnek, tartunk be valamit, ami a második kiegészítő utasításnak felel meg, mégpedig a következő módon: mihelyt ráemlékezem, hogy itt van a gyakorlat órája, amelyet végezni kell, gondoljak arra, mielőtt a gyakorlathoz fognék, hogy hová megyek és ki elébe, s röviden összegezzem a gyakorlatot, amelyet most csinálni akarok s azután a harmadik kiegészítő utasítást elvégezve, kezdjem meg a gyakorlatot.

A MÁSODIK NAPON

vegyem első és második szemlélődésül a bemutatást a templomban (lásd 109. o.) és a futást az egyiptomi száműzetésbe (lásd 109. o.). A két szemlélődés felett két ismétlést kell tartanom, és az öt érzék gyakorlását, ugyanolyan módon, mint az előző napon.

Jegyzet. Némelykor hasznos, — még akkor is, ha az, aki a gyakorlatokat végzi, erős és egészséges — ha ettől a második naptól kezdve egészen a negyedik napig bezárólag valamit változtat magán, hogy jobban megtalálhassa azt, amit kíván; ily esetben csak kora reggel végezzen egy szemlélődést, egy másikat a mise idején, és az ismétlést róluk vecsernyekor; vacsora előtt pedig gyakorolja rajtuk az érzékeket.

A HARMADIK NAPON

(vegyem első és második szemlélődésül, hogy) miképen volt a gyermek Jézus engedelmes szüleinek Názáretben (lásd 110. o.) és hogyan találták meg a templomban (lásd 110. o.); tartsak következetesen két ismétlést róluk és gyakoroljam rajtuk az öt érzéket.

BEVEZETŐ A KÜLÖNBÖZŐ ÁLLAPOTOK MEGFONTOLÁSÁHOZ

Már elméltünk ama példa felett, amelyet Krisztus Urunk adott nekünk az első állapotra vonatkozólag, amely a parancsolatok megtartásában áll, midőn engedelmes volt szüleinek. Hasonlóképen (*elméltünk ama példa felett is, amelyet ugyancsak Krisztus Urunk adott*) a második állapotra vonatkozólag, amely az evangéliumi tökéletesség állapota, midőn a templomban maradt, elhagyva nevelőatyját és édesanyját, hogy tisztán örök Atyja szolgálatának éljen. Ezekután folytatva szemlélődéseinket az Úr további élete felett, kezdjük el keresni és kérni, hogy az isteni Főlség minket minő életpályán vagy mily állapotban óhajt szolgálatára felhasználni.

Amiért is első bevezetésül szolgáljon a következő első gyakorlat, amelyben látni fogjuk Krisztus szándékát és ellenkezőleg az emberi természet ellenségének (*az ördögnek*) szándékát és azt, hogy miképen kell magunkat arra előkészítenünk, hogy eljussunk a tökéletességre bármily állapotban vagy életpályán, amelyet Isten, a mi Urunk választat velünk.

ELMÉLKEDÉS A KÉT ZÁSZLÓRÓL

Az egyik zászló Krisztusnak, a legfőbb Vezérnek és Urunknak zászlaja, a másik Lucifernek, emberi természetünk halálos ellenségének zászlaja.

Ima: a szokásos előkészítő ima.

Első előgyakorlat a történet. Itt az lesz, hogyan hív és miképen akar mindenkit zászlaja alá gyűjteni Krisztus Urunk; és Lucifer ellenkezőleg, a saját zászlaja alá.

Második előgyakorlat a helyzetképalakítás, látva a helyet; itt lássam Jeruzsálem egész vidékének azt a nagy síkságát, ahol a jóknak fővezére, Krisztus Urunk áll; és *(lássam)* a másik síkságot is Babilon vidékén, ahol az ellenségnek a vezére Lucifer.

Harmadik előgyakorlat: Kérjem, amit akarok; itt kérnem kell a gonosz vezér cselvetéseinek megismerését és segítséget, hogy azoktól óvakodni tudjak; és megismerését annak az igazi életnek, amelyre a legfőbb és igazi Vezér tanít, és *(kérjek)* kegyelmet is, hogy Őt kövessem.

I. Első pont. Képzelmem el, mintha minden ellenség vezére Babilon ama nagy síkságán valamiféle tűzből és füstből álló nagy katedrán ülne, rettenetes és ijesztő formában.

Második pont. Fontoljam meg, hogyan hívja össze Lucifer a megszámlálhatatlan ördögöt és hogyan szórja őket széjjel, egyiket ebbe a városba, a másikat abba és így tovább az egész világon, nem hagyva ki egyetlen országot sem, semmiféle helyet, egyetlen állapotot, és külön-külön egyetlen személyt sem.

Harmadik pont. Fontoljam meg a beszédet, amelyet hozzájuk intéz és azt, hogy miképen tanítja ki őket az emberek behálózására és gúzsbakötésére, hogy t. i. először is a gazdagság után való vágygal kísértsek meg az embereket, — ahogyan az a legtöbbször meg is esik — hogy így annál könnyebben jussanak el a világ hívságos tiszteletére és innét mindíg növekvő nagy kevélységre.

Tehát úgy, hogy az első lépcső legyen a gazdagság, a második a tisztelet, a harmadik a kevélység; és erről a három lépcsőről (*Lucifer*) rávezet az összes többi bűnre.

II. Hasonlót képzeljünk el ennek ellentétjeként a legfőbb és igazi Vezérről is, aki Krisztus Urunk.

Első pont. Szemléljem, hogyan helyezkedik el Krisztus Urunk kedves és vonzó alakban Jeruzsálem ama vidékének nagy síkságán valami alacsony helyen.

Második pont. Fontoljam meg, hogyan választ ki a mindenség Ura oly sok személyt, apostolt és tanítványt stb., és hogyan küldi szét őket az egész világra, hogy szent tanítását elhítsék minden rendű és rangú ember között.

Harmadik pont. Fontoljam meg ama beszédet, amelyet Krisztus Urunk intéz összes szolgájához és barátjához, akiket az említett feladat végrehajtására küld szét, amelyben azt ajánlja nekik, hogy mindenkin akarjanak segíteni, mégpedig úgy, hogy először is a legnagyobb lelki szegénységre vezetik őket, és ha úgy tetszenék az ő isteni Fölségének és őket erre is ki akarná választani, nem kevésbé a valóságos szegénységre is; másodszor úgy, hogy rávezetik őket a gyalázatok és megvetések utáni vágyra, mert ebből a két dologból fakad az alázatosság.

Tehát három lépcsőzet legyen: az első a szegény-

ség, szemben a gazdagsággal; a második a gyalázat vagy megvetés, szemben a világias tisztelettel; a harmadik az alázatosság, szemben a kevélységgel; és e három lépcsőről rá kell vezetni *(az embereket)* az összes többi erényre.

Colloquium. Imabeszélgetés Miasszonyunkhoz, hogy Fiától és Urától eszközölje ki a kegyelmet, hogy engem zászlaja alá fogadjon: mégpedig először a legnagyobb lelki szegénységben, és ha isteni Főlségének tetszenék és engem kiválasztani és felfogadni kegyeskednék, nemkevésbé a valóságos szegénységben is; másodszor a gyalázatok és sérelmek elviselésében, hogy ezekben Öt jobban kövessem, de csak úgy, ha ezeket másnak bűne és az isteni Főlség visszatetszése nélkül elszenvedhetem. És egyben elmondok egy Üdvözlégyet.

Kérem ugyanezt a Fiúistentől, hogy eszközölje ki nekem ezeket a mennyei Atyától; ezután elmondom a „Krisztus lelke” kezdetű imát.

Kérem ugyanezt az Atyától, hogy adja meg nekem ezeket, és elmondok egy Miatyánkot.

Jegyzet. Ezt a gyakorlatot éjjélkor kell tartani és azután ismét reggel; majd két ismétlést kell róla végezni, és pedig a szentmise és a vacsernye idején és be kell fejezni mindig a fent megadott három imabeszélgetéssel, t. i. Miasszonyunkhoz, a Fiúistenhez és az Atyához. A következő bináriusokról szóló elmélkedés pedig vacsora előtt legyen.

ELMÉLKEDÉS A HÁROM BINÁRIUSRÓL (EMBERPÁRRÓL),

hogyan a legjobb csoporthoz szegődjünk.

Ima: a szokásos előkészítő ima.

Az első előgyakorlat a történet, amely három emberpárról szól, akik közül mindegyik tízezer dukátot szerzett, és pedig nem tisztán Isten iránt való szeretetből, amellyel Istennek tartozik.¹ És mindannyian üdvözülni akarnak és óhajtják, hogy Istent, a mi Urunkat békében megtalálják, eldobva maguktól azt a terhet és akadályt, amelyet a szerzett vagyonhoz való ragaszkodásban éreznek.

Második előgyakorlat: Helyzetképalakítás, látva a helyet. Itt látnom kell magamat, hogyan állok Isten a mi Urunk és minden szentje előtt (*avval a szándékkal*), hogy kívánjam és megismerjem azt, ami isteni Fölségének kedvesebb.

Harmadik előgyakorlat: Kérjem azt, amit akarok. Itt kérnem kell a kegyelmet, hogy azt válasszam, ami inkább van isteni Fölségének dicsőségére és lelkem üdvösségére.

Az első binárius (emberpár) szeretne ugyan megszabadulni a ragaszkodástól, amellyel a szerzett dologhoz vonzódik, hogy békében megtalálja Istent, a mi Urunkat és üdvét biztosítani tudja, de halála órájáig nem nyúl semmi eszközhöz.

A második binárius akar ugyan a ragaszkodástól szabadulni, de csak úgy akar attól szabadulni, hogy a szerzett dolog birtokában maradjon, azaz, hogy az Isten jöjjön oda, ahová ő akarja; és nem szánja

¹ Vagyis nem őszintén és rendezett választással.

el magát a dolog elhagyására, hogy így az Istenhez juthasson, mégha ez ránézve a legjobb volna is.

A harmadik binárius akar szabadulni a ragaszkodástól, mégpedig úgy akar szabadulni attól, hogy ne is tartsa őt fogva semmiféle vonzalom a szerzett dolog megtartásában vagy elhagyásában; hanem csak azt kívánja, hogy akarja vagy ne akarja a dolgot, ahogyan Isten a mi Urunk megadja neki az akarást, és ahogyan ő maga azt jobbnak látja isteni Fölségének szolgálatára és dicséretére; és egyelőre úgy akar tenni, hogy szívében mindenről lemond, miközben erőit megfeszítve azon van, hogy sem ezt a dolgot, sem másvalamit ne akarjon, hacsak egyedül Isten szolgálata nem ösztönözné őt arra; úgyhogy csak az a kívánság, hogy Istennek jobban szolgálhasson, bírja őt arra, hogy az illető dolgot megszerezze vagy elhagyja.

Ugyanazt a három imabeszélgetést kell elvégezni, mint az előző, a Két Zászlóról szóló szemlélődésben.

Jegyzet. Megjegyzendő, hogy midőn a valóságos szegénységgel szemben ellenszenvet vagy ellenkezést érzünk, midőn nem vagyunk közömbösek a szegénység vagy gazdagság iránt, nagyon hasznos az ilyen rendetlen indulat kioltására, ha kérjük az imabeszélgetéseinkben (mégha ez az érzéki természetünk ellen is van), hogy az Úr válaszson ki minket a valóságos szegénységre és *(ha bizonykodunk)*, hogy ezt akarjuk, kérjük és ezért könyörgünk, feltéve, ha ez isteni Jóságának dicsérete és szolgálata.

ÖTÖDIK NAPON

szemlélődés Krisztus Urunk útjáról Názárettől a Jordánig, és arról, hogyan kereszttelkedett ott meg. (Lásd 111. o.)

Első jegyzet. Ez a szemlélődés történetjék egyszer éjfélkor, majd újból hajnalban; és legyen két ismétlés

róla a szentmise idején és vecsernyekor; vacsora előtt pedig gyakoroljuk rajta az öt érzéket. Eme öt gyakorlat mindegyikénél előre kell bocsátanunk a szokott előkészítő imát, a három előgyakorlatot, amint azt már megmagyaráztuk a megtestesülésről és születésről szóló szemlélődésnél, és be kell azokat fejeznünk a három emberpárról szóló elmélkedés hármasságával vagy ama jegyzet szerint, amely azután következik.

Második jegyzet. Az ebéd és vacsora után a részleges lelkiismeretvizsgálat történjék azokról a hibákról és hanyagságokról, amelyek e nap gyakorlataiban vagy kiegészítő utasításainak megtartásában fordulnak elő; és ugyanígy legyen a következő napokon is.

HATODIK NAPON

a szemlélődés arról van, hogyan ment Krisztus Urunk a Jordán-folyótól a pusztába (lásd 111. o.); mindenben azt a beosztást követve, amelyet az ötödik napon is betartottunk.

HETEDIK NAPON

hogyan követték Szent András és mások Krisztus Urunkat. (Lásd 111. o.)

NYOLCADIK NAPON

a hegyibeszédről, amely a nyolc boldogságról szól. (Lásd 113. o.)

KILENCEDIK NAPON

hogyan jelent meg Krisztus Urunk tanítványainak a tenger hullámain. (Lásd 114. o.)

TIZEDIK NAPON

hogyan prédikált az Úr a templomban (l. 117. o.).

TIZENEGYEDIK NAPON

Lázár feltámasztásáról (l. 116. o.).

TIZENKETEDIK NAPON

virágvasárnáról (l. 117. o.).

Első jegyzet. Ennek a második hétnek a szemlélődéseiben a szerint, amint valaki több vagy kevesebb időt akar ráfordítani, avagy hogy mennyi előmenetelt tesz, a hetet meg lehet nyújtani vagy rövidíteni. Ha meg akarjuk nyújtani, akkor vegyük szemlélődésül Miasszonyunk Erzsébetnél tett látogatásának titkát, a pásztorokat, a Kisdéd Jézus körülmetélését, a Három Királyt és így tovább. Ha pedig meg akarjuk rövidíteni, elvehetünk azokból a titkokból, amelyeket fentebb említettünk; mert azok csak bevezetést és módszert adnak, hogy később annál jobban és teljesebben szemlélődhessünk.

Második jegyzet. A választások munkája kezdődjék meg Krisztusnak Názáretből a Jordánhoz való távozásáról szóló szemlélődéssel, — ezt a szemlélődést bezárólag véve — mégpedig az ödödik napon s azon a módon, amint azt a következőkben megmagyarázzuk.

Harmadik jegyzet. Mielőtt valaki megkezdene a választásokat, nagyon hasznos, hogy Krisztus Urunk igazi tanához lelkesen vonzódjék, ha megfontolja és szemügyre veszi az alázatosság következő három módját (fokát), és pedig fontolgassa azokat az egész napon át többször, és közben imabeszélgetések is végezzen úgy, amint alább megmondjuk.

AZ ALÁZATOSSÁG HÁROM MÓDJA

Az alázatosság első módja szükséges az örök üdvösségre, t. i. hogy magamat annyira megalázzam és lealacsonyítsam, amennyire csak nekem lehetséges, hogy mindenben engedelmeskedjem Isten, a mi Urunk

parancsának; olyannyira, hogy ha minden teremtet dolog urává tennének is ezen a világon, vagy még ha földi életem megtartásáról is lenne szó, még akkor sem jutnék arra az elhatározásra,¹ hogy megszegjek akár egy isteni, akár egy emberi parancsot, amely engem súlyos bűn terhe alatt kötelez.

Az alázatosság második módja tökéletesebb, mint az első, t. i. mikor olyan lelki állapotban vagyok, hogy ne akarjam azt, se ne vonzódjam ahhoz, hogy inkább gazdag legyek, mint szegény, hogy inkább keressem a tiszteletet, mint a gyalázatot, hogy inkább kívánjam a hosszú életet, mint a rövidet, amikor ezek mindegyike egyformán van Isten szolgálatára és lelkem üdvösségére; és ezzel együtt (*mikor olyan lelki állapotban vagyok*), hogy sem az összes teremtményekért, sem pedig mert életem veszélyben forog, nem jutnék arra az elhatározásra, hogy bocsánatos bűnt kövessek el.

Az alázatosság harmadik módja a legtökéletesebb alázatosság, t. i. mikor — beleértve az alázat első és második módját, az isteni Főlség szolgálata és dicsősége pedig ugyanaz — azért, hogy Krisztus Urunkat valóságosabban kövessem és legyek hozzá hasonló, akarom és választom inkább a szegénységet a szegény Krisztussal, mint a gazdagságot; inkább a gyalázatot a gyalázatokkal tetéztet Krisztussal, mint a megtiszteltetéseket; és inkább kívánom, hogy együgyűnek és bolondnak tartsanak Krisztusért, akit előbb tartottak ilyennek, mint bölcsnek és okosnak ebben a világban.

¹ Az eredeti szövegben „deliberar” van, amelynek jelentése Szent Ignácnál mindig: dönteni, választani, elhatározni. Tehát a szokásos fordítások, amelyek ezt a jelentést adják neki: megfontolni, tévesek.

Jegyzet. Annak tehát, aki az alázatosságnak ezt a harmadik módját kívánja elérni, nagy hasznára lesz, ha elvégzi a bináriusokról szóló elmélkedésben említett három imabeszélgetést, könyörögve azért, hogy Urunk őt erre a harmadik, nagyobb és kiválóbb alázatosságra kiválasztani kegyeskedjék, hogy jobban kövesse őt és szolgáljon neki, ha egyenlő vagy nagyobb volna isteni Főlségének szolgálata és dicsérete.

BEVEZETŐ A VÁLASZTÁS MEGEJTÉSÉHEZ

Első és egyetlen pont. Minden jó választásnál, amennyiben az a mi munkánk, legyen szándékunk tiszta, egyedül azt tekintve, amiért teremtvé vagyok, t. i. Isten, a mi Urunk dicsőítéséért és lelkem üdvösségéért. Amiért is bármit válasszak, annak arra kell lennie, hogy célomhoz segítsen, amely miatt teremtvé vagyok. Tehát nem rendelem és alkalmazom a célt az eszközhöz, hanem az eszközt a célhoz: amint történni szokott, hogy sokan először azt választják, hogy megnőszülnek, — ami pedig eszköz — és csak másodlagosan, hogy a házasságban Istennek, a mi Urunknak szolgáljanak, — ami pedig, t. i. Istennek a szolgálata, a cél. — Hasonlóképen vannak mások, akik először egyházi javadalmat akarnak és csak azután abban Istennek szolgálni. Ezek tehát nem egyenest mennek Istenhez, hanem azt akarják, hogy Isten jöjjön egyenesen rendetlen hajlamaikhoz és következőleg eszközt csinálnak a célból, az eszközből pedig célt úgy, hogy amit az első helyen kellene választaniok, azt ők a második helyen választják. Azt kell u. i. mindenképp elé helyezni, hogy mi Istennek akarunk szolgálni: — vagyis azt, ami cél, és másodszorban a javadalomvállalást vagy a házasságot, ha ez nekem inkább megfelel: — vagyis azt, ami eszköz a célra. Tehát semminek sem sza-

bad engem arra indítani, hogy ezt vagy azt az esz-
közt felhasználjam vagy mellőzzem, csak egyedül
Isten, a mi Urunk szolgálatának, dicsőítésének és
lelkem örök üdvösségének.

**A KÖVETKEZŐ MEGFONTOLÁS
ARRA A CÉLRA SZOLGÁL, HOGY MEGISMERJÜK,
MIRŐL KELL TARTANUNK VÁLASZTÁST**

**Négy pontot és egy jegyzetet foglal
magában.**

Első pont. Szükséges, hogy mindazok a dolgok,
amelyek fölött választást akarunk tartani, közöm-
bösek vagy magukban véve jók legyenek, amelyek
a hierarchikus Anyaszentegyházon belül vannak, és
ne rosszak s ne olyanok, amelyek azzal ellenkez-
nek.

Második pont. Vannak dolgok, amelyek megvál-
tozhatatlan választás alá esnek (t. i. amelyekről
választani újra nem lehet), ilyenek a papság, a há-
zasság, stb.; s vannak mások, amelyek megváltoz-
tatható választás alá esnek: ilyenek az egyházi ja-
vadalmak elfogadása vagy azokról való lemondás,
az anyagi javak elfogadása vagy azok elutasítása.

Harmadik pont. Megváltoztathatatlan választás
esetén, ha az egyszer már megtörtént, nincs mit
választani többé, mert azon már nem lehet változ-
tatni, így pl. a házasságon, papságon, stb.; mégis
meg kell jegyeznünk, hogy ha valaki nem ejtette
meg a választást kötelessége szerint és rendezetten,
hanem engedett a rendezetlen hajlamoknak, bánja
meg azt és azon legyen, hogy jó életet éljen e vá-

lasztásban. Ez a választás, úgy látszik, nem lehet Istentől jövő hívás, minthogy rendetlen és nem egyenes szándékú volt; ahogy ebben sokan tévednek, mikor nem egyenes szándékú és rendetlen választásból isteni hívást csinálnak; mert minden Istentől jövő hívás tiszta és átlátszó, a testi hajlamoknak vagy bármi más rendetlen vonzalomnak keveréke nélkül.

Negyedik pont. Ha valaki kötelességének megfelelően és rendezetten ejtette meg a választást olyan dolgokban, amelyekben változtatni lehet, és sem a testet, sem a világot nem vette figyelembe, nincs oka, hogy új választást tegyen, hanem tökéletesítse abban magát, amennyire csak képes rá.

Jegyzet. Megjegyzendő, hogy az esetben, ha a választás, amelyiken még változtatni lehet, nem volt őszinte és jól rendezett, nagy haszonnal jár a választást újra megtartani úgy, ahogyan kell, ha valaki igazán óhajtja, hogy kiváló és Istennek, a mi Urunknak nagyon kedves gyümölcsöket teremjen.

A HÁROM ALKALMAS IDŐPONT ARRÁ, HOGY ANNAK MINDEGYIKÉBEN HELYES ÉS JÓ VÁLASZTÁST TEGYÜNK

Misztikus behatás esete **Az első időpont** az, amikor Isten, a mi Urunk úgy mozditja és vonzza az akaratot, hogy a nélkül, hogy kételkednék vagy kételkedhetnék, ez a lélek követi azt, amit neki Isten mutatott; ahogyan Szent Pál és Szent Máté cselekedtek Krisztus Urunk követésében.

Érezhető kegyelem ideje **A második időpont** az, amikor sok világgosságot és ismeretet merítünk az át-

élt vigasztalás és vigasztalanság tapasztalatából és a különböző szellemek megkülönböztetésének tapasztalatából.

A nyugodt megfontolás esete **A harmadik időpont** a nyugodtság ideje, amikor valaki először is szemügyre veszi, hogy mire született az ember, t. i. Isten, a mi Urunk dicsőítésére és lelkének üdvözítésére; és ezt kívánva, választ valamely életformát vagy állást mint eszközt, az Egyház által szabott határokon belül, hogy ez Istene szolgálatában és lelkének üdvözítésében segítse.

„Nyugodtság idejének” nevezem azt, mikor a lélek nincs kitéve a különböző szellemek behatásainak és természetes tehetségeit szabadon és nyugodtan tudja használni.

Ha az első vagy második időpontban nem történik választás, a harmadik idő számára két módot adunk, hogy a választást megejtsük.

A HELYES ÉS JÓ VÁLASZTÁS ELSŐ MÓDJA¹

hat pontot ölel fel.

A tárgy szemügyrevétele **Első pont.** Állítsam szemem elé azt a dolgot, amelyről a választást meg akarom ejteni, pl. a hivatalt vagy a javadalmat, amelynek elfogadásáról vagy elutasításáról szó van, vagy bármely más dolgot, amely megváltoztatható választás alá esik.

A cél megfontolása. **Második pont.** Szükséges, hogy a célra tekintsek, amelyért teremtve vagyok; **Lelki egyensúly (közömbösség)** amely cél az, hogy Istent, ami Urunkat

¹ Inkább értelmi megfontolás.

dicsőítsem és lelkemet üdvözítsem és ezzel együtt (*az is szükséges*), hogy közömbösnek találjam magamat, minden rendetlen hajlam nélkül úgy, hogy ne hajoljak és ne vonzódjak inkább a kérdéses dolog elfogadása, mint annak elutasítása felé, sem pedig inkább annak elutasítása, mint elfogadása felé; hanem mintegy egyensúlyban találjam magamat, hogy azt kövessem, amiről úgy fogom érezni, hogy az inkább van Istennek, a mi Urunknak dicsőségére és dicsőítésére és lelkem üdvözítésére.

Kegyelem-kérés **Harmadik pont.** Kérjem Istentől, a mi Urunktól, hogy arra indítsa akaratomat és azt adja a lelkembe, amit a szóbanforgó kérdésben tennem kell, ami inkább van az ő dicsőítésére és dicsőségére, miközben értelmemmel jól és alaposan fontolgassak és válasszak az ő legszentebb és kedves akarata szerint.

Az érvek és ellenérvek felsorakoztatása **Negyedik pont.** Mérlegelve fontoljam meg, hogy minő előnyök és haszon származik nekem abból, ha a kitűzött hivatalt vagy javadalmat bírom, kizárólag Isten, a mi Urunk dicsőítésére és lelkem üdvözítésére; és viszont fontoljam meg hasonlóképen a hátrányokat és veszedelmeket, amelyek annak birtoklásával járnak. Ugyanígy cselekedjem a második részben, t. i. fontoljam meg az előnyöket és a hasznót, ha az illető dolgot nem birtokolom; és viszont hasonlóképen a hátrányokat és veszélyeket ugyancsak, ha az említett dolgot nem birtokolom.

Az érvek lemérése és döntés **Ötödik pont.** Miután így megfontolgattam és mérlegeltem az összes szempontot a szóbanforgó dologra vonatkozólag, nézzem meg, hogy az ész merre hajlik, és döntsek a szóban-

forgó dologban a nagyobb értelmi súly és semmi-
képen sem valami érzelmi vonzódás szerint.

Befejező ima, Hatodik pont. Miután így a választás
felajánlás vagy döntés megtörtént, annak, aki vá-
lasztott, nagy odaadással imára kell adnia magát
Isten, a mi Urunk színe előtt és fel kell ajánlania
neki ezt a választást, hogy isteni Fölsége fogadja el
és erősítse meg azt, ha ez lenne az ő nagyobb szol-
gálata és dicsősége.

A HELYES ÉS JÓ VÁLASZTÁS MÁSODIK MÓDJA¹

**négy szabályt és egy jegyzetet tartal-
maz.**

Isten-szeretet indítson **Az első szabály** az, hogy az a szeretet,
amely engem ennek a dolognak a vá-
lasztására ösztönöz és indít, származzék felülről, az
Isten szeretetéből; úgy, hogy aki választ, először
érezze önmagában, hogy az a szeretet, amellyel a
választás alá eső dologhoz többé-kevésbé vonzó-
dik, egyedül Teremtőjéért és Uráért van.

Mit mondanék másnak? **Második szabály.** Képzeld magam elé
egy embert, akit sohasem láttam és nem
is ismertem, és miközben neki minden javát kívá-
nom, fontoljam meg, mit mondanék neki, hogy mit
csináljon és mit válasszon Isten, a mi Urunk na-
gyobb dicsőségére és lelkének nagyobb tökéletes-
ségére: és cselekedjek hasonlóképen, megtartva
magam is azt a szabályt, amelyet másnak állítok
fel.

¹ Inkább érzelmi megfontolás.

Mint a halál órájában **Harmadik szabály.** Fontoljam meg, mintha a halál pillanatában volnék, azt az eljárást és magatartást, amelyről akkor óhajtanám, hogy a jelen választás módjában betartottam volna: és magamat ehhez szabva, teljesen e szerint tegyem elhatározásomat.

Mint az ítélet napján **Negyedik szabály.** Megfontolva és figyelembe véve, hogyan fogom magamat érezni az ítélet napján, gondoljam meg, hogyan akarom akkor, hogy döntöttem legyen a szóbanforgó tárgyat illetőleg; és a szabályt, melynek megtartását akkor kívánnám, kövessem most, hogy majd akkor teljes tetszésben és örömben érezzem magamat.

Jegyzet. Miután a fentemlített szabályokat örök üdvömrre és nyugalmamra zsinórmértékül vettem, tegyem meg választásomat Istennek, a mi Urunknak, a választás első módjának hatodik pontja szerint.

UTASÍTÁSOK, HOGY SAJÁT ÉLETÜNKET ÉS ÁLLAPOTUNKAT MEGJAVITSUK ÉS MEGREFORMÁLJUK

Megjegyzendő, hogy azoknál, akik valami méltóságban vagy már házasesetben vannak (akár sok vagyonnal rendelkeznek, akár nem) és nincs alkalmuk vagy készségesebb akaratuk, hogy olyan dolgokról tartsanak választást, amelyek még megváltoztatható választás alá esnek, nagyon hasznos, ha ezeknek választás helyett néhány utasítást és tervet adunk, amely szerint mindegyikük megjavíthatja és megreformálhatja saját életét és állapotát, t. i. állítsuk szemük elé teremtetésüknek tényét, életüket, állásukat Isten dicsőségére és dicsőítésére és saját lelkük üdvözítésére.

Hogy ehhez a célhoz eljussanak és ezt elérjék, az

ilyenek a gyakorlatokban és a választás módjaiban, amint azt megmagyaráztuk, sokat fontolgassák és gondolkozzanak rajta, hogy mekkora házat vigyének és mennyi személyzetük legyen és hogyan vezessék és kormányozzák házukat és hogyan oktasák szóval és példával házuk lakóit. Hasonlóképen (*gondolkozzanak*) vagyonukról is, hogy mekkora részt fordítsanak belőle családjukra és háztartásukra; és mekkora részt osszanak ki a szegények között vagy egyéb jámbor célra, nem óhajtva és nem is keresve semmi mást, mint mindenben és minden által Istent, a mi Urunk nagyobb dicsőítését és dicsőségét. **Mindenki gondolja ugyanis meg, hogy annyira fog előre haladni az összes lelki dolgokban, amennyire kivetkőzik önszeretetéből, önakaratából és önértékéből.**

HARMADIK HÉT

ELSŐ NAP

AZ ELSŐ SZEMLÉLŐDÉS

éjjélkor az, hogyan ment Krisztus Urunk Bethániából Jeruzsálembe az utolsó vacsorára (I. 118. o.).

Az előkészítő imát, három előgyakorlatot, hat pontot és egy imabeszélgetést ölel fel.

Ima. A szokásos előkészítő ima.

Első előgyakorlat: Idézzük emlékezetünkbe a történetet, amely itt az, hogyan küldötte Krisztus Urunk Bethániából két tanítványát Jeruzsálembe, hogy a vacsorát előkészítsék; majd azután, hogyan megy arra ő maga többi tanítványával; miután pedig evett a húsvéti bárányból és megvacsorázott, hogyan mosta meg tanítványai lábát és hogyan nyújtotta legszentebb testét és drága vérének tanítványainak, és hogyan beszélt hozzájuk, miután Júdás eltávozott, hogy Urát eladja.

Második előgyakorlat: Helyzetképalakítás, látva a helyet. Itt az lesz, hogy megfigyelem az utat Bethániától Jeruzsálemig, vajjon széles, keskeny, egyenes-e stb. Hasonlóképpen a vacsora helyét, tágas, szűk, ilyen vagy amolyan-e.

Harmadik előgyakorlat: Kérjem azt, amit akarok. Itt kérjek fájdalmat, lesujtottságot és megszégyenülést, mert az Úr az én bűneim miatt indul a szenvedésbe.

Első pont. Lássam a vacsoránál levő személyeket, és magamra tekintve, igyekezzek tőlük valami hasznot szerezni.

Második pont. Halljam, amit beszélnek, és hasonlóképen merítsek abból valami hasznot.

Harmadik pont. Szemléljem cselekedeteiket és merítsek valami hasznot.

Negyedik pont. Fontoljam meg, mit szenved vagy mit akar szenvedni Krisztus Urunk emberi természetében (a szenvedéstörténetnek ama része szerint, amelyről éppen elmélkedem); és itt minden erővel azon kell lennem és arra kell törekednem, hogy fájdalmat érezzek, szomorkodjam és sírjak; és ugyanígy erőlködjek a többi pontnál is, amely következik.

Ötödik pont. Fontoljam meg, hogyan rejtőzik el az istenség, t. i. hogyan semmisíthetné meg az el-lenségeit és nem teszi; és hogyan hagyja oly kegyetlenül szenvedni legszentebb emberi természetét.

Hatodik pont. Fontoljam meg, hogyan szenvedni mindezt az én bűneimért stb.; és mit kell nekem érte tennem és szenvednem.

Colloquium. Fejezzem be imabeszélgetéssel Krisztus Urunkhoz és a végén Miatyánkkal.

Jegyzet. Megjegyzendő, hogy amint azt már fentebb részben megmagyaráztuk, az imabeszélgetésekben beszélgetnünk¹ és kérnünk kell lelki állapotunk szerint,

¹ Hablar és rasonar a kastiliai spanyolban egy jelentésű; tehát nem helyes ez utóbbi szót úgy fordítani, ahogyan azt a legtöbb fordításban találjuk, t. i. fontolgatni vagy fontolgatva beszélgetni. Tényleg, a megfontolásnak és a fontolgatásnak nem az imabeszélgetés az ideje, hanem az elmélkedés. Ezzel eltérünk a legtöbb ismert fordításoktól, sőt még a hivatalos latin fordítás-tól is.

t. i. a szerint, amint kísértésben vagy vigasztalásban érzem magamat és amint ezt vagy azt az erényt kívánom elérni; amint erre vagy arra akarom magamat fölkészíteni, amint fájdalmat vagy örömet akarok érezni azon a dolgon, amelyről szemlélődöm; végül pedig kérem azt, amit egyes szükségleteimben különösképen óhajtok. És így valaki végezhet csak egy imabeszélgetést Krisztus Urunkhoz; vagy ha az anyag olyan vagy maga az áhitat ösztönzi, végezhet három imabeszélgetést is: egyet a Szűzanyához, másikat a Fiúistenhez, harmadikat az Atyához, ugyanolyan alakban, mint azt a második hétnél a három bináriusról szóló elmélkedésben már elmondtuk, a jegyzettel együtt, amely a bináriusok után következik.

A MÁSODIK SZEMLÉLŐDÉS

hajnalban, azokról az eseményekről lesz, amelyek az utolsó vacsorától a kertig bezárólag történtek (l. 118. o.).

Ima. A szokásos előkészítő ima.

Első előgyakorlat: A történet itt az lesz, hogyan ereszkedett alá Krisztus Urunk tizenegy tanítványával Sion hegyéről, ahol az utolsó vacsorát tartották, Jozafát völgye felé; majd a völgy egyik részében hagyva nyolc tanítványát, a többi hármat pedig a kert egyik részében; ő maga imádságba kezd s mintegy vércseppeket verejtékezik; és miután háromszor imádkozott az Atyához és felkelte álmukból a három tanítványt, és miután szavára földre hullottak ellenségei, és Júdás őt megcsókolta s Péter levágta Malchus fülét, amelyet Krisztus helyére visszaillesztett, mint gonosztevőt elfogják és a völgyön át lefelé vonszolják, majd ismét a dombon fölfelé Annás házába.

Második előgyakorlat: Lássam a helyet. Itt szemléljem a Sion hegyéről Jozafát völgyébe vezető utat, hasonlóképen a kertet is, hogy széles, hosszú, ilyen vagy amolyan-e.

Harmadik előgyakorlat: Kérjem, amit akarok, aminek kérése sajátos a szenvedésről szóló elmélkedésnél, t. i. fájdalmat a fájdalomokkal telt Krisztussal, megtörtséget a megtört Krisztussal, könnyeket, benső szenvedést ama nagy kín fölött, amelyet Krisztus szenvedett el értetem.

Első jegyzet. Ebben a második szemlélődésben, miután elvégeztük az előkészítő imát a már említett három előgyakorlattal, a pontokban és imabeszélgetésben ugyanazt a módot tartjuk be, mint az utolsó vacsoráról szóló első szemlélődésben; és a szentmise idején és vecsernyekor tartunk két ismétlést az első és második szemlélődésről; majd vacsora előtt gyakoroljuk az öt érzéket a két fentemlített szemlélődésen, mindenkor előre bocsátva az előkészítő imát és a három előgyakorlatot az elmélkedés anyaga szerint, ugyanolyan módon, mint azt a második hétnél elmondtuk és megmagyaráztuk.

Második jegyzet. Kora, lelki készsége és testi ereje szerint végezzen a gyakorlatozó öt vagy kevesebb gyakorlatot.

Harmadik jegyzet. Ebben a harmadik hétben a második és hatodik kiegészítő utasítás részben megváltozik. A *második* az lesz, hogy mihelyt felébredek, azonnal állít-sam szemem elé, hová és mire készülök; a szemlélődést, amelyet végezni akarok, kicsit foglaljam össze s a szóbanforgó titok szerint arra törekedjem a fölkelés és öltözködés alatt, hogy szomorkodjam és fájdalmat érzek Krisztus Urunk oly nagy fájdalma és oly nagy szenvedése fölött.

A *hatodik* kiegészítő utasítás abban változik meg, hogy nem igyekszem magamban kellemes gondolatokat ébreszteni, ha mindjárt jók és szentek is azok, mint amilyenek pl. a feltámadásról és az örök dicsőségről,

hanem ellenkezőleg magamat rávezetem arra, hogy fájdalmat és kint érezzek és lesújtva legyek, sűrűn emlékezetembe idézve Krisztus Urunk nélkülözéseit, fáradságait és fájdalmait, amelyeket születésétől fogva a szenvedés ama titkáig szenvedett, amelyről épp most elmélkedem.

Negyedik jegyzet. A részletes lelkiismeretvizsgálás a gyakorlatokról és a jelenlegi kiegészítő utasításokról legyen ugyanúgy, mint az előző héten.

MÁSODIK NAP

A szemlélődés éjfélkor arról lesz, ami a Getszemáni-kerttől egészen Annás házáig bezárólag történt (l. 119. o.); hajnalban pedig, ami Annás házától Kaifás házáig bezárólag történt (119. o.), és utána két ismétlés és az öt érzék gyakorlása a szerint, amint már mondtuk.

HARMADIK NAP

Éjfélkor Kaifás házától Pilátusig bezárólag (l. 120. o.); hajnalban Pilátustól Heródesig bezárólag (l. 120. o.), és utána az ismétlések és az érzékek gyakorlása ugyanabban az alakban, amint már mondtuk.

NEGYEDIK NAP

Éjfélkor Heródestől Pilátusig (l. 120. o.), de úgy, hogy a Pilátus házában történt titkoknak csak első felét vesszük és szemléljük. A hajnali gyakorlatban azután a Pilátus házában történt titkokból azokat, amelyek még fennmaradtak; majd ismétlések, érzékek gyakorlása, amint mondtuk.

ÖTÖDIK NAP

Éjfélkor Pilátus házától a keresztfeszítésig (l. 121. o.); és hajnalban Krisztus Urunknak a keresz-

ten történt fölemelésétől haláláig (l. 121. o.); azután két ismétlés és érzékek gyakorlása.

HATODIK NAP

Éjfélkor Krisztus Urunknak a keresztről való levételétől a sírbatételéig (l. 122. o.); és hajnalban a sírtól egészen a házig, amelybe Miasszonyunk visszavonult, miután Fiát eltemették.

HETEDIK NAP

Éjféλι és hajnali gyakorlatban a szemlélődés legyen az egész szenvedésről; és a két ismétlés és az érzékek gyakorlása helyett egész napon át, amely gyakran csak lehet, azon gondolkodjam, hogyan maradt vissza a sírban Krisztus Urunk holtteste, elszakítva és különválasztva lelkétől, és hol és hogyan volt eltemetve. Hasonlóképen tegyem megfontolás tárgyává Miasszonyunk egyedüllétét oly nagy fájalmával és fáradtságával; azután másrészt a tanítványok elhagyatottságát is.

Jegyzet. Megjegyzendő, hogy aki tovább akar időzni a szenvedéstörténetben, vegyen az egyes szemlélődésekben kevesebb titkot, t. i. az első szemlélődésben csak az utolsó vacsorát, a másodikban meg a lábmosást; a harmadikban a Szentség kiosztását; a negyedikben a búcsúbeszédet, amelyet Krisztus tartott és így tovább a többi szemlélődésnél és titoknál is.

Hasonlóképen a szenvedésről szóló elmélkedések befejezése után egy teljes napon át vegye az egész szenvedéstörténet első felét, a második napon a másik felét, és a harmadik napon az egész szenvedéstörténetet.

Viszont aki inkább meg akarja rövidíteni azt az időt, melyet Krisztus szenvedésének szemlélésében tölt, vegye éjfélkor az utolsó vacsorát, hajnalban a Getszemáni-kertet, a szentmise idején Annás házát, a vecser-

nye idején Kaifás házát és egy órával a vacsora előtt Pilátus házát. Tehát ne végezze az ismétléseket, se az érzékek gyakorlását, hanem mindenegy napon öt külön gyakorlatot csináljon és mindenegy gyakorlatban szemlélje Krisztus Urunk életének egy-egy külön titkát; és miután így az egész szenvedést átvette, az utolsó napon veheti az egész szenvedést egy gyakorlatba összefogva vagy több gyakorlatban a szerint, amint inkább gondolja, hogy hasznot meríthet abból.

SZABÁLYOK, HOGY A JÖVŐBEN HELYESEN VISELKEDHESSÜNK AZ EVÉSNÉL

Első szabály. A kenyértől kevésbbé kell magunkat megtartóztatnunk, mert ez nem olyan étel, amelynél az étvágy rendetlenül szokott mutatkozni vagy amelynél a kísértés hosszan alkalmatlankodik, mint a többi ételnél.

Második szabály. Az italok dolgában a megtartóztatás helyénvalóbb, mint a kenyér fogyasztásában; ezért is sokszor figyeljük meg, mi hasznos, hogy megengedjük magunknak, és mi ártalmas, hogy tartózkodjunk attól.

Harmadik szabály. A többi ételnél (t. i. ami nem kenyér) a legnagyobb és a lehető legteljesebb megtartóztatást kell megőriznünk, mert maga az étvágy is könnyebben válik rendetlenné, valamint a kísértés is hevesebb, hogy az ilyen ételeket keressük. Ekként az ételekben való megtartóztatást, hogy bennük a rendetlenséget elkerüljük, kétféle módon lehet gyakorolni: Először, mikor valaki megszokja, hogy közönségesebb ételeket egyék; másodszor, ha finomabb ételeket eszik, csak kis mennyiségben vegyen belőlük.

Negyedik szabály. Minél többet von el valaki a megfelelő táplálékból, — de a mellett nagyon óvakodjék, hogy betegségbe ne essék — annál hamarabb találja meg a középértéket, amelyet evésében és ivásában meg kell tartania, mégpedig két okból: először, mert így segítve magán és így felkészülve, gyakran jobban fogja észrevenni a benső megvilágításokat, vigasztalásokat és isteni sugallatokat, hogy megfeleljék a középértéknek, amely neki megfelel; másodsor, mert ha az illető úgy látja, hogy ily megtartóztatás mellett nem rendelkezik sem annyi testi erővel, sem annyi készséggel, hogy lelki gyakorlatait végezhesse, könnyen eljut odáig, hogy meg tudja ítélni, mi szükséges inkább teste fenntartására.

Ötödik szabály. Mikor valaki eszik, képzelje el, mintha látná, miképen étkezik Krisztus Urunk apostolaival, és miképen iszik, és hogyan néz körül, és hogyan beszélget, és igyekezzék őt utánozni. Tehát értelme főképen Urunk szemléletével foglalkozkodjék és kevésbbé teste gondozásával, hogy így a módban, hogyan kell viselkednie és magát fegyelmeznie, nagyobb egyenletességre és rendre tehesen szert.

Hatodik szabály. Máskor, miközben étkezik, más megfontolást vehet: vagy a szentek életéről, vagy valami jámbor szemlélődésről, vagy valami lelki ügyről, amellyel neki amúgy is foglalkoznia kell; mert figyelmét ilyen dolgokra irányozva, kevesebb gyönyört és élvezetet fog a testi táplálkozásból meríteni.

Hetedik szabály. Mindenekfölött attól őrizkedjék, hogy egész figyelme el ne merüljön abban, amit eszik, se ne legyen mohó az evésben, hanem legyen ura önmagának mind az étkezés módjában, mind

pedig a mennyiség tekintetében, amelyet magához vesz.

Nyolcadik szabály. Minden rendetlenség elkerülése végett nagyon hasznos, ha ebéd vagy vacsora után vagy más órában, mikor nem érez éhséget, magában meghatározza a következő ebédre vagy vacsorára és így következetesen mindenegy napra azt a mennyiséget, amely neki megfelel: amelyen túl semmiféle étvágy vagy kísértés miatt ne menjen, hanem ellenkezőleg, hogy minden rendetlen étvágyat és az ellenség kísértését jobban legyőzze, egyék kevesebbet, ha arra van kísértése, hogy többet egyék.

NEGYEDIK HÉT

ELSŐ SZEMLÉLŐDÉS

Hogyan jelent meg Krisztus Urunk
Miasszonyunknak (l. 122. o.).

Ima. A szokásos előkészítő ima.

Az első gyakorlat a történet, amely itt a következő: Miután Krisztus Urunk kilehelte lelkét a kereszten és teste a lélektől elválasztva, de az istenséggel mindig egyesülve maradt, az istenséggel szintén egyesült boldog lelke leszállott a pokol tornácára s onnan megszabadította az igazak lelkeit s visszatért a sírhoz és feltámadott, miképen jelent meg testben és lélekben áldott Anyjának.

Második előgyakorlat a helyzetképalakítás, látva a helyet. Itt lássam a szent sír elrendezését és Miasszonyunk lakását vagy házát, megtekintve annak egyes részeit, így a szobát, az imahelyiséget, stb.

Harmadik előgyakorlat: Kérem azt, amit akarok. Itt kérem a kegyelmet, hogy nagyon örüljek és örvendezzem Krisztus Urunknak ily nagy dicsőségén és örömen.

Első, második és harmadik pont legyen ugyanaz a megszokott három pont, amelyeket Krisztus Urunk utolsó vacsorájánál is vettünk.

Negyedik pont. Fontoljam meg, hogy az istenség, amely a szenvedésben látszólag elrejtőzött, miképen jelenik most meg és mily csodálatosan nyil-

vánul ki legszentebb föltámadásánál igaz és legszentebb hatásaiban.

Ötödik pont. Szemléljem a vigasztaló szerepet, amelyet Krisztus Urunk betölt, összehasonlítva ezt azzal, hogyan szokta egyik barát a másikat vigasztalni.

Colloquium. Fejezzük be lelki állapotunknak megfelelően egy vagy több imabeszélgetéssel és egy Miatyánkkal.

Első jegyzet. A következő szemlélődésekben haladjunk át a feltámadás valamennyi titkán, az alább következő sorrendben, egészen a mennybemenetelig bezárólag. A feltámadás egész hetében egyébként ugyanazt a módot és rendet kövessük, amelyet a szenvedés egész hetében tartottunk be. Azért a szemlélődő járjon el a következőkben a feltámadásról szóló első szemlélődés szerint: ami az előgyakorlatokat illeti, legyenek azok az elmélkedésül vett anyag szerint; ami az öt pontot illeti, legyen az ugyanaz; a kiegészítő utasítások is, amelyek alább találhatók, legyenek ugyanazok; és így tovább, minden egyébben alkalmazkodhatunk a szenvedés hetében adott módszerhez, így az ismétlésekben, az érzékek gyakorlásában, a titkok megrövidítésében vagy megnyújtásában.

Második jegyzet. Általában ebben a negyedik hétben inkább megfelel, mint az előző három hétben, ha négy gyakorlatot végzünk és nem ötöt; az elsőt reggel a felkelés után, a másodikat a szentmise idején vagy ebéd előtt az első ismétlés helyett, a harmadikat a második ismétlés helyett a vecsernye idején, a negyediket vacsora előtt, amely az öt érzék gyakorlása legyen ugyanannak a napnak három gyakorlatán, mikor is különösen figyeljünk és időzzünk az elmélkedés főbb részeinél és ahol nagyobb indításokat és lelki élvezetet éreztünk.

Harmadik jegyzet. Ambár minden szemlélődés bizonyos számú pontra van felosztva, mint háromra vagy ötre stb., mégis aki a szemlélődéseket végzi, feloszthatja

azt több vagy kevesebb pontra is, ahogyan azt megfelelőbbnek találja. E célra nagyon hasznos, ha úgy hozzávetőleg már a szemlélődés megkezdése előtt megállapítja és kijelöli meghatározott számban a pontokat, amelyeket fel akar venni.

Negyedik jegyzet. Ebben a negyedik hétben a tíz kiegészítő utasítás közül változtatnunk kell a másodikon, hatodikon, hetedikén és a tizediken.

A második kiegészítő utasítás az lesz, hogy mihelyt felébredek, állítsam szemem elé a végzendő szemlélődést, miközben arra törekedjem, hogy együttérzést és örömet keltsék fel magamban Krisztus Urunk akkora örömén és vígságán.

Hatodik kiegészítő utasítás: Olyan dolgokra emlékezzem és gondoljak, amelyek engem gyönyörködésre, vígságra és lelki örömeire indítanak, így pl. az örök dicsőségre.

Hetedik kiegészítő utasítás: Használjam fel a világgosságot és az időjárás előnyeit, így a tavaszi és nyári időszakban a hűvöset, télen pedig a napot vagy a tűz melegét, amennyiben azt gondolom vagy hozzávetőlegesen feltételezem, hogy mindez segítségemre lesz abban, hogy örvendjek Teremtőmben és Megváltómban.

Tizedik kiegészítő utasítás: A vezeklés helyett csak a mértékletességre ügyeljek és arra, hogy mindenben megtartsam a középértéket, hacsak nincs bűjt vagy megtartóztatási idő, amelyet az Egyház előírt; mert ezeket mindenkor be kell tartani, ha nincs jogos akadálya.

SZEMLÉLŐDÉS A SZERETET MEGSZERZÉSÉRE

Jegyzet. Először is két dologra érdemes ügyelni. Az első az, hogy a szeretetet inkább a tettekbe helyezzük, mint a szavakba. A második az, hogy a szeretet a kölcsönös adományozásban áll, t. i. hogy az, aki szeret, an-

nak, akit szeret, adja és vele közölje azt, amije van, vagy adjon azokból, amije van vagy amije csak lehet; és viszont az, akit így szeretnek, adjon annak, aki őt szereti; tehát ha az egyiknek van tudománya, adjon belőle annak, aki-nek nincs, és éppúgy, ha van rangja vagy gazdagsága; és így a másik is adjon emennek.

Ima. A szokásos ima.

Első előgyakorlat a helyzetképalakítás, amely itt az, hogy lássam, hogyan állok Isten, a mi Urunk előtt, az angyalok és szentek előtt, akik közbenjár-nak értem.

Második előgyakorlat: Kérem azt, amit akarok. Itt kérem az Istentől kapott oly sok és oly nagy adománynak benső ismeretét, hogy azokat teljesen elismerve, mindenben szerethessem és szolgálhassam isteni Fölségét.

Első pont. Idézzem emlékezetembe a teremtés, a megváltás kapott jótéteményeit és különös adomá-nyaimat, miközben nagy bensőséggel fontolgassam, hogy Isten, a mi Urunk mennyit tett értem és meny-nyit adott nekem abból, amije van; és így tovább azt is, mennyire óhajtja ugyanez az Úr önmagát is nekem adni, amennyire ezt csak teheti az ő isteni rendelkezése szerint. Egyben tekintsek magamra és fontoljam meg, hogy magam részéről mit kell nekem nagyon is sok okból és igazsággal felajánlanom és adnom isteni Fölségének, t. i. mindenemet és maga-mat velük úgy, mint aki valamit valakinek nagy bensőséggel felajánl:

Vedd, Uram, és fogadd el minden szabadságomat, emlékezetemet, értelmemet és egész akaratomat, min-denemet, amim van és amivel rendelkezem; Te adtad nekem mindezt; neked, Uram, adom mindezt vissza: minden a Tied, akaratom szerint rendelkezéssel velük.

Add nekem a Te szeretetedet és kegyelmedet, mert ez nekem elég.¹

Második pont. Szemléljem, mikép lakik Isten a teremtményekben: az elemekben adva a létezést, a növényzetben a tenyészést, az állatokban az érzékelést, az emberekben meg az értést; és ekként bennem adja nekem a létezést, élést, érzést és értelmi tevékenységet; hasonlóképen templomává tesz engem, mivel isteni Fölségének hasonlatosságára és képére vagyok teremtve. Szintúgy tekintsek magamra olymódon, amint azt az első pontnál említettük, vagy más módon, amelyet jobbnak találok. Ugyanígy járjak el minden egyes pontnál, amely következik.

Harmadik pont. Fontoljam meg, miképen tevékenykedik és dolgozik az Isten érettem az összes teremtett dolgokban a földön, id est habet se ad modum laborantis²; így pl. az égen, az elemekben, a növényekben, a terményekben, a nyájakban stb., adva ezeknek a létet, a fennmaradást, a tenyészést és érzékelést stb. Utána tekintsek magamra.

Negyedik pont. Szemléljem, hogyan jó felülről minden jó és adomány, így az én véges képességem is a legnagyobb és a végtelen képességtől jó felülről; ugyanígy (*tőle származik*) a szentség, a jóság, a jámborság, az irgalmasság stb., úgy, amint a napból leszállnak a sugarak, amint a forrásból jön a víz stb. Azután fejezzem be magamra tekintve, amint mondtuk.

Fejezzem be imabeszélgetéssel és egy Miatyánkkal.

¹ Ez utolsó mondat értelme: Csak te szeress engem és én szeresselek téged, ez nekem elég. A magyar fordításban ugyanis nem lehet visszaadni a spanyol *vuestro amor*, vagy a latin *amorem tuum* szó szerinti jelentését másképp, csak ilyen körülírással.

² Latinul van a spanyol szövegben is. Jelentése: azaz úgy viselkedik, mint aki dolgozik.

AZ ELSŐ IMAMÓD

Előszőr: A parancsolatok fölött.

Az első imamód a tízparancsolatra és a hét főbűnre, a három lelki tehetségre és a test öt érzékére vonatkozik. Ez az imamód inkább csak vázlatot, módot és gyakorlatokat ad arra, hogy a lélek miképpen készüljön elő ezekre és hogyan haladjunk bennük előre, és *(arra)* hogy imádságunk kedves legyen Isten előtt, és nem az a célja, hogy magának az imának adja meg a módját és alakját.

Kiegészítő utasítás. Mindenekelőtt végezzenek ahhoz hasonlókat, ami a második hét második kiegészítő utasításának felel meg, t. i. mielőtt imába fog-nék, lelkem, mialatt ülök vagy járkálok, amint jobban esik, pihenjen egy kicsit, és fontoljam meg közben, hová megyek és milyen célból. Ugyanezt a kiegészítő utasítást kell megtartani mindegyik imamód kezdetén.

Előkészítő ima ilyesféle legyen: Kérjem Istentől, a mi Urunktól a kegyelmet, hogy megismerhessem, miben hibáztam a tízparancsolat körül, és hasonlóképpen kérjek kegyelmet és segítséget, hogy a jövőben megjavuljak, kérve a tízparancsolat teljes megértését isteni Fölségének nagyobb dicsőségére és dicsőítésére s hogy jobban megtarthassam azokat.

Időszabály. Ami az első imamódot illeti, megfelelő, ha az első parancsra vonatkozólag megfontolom és vizsgálgom, hogyan tartottam meg azt és miben hibáztam ellene, és irányadónak veszem, hogy a megfontolásban annyi időt töltök, amennyi alatt valaki három Miatyánkot és három Üdvözlégyet

mondhatna el. És ha ez idő alatt megtaláltam hibáimat, kérjem bűneim bocsánatát és azok elengedését; és mondjak el egy Miatyánkot. Ugyanígy járjak el a tízparancsolatnak mindegyikénél.

Első jegyzet. Megjegyzendő, hogy ha valaki olyan parancsolat megfontolásához ér, amelyről azt találja, hogy nem szokott semmit sem vétkezni ellene, nem szükséges, hogy annál a jelzett időig időzzék; de ha úgy találja, hogy ama parancsolat ellen többet vagy kevesebbet hibázott, akkor ennek megfelelően több vagy kevesebb időt kell eltöltenie annak megfontolásában és vizsgálgatásában; és ugyanezt az eljárást kell követni a halálos bűnöknél is.

Második jegyzet. Miután már befejeztem a már mondott megfontolást az összes parancsolat fölött és vádoltam magamat azokban és kegyelmet és segítséget kértem, hogy a jövőben megjavuljak, fejezzem be a tárgynak megfelelő és Istenhez, a mi Urunkhoz intézett imabeszélgetéssel.

Másodszor: A halálos bűnök fölött.

A kiegészítő utasítás után következzenek az előkészítő ima a már említett módon, egyedül azzal a változással, hogy itt az anyagot a bűnök képezik, amelyeket kerülnöm kell, míg azelőtt az anyagot a parancsolatok alkották, amelyeket megtartanom kell. És hasonlóképen tartsam be a már ismert sorrendet, az időszabályt és az imabeszélgetést.

Hogy az, aki ez imamód szerint imádkozik, az elkövetett hibákat a halálos bűnöknél minél jobban megismerje, vegye fontolóra azoknak épp az ellenkezőjét; és éppúgy, hogy azokat minél jobban elkerülhesse, tegye fel és törekedjék arra, hogy szent gyakorlatokkal megszerezze és magáévá tegye a velük ellentétes hét erényt.

Harmadszor: A lelki tehetségek fölött.

Itt ugyanazt a sorrendet és időszabályt kell követnem, mint a parancsolatoknál, és el kell végeznem az erre adott kiegészítő utasítást, előkészítő imát és imabeszélgetést.

Negyedszer: A test öt érzéke fölött.

Ugyanazt a módot kövessük, mint az előbbieknél, csak az anyagot változtassuk meg.

Megjegyzés: Aki érzékeinek használatában utánozni akarja Krisztus Urunkat, az előkészítő imádságban ajánlja magát isteni Fölségének; és miután az egyes érzékekről megfontolást végzett, mondjon el mindannyiszor egy Üdvözlégyet vagy egy Miatyánkot. És aki érzékeinek használatában utánozni akarja Miasszonyunkat, az előkészítő imában neki ajánlja magát, hogy számára eszközölje ki erre Fiától és Urától a kegyelmet; és az egyes érzékek fölött tartott megfontolás után mondjon el egy-egy Üdvözlégyet.

A MÁSODIK IMAMÓD

Az ima mindenegyes szavának jelen-tésén szemlélődünk.

A kiegészítő utasítás ennél a második imamódnál ugyanaz, amely az első imamódnál is volt.

Az előkészítő ima alkalmazkodjék a személyhez, akihez irányul az imádság.

A második imamód abban áll, hogy az imádkozó térdelve vagy ülve, a szerint, hogy melyiket találja megfelelőbbnek és melyiket kíséri több áhítat, csukott vagy egy helyre irányított szemmel, a nélkül,

hogyan azokat ide-oda jártatná, mondja: Miatyánk, és annyi ideig maradjon e szó megfontolásánál, amíg különböző jelentéseket, hasonlatokat, lelki élvezetet és vigaszt talál azokban a megfontolásokban, amelyek erre a szóra vonatkoznak; ugyanilyen módon járjon el a Miatyánk mindenegyes szavánál vagy bármely más imádságnál, amelyet ilyen módon akar elimádkozni.

Első szabály. Aki e szerint az imamód szerint imádkozik, töltsön így egy órát az egész Miatyánkban, amelynek befejeztével mondjon el egy Üdvözlégyet, egy Hiszekegyet és a Krisztus lelke és Üdvözlégy mennyország Királynéja kezdetű imádságokat, szóbelileg vagy elméletileg a szokásos módon.

Második szabály. Hogyha az, aki így szemlélődik a Miatyánkon, egy vagy két szóban jó elmélkedési anyagot és lelki élvezetet és vigaszt talál, ne törekedjék tovább menni, még ha befejeződnék is az óra abban, amit talált. Az óra befejeztével mondja el a Miatyánk többi részét a szokásos módon.

Harmadik szabály. Ha a Miatyánknak egy vagy két szavában teljes órát töltött, más napon, mikor ismét visszatér ehhez az imához, az említett egy vagy két szót mondja el a szokásos módon és annál a szónál, amely ezekre közvetlenül következik, kezdjen el szemlélődni oly módon, amint a második szabály mondja.

Első jegyzet. Megjegyzendő, ha a Miatyánkot egy vagy több nap alatt befejeztük, ugyanezt kell tenni az Üdvözlégyvel és azután a többi imádsággal oly módon, hogy bizonyos ideig mindig gyakoroljuk magunkat valamelyikben.

Második jegyzet. Az ima befejeztével forduljon az imádkozó néhány szóban ahhoz a személyhez, akihez az ima irányult s kérje azokat az erényeket vagy kegyelmeket, amelyekről úgy érzi, hogy különösen rájuk szorul.

A HARMADIK IMAMÓD

Ütemszerű (ritmikus) imamód.

A kiegészítő utasítás itt is az lesz, mint volt az első és második imamódnál.

Az előkészítő ima olyan, mint a második imamódnál.

A harmadik imamód az, hogy mindenegyes be- és kilélekzésre elménkben imádkozunk, miközben a Miatyánknak vagy más imádságnak, amelyet magunknak elmondásra kijelöltünk, egy szavát kimondjuk, mégpedig úgy, hogy csak egy szót ejtünk ki az egyik és másik lélekzetvétel között és míg a két lélekzetvétel között az idő telik, különösen figyeljünk vagy ennek a szónak a jelentésére vagy a személyre, akihez imádkozunk, vagy saját magunk alacsonyosságára, vagy arra a különbségre, amely ama személy akkora nagysága és saját magunk akkora kicsisége között van; és ugyane mód és szabály szerint haladjunk tovább a Miatyánk többi szavában is. És a többi imát, t. i. az Üdvözlégyet és Krisztus lelke kezdetű imát, a Hiszekegyet és az Üdvözlégymennyország Királynéja kezdetű imát mondjuk el a szokásos módon.

Első szabály. Más napon vagy más órában, amidőn imádkozni akarunk, mondjuk el így ritmikusan az Üdvözlégyet és rá a többi imádságot a szokásos módon, és így haladjunk át következőleg a többi imádságon is.

Második szabály. Aki tovább akar ebben az ütemszerű imádságban időzni, elmondhatja az összes fentemlített imádságot vagy azoknak egy részét, miközben az ütemszerű lélekzetnek ugyanazt a rendjét tartsa be, amint azt már előbb megmagyaráztuk.

KRISZTUS URUNK ÉLETÉNEK TITKAI

Jegyzet. Megjegyzendő az összes következő titkokban, hogy mindazok a szavak, amelyek zárójel közt találhatók, az Evangéliumból valók, nem azonban azok, melyek zárójelen kívül vannak. Az elmélkedő minden titoknál nagyobbreszt három pontot talál, hogy így nagyobb könnyebbséggel elmélkedhessen és szemlélődhessen róluk.

MIASSZONYUNK KÖSZÖNTÉSÉRŐL

ír Szent Lukács az 1. fejezetben, 26—38.

1. Szent Gábor arkangyal, köszöntvén Miasszonyunkat, hírül adta neki Krisztus Urunk fogantatását: (Bemenvén hozzá az angyal, mondá: Üdvözlégy malasztal teljes; méhedben fogansz és fiat fogsz szülni).

2. Az angyal megerősíti, amiket Miasszonyunknak mondott, azáltal, hogy hírül adja neki Keresztelő Szent János fogantatását, így szólva hozzá: (És íme, Erzsébet, a te rokonod, ő is fogant öregségében).

3. Miasszonyunk válaszolt az angyalnak: (Íme, az Őr szolgálóleánya, legyen nekem a te igéd szerint).

MIASSZONYUNKNAK ERZSÉBETNÉLTETT LÁTOGATÁSÁRÓL

beszél Szent Lukács az 1. fejezetben, 39—56.

1. Midőn Miasszonyunk meglátogatta Erzsébetet, Keresztelő Szent János, akkor még anyja méhében, megérezte Miasszonyunk látogatását: (És lőn, hogy amint meghallotta Erzsébet Mária köszöntését, repese méhében a magzat, és betelék Erzsébet Szentlélekkel. És nagy szóval felkiálta, mondván: áldott vagy te az asszonyok között, és áldott a te méhednek gyümölcse).

2. Miasszonyunk elénekeli énekét, mondván: (Magasztalja az én lelkem az Urat).

3. (Mária pedig nála maradt mintegy három hónapig: azután visszatére házába.)

KRISZTUS URUNK SZÜLETÉSÉRŐL

**beszél Szent Lukács a 2. fejezetben,
1—14.**

1. Miasszonyunk és jegyese, Szent József Názáretből Betlehembe mennek: (Fölméne József is Galileából Betlehembe, hogy összeirassék Máriával, az ő eljegyzett feleségével, aki áldott állapotban vala).

2. (Szülé az ő elsőszülött fiát, és bepólyáza őt és a jászolba fekteté.)

3. (Mennyei seregek sokasága vette körül az anglyalt, mondván: Dicsőség a magasságban Istennek.)

A PÁSZTOROKRÓL

ír Szent Lukács a 2. fejezetben, 8—20.

1. Az angyal kinyilvánítja Krisztus Urunk születését a pásztoroknak: (Nagy örömet hirdetek nektek, minthogy ma született nektek az Üdvözítő).

2. A pásztorok Betlehembe mennek: (És elmenének sietve és megtalálák Máriát és Józsefet és a jászolban fekvő Kisdedet).

3. (És visszatérének a pásztorok, magasztalván és dicsérvén az Istent.)

A KÖRÜLMETÉLSRŐL

ír Szent Lukács a 2. fejezetben, 21.

1. Körülmételték a gyermek Jézust.

2. (Hivaték az ő neve Jézusnak, miként az angyal nevezte, mielőtt méhben fogantatott.)

3. Visszaadják a gyermeket anyjának, aki részvételt volt gyermekének először hullott vére miatt.

A HÁROM NAPKELETI BÖLCSRŐL

ír Szent Máté a 2. fejezetben, 1—12.

1. A három napkeleti bölc s a csillagot követve Jézus imádására jött, mondván: (Láttuk csillagát napkeleten és eljöttünk imádni őt).

2. Imádták őt és ajándékokat ajánlottak fel neki: (Leborulva imádkáztak őt és ajándékokat adának neki, aranyat, tömjént és mirhát).

3. (Intést kapván álmukban, hogy vissza ne menjenek Heródeshez, más úton térének vissza országukba.)

MIASSZONYUNK TISZTULÁSÁRÓL ÉS A GYERMEK JÉZUS BEMUTATÁSÁRÓL

ír Szent Lukács a 2. fejezetben, 22—39.

1. A gyermek Jézust a templomba viszik, hogy az Úrnak mint elsőszülöttet bemutassák, és felajánlanak érte (egy pár gerlicét vagy két galambfiat).

2. Simeon a templomba jöve (karjaiba vevé őt), mondván: (Most bocsátod el Uram, szolgádat békeségben).

3. Anna (odajövé, dicséré az Urat és szóla felőle mindazoknak, akik várják vala Izrael megváltását).

AZ EGYPTOMI FUTÁS RÓL

ír Szent Máté a 2. fejezetben, 13—18.

1. Heródes meg akarta gyilkolni a gyermek Jézust, és így megölte a kisdedeket. Megöletésük előtt az angyal intette Józsefet, hogy fusson Egyiptomba: (Kelj felj, vedd a gyermeket és anyját, és fuss Egyiptomba).

2. Útnak indult Egyiptom felé: (Ki felkelvén éjjel, távozték Egyiptomba).

3. (Ott maradt Heródes haláláig.)

HOGYAN TÉRT VISSZA KRISZTUS URUNK EGYPTOMBÓL

erről ír Szent Máté a 2. fejezetben, 19—23.

1. Az angyal inti Józsefet, hogy térjen vissza Izraelbe: (Kelj fel és vedd a gyermeket és anyját, és menj Izrael földjére).

2. (Ki fölkelvén, Izrael földjére méne.)

3. Minthogy Júdeában Archelaus, Heródes fia uralkodott, Názáretben vonta meg magát.

KRISZTUS URUNK ÉLETÉRŐL, 12 ÉVES KORÁTÓL 30 ÉVES KORÁIG

ír Szent Lukács a 2. fejezetben, 51—52.

1. Engedelmes volt szüleinek. (Növekedék bölcsességben és korban és kedvességben.)

2. Úgy látszik, hogy az ácsmesterséget folytatta, amint ezt Szent Márk a hatodik fejezetben látszólag jelzi is: (Nemde, ez az ács?)

KRISZTUS MEGJELENÉSÉRŐL A TEMPLOMBAN, MIKOR 12 ÉVES VOLT

ír Szent Lukács a 2. fejezetben, 41—50.

1. Krisztus Urunk 12 éves korában Názáretből fölment Jeruzsálembe.

2. Krisztus Urunk Jeruzsálemben maradt, és ezt nem tudták szülei.

3. Három nap mulva megtalálták a templomban vitatkozva, amint ott a tudósok között ült. És amikor kérdezték szülei, hol volt, ezt felelte: (Nem tudtátok-e, hogy az én Atyám dolgaiban kell lennem?)

KRISZTUS URUNK MEGKERESZTELÉSÉRŐL

ír Szent Máté a 3. fejezetben, 13—17.

1. Krisztus Urunk, miután elbúcsúzott áldott Anyjától, Názáretből a Jordán folyóhoz jött, ahol Keresztelő Szent János tartózkodott.

2. Szent János megkeresztelte Krisztus Urunkat, és amikor mentegetőzni akart, méltatlannak tartva magát, hogy őt megkeresztelje, Krisztus ezt mondja: (Hagyd el ezt most; mert így illik teljesítenünk minden igazságot).

3. A Szentlélek leszáll reá, és az Atyának szava az égből, tanúbizonyságot téve róla: (Ez az én szeretett fiam, akiben nekem kedvem telt).

KRISZTUS URUNK MEGKISÉRTÉSÉRŐL

*ír Szent Lukács a 4. fejezetben, 1—13.
és Máté a 4. fejezetben, 1—11.*

1. Miután Krisztus Urunk megkeresztelkedett, a pusztába vonult vissza, ahol negyven nap és negyven éjjel böjtölt.

2. Az ellenség háromszor megkísértette: (Hozzá járulván a kísértő, mondá neki: Ha Isten fia vagy, mondd, hogy a kövek kenyerekké váljanak. Vesd le magadat. Mindezeket neked adom, ha leborulván imádasz engem).

3. (Angyalok jövének és szolgálának neki.)

AZ APOSTOLOK MEGHÍVÁSA

1. Úgy látszik, háromízben kapott meghívást Szent Péter és Szent András: először ismerkedés céljából, ami kitűnik Szent János első fejezetéből; másodszer, hogy némiképen kövessék Krisztust, de még azzal az elhatározással, hogy visszatérnek ahhoz, ami birto-

kukban volt, amint Szent Lukács mondja az ötödik fejezetében; harmadszor, hogy Krisztus Urunkat örökre kövessék, Szent Máté a negyedik és Szent Márk az első fejezetben.

2. Hívta Fülöpöt, ahogyan olvashatjuk Szent János első fejezetében és Mátét, mint maga Máté mondja a kilencedik fejezetben.

3. Hívta a többi apostolt, akiknek külön meghívásáról nem tesz említést az Evangélium.

És itt három más dolgot is meg kell fontolnunk: először, hogy az apostolok tudatlan és alacsony-sorsú emberek voltak; másodsor a méltóságot, amelyre Isten oly tapintatosan hívta őket; s harmadszor azokat az adományokat és kegyelmeket, amelyekkel Isten őket az új- és ószövetség összes atyái fölé emelte.

AZ ELSŐ CSODÁRÓL, AMELY A GALILEAI KÁNAÁNBAN TARTOTT MENYEGZŐN TÖRTÉNT

ír Szent János a 2. fejezetben, 1—11.

1. Krisztus Urunk hivatalos volt tanítványaival a menyegzőre.

2. A Szűzanya jelzi Fiának, hogy kifogyott a bor, mondván: (Nincs boruk), és utasítást adott a szolgáltnak: (Amit nektek mond, cselekedjétek).

3. A vizet borrá változtatta: (És nyilvánosságra hozá dicsőségét, és hívének öbenne tanítványai).

HOGYAN ŪZTE KI KRISZTUS URUNK A TEMPLOMBÓL AZOKAT, AKIK OTT KERESKEDTEK

*erről ír Szent János a 2. fejezetben,
13—22.*

1. Mindazokat, akik kereskedtek, kikergette a templomból kötélből font ostonnal.

2. A gazdag pénzváltóknak, akik a templomban voltak, szétszórta asztalait és pénzét.

3. A szegényeknek, akik galambot árultak, szelíden mondta: (Vigyétek el innét ezeket és ne tegyétek Atyám házát vásárcsarnokká).

A BESZÉDRŐL, MELYET KRISZTUS URUNK A HEGYEN TARTOTT

ír Szent Máté az 5. fejezetben.

1. Szeretett tanítványainak külön beszél a nyolc boldogságról: (Boldogok a lelki szegények, a szelídek, az irgalmasok; boldogok, akik sírnak, éheznek és szomjúhozzák az igazságot; boldogok a tisztaszívűek, a békességesek és akik üldözést szenvednek.)

2. Buzdítja őket, hogy jól használják fel adományaikat: (Úgy világoskodjék a ti világosságtok az emberek előtt, hogy lássák jótetteiteket és dicsőítsék Atyátokat, aki mennyekben vagyon).

3. Megmutatja, hogy a törvényt nem lépi át, hanem beteljesíti azt, megmagyarázva a törvényt, amely tiltja a gyilkosságot, a paráznaságot, a hamis esküvést és amely megparancsolja az ellenség szeretetét: (Én pedig mondom nektek: Szeressétek ellenségeiteket; jót tegyetek azokkal, akik titeket gyűlölnek).

HOGYAN CSENDESITETTE LE KRISZTUS URUNK A HÁBORGÓ TENGERT

erről ír Szent Máté a 8. fejezetben, 23—27.

1. Míg Krisztus Urunk aludt a tengeren, nagy szélvész támadt.

2. Megijedt tanítványai felkeltették; akiket ő csekély hitükért megrótt, mondván nekik: (Mit féltek, kicsinyhitűek?)

3. Megparancsolta a szeleknek és a tengernek, hogy csendesedjenek le; és miután így elültek a szelek, csendes lett a tenger, amin csodálkoztak az emberek, mondván: (Kicsoda ez, hogy a szelek és a tenger engedelmeskednek neki?)

HOGYAN JÁRT KRISZTUS URUNK A TENGEREN

erről ír Szent Máté a 14. fejezetben, 22—33.

1. Mikor Krisztus Urunk a hegyen tartózkodott, megparancsolta tanítványainak, hogy szálljanak hajóba, és miután elbocsátotta a tömeget, egyedül imádkozni kezdett.

2. A hullámok ide-oda hányták a hajót, amelyhez Krisztus közeledett a tengeren járva; s a tanítványok azt hitték, hogy kísértet.

3. Mikor Krisztus mondta: (Én vagyok, ne féljetek), Szent Péter az ő parancsára a tengeren járva hozzá ment; de mihelyt kételkedett, merülni kezdett; Krisztus Urunk azonban megmentette és megrótt a kicsinyhitűségéért és azután, amikor Krisztus a hajóba lépett, elállt a szél.

HOGYAN KÜLDTE SZÉT KRISZTUS TANITVÁNYAIT, HOGY PRÉDIKÁLJANAK

erről ír Szent Máté a 10. fejezetben, 1—16.

1. Krisztus szeretett tanítványait magához szólítja és hatalmat ad nekik, hogy kiűzzék az emberek testéből az ördögöket és meggyógyítsanak minden betegséget.

2. Oktatást ad nekik az okosságról és a türelemről: (Ime, úgy küldelek titeket, mint a juhokat a farkasok közé. Legyetek tehát okosak, mint a kígyók, és szelídek, mint a galambok).

3. Megtanítja őket az apostoli utazás módjára: (Ne legyen aranyotok, se ezüstötök; ingyen kaptátok, ingyen adjátok). Megadta nekik a prédikálás anyagát is: (Elmenvén, hirdessétek, mondván, hogy elközelgett a mennyek országa).

MAGDOLNA MEGTÉRÉSÉRŐL

ír Szent Lukács a 7. fejezetben, 36—50.

1. Magdolna belép oda, ahol Krisztus Urunk a farizeus házában az asztalnál ül és kenettel telt alabástromedényt hozott magával.

2. Az Úr mögött lábánál megállva, azt könnyeivel áztatni kezdte, hajával törölte és csókolgatta lábát és megkenste kenettel.

3. Midőn a farizeus vádolta Magdolnát, Krisztus védelmére kel, mondván: (Megbocsátatott az ő sok bűne, mert nagyon szeretett; mondá pedig az aszszonynak: A te hited megszabadított téged; menj el békével).

HOGYAN TÁPLÁLT KRISZTUS URUNK ÖTEZER EMBERT

erről ír Szent Máté a 14. fejezetben, 13—21.

1. Amikor már beesteledett, a tanítványok kéri Krisztust, hogy bocsássa el a tömeget, amely nála volt.

2. Krisztus Urunk megparancsolta tanítványainak, hogy vigyék hozzá a kenyereket, majd utasítást adott, hogy telepedjenek le, és megáldotta és megszegte, és tanítványainak adta a kenyereket, a tanítványok meg a tömegnek.

3. (Evének mindnyájan és jóllakának; és a fönnmaradt hulladékból tizenként kosarat tele szedének).

KRISZTUS SZINEVÁLTOZÁSÁRÓL

ír Szent Máté a 17. fejezetben, 1—9.

1. Krisztus Urunk maga mellé vette kísérőkül szeretett tanítványait, Pétert, Jakabot és Jánost, és színében elváltozott; és arca ragyogó lett, mint a nap, ruhája pedig, mint a hó.

2. Beszélgetett Mózesrel és Illéssel.

3. Midőn Szent Péter azt mondta, hogy építsek három hajlékot, az égből szózat hallatszott, amely így szólt: (Ez az én igenkedves Fiam; őt hallgassátok). Midőn tanítványai ezt a szózatot hallották, félelmükben arcra hullottak és Krisztus Urunk megérintette őket és mondá nekik: (Keljetek föl és ne féljetek. Senkinek se mondjátok a látomást, míg csak az Emberfia halottaiból föl nem támad).

LÁZÁR FÖLTÁMASZTÁSA

János 11. fejezet, 1—45.

1. Márta és Mária értesítik Krisztus Urunkat Lázár gyengélkedéséről. Midőn ezt Krisztus megtudta, két napig egyazon helyen maradt, hogy a csoda nyilvánvalóbb legyen.

2. Mielőtt feltámasztaná, az egyiktől és a másiktól is követeli, hogy higgyenek, mondván: (Én vagyok a föltámadás és az élet; aki énbenem hiszen, még ha meg is halt, élni fog).

3. Miután könnyezett és imádkozott, feltámasztja őt. És a feltámasztás módja az volt, hogy megparancsolta: (Lázár! jöjj ki).

A BETHÁNIÁBAN TARTOTT VACSORA

Máté 26. fejezet, 6—10.

1. Az Úr a poklos Simon házában Lázárral együtt vacsorázik.

2. Mária Krisztus fejére önti a kenetet.

3. Júdás zúgolódik, mondván: (Mire való e vesztegetés?); de ő újra mentegeti Magdolnát, mondván: (Mit háborgatják ezt az asszonyt? hiszen jó dolgot cselekedett velem).

VIRÁGVASÁRNP

Máté 21. fejezet, 1—17.

1. Az Úr elküldi tanítványait, hogy hozzá vezessék a szamarat és vemhét, mondván: (Oldjátok le és hozzátok ide nekem. És ha valaki nektek szól, mondjátok neki, hogy az Úrnak szüksége vagyon rájuk, és azonnal elbocsátja azokat).

2. Krisztus felült a szamárra, amely le volt takarva az apostolok ruháival.

3. A nép eléje megy, hogy fogadja őt; leteríti az útra ruháit és a fák gallyait, miközben kiáltozza: (Hozsanna Dávid Fiának! Áldott, ki az Úr nevében jő! Hozsanna a magasságban!)

A TEMPLOMBAN TARTOTT PRÉDIKÁCIÓ

Lukács 19. fejezet, 47—48.

1. Mindennap a templomban tanított.

2. A prédikáció befejeztével, minthogy nem volt senki, aki Jeruzsálemben befogadja, Bethániába tért vissza.

AZ UTOLSÓ VACSORA

Máté 26, 20—30; János 13, 1—30.

1. Megette a húsvéti bárányt tizenkét tanítványaival, kiknek előre megmondta halálát: (Bizony mondom nektek, hogy egy közülük el fog árulni engem).

2. Megmosta tanítványainak lábát, még Júdásét is, elkezdve Szent Péternél, aki tekintettel az Úr fölségére és saját alacsonyságára, nem akarja azt megengedni, mondván: (Uram, te mosod az én lábamat?); de Szent Péter nem tudta, hogy ő ebben az alázatosságra ad példát és azért mondotta Jézus: (Példát adtam nektek, hogy amint én cselekedtem veletek, ti is úgy cselekedjetek).

3. Megalapította szeretetének legnagyobb jeléül az Eucharisztia legszentebb áldozatát, mondván: (Vegyétek és egyétek!) A vacsora végeztével Júdás elmegy, hogy Krisztus Urunkat eladja.

AZ UTOLSÓ VACSORÁTÓL EGÉSZEN A KERTIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

**Máté a 26. fejezetben, 30—46.
és Márk a 14. fejezetben, 26—42.**

1. Az Úr vacsora végeztével, himnuszokat énekelve az Olajfák hegyére ment tanítványaival, akik telve voltak félelemmel; és nyolcat közülük a Getszemáni-kertben hagy, mondván: (Üljetek le itt, míg én odébb megyek és imádkozom).

2. És magához véve kísérőtársakul Szent Pétert, Szent Jakabot és Szent Jánost, háromszor imádkozott az Atyához, mondván: (Atyám, ha lehetséges, múltjék el tőlem e pohár, mindazonáltal ne úgy legyen, amint én akarom, hanem amint te).

3. Olyan félelem szállta meg, hogy így szólt: (Szomorú az én lelkem mindhalálig) és vért izzadott oly bőségesen, hogy Szent Lukács mondja: (És lett az ő verejtéke, mint a földrehulló vérnek cseppjei). Ez föltételezi, hogy ruhája már teljesen véres volt.

A KERTTŐL KEZDVE ANNÁS HÁZÁIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

**Máté 26, 47—58; Márk 14, 43—54.
66—68; Lukács 22, 17—57.**

1. Az Úr megengedi, hogy Júdás megcsókolja, mint latrot a poroszlók elfogják, akikhez így szólt: (Mint valami latorra, úgy jöttetek ki kardokkal és dorongokkal megfogni engemet. Naponkint nálatok ültem, tanítván a templomban, és nem fogtatok el engem). És mikor mondotta: (Kit kerestek?), ellenségei földre hullottak.

2. A főpap egyik szolgáját Szent Péter megsebezte, akihez az Úr szelíden így szólt: (Tedd vissza helyébe kardodat!), és meggyógyította a szolgálja sebeit.

3. Tanítványaitól elhagyatva, Annáshoz vonszolják, ahol Szent Péter, aki messziről követte, egyszer megtagadta, és Krisztust arcul ütötte a szolgálja, aki azt mondotta: (Így felelsz-e a főpapnak?)

ANNÁS HÁZÁTÓL KAIFÁS HÁZÁIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

Máté 26; Márk 14; Lukács 22; János 18.

1. Megkötözve vonszolják Krisztust Annás házából Kaifás házába, ahol Szent Péter kétszer megtagadta, és rátekintve az Úr, (Kimenvén onnan, keserves sírásra fakadt).

2. Jézus ama egész éjtszakán megkötözve volt.

3. Azonfelül, akik megkötözve tartották, gúnyolták és verték őt és letakarták arcát és arcul ütötték; és kérdezték: (Találd ki, ki ütött meg téged?) És hasonló módon káromolták.

KAIFÁS HÁZÁTÓL PILÁTUS HÁZÁIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

Máté 27; Lukács 23; Márk 15.

1. A zsidók egész tömege Pilátushoz vonszolja, és előtte vádolják őt, mondván: (Azt tapasztaljuk, hogy ez félrevezeti nemzetünket és megtiltja, hogy adót fizessünk a császárnak).

2. Miután Pilátus újra meg újra kikérdezte, azt mondja: (Semmi vétket sem talállok ebben az emberben).

3. Barabbást, a latrot elébe helyezték: (Mindnyájan kiáltozának: ne ezt, hanem Barabbást).

PILÁTUS HÁZÁTÓL HERÓDES HÁZÁIG TÖRTÉNT TITKOK

Lukács 23, 6—11.

1. Pilátus a galíleai Jézust Heródeshez, Galilea negyedes fejedelméhez küldte.

2. Heródes kíváncsian sokáig faggatta kérdéseivel, és Jézus neki semmit sem felelt, noha az írástudók és farizeusok folyton vádolták.

3. Heródes fehér ruhába öltöztetve őrségével együtt megvetette őt.

HERÓDES HÁZÁTÓL PILÁTUS HÁZÁIG TÖRTÉNT TITKOK

**Máté 27; Lukács 23; Márk 15.
és János 19.**

1. Heródes visszaküldi őt Pilátushoz, amely ok miatt barátok lettek, mivel azelőtt ellenségek voltak.

2. Pilátus megfogatta Jézust és megostoroztatta; a katonák pedig tövisből koronát fontak és fejére tették; és bíborba öltöztették és eléje járultak és mondták: (Üdvözlégy, zsidók királya!) és arcul verték.

3. Pilátus kivezette az egész tömeg elé: (Kiméne tehát Jézus, a töviskoronát viselvén) és mondtotta nekik: (Ime, az ember!) és midőn meglátták a papi fejedelmek, orditozva kiáltozták, mondván: (Feszítsd meg, feszítsd meg őt!)

PILÁTUS HÁZÁTÓL A KERESZTREFESZÍTÉSIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

János 19, 13—22.

1. Pilátus bírói székében ülve átadta nekik Jézust, hogy keresztre feszítsék, miután a zsidók megtagadták, hogy a királyuk lenne, mondván: (Nincsen királyunk, csak császáruk!)

2. Krisztus keresztfát vállán hordozta, és midőn már nem bírta hordani, cirénei Simont kényszerítették, hogy azt Jézus után vigye.

3. Két lator közt keresztre feszítették és ezt a feliratot tették a keresztre: (Názáreti Jézus, a zsidók királya.)

A KERESZTEN TÖRTÉNT TITKOK

János 19, 23—37.

1. Hét szót mondott a kereszten az Úr: imádkozott azokért, akik keresztre feszítették; megbocsátott a latornak; anyjának ajánlotta Szent Jánost és Szent Jánosnak anyját; hangosan így szólt: (Szomjúhozom), és epét adtak neki és ecetet; majd azt mondotta, hogy el van hagyatva; felkiáltott végül: (Beteljesedett) és azt mondotta: (Atyám, a te kezébe ajánlom lelkemet!)

2. A nap elsötétedett, a sziklák megrepedtek, a sírok megnyíltak, a templom kárpitja felülről lefele kettérepedt.

3. Káromolják, mondván: (Há! Te, ki lerontod az Isten templomát, szállj le a keresztről!) Szétosztották ruháit, s megnyitva lándzsával oldalát, abból víz és vér folyt.

A KERESZTTŐL A SÍRIG BEZÁRÓLAG TÖRTÉNT TITKOK

Ugyanott.

1. József és Nikodémus levették a keresztről fájdalmas Anyjának jelenlétében.

2. Testét a sírhoz vitték, megkenték és eltemették.

3. Öröket állítottak fel.

KRISZTUS URUNK FÖLTÁMADÁSA; ELSŐ MEGJELENÉSE

1. Megjelent Szűz Máriának, amit ugyan a Szentírás nem említ, mégis megmondottnak vehetjük, mivel mondja, hogy megjelent igen sok másnak; mert a Szentírás feltételezi, hogy értelmesek vagyunk, amint írva van: (Hát ti is értelem nélkül vagytok?)

MÁSODIK MEGJELENÉS

Márk 16, 1—11.

1. Korán reggel a sírhoz mennek Mária Magdolna és Mária, Jakab anyja és Szalome, és mondák egymás közt: (Ki hengeríti el nekünk a követ a sírbolt ajtajából?)

2. Látják az elhengerített követ és az angyalt, aki mondja: (A názáreti Jézust keresitek? Feltámadott, nincs itt!)

3. Megjelent Máriának, aki a sírnál maradt, miután a többiek elmentek.

HARMADIK MEGJELENÉS

Szent Máté utolsó fejezete.

1. A két Mária félelemmel és nagy örömmel távozik a sírtól, mert hírül akarták vinni a tanítványoknak az Úr feltámadását.

2. Krisztus Urunk megjelenik nekik az úton, mondván: (Üdv nektek!); és azok hozzá közeledtek és lábához borultak és imádták.

3. Jézus mondá nekik: (Ne féljete! Eredjete, mondjátok meg testvéreimnek, hogy menjenek Galileába, ott majd meglátnak engem).

NEGYEDIK MEGJELENÉS

Lukács utolsó fejezete.

1. Midőn Szent Péter meghallotta az asszonyoktól, hogy Krisztus feltámadt, gyorsan a sírhoz ment.

2. Belépve a sírboltba, semmi mást nem látott, csak a kendőket, amelyek Krisztus Urunk testét fedték.

3. Amint Szent Péter ezek felett gondolkodott, megjelent neki Krisztus; és azért mondták az apostolok: (Valóban föltámadt az Úr és megjelent Simonnak).

ÖTÖDIK MEGJELENÉS

Szent Lukács utolsó fejezetében.

1. Megjelenik a tanítványoknak, akik Emmauszba mentek és közben Krisztusról beszélgettek.

2. Megfeddi őket és kimutatja a Szentírásból, hogy Krisztusnak meg kellett halnia és föl kellett támadnia: (Ő ti balgatók és késedelmes szívűek mindazok elhívésére, miket a próféták szóltak! Hát nem ezeket kellett-e szenvedni a Krisztusnak és úgy menni be az ő dicsőségébe?)

3. Kérelmükre ott maradt és velük volt, míg megáldoztatván őket, eltűnt. Ők pedig visszatérve elmondták a tanítványoknak, hogyan ismerték őt meg a szentáldozásban.

HATODIK MEGJELENÉS

János 20, 19—23.

1. A tanítványok együtt voltak (a zsidóktól való félelem miatt), Szent Tamás kivételével.

2. Zárt ajtók mellett megjelent nekik Jézus és megállva köztük, mondotta: (Békesség nektek!)

3. Megadja nekik a Szentlelket, mondván: (Vegyétek a Szentlelket, akiknek megbocsátjátok a bűneiket, meg vannak bocsátva).

HETEDIK MEGJELÉNÉS

János 20, 24—29.

1. Szent Tamás, a hitetlen, mivel nem volt jelen az előző megjelenésnél, így szól: (Hacsak nem látom, én nem hiszem).

2. Nyolc nap mulva megjelenik nekik Jézus, noha az ajtók zárva voltak és mondja Szent Tamásnak: (Tedd ide ujjadat és nézd, és ne légy hitetlen, hanem hívő).

3. Szent Tamás hitt, mondván: (Én Uram, és én Istenem!). Akinek Krisztus ezt mondja: (Boldogok, akik nem láttak és hittek).

NYOLCADIK MEGJELÉNÉS

János, utolsó fejezet.

1. Jézus megjelenik tanítványai közül hétnek, akik halásztak és egész éjjel semmit sem fogtak; és kivétvén parancsára a hálót: (Nem bírták azt kihúzni a halak sokasága miatt).

2. Ebből a csodából megismerte őt Szent János, és mondotta Szent Péternek: (Az Úr az), ki a tengerbe vetette magát és Krisztushoz jött.

3. Étkezésre a sült hal egyrészét adta nekik és lépesmézet¹ és juhait Szent Péterre bízta, miután előbb szeretetét háromszor próbára tette, és mondá neki: (Legeltesd az én juhaimat).

KILENCEDIK MEGJELÉNÉS

Máté, utolsó fejezet.

1. A tanítványok Krisztus parancsára a Tábor hegyére mennek.

¹ A Szentírás csak halról és kenyérről tesz említést.

2. Krisztus megjelenik nekik és mondja: (Minden hatalom nekem adatott a mennyben és a földön).

3. Szétküldte őket az egész világra, hogy prédikáljanak, mondván: (Elmenvén tehát, tanítsatok minden népet, megkeresztelvén őket az Atya és Fiú és Szentlélek nevében).

TIZEDIK MEGJELENÉS

A korintusiakhoz írt első levélben, 15, 6.

(Azután megjelent több mint ötszáz testvérnek egyszerre.)

TIZENEGYEDIK MEGJELENÉS

A korintusiakhoz írt első levélben, 15, 7.

(Aztán megjelent Jakabnak.)

TIZENKETEDIK MEGJELENÉS

Megjelent arimateai Józsefnek is, ahogyan ezt jámborul elgondolhatjuk, és a Szentek életében olvashatjuk.

TIZENHARMADIK MEGJELENÉS

**A korintusiakhoz írt első levél,
15. fejezet, 8.**

Megjelent Szent Pálnak a mennybemenetel után: (Mindnyájuk után pedig, mint idétlennek, megjelent nekem is).

Megjelent lelkével a limbus szent atyáinak is, és miután őket innét kivezette és újra testet öltött magára, sok alkalommal megjelent tanítványainak és beszélgetett velük.

KRISZTUS URUNK MENNYBEMENETELE

Ap. Csel. 1, 1—12.

1. Miután apostolainak negyven napon át többször megjelent és sok bizonytságot és csodajelt tett és az Isten országáról beszélt, megparancsolta nekik, hogy Jeruzsálemben várják be az ígért Szentlelket.

2. Kivezette őket az Olajfák hegyére és jelenlétükben (felemelkedett és egy felhő vevé fel őt szemük elől).

3. Mialatt az égre néznek, azt mondják nekik az angyalok: (Galileai férfiak, mit álltok itt és néztek az égre? Ez a Jézus, aki felvétetett mellőletek az égbe, úgy jó majd el, mint ahogy felmenni láttátok őt az égbe).

FÜGGELÉK

SZABÁLYOK, HOGY VALAMIKÉP ÉSZREVEGYÜK ÉS MEGISMERJÜK A LÉLEKBEN TÁMADT KÜLÖNBÖZŐ MEGMOZDULÁSOKAT: A JÓKAT, HOGY BEFOGAD- JUK, A ROSSZAKAT PEDIG, HOGY VISSZAVESSÜK

E szabályok inkább az első hét számára vannak.

A különböző szellemek viselkedése a bűnben élőkénél **Első szabály.** Azok elé, akik halálos bűnt halálos bűnre halmoznak, az ellen-ség rendszerint látszólagos élvezeteket szokott állítani, érzéki gyönyörök és élvezetek elképzelésébe merítve őket, hogy így annál inkább megtartsa és növelje őket vétkeikben és bűneikben. Az ilyeneknél a jó szellem az ellenkező módon viselkedik annyiban, hogy nyugtalanítja őket és a lelkiismeret szava által lelkiismeretfurdalást idéz elő bennük.

A különböző szellemek viselkedése az erőnyre törekvőkénél **Második szabály.** Azoknál, akik bűneik irtogatásában lendülettel haladnak előre és Isten, a mi Urunk szolgálatában a jóról a jobbra emelkednek, a módszer ellenkező, mint az első szabályban. Mert ilyenkor a rossz szellem szokása az, hogy a lelket mardossa, szomorítja és akadályokat gördít eléje azáltal, hogy álokokkal nyugtalanítja, hogy ne haladhasson előre. És a jó szellem tulajdonsága az, hogy bátorságot és erőt önt

a lélekbe, vigasztalásokat, könnyeket, sugallatokat ad és megnyugtató azáltal, hogy minden akadályt könnyűvé tesz és elgördít előle, csakhogy a jócselekedetekben előre haladhasson.

A lelki vigasz mibenléte, ismertetőjegyei **Harmadik szabály.** Vigasztalásnak nevezem azt, mikor a lélekben olyan benső megmozdulás támad, amelytől a lélek lángralobban a Teremtője és Ura iránti szeretetben; és következőleg, mikor a lélek a földön semmiféle teremtményt sem tud szeretni önmagában, hanem csak mindazoknak Teremtőjében. Úgy-szintén vigasz az, amikor a lélek könnyeket hullat, amelyek Urának szeretetére indítják, történjék az akár bűnei felett érzett bánatból vagy Krisztus Urunk szenvedése vagy más dolog miatt, amely egyenesen az ő szolgálatára és dicséretére irányul. Végre vigasznak nevezem a reményt, a hit és a szeretet minden gyarapodását és minden benső örömet, amely az embert az égiek felé és saját lelkének üdvözítésére hívogatja és vonzza azáltal, hogy megnyugtató és megbékélteti Teremtőjében és Urában.

A lelki vigasztalás mibenléte, ismertetőjegyei **Negyedik szabály.** Vigasztalásnak nevezem azt, ami az előző harmadik szabályban mondott vigasztalással mindenképen ellenkezik,¹ így a lélek elsötétülését, a benne támadt zavart, az alacsony és földies dolgok utáni vágyódást, a különböző belső zaklatásoknak és kísértéseknek nyugtalanságát, amelyek az embert remény és szeretet

¹ Mivel az el contrario-t tulajdonképen al contrario értelemben használja Szent Ignác, azért a megadott fordítás a helyes és nem az, amelyet általában a fordításokban találunk: „Ami az előző szabályban mondottakkal ellenkezik.”

nélkül bizalmatlanságra indítják; amikor a lélek egészen lanyhának, restnek, szomorúnak és Teremtőtől és Urától mintegy elválasztva érzi magát. Mert amint a vigasz a vigasztalanság ellenkezője, úgy a vigasztalásból származó gondolatok is ellenkeznek a vigasztalanságból eredő gondolatokkal.

Semmi nyugtalanság, változtatás! Kitartás! **Ötödik szabály.** Vigasztalanság idején semmiben sem szabad változtatást tennünk, hanem erősen és kitartóan maradjunk meg ama feltételeinkben s elhatározásainkban, amelyekben voltunk a vigasztalanságot megelőző napon, vagy ama elhatározásban, amelyet a megelőző vigasztalás idején tettünk. Mert amint a vigasz idején inkább a jó szellem vezet és irányít tanácsával, úgy a vigasztalanság idején inkább a gonosz szellem, kinek tanácsaival nem találhatjuk meg az utat a *(helyes)* döntésre.

Menjünk át ellen-támadásba! **Hatodik szabály.** Ambár a vigasztalanság idején nem kell az előbbi feltételeinket megváltoztatnunk, mégis nagyon előnyös, ha magunkon bátran változtatunk a vigasztalanság elleni küzdelemben, így pl. azáltal, hogy huzamosabb időt töltünk az imádságban, elmélkedésben, sok önvizsgálatban, és hogy valami alkalmas módon erőnket a vezeklésben is megfeszítjük.

Merítsünk erőt a hitből **Hetedik szabály.** Aki vigasztalanságban van, fontolja meg, hogy az Úr próba kedvéért hagyta természetes erőire, hogy ellenálljon az ellenség különböző zaklatásainak és kísértéseinek. Annak ugyanis ellenállhat Isten segítségével, amely neki mindig rendelkezésére áll, ha mindjárt nem is érzi azt világosan; mert az Úr megvonta ugyan tőle nagy buzgóságát, a szeretetnek nagy érzését és az érezhető kegyelmeknek az izzását, de

mégis megmaradt számára az a kegyelem, amely az örök üdvösségre elég.

Türelem! Bizalom! **Nyolcadik szabály.** Aki vigasztalanságban van, azon dolgozzék, hogy kitartson a türelemben, amely ellentétben áll a rázúduló zaklatásokkal; és gondoljon arra, hogy hamarosan vigasztalásban részesül; ezalatt azonban fejtsen ki nagy szorgosságot e vigasztalanság ellen, amint a hatodik szabályban azt elmondottuk.

A vigasztalanság okai **Kilencedik szabály.** Három különös oka van, amelyért vigasztalanságban vagyunk. Az első ok, mert lanyhák és restek vagy hanyagok vagyunk a lelki dolgainkban, és így tulajdon hibáink miatt távozik el tőlünk a vigasztalás. A második ok, hogy az Úr megpróbáljon minket, mennyit érünk és mennyi erőfeszítést teszünk az ő szolgálatában és dicsőítésében a vigasztalások és rendkívüli kegyelmek bére nélkül. A harmadik ok, hogy Isten helyes belátást és ismeretet adjon nekünk, amellyel bensőleg érezzük, hogy nem tőlünk függ megszerezni és megtartani az áhítat buzgóságát és a szeretet hevét, a könnyeket vagy más lelki vigaszt, hanem hogy ez teljesen Isten, a mi Urunk ajándéka és kegyelme; és hogy ne rakjunk fészket idegen házban azáltal, hogy magunkat valamilyen kevély vagy hiú gondolatnak adjuk át, magunknak tulajdonítva az áhítatot vagy a lelki vigasztalásnak más mozzanatait.

Erőgyűjtés **Tizedik szabály.** Aki vigasztalásban van, gondoljon arra, hogyan fog viselkedni a jövőben bekövetkező vigasztalanságban, új erőt gyűjtve arra az időre.

A vigasz biztossága: alázat és bizalom **Tizenegyedik szabály.** Aki vigasztalásban van, igyekezzék magát megalázni és lealacsonyítani, amennyire csak teheti, arra gondolva, hogy mily gyámoltalan a vigasztalanság ide-

jén ily kegyelem vagy vigasz nélkül. És viszont aki vi-
gasztalanságban van, gondolja meg, hogy sokra
képes a kegyelemmel, amely elegendő arra, hogy
ellenálljon összes ellenségeinek, mert az erőt egye-
dül Urától és Teremtőjétől nyeri.

**Ne ijedjünk
meg és ne
féljünk!**

Tizenkettedik szabály. Az ellenség úgy
viselkedik, mint az asszony, aki kényte-
lenségből gyenge, de szívesebben erős.¹

Amint ugyanis az asszonynak, midőn valamely férfival
veszekedik, az a szokása, hogy bátorságát veszti és
megfut, ha az ember bátran szembeszáll vele; és el-
lenkezőleg, ha a férfi bátorságát veszve futni kezd,
akkor az asszony haragja, bosszúja és dühe állandóan
nőni fog és túlmegy minden határon; ugyanúgy az
ellenségnek is az a tulajdonsága, hogy erőtlenné lesz
és bátorságát veszti, úgyhogy kísértései szinte futás-
nak erednek, ha az, aki a lelki dolgokban gyakorolja
magát, bátran szembeszáll az ellenség kísértéseivel
akként, hogy homlokegyenest az ellenkezőjét cse-
lekszi; és ellenkezőleg, ha félni kezd és elveszti bá-
torságát a kísértések elviselésében, nincsen olyan
dühöngő vadállat a föld hátán, mint az emberi ter-
mészet ellensége, midőn oly ádáz gonoszsággal törek-
szik végrehajtani elvetemült szándékait.

**Legyünk őszin-
téek és nyitak!**

Tizenharmadik szabály. Az ellenség úgy
is viselkedik, mint a csalfa szerető, aki
titokban kíván maradni és fél a felfedéstől. Amint
ugyanis az álnok ember, aki valamely jó atyának
leányát vagy jó hitvesnek a feleségét hitegetésével
el akarja csábítani, azt óhajtja, hogy szavai és rá-
beszélései titokban maradjanak; és ellenkezőleg,

¹ A spanyol szöveg nem világos. Vannak fordítások,
amelyek így próbálják visszaadni értelmét: „Gyöngye, ahol
erélyre talál, de erősnek kíván látszani.”

nagyon is nem tetszik neki, ha a leány atyjának vagy a feleség férjének felfedi álnok szavait és gonosz szándékát, mert ebből könnyen megérti, hogy nem hajtja végre megkezdett művét; hasonlóképen mikor az emberi természet ellensége az igaz lélekbe lopja cseleiteit és rábeszéléseit, azt óhajtja és kívánja, hogy azokat titkon fogadja be és titokban tartsa; de mikor az felfedi azokat jó gyóntatójának vagy más lelki embernek, aki ismeri csalárdságait és gonoszságait, az neki nagyon nem tetszik; ugyanis ebből belátja, hogy megkezdett gonoszságát nem tudja befejezni, mert nyilvánvaló csalárdságát felfedték.

Vigyázzunk gyöngye oldalunkra! **Tizennegyedik szabály.** Végül az ellenség úgy is viselkedik, mint a rablóvezér, aki legyőzni és kifosztani akarja azt, amit megkívánt. Mert amint a hadvezér és a csapatnak feje, miután tábornok ütött és a vár erősségét és védelmi állapotát kikémlelte, azt a gyöngye oldalán támadja meg, hasonlóképen az emberi természet ellensége is körüljár és kikémleli minden oldalról összes isteni, sarkalatos és erkölcsi erényeinket, és amely oldalon gyöngyösből és nyomorúságosabbnak talál minket örök üdvösségünket illetőleg, azon a ponton támad meg és igyekszik minket legyőzni.

SZABÁLYOK UGYANARRA A CÉLRA, A SZELLEMEEK BEHATÓBB MEGKÜLÖNBÖZTETÉSÉVEL

Inkább a második hétnek felelnek meg.

A kegyelem hatása: az ellenség szemfényvesztése a buzgó lelkeknél

Első szabály. Istennek és az ő angyalainak az a szokása, hogy sugallataikban igazi vígságot és lelki örömet okoznak azáltal, hogy eltávolítanak minden szomorúságot és zavart, amelyet az ellenség idéz elő, amelynek az a szokása, hogy az ilyen vígság és lelki vigasz-

talás ellen küzd, álokokat, szörszálhasogatásokat és folytonos megtévesztéseket támasztva a lélekben.

A rendkívüli Második szabály. Csak az Isten, a mi vigasz

Urunk képes arra, hogy a léleknek minden előzetes ok nélkül vigasztalást nyújtson, mert csak a Teremtő tulajdona, hogy a lélekbe szabadon be- és ki-járjon, benne hatásokat idézzon elő, miközben teljesen isteni Főlsége szeretetére vonja. Azt mondtam: „ok nélkül”, vagyis előzetes észrevése vagy megismerése nélkül oly valami tárgynak, amely által saját értelmi és akaratbeli tevékenysége folytán ilyen vigasztalás támadhatna a lélekben.

A rendes vigasz Harmadik szabály. Megelőző okkal vigasztalhatja a lelket mind a jó és mind a gonosz angyal, de ellenkező célzattal: a jó angyal a lélek előmenetelére, hogy növekedjék és a jóról a jobbra emelkedjék; míg a gonosz angyal épp az ellenkező céllal vigasztalja és azután (azért), hogy bűnös szándékainak és gonoszságának megnyerje a lelket.

Kísértés a jónak látszata alatt Negyedik szabály. A gonosz angyalnak, aki a világosság angyalává változik át, az a szokása, hogy a jámbor lélek ajtaján lép be és saját ajtaján jön ki, t. i. jó és szent gondolatokat sugall, amelyek megfelelnek az ő hangulatának, azután lassankint saját céljánál igyekszik kijönni azáltal, hogy a lelket bevonja titkos cselszövényeibe és gonosz szándékaiba.

Figyeljünk a kísértés lefolyására! Ötödik szabály. Nagyon kell vigyáznunk a gondolatok lefolyására; ha a kiindulás, közép és vég teljesen jó, és ha e három a teljes jóra irányul, akkor ez a jó angyalnak a jele; ha azonban a sugalmazott gondolatok lefolyása valamilyen rossz vagy szórakoztató dologban végződik vagy kisebb jóban, mint amelyet a lélek azelőtt feltett maga-

ban, vagy gyengíti vagy nyugtalanná teszi vagy zavarja a lelket, elvéve tőle békéjét, nyugodtságát és nyugalmat, amelyet azelőtt élvezett, akkor ez világos jele annak, hogy azok a gondolatok a gonosz szellemtől, előmenetelünk és örök üdvösségünk ellenségétől származnak.

Tartsunk a végén is vizsgálatot!

Hatodik szabály. Amikor az emberi természet ellenségét rajtakaptuk és felismertük kígyófarkáról és ama rossz céljáról, amelyre csábít, nagy hasznára lesz annak, akit megkísértett, ha mindjárt megvizsgálja a jó gondolatok lefolyását, amelyeket az ellenség sugalmazott, mind azok kezdetét, mind azt, hogyan érte el, hogy a lelki édességtől és örömtől, amelyben volt, lassankint megfossza, míg végre belevitte gonosz szándékaiba, hogy ilyen tapasztalattal meggazdagodva és azt magának megjegyezve, a jövőben őrizkedjék szokásos cselvetéseitől.

A jó és gonosz szellem behatásai a lélekre

Hetedik szabály. Azokban, akik a jóról a jobbra haladnak, a jó angyal édesen, könnyedén és szelíden érinti a lelket, mint a vízcsepp, amely szivacsba hatol; és a gonosz angyal a lelket élesen és zajjal s nyugtalansággal illeti, mint mikor a vízcsepp a köre hull. És azokat, akik a rosszról a rosszabbra haladnak, a fentnevezett szellemek ellentétes módon illetik. Ennek oka az, hogy a lélek hangulata a nevezett angyalokkal vagy ellenkező vagy azokhoz hasonló. Amikor ugyanis ellenkező, zajjal és érzékelhetően észrevehetően hatolnak a lélekbe; amikor pedig hasonló, akkor csendben lépnek be, mintegy saját házukba a megnyitott kapun.

Magatartás a rendkívüli vigaszmúltával

Nyolcadik szabály. Mikor a vigasztalás előzetes ok nélkül van, jöllehet nincs ugyan benne cselvetés, mert, amint (a má-

sodik szabályban) mondtuk, kizárólag Isten, a mi Urunktól származik, mégis az a lelki ember, akinek Isten ilyen vigasztalást ad, sok éberséggel és figyelemmel nézze meg és különböztesse meg az ilyen tulajdonképeni vigasznak sajátos idejét a következőtől, amelyben a lélek még tüzes marad és még buzog az elmúlt vigasztalás kegye és utóhatása alatt; mert a lélek e második időszak alatt sokszor tesz különböző elhatározásokat és terveket saját elgondolásából, a fogalmak és ítéletek következményeiből és vonatkozásaiból, vagy pedig a jó vagy a rossz szellem behatása alatt, amelyek már nem származnak közvetlenül Istentől, a mi Urunktól; és azért igen szükséges ezeket nagyon jól megvizsgálni, mielőtt teljes hitelt adnánk nekik és megvalósítanánk azokat.

AZ ALAMIZSNA SZÉTOSZTÁSÁNAK SZERETETSZOLGÁLATÁBAN A KÖVETKEZŐ SZABÁLYOKAT KELL MEGTARTANI

Első szabály. Ha alamizsnát osztok szét a szülők vagy barátok vagy olyan személyek között, akik iránt vonzalmat érzek, négy dolgot kell megfontolnom, amelyekről már részben szó volt a választásokban. Először is szükséges, hogy az a szeretet, amely engem az alamizsnaadásra indít és késztet, felülről, Isten, a mi Urunk szeretetéből származzék; akként, hogy érezzem elsősorban magamban, hogy az a többkevesebb szeretet, amellyel az illető személyek iránt viseltetek, az Istenért van, és hogy abban az okban, amelyért őket szeretem, az Isten ragyogjon fel.

Második szabály. Igyekezzek oly embert elképzelni, akit még sohasem láttam, nem is ismerek, és kívánjam hivatalában és állásában mindennemű

javát, s ahogyan én szeretném, hogy az alamiznasztás módjában megtartsa a középutat Isten, a mi Urunk nagyobb dicsőségére és lelkének nagyobb tökéletességére, ugyanúgy cselekedve én magam is, — sem többet, sem kevesebbet — megtartom azt a szabályt és mértéket, amelyet mástól megkívánnék és amelyet ilyennek vélek (*t. i. hogy megfeleljen Isten nagyobb dicsőségének és a lélek tökéletességének*).

Harmadik szabály. Mintha halálos ágyamon volnék, fontolóra akarom venni azt a módot és mértéket, amelyet akkor szeretnék, hogy vagyongazdálkodásomban betartottam volna, és e szerint igazodva, ezt kövessem alamiznasztásomban.

Negyedik szabály. Megfontolva, hogy milyen állapotban leszek az ítélet napján, gondoljam meg jól, hogyan kívánnám majd akkor eme hivatalom és feladatom elvégzését, és ugyanazt a szabályt, amelyet akkor szeretnék, hogy most alkalmaztam volna, azt tartsam meg most.

Ötödik szabály. Ha valaki észreveszi, hogy hajlik és vonzódik azok felé, akiknek alamizsnát akar osztani, akkor várjon és fontolja meg előbb jól a fentemlített négy szabályt és szerinte mérlegelje és vizsgálja meg rokonszenvét; és ne adjon alamizsnát, míg e szabályoknak megfelelően teljesen el nem távolította és le nem vetette ama személyek iránti rendetlen vonzalmát.

Hatodik szabály. Ambár nem hiba az, ha valaki Isten, a mi Urunk javait elfogadja szétosztás végett, amikor Isten, a mi Urunk erre hívja, mégis a meny nyiséget illetőleg, hogy mennyit vegyen maga számára a szétosztásra rábízott dolgokból, kétség támadhat, hogy nincs-e benne hiba és túlzás; követ-

kezöleg, akinek ilyen feladata van, a fenti szabályok segítségével életében és állapotában megreformálhatja magát.

Hetedik szabály. A már mondott okok miatt és sok más ok miatt, mindig jobb és biztonságosabb, ha valaki minél jobban korlátozza és csökkenti igényeit abban, ami személyére és háztartására vonatkozik, és minél közelebb jut e tekintetben isteni Főpapunkhoz, Példaképünkhöz és Szabályunkhoz, a mi Urunk Jézus Krisztushoz. Ennek megfelelően határozta el és parancsolta meg a harmadik karthágói zsinat, amelyen résztvett Szent Ágoston is, hogy a püspök házi berendezése egyszerű és szegényes legyen. Ugyanerre kell figyelemmel lennünk minden életkörülményben, tekintetbe véve mindig a személyeknek állapotbeli és állásbeli körülményeit, és megőrizve a megfelelő arányokat is; így a házasság állapotban ismerjük Szent Joákim és Szent Anna példáját, akik vagyonukat három részre osztva, az elsőt a szegényeknek adták, a másodikat a templom céljaira és szolgálatára, a harmadikat saját magukra és családjukra fordították.

A KÖVETKEZŐ JEGYZETEK ARRÁ SEGITENEK, HOGY A SKRUPULUSOKAT (LELKI AGGÁLYOKAT) ÉS ELLEN-SÉGÜNK SUGALLATAIT ÉSZREVEGYÜK ÉS FELISMERJÜK

Első jegyzet. Skrupulusnak (lelki aggálynak) közönségesen azt nevezik, ami saját ítéletünkéből és akaratunkból ered, t. i. midőn szabadon úgy vélekedem, hogy valami bűn, ami pedig nem az: mint amikor megessik, hogy valaki, ha a szalmaszálakból csinált keresztre véletlenül rálépett, saját ítéletével úgy véli, hogy vétkezett. Ez azonban tulajdonképen téves ítélet, és nem igazi skrupulus.

Második jegyzet. Ha arra a keresztre ráléptem, avagy más valamit gondoltam, mondtam vagy tettem, és azután

kívülről az a gondolat jön belém, hogy vétkeztem; és másrészt úgy tűnik fel nekem, hogy nem vétkeztem; mégis ebben nyugtalanságot érzek, t. i. amennyiben kételkedem és amennyiben nem kételkedem: ez a tulajdonképeni skrupulus és kísértés, amelyet az ellenség támaszt.

Harmadik jegyzet. Az első jegyzetben említett skrupulustól nagyon kell irtóznunk, mert az egészen tévedés. A második jegyzetnek második skrupulusa azonban egyideig nem csekély hasznára van annak, aki a lelki életre adja magát; sőt kiválóan megtisztítja és felvilágosítja ezt a lelket, távoltartva azt még a bűnnek árnyékától is Szent Gergely mondása szerint: „A jóknak szokása az, hogy hibát látnak ott is, ahol nincs.”

Negyedik jegyzet. Az ellenség nagyon megfigyeli, vajjon valaki tág vagy gyöngéd lelkiismeretű-e; és ha gyöngéd a lelkiismerete, iparkodik azt még gyöngédebbé tenni egészen a végletekig, hogy még inkább zavarja és gyötörje: például ha azt látja, hogy egy lélek nem akar beleegyezni sem súlyos, sem bocsánatos bűnbe, sőt semmiféle megfontolt bűnnek a látszatát sem akarja megengedni, akkor az ellenség, mivel nem tudja őt valami látszólagos bűnbe ejteni, arra törekszik, hogy bűnt lásson ott, ahol nincs bűn, például valamely szóban vagy elillanó gondolatban. Ha pedig a lélek tág lelkiismeretű, az ellenség azon van, hogy őt még tágabb lelkiismeretűvé tegye, például ha előbb nem csinált nagy dolgot a bocsánatos bűnökből, akkor arra fog törekedni, hogy a halálosakat is kis dolognak tartsa; és ha azelőtt törődött valamit a bűnnel, azon lesz, hogy azokkal most sokkal kevésbé vagy egyáltalában ne törődjék.

Ötödik jegyzet. Aki a lelki életében előre kíván haladni, járjon el mindig ellentétes módon, mint az ellenség, t. i. ha az ellenség tág lelkiismeretűvé akarná tenni lelkét, arra törekedjék, hogy gyöngédebbé tegye azt; hasonlóképen, ha az ellenség túlságosan gyöngéddé igyekszik tenni a lelkét, hogy így a végletekbe vigye, akkor meg törekedjék magát megszilárdítani a középúton, hogy egészen megnyugodjék.

Hatodik jegyzet. Ha az ilyen jó lélek az Egyházon belül, előjárói felfogásának megfelelően, óhajt valamit mondani vagy tenni, ami Isten, a mi Urunk dicsőségére válik, és kívülről egy gondolata vagy kísértése támadna, hogy azt se ne mondja, se ne cselekedje meg, látszólagos okul hozva fel a dicsőség-vágyat és hasonló dolgokat, akkor emelje fel lelkét Teremtőjéhez és Urához és ha látja, hogy ez az Isten köteles szolgálata vagy legalább is nincs az ellen, tegyen homlokegyenest a kísértés ellenére, Szent Bernát példája szerint, aki így felelt a kísértőnek: „Nem miattad kezdtem, miattad tehát nem is hagyom abba.”

TARTSUK MEG A KÖVETKEZŐ SZABÁLYOKAT, HOGY A KÜZDŐ EGYHÁZZAL HELYESEN, ÚGY AHOGY KELL, ÉREZZÜNK¹

Első szabály. Félretéve minden tulajdon ítéletünket, tartsuk lelkünket készen és készségesen arra, hogy mindenben engedelmeskedjünk Krisztus Urunk igazi jegyesének, amely a mi hierarchikus Anyaszentegyházunk.

Második szabály. Dicsérjük a fülgyönást, az Ol-táriszentség vételét évenként legalább egyszer, és sokkal inkább (*dicsérjük annak vételét*) minden hónapban, és még inkább a kellő és szükséges feltételek betartásával minden nyolcadik napon.

Harmadik szabály. Dicsérjük a szentmise gyakori hallgatását, hasonlóképen az egyházi éneket, a zsoltárimát és a hosszabb imákat a templomban vagy azon kívül, úgyszintén a meghatározott időre elren-

¹ Szent Ignác korára, az akkor támadt eretnekségekre és hitveszélyekre kell gondolnunk, hogy teljesen méltányolni és érteni tudjuk ezeket a szabályokat. Időszerűségüket nagyrészt ma sem veszítették el; a szellem pedig, amely ezeket sugallta, minden időknél szól.

delt imaórákat, amelyek istentiszteletre és imádságokra vannak kijelölve, és az egyházi zsolozsmát.

Negyedik szabály. Nagyon dicsérjük a szerzetesrendeket, a szüzességet, meg az önmegtartóztató életet; s ne *(dicsérjük)* annyira a házaseletet, mint az imént említettek közül akármelyiket.

Ötödik szabály. Dicsérjük a szerzetesi fogadalmakat, az engedelmesség, a szegénység, a tisztaság fogadalmát, valamint minden egyéb önként vállalt, tökéletességre irányuló fogadalmat. Megjegyzendő, hogy mivel a fogadalom olyan dolgokra vonatkozik, amelyek az evangéliumi tanácsok körébe tartoznak, nem kell fogadalmat tenni oly dolgokra nézve, amelyek ezektől távol állanak, így például, hogy kereskedést üzzünk vagy házasságot kössünk stb.

Hatodik szabály. Becsüljük meg a szentek ereklýeit azért, hogy tiszteltben részesítjük azokat és imádkozunk hozzájuk *(t. i. a szentekhez)*; dicsérjük a keresztúti ájtatosságot, a zárándoklásokat, a búcsúimákat, a jubileumokat, a keresztesbullákat és a gyertyagyújtást a templomokban.

Hetedik szabály. Dicsérjük az Egyháznak a bőjtre és megtartóztatásra vonatkozó rendeleteit, így a nagybőjtöt, a kántorbőjtöket, a vigília-bőjtöket, a pénteki és szombati bőjtöket; hasonlóképen nemcsak a belső, hanem a külső vezekléseket is.

Nyolcadik szabály. Dicsérjük a templomok díszítését és építését, valamint a szentképeket és azok tiszteletét, tekintettel arra, amit ábrázolnak.

Kilencedik szabály. Dicsérjük végül az Egyház minden rendeletét, készséges lélekkel készen állva, hogy okokat keressünk azok védelmére, és soha semmiképen sem megtámadásukra.

Tizedik szabály. Készebbnek kell lennünk arra, hogy helyeseljük és dicsérjük előljáróink intézkedéseit, tanácsait és erkölceit. Mert habár azok néha valóban nem ilyenek vagy nem voltak ilyenek (*t. i. dicséretreméltók*), mégis azok ellen beszélni akár nyilvánosan prédikációkban, akár pedig a köznép előtti beszédekben, inkább zúgolódást és botrányt, mint hasznót okoz; és így a nép csak méltatlankodnék mind a világi, mind az egyházi előljárók ellen. Tehát amint kárt okoz a nép előtt rosszul beszélni a távollevő előljárókról, éppúgy hasznos lehet, ha rossz erkölcsükről olyanoknak szólunk, akik azokon segíthetnek.

Tizenegyedik szabály. Dicsérjük a pozitív és skolasztikus tudományt; mert amint a pozitív tudomány doktorainak, mint Szent Jeromosnak, Szent Agostonnak, Szent Gergelynek stb. inkább az a tulajdonságuk, hogy a szívet megindítják Istennek, a mi Urunknak mindenben való szeretetére és szolgálata, ugyanúgy a skolasztikus doktoroknak, mint Szent Tamásnak, Szent Bonaventurának és Lombardi Péternek stb. inkább az a sajátjuk, hogy a mi időnk számára azokat a dolgokat, amelyek az örök üdvösségre szükségesek, meghatározzák vagy megmagyarázzák, és az összes tévedéseket és az összes álokoskodásokat jobban támadják és ki-mutatják. Mert a skolasztikus doktorok, mivel modernebbek, nemcsak a Szentírásnak, a pozitív tudomány szent doktorai iratainak helyes ismeretéből merítenek, hanem mivel az isteni kegyelem megvilágosította őket, Anyaszentegyházunknak zsinataira, egyházjogi rendelkezéseire és alkotmányára is támaszkodnak.

Tizenkettedik szabály. Óvakodnunk kell attól, hogy összehasonlításokat tegyünk önmagunk, akik

még életben vagyunk, és a boldog elhunytak között, mert ilyenekben nem csekély módon tévedhetünk, t. i. ha ezt mondják: ez többet tud, mint Szent Agoston, ez olyan, sőt nagyobb, mint Szent Ferenc, ez második Szent Pál, ami szentségét, jóságát stb. illeti.

Tizenharmadik szabály. Hogy mindenben eltaláljuk az igazságot, azon állásponton kell lennünk, hogy a fehéret, amelyet látok, feketének higgyem, ha a hierarchikus Anyaszentegyház úgy döntene; abban a hitben, hogy Krisztus Urunk és az Egyház közt, mint jegyes és jegyes közt, ugyanaz a szellem van, amely minket is kormányoz és irányít lelkünk üdvösségére; mert ugyanaz a Lélek és Urunk, aki adta a tizparancsolatot, irányítja és kormányozza az Anyaszentegyházat is.

Tizennegyedik szabály. Ámbár nagyon igaz, hogy senki sem üdvözülhet a nélkül, hogy ne lenne arra előre kijelölve (predesztinálva), és a nélkül, hogy ne lenne hite és ne lenne a kegyelemben, mégis nagyon kell vigyáznunk, hogyan beszélünk és tárgyalunk mindezekről.

Tizenötödik szabály. Nem kell sokat beszélnünk az előre kijelölésről (predesztinációról), hanem ha valamilyen módon néha szó is esnék arról, akkor úgy beszéljünk, hogy a nép semmiféle tévedésbe ne essék, ahogyan az néha megesik, amikor valaki azt mondja: hogy üdvözülöm vagy elkárhoznom kell, az már elhatározott dolog, és jó vagy rossz cselekedeteim miatt már nem történhetik más: és ezzel ellanyhulva, elhanyagolja azokat a cselekedeteket, amelyek lelkének üdvösségére és előmenetelére válnának.

Tizenhatodik szabály. Ugyanez okból vigyáznunk kell arra is, hogy a hitről sokat és hozzá nagy nyo-

matékkal, minden megkülönböztetés és magyarázat nélkül ne beszéljünk, mert így alkalmat adunk a népnek, hogy a jócselekedetek gyakorlásában el-lanyhuljon és ellustuljon, akár azokban a jócselekedetekben, amelyek megelőzik, akár pedig azokban, amelyek követik a szeretet által elevénné tett hitet.¹

Tizenhetedik szabály. Úgyszintén nem kell oly hosszasan és oly túlságosan kihangsúlyozottan beszélnünk a kegyelemről sem, hogy abból az a tévely származzék, amely a szabadság tagadásába visz; tehát beszélhetünk ugyan a hitről és a kegyelemről, amennyire ez Isten segítségével lehetséges, az isteni Fölség nagyobb dicséretére, de sohase olymódon és oly formában, különösen most ne, a mi veszedelmes időnkben, hogy a jócselekedetek és az akarat szabadsága valami kárt szenvedjenek és semmibe se vétessenek.

Tizennyolcadik szabály. Ámbár mindenkifelett becsülnünk kell Istennek, a mi Urunknak tiszta szeretetből fakadó kiváló szolgálatát, mégis nagyon kell dicséernünk az isteni Fölség félelmét is, mert nemcsak a fiúi félelem istenes és szent dolog, hanem maga a szolgai félelem is; amikor (*u. i.*) az ember jobb és hasznosabb dologra nem képes eljutni, nagyon segít arra, hogy a halálos bűnből kiemelkedjék; és ha kiemelkedett, könnyen eljut a gyermeki félelemre is, amely Isten, a mi Urunk előtt egészen tetsző és kedves, mert együtt van az isteni szeretettel.

¹ Tudniillik azokban a jócselekedetekben, amelyek őket a kegyelem megszerzésére előkészítik, vagy azokban, amelyeket már a kegyelem állapotában végeznek.

III. RÉSZ

MAGYARÁZATOK¹

A CIM

A címben a lelkigyakorlatok közvetlen célját ismerjük meg.²

A lelkigyakorlatok utolsó célja természetesen egybeesik az ember utolsó céljával, az Isten megdicsőítésével és lelkének üdvözítésével. E cél elérésére szükséges, hogy az ember Isten akaratát keresse és megtalálja, és magát ennek a betöltésére elszánva, azt következetesen meg is tegye. Ebben a feladatban adódik *a lelkigyakorlatok közelebbi célja*: bennük elsősorban keresnünk és megtalálnunk kell Isten akaratát, és azután rá kell magunkat szánunk annak megtevésére. Ezt jelenti az élet rendezése.

Am, hogy életünket így rendezzük, ahhoz az szükséges, hogy megszabadítsuk magunkat minden rendetlen hajlamtól, azaz hogy önmagunkat legyőzzük. Lehetetlen ugyanis megtalálnunk Isten akaratát, ha a

¹ A következő lapok csak a legszükségesebb útmutatást akarják adni és nem teszik feleslegessé nagyobb művek, elsősorban magának a Lelkigyakorlatos Könyvnek és Directoriumának behatóbb tanulmányozását.

² V. ö. az 1. bevezető megjegyzéssel.

szenvedélyek értelmünket elhomályosítják és akaratunkat rossz irányba befolyásolják. Egészen bizonyos, hogy ez esetben elhatározásaink rendetlen hajlamból fognak megszületni és nem visznek minket a célra. Sőt esetleg becsapva magunkat, Isten akaratának fogunk tartani olyasmit, ami nem Isten akarata. Ezért kell az egész lelkigyakorlatokat elsősorban abba a célba beállítani, — és ez a *lelkigyakorlatok legközelebbi célja* — hogy az ember magát legyőzze, rendetlen hajlamainak ellentmondjon, szenvedélyeit megfékezze, szívét a bűnöktől megtisztítsa.

Mit jelent az *élet rendezése*? Elsősorban minden nagyobb fontosságú választást olyan dolgokban, amelyekre nézve még nem tudjuk, mi az Isten akarata. Ilyen lehet a pályaválasztás, valamilyen hivatal, munka stb. elvállalása.

Az élet rendezése azonban a választással nem teljesen egyértelmű. Jelenti ugyanis a tökéletességre irányuló mindennemű törekvésünket is. Azért Szent Ignác lelkigyakorlatait végezhetjük akkor is, — és a gyakorlatban ez az eset fordul elő legtöbbször — mikor nincs szándékunkban valamilyen választást csinálni, hanem csak általában a jobb életre vagy a tökéletességre való törekvésünkhöz keresünk bennük eligazodást és lendületet. Ez a szempont teszi indokolttá az évenként visszatérő és megismétlődő lelki gyakorlatokat.

A FUNDAMENTUM

A kiinduló elv és alapigazság nem annyira az egész keresztény világnézet rövid kivonata, hanem inkább annak csak az alapja,¹ amelyre azután az egész

¹ V. ö. Dir. c. VII. 1.

keresztény világnézet és erkölcsi élet felépülhet. Szent Ignác ezekre az alapvető igazságokra helyezi rá lelkigyakorlatának egész épületét, egyrészt azért, hogy annak összes elmélkedései, különösen a választások,¹ innen világosságot és átütőerőt kapjanak, másrészt azért, hogy a lelkigyakorlatoknak további négy hete a lelkigyakorlatozót mindjobban felvilágosítsa és megerősítse abban az elhatározásában, hogy életét a fundamentum elvei szerint rendezze be.

Ha tehát ezeket az igazságokat átértettük, és következményeit magunkra vállaltuk, akkor ráálltunk arra az alapra, amelyen lelkigyakorlatainkban tovább építhetünk. S minél világosabban és meggyőzőbben állnak előttünk ezek az alapigazságok, annál magától értetődőbb lesz mind az a követelmény, mellyel a lelkigyakorlatok folyamán találkozunk.

Azért itt a lelkigyakorlatok elején *nagyon világosan meg kell értenünk a fundamentum igazságait*. A szívet is, de különösen az értelmet kell itt megdolgoznunk. A nagy lelkigyakorlatokban tanácsos három napot is erre a munkára fordítanunk. Nyolcnapos vagy rövidebb lelkigyakorlatoknál három-négy elmélkedés sem lesz sok a fundamentumról.

A fundamentumot átelmélkedhetjük pontokban, de egyszerűen a szavakat is elemezhetjük, úgy, amint egymásután következnek.

A fundamentumot *két főrészt*re oszthatjuk.

1. Az elsőbe tehetjük *a két főelvet*. Az egyikben látjuk a magunk, a másikban a teremtmények helyzetét. Az elsőben megismerjük az ember célját, a másodikban megismerjük azt, hogy minden egyéb csak eszköz e cél elérésére.

Szent Ignác az ember célját három szóval fejezi

¹ V. ö. Dir. c. VII. 7.

ki: „...dicsérje, tisztelje és neki szolgáljon“. A dicséret magától értetődően tör elő annak lelkéből, aki megismeri Isten egyetlen nagyságát és hatalmát. A tisztelet Isten iránt a mélyebb lelki élet feltétele és követelménye éppen úgy, mint ahogy a következetes bűnkerülésnek az alapja is. A tisztelet kötelességét ki kell emelnünk, különösen korunkban, amikor az emberekben a tekintélytisztelet annyira megfogyatkozott. A főhangsúly azonban a szolgálatra esik, mert ebben van az ember legfőbb nehézsége. Erre kell tehát leginkább kiterjeszkednünk.

Nem szabad azonban figyelmen kívül hagynunk, hogy a három szónak a mélyén az az alapigazság rejlik, hogy az ember nem önmagáért van a földön; nem azért, hogy jól menjen a dolga, hogy minden kedvére legyen, hanem azért, hogy Istennek járjon kedvébe, Isten tetszésére legyen. Ez éppen a *vallásosság lényege*. Azért itt főként ezt az igazságot kell elfogadnunk és megértenünk. Akkor Istenhez való viszonyunk helyes lesz és az Isten dicsérete és tisztelete nem válhatik nálunk üres külsőséggé. Míg ha ez az alapgondolat elsikkad, széteső, lágy lesz nemcsak a lelkigyakorlat egész menete és fölépítése, hanem egész vallási életünk is.

Az első főelvben tehát meg kell értenünk és mélységesen át kell éreznünk teljes kiszolgáltatottságunkat Istennek, teljes függésünket tőle. (Teremtve van.) Azután meg kell értenünk, hogy célunk, mégpedig egyetlen célunk az Isten, Isten akaratának megtevése. Továbbá be kell vésnünk elménkbe, hogy ez olyan kötelességünk, amely alól semmi sem menthet fel minket; hogy Isten akaratának megtevése (Isten megdicsőítése) életünk egyetlen értelme, egyetlen jelentősége. Következőleg el kell fogadnunk, hogy az ember lényegénél fogva

Isten szolgája és élete nem lehet más, mint szolgálat.

Szent Ignác jól tudja, hogy az ember azért van a földön, hogy Istent megismerje, szeresse és szeretetből neki szolgáljon. A fundamentumban mégsem beszél kifejezetten a szeretetről. Teszi ezt azért, mert feltételezve ezt az igazságot, rögtön arra akar rámutatni, hogy miben áll ez a szeretet: nemcsak szóban és érzelemben, hanem elsősorban és főként **tettben**, szolgálatban. Ezt szem előtt tartanunk mindenkor fontos. De különösen ki kell ezt hangsúlyoznunk a lelkigyakorlatokban: a jó választás éppen a tettben megnyilvánuló, tehát az igazi szeretet próbája.

Megjegyzendő, hogy az Isten akaratát, melyet nekünk meg kell valósítanunk, nemcsak a túlvilági üdvünk, hanem *egész földi életünk* abban a vonatkozásban, helyzetben és körülményben, amelyben vagyunk; azokkal a feladatokkal a természetes síkban (kultúr-, földi küldetés stb.) és természetfölötti síkban (apostolkodás, Isten- s felebarát-szolgálat stb.), amelyeket Isten nekünk szánt. Tehát Isten gondolata mi vagyunk, a mi folyó életünk, az összes egyéni, családi, társadalmi és nemzeti vonatkozásban. Üdvünk éppúgy, mint Isten dicsősége, ennek az egésznek az eredője. Sohasem szabad elfelejtenünk itt rámutatni arra, hogy ez az üdv, *a boldogság nem a túlvilágon kezdődik*; az Isten szolgálata már a földön boldogság, béke, harmónia, függetlenül minden külső körülménytől, jó vagy balsorstól. Rá kell mutatnunk továbbá arra is, hogy *Isten dicsősége és a mi üdvünk egy és ugyanaz a dolog*, csak két szempontból; az éremnek két oldala. Mikor tehát Istent szolgálom, akaratát teszem, ugyanazzal

üdvömet is munkálom. Azért emeli ki Szent Ignác is: „...hogy ezáltal lelkét üdvöztse”.

Kis lelkigyakorlatokban, rögtön a fundamentum elején, a hit mélyítésére és megszilárdítására néhány Isten-érvet is hozhatunk. Ezek ne legyenek azonban nehéz filozófiai fejtegetések, hanem gyakorlatiak, konkrétak és mindig a hallgatóságnak megfelelők és ne csak az értelemhez, hanem a szívhez is szóljanak. Rámutathatunk itt az istentagadás valódi okaira is (gazdagság, kevélység, nyomor, általában szenvedélyek).

A második főelv a teremtmények rendeltetését szögezi le és kimondja, hogy minden egyéb azért van, hogy az embert céljának elérésében segítse. A fődolog itt annak megértése, hogy minden az emberért van (és nem az ember van értük!), hogy minden azért van, hogy segítse és ne akadályozza az embert célja elérésében. Azért ennek az elvnek kifejtésénél rá lehet mutatnunk, milyen álláspontot foglaljunk el a föld javaival szemben, mit tartsunk pl. a kultúráról, a vagyonról, hatalomról, államról (ezek is az emberért vannak és nem megfordítva!) stb.

Az elmélkedő akaratában az első rész megfontolása alatt főként *két elhatározás* érlelődik meg: először, hogy ezentúl egyedül Isten akaratát akarja tenni, és pedig azért, mert az az Isten akarata, — így lesz életében döntő motívummá Isten dicsősége, miként a lelkigyakorlatokban is mindent ez dönt el, — másodsor, hogy a teremtményeket sohasem fogja öncélnak tekinteni, hanem csak eszköznek végcélja eléréséhez.

2. A fundamentum **második főrésze** két következményből áll.

Az első következmény a teremtmények használatára állít fel elvet, amelyet röviden a tantum-

quantum elvének szokás nevezni.¹ Ennek az elvnek kettős értelme van: minden teremtményt csak annyiban használjunk, amennyiben célhoz vezet. De kiemelő értelemben is igaz: minden teremtményt annyira fel kell használnunk a cél elérésére, Isten dicsőségére, amennyire csak lehet. Mind a két értelmezés logikusan következik az alapvető elvekből. Szent Ignác maximalista felfogása a második értelmezést is eléggé igazolja.

Ez az alapelv voltaképp csak kihangsúlyozza azt, amit a második főelv már kimondott: a teremtmény csak eszköz, semmi több. Akkor pedig a tantum-quantum magától értetődő követelmény. És épp ezt a szoros logikai összefüggést kell itt átértenünk, míg magát az igazságot csak általánosságban kell kifejtenuk. Nem szabad tehát a részletekbe is bemennünk, mintha már választást akarnánk csinálni az egyes eszközök között; hanem csak azt kell átértenünk és meggyőződésé tennünk, hogy ha valami csakugyan eszköz, akkor nem is használhatjuk más-ként, mint a kimondott elv alapján. Ezt az életből vett példákkal is megvilágíthatjuk. (Pl. a mérnök, festő, szakács stb. álláspontja az anyaggal szemben, melyet a munkához felhasznál, nem más, mint a tantum-quantum elv alkalmazása.) Ám óvakodjunk attól, hogy terjengősség és kicsinyesség által az alapgondolatot elhomályosítsuk.

Az itt megérlelendő elhatározás magától adódik.

A második következmény: a közömbösség szükségessége. Ez a fundamentum legfőbb része. Ebben

¹ Ez a két szó az elv latin szövegezésű két mondatának első szava és annyit jelent: annyira-amennyire.

csúcsosodik ki a két főelv és a belőle folyó első következmény.

Ebben a második következményben Szent Ignác azt az igazságot mondja ki, hogy aki egyedül azt akarja választani, ami jobban vezet a célhoz, annak szükséges magát teljesen közömbössé tenni, még olyan dolgokkal szemben is, amelyek magukban véve jók ugyan, de rájuk nézve még nem ismeri Isten akaratát. A nagy lelkigyakorlatok éppen ezt a közömbösséget akarják kialakítani, mikor arra irányulnak, hogy benne a rendetlen hajlamok szava elcsituljon, sőt ha lehet, teljesen elnémuljon. Csak ilyen lelki állapotban lehet ugyanis Isten akaratát eredményesen keresni és megtalálni. Innen nyilvánvaló a közömbösség roppant fontossága és nagy jelentősége.

Milyen értelemben beszélhetünk tehát *a közömbösség szükségességéről*?

A közömbösség elsősorban is *logikai* szükségesség. Az előző két elvből és annak első következményéből ugyanis logikusan következik. Ha Istene kívül minden csak eszköz a célra, akkor mindennek értéke csak annyiban van, amennyiben jó eszköz a célra. Következőleg akaratunknak is olyan álláspontot kell velük szemben elfoglalnia, amilyen a dolgok értéke. Ha a célra visznek (azaz ha Isten akaratát fejezik ki számunkra), jók és akarunk kell azokat; ha célunktól eltávolítanak, akaratunknak is el kell tőlük fordulnia. Ha azonban nem állanak viszonyban célunkkal, hanem közömbösek, velük szemben akaratunk állapota is csak közömbös lehet. Közömbösekké kell tehát tennünk akaratunkat csak azokkal a dolgokkal szemben, amelyekről még nem tudjuk, eszközök-e a célra. Világos, mihelyt tudjuk, hogy ez vagy az a dolog

Isten-akarta eszköz, vele szemben közömbösek tovább nem lehetünk.

Figyelemreméltó ez is: a követelmény az, hogy közömböseké tegyük magunkat. Nem az, hogy már azok is legyünk.

Szükséges másodszor a közömbösség *pszichológiai* is. Tapasztalati tény, hogy akarásainkat előkészíti és befolyásolja akaratunknak felkészültsége és hajlama, általános és alap-magatartása. Ha tehát nem akarjuk, hogy akaratunk előre befolyásoljon minket és így hamis utakra vigyen, akkor pszichológiai szükséges, hogy akaratunkat távol tartsuk minden meg nem okolt, tehát rendetlen vonzalomtól és hajlamtól. Azaz hogy közömbössé tegyük, legalább is annyira, hogy akarásunk elé ne gördüljenek komoly akadályok magában az akaratban.

Jogos itt felvetnünk azt a kérdést is, vajjon a közömbösségnek szükségessége *általános érvényű-e*. A feleletben egyúttal megállapíthatjuk a közömbösség *terjedelmét* is.

Az egyik vélemény,¹ amely alig tud néhány tekintélyre hivatkozni, tagadja a közömbösség általános érvényességét és azt mondja, hogy a közömbösség, legalább is úgy, ahogyan azt Szent Ignác a fundamentumban tekinti, csak a tökéletesség tanácsa (conseil de perfection), tehát csak azoknak a lelkeknek szól, akik nem elégedve meg a súlyos és a bocsánatos bűn kerülésével, az egyformán megengedett eszközök közül is a jobbat akarják választani. Ez esetben a közömbösség állapota csak akkor szükséges, ha az eszközök jóságáról meg

¹ Bouvier: L'interprétation authentique du fondement. Bourges, Tardy, 1922.

vagyunk ugyan győződve, de még nem tudjuk, melyik a célravezetőbb.

A másik felfogás a közömbösség szükségességét általános érvényűnek ismeri el és azt mondja, hogy közömbösségre akkor is szükségünk van a helyes választás biztosítására, ha nemcsak azt nem tudjuk, hogy melyik két erkölcsileg jó eszköz közül a jobb, hanem még azt sem ismerjük, hogy vajjon ezek az eszközök egyáltalán jók-e vagy nem. E vélemény szerint tehát nem elég közömbösekké tenni magunkat csak azokkal a dolgokkal szemben, amelyekről már biztosan tudjuk, hogy erkölcsileg jók és csak azt nem tudjuk még, hogy melyik közülük a jobb, a célravezetőbb, hanem közömbösekké kell tennünk magunkat minden iránt, ameddig nem tudjuk róluk, hogy erkölcsileg rosszak. (Ha valamiről már tudjuk, hogy erkölcsileg rossz, azzal szemben már nem lehetünk közömbösek, hanem el kell attól fordulnunk.) Ezzel azonban már adva van a közömbösség általános érvénye is.

A közömbösség tehát szükséges mindenkinek, csak nem egyforma terjedelmében. Akik a legnagyobb tökéletességre törekszenek, tehát nemcsak a súlyos és bocsánatos bűnt akarják kerülni, hanem a jó eszközök közül is (következétesen) a jobbat akarják választani, — és a nagy lelkigyakorlatok ezeknek szólnak elsősorban — azoknak nem elég közömbösekké tenni magukat csak az erkölcsileg jó eszközök iránt, amelyekről még nem tudják, hogy jobb eszközök-e, hanem ezeknek is szükséges, hogy közömbösségüket kiterjesszék ama dolgokra is, amelyeknél nem az a kérdés, hogy melyik a jobb, hanem az, vajjon egyáltalában jók-e vagy rosszak. Mert rendszerint már késő lesz csak akkor közömbösekké tenni magukat, mikor már tudják,

hogyan kívánásuk vagy visszautasításuk biztosan nem bűnös. Ez esetben ugyanis nagyon valószínű, hogy akaratuk és értelmük már nem lesz annyira közömbös állapotba hozható, hogy a jó eszközök közül is a jobbat meglássák és válasszák.

A közömbösség terjedelme ennél a csoportnál tehát a legnagyobb: kiterjed nemcsak azokra a dolgokra, amelyeknél a kérdés az, erkölcsileg jók-e azok vagy rosszak, hanem azokra is, amelyeknek jóságáról meggyőződve, róluk már csak azt kutatjuk, vajjon melyik a jobb, a célravezetőbb. Szent Ignác nagy lelkigyakorlataiban ebbe a magasba akar minket emelni; megértjük, miért kér a lelkigyakorlatozótól jó adag nagylelkűséget.

A közömbösség azonban szükséges azoknak is, akik a bocsánatos bűn kerülésén túlmenni nem akarnak, vagy törekvésüket csak a halálos bűn kerülésére akarják korlátozni. Mert ha nem teszik magukat közömbösekké olyan dolgokkal szemben, amelyekről még nem tudják, hogy biztosan bocsánatos vagy súlyos bűn, akkor megvan a kisebb vagy nagyobb veszélye annak, a közömbösség kisebb vagy nagyobb fokú hiánya szerint, hogy hajlamuknak nem tudnak azután sem ellenállni, amikor már felismerték, hogy a szóbanforgó eszköz valóban rossz és nem visz a célhoz. Sőt közömbösség nélkül az ilyeneknek erkölcsi ítélete sem lesz tárgyilagos, és nem látnak majd súlyos bünt ott, ahol pedig van.

A közömbösség terjedelme ennél a csoportnál már kisebb, mint az előbbinél. Akik a halálos és a bocsánatos bűn kerülésére törekednek és ezen túlmenni nem akarnak (ez utóbbiban különböznek az előbbi csoporttól), azoknak nem szükséges, hogy közömbösségüket kiterjesszék azokra a jó eszközökre is, amelyekről már biztosan tudják, hogy nem

bűnös. Ezeknek közömbösekké kell tenni magukat csak azokkal a dolgokkal szemben, amelyeknél csak az kérdéses, vajjon legalább is nem bocsánatos bűn-e azoknak kívánása vagy visszautasítása.

Akik csak a halálos bűn kerülésére óhajtják korlátozni törekvésüket, azoknak is szükséges a közömbösség, de természetesen még kisebb terjedelmében. Ezeknek közömbösségüket csak azokra a dolgokra kell kiterjeszteni, amelyek halálos bűn tárgyát képezhetik.

E vélemény szerint tehát Szent Ignác a fundamentumban ugyan kifejezetten csak az első csoportot tartja szem előtt és csak arról az esetről beszél, mikor az eszközökről már tudjuk, hogy erkölcsileg nem rosszak, csak azt nem ismerjük még, vajjon jobban vezetnek-e a célhoz, mégis ezt **nem kizáró értelemben** teszi. Úgy látszik, nem is teheti, mert a fundamentum két főelvéből és pszichológiai megfontolásokból — mint láttuk — az általános érvényű közömbösség következik.

Szent Ignác részleteiben csak *négy dolgot* sorol fel, ami iránt közömbösekké kell tennünk magunkat. Finom pszichológiával észreveszi, hogy ezek azok a kérdések, amelyek az ember legmélyebb ösztöneit, legvitalisabb érdekeit érintik. A lelki-gyakorlatok során érdemes tehát ezeket részletesen kifejtenünk, példákkal is megvilágítanunk, e gondolatoknál hosszan elidőznünk, miközben elménkbe vessük: a betegség, a szegénység stb. éppúgy jó lehet a célra, ezért éppúgy kívánatos lehet számomra, mint az egészség, gazdagság és így tovább. „És következetesen minden egyéb dologban” így kell gondolkodnom és tennem.

Ne tévesszük szem elől, hogy ez a közömbösség *nem az érzésben van*, hanem az akaratban; hogy ez

akaratumknak az állapota, amelyben nem hajlik ide vagy oda, míg valamit Isten akaratának nem ismer fel. Döntenünk tehát mindig a szerint kell, hogy ez vagy az a dolog célunkhoz visz-e vagy tőle eltávolít, nem pedig a szerint, hogy kellemes-e vagy kellemetlen, könnyű-e vagy nehéz. Az érzelem közömbösségére bizonyos mértékben mégis szükségünk van: különben abban a veszélyben vagyunk, hogy az érzelem az ész világosságát elhomályosítja, akarásunkat pedig megbénítja.

A közömbösséget legkönnyebben *megszerezhetjük*, ha a fundamentum igazságait átértve, mélysegesen meggyőződünk a két főelv igazságáról és különösen annak következményéről, a tantum-quantum elvről. Második kiváló eszköz az lesz, ha törekszünk Isten szeretetében előrehaladni. Mint-ha Szent Ignác is rámutatna erre — bár szavainak első értelme nem ez, — mikor ezt mondja: „közömbösekké kell tennünk magunkat, egyedül azt kívánva, ami jobban vezet a célhoz”. Minél jobban kívánom ugyanis a jobb eszközt, annál közömbösebb leszek a többi iránt. A jobb eszközt pedig csak akkor fogom így kívánni, ha minél jobban szeretem a célt; az Istent, Isten dicsőségét és szent akaratát. Harmadszor úgy is táplálhatjuk magunkban a közömbösséget, ha mindinkább belátjuk, mennyire nehéz nekünk tudnunk, mi válik javunkra, Isten dicsőségére.

A közömbösségre való *törekvésünket* pedig legjobban alátámasztja annak megértése, mily szükséges és fontos, milyen jelentős és hasznos a közömbösség lelki állapota a lelki életben, a bűn elleni küzdelemben éppúgy, mint a legmagasabb szentségre való törekvésben.

Megjegyzendő, hogy mi ez a „*jobb eszköz*”, itt

a lelkigyakorlatok elején még nem kell és sokszor még nem is lehet tudnunk. Később, Krisztus Királyságáról, a Két Zászlóról, a Három Emberpárról és az Alázatosság Három Fokáról szóló elmélkedésekben a jobb eszközök mindig világosabban fognak a lelkigyakorlatozó elé tárulni. Sőt tán ártalmas is lenne ezeket már itt részletesen bemutatnunk, mert a lelkigyakorlatozó akarata esetleg még nem olyan erős, hogy ezeknek látását elbírja és elhatározásában meg ne inogjon. Egyelőre elég neki annyit tudnia, hogy csak ez a „jobb eszköz” lesz észszerű, csak ez válik igazi boldogságára és üdvösségére s ezért nyugodtan igent mondhat mindannak, amit eszköznek, legjobb eszköznek fog felismerni.

Ebben a részben érezzük át mélységesen a közömbösség *szükségességét és hasznát*. Legyen ezeknek a megfontolásoknak máris annyi gyümölcsök, hogy el tudjuk magunkat komolyan arra határozni, hogy ezentúl, de különösen most a lelkigyakorlatok alatt minden tekintet nélkül kényelmünkre, önszeretetünkre és önakaratunkra mindig a jobbat és **csak a jobbat** akarjuk választani. Természetesen elég, ha ez az elhatározás itt, az alapvető elmélkedés befejeztével, még inkább csak komoly kívánság bennünk. A lelkigyakorlatok következő elmélkedései ezt a kívánságot majd komoly elhatározássá acélosítják.

Kis lelkigyakorlatoknál (l. a bevezetőt, a 15., 16. o.) legalább abban az elhatározásban kell az alapvető igazságokról szóló elmélkedéseknek végződnie, hogy azt az eszközt akarjuk választani, ami nincs ellentétben a céllal és ezért ama eszközökkel szemben, amelyek a bűn tárgyát képezhetik, magunkat közömbösekké akarjuk tenni, legalább is annyira, hogy ilyen eszközök választásába ne sodródjunk

bele. Azért kis lelkigyakorlatokban is tanácsos hosszasan a közömbösségről beszélni, kifejtve mindazt az indítóokot, amely képes az akaratot legalább is annyi közömbösségre hangolni, hogy a súlyos bűn kerülése ne legyen komoly probléma többé.

A BEVEZETŐ IMA

A bevezető ima a lelkigyakorlatok összes elmélkedéseiben változatlanul ugyanaz. Jelentősége tehát nagy. Mint a nyitány az egész operának, ugyanúgy ez a néhány gondolat megadja az *egész lelkigyakorlatnak alaphangját és vezérgondolatát*. Ha jól megnézzük, azt látjuk, hogy visszacsengenek benne az alapvető elmélkedés igazságai. „Minden”, „tisztán”, ezeknek a szavaknak a tartalma megfelel az alapvető elmélkedés „annyira-amennyire”, „jobban”, „egyedül” kifejezéseinek. Ez imában tehát annak az akarásunknak adunk kifejezést, hogy életünk teljesen és egészen az ott lefektetett igazságok szerint alakuljon és arra kérjük Istent, hogy magunkat teljesen átadhassuk neki s így életünk minden megnyilvánulásában az isteni szeretet tökéletes gyakorlata legyen.

Ebben az imában Szent Ignác egész szabadakaratú tevékenységünket Isten kegyelme alá rendeli és ezzel kihangsúlyozza a *kegyelem elsőbbségét* az emberi közreműködés fölött. Ha a második vagy harmadik előgyakorlatban azt az utasítást is adja mindig, hogy „kérjem Istentől azt, amit akarok”, ez az akarásunk már Isten kegyelmének hatása alatt jön létre és célja sem más, mint Isten nagyobb dicsősége.

AZ ELSŐ HÉT

Tárgya: „szemlélődés és elmélkedés a bűnről” (4. bev. megjegyzés). Célja ennek a hétnek az, hogy a bűntől elforduljunk, azt megbánjuk és életünkben vele végleg leszámoljunk.

Ezt a célt Szent Ignác *a félelem és a szeretet* felkeltésével éri el. Az öt gyakorlatban mind a két érzelem szóhoz jut és a lelkigyakorlatozó lelki állapotától függ, hogy a félelemnek vagy a szeretetnek adunk-e több helyet. A félelem felkeltése azonban, úgy látszik, minden lelkigyakorlatban tanácsos, mert a hálás szeretet, amelyről a gyakorlatokban szó van, pszichológiailag csak a félelem háttérében lehetséges. Am nagy tévedés lenne, ha a bűnbánatot csak a félelem felkeltésével akarnánk elérni (attritio) és a szeretetből fakadó bánat (contritio) felkeltéséről megfeledkeznénk. Ez esetben a bánat nem lenne mély és egész biztosan nem járnánk el Szent Ignác szándékának megfelelően. Azért a szeretet felkeltését meg kell kísérelnünk még olyan lelkigyakorlatokban is, amelyek csak a megtérést célozzák és nem mennek túl az első hét gyakorlatain.

A nagy lelkigyakorlatokban (vagy a 6—8 napos lelkigyakorlatokban, amelyek a tökéletességre való törekvésünk szolgálatában állanak) természetesen még fontosabb, hogy ezek az elmélkedések tökéletes bánatra hangolják a lelket.

Am úgy látszik, amint ezt P. Nonell meggyőzően kifejti (*Analyse des Exercices*, Bruges, Bayaert, 1924, ch. XIII.), hogy az első hét feladata *ezen túl még abban is áll*, hogy a Krisztus iránti hálás szeretetet a lelkigyakorlatozóban felkeltse és ezzel létrehozza benne azt a lelki diszpozíciót, amelyben a kö-

vetkező hetek elmélkedései teljes erejükkel hathatnak. Azért olyan lelkigyakorlatokban, amelyek túlmennek az első héten, sohasem szabad megelégednünk — mondja P. Nonell — a tökéletes bánat (contritio) vagy kivált a tökéletlen bánat (attritio) felkeltesével, hanem fel kell keltenünk — mindjárt látni fogjuk, hogyan teszi ezt Szent Ignác — a Krisztus iránti hálás szeretet érzelmeit is. E nélkül az érzelem nélkül a második hét hangulata és világa felkészületlenül találná a lelkigyakorlatozót, sőt ha érzései a félelemben ragadnának meg és bánata nem menne túl az attrición, a következő hetek nála egyenesen velük ellentétes lelki beállítottságba ütköznének. Hogy Krisztus lelkes követésére magunkat nagylelkűen el tudjuk határozni, ahhoz az kell, hogy ne a félelem uralkodjék, hanem a tökéletes bánaton kívül a szeretet máris erős gyökeret verjen bennünk. A következő hetek Krisztus-elmélkedései sokszor azért nem elég hatékonyak és nem járnak nagy eredménnyel, mert az első hetet nem ebben a beállításban végezzük és megelégszünk csak a bánat felkeltesével. P. Miron, Szent Ignác tanítványa és a lelkigyakorlatok egyik legkiválóbb mestere, a Szent halála után alig harminc évvel szintén ebben jelöli meg okát annak, hogy a nagy lelkigyakorlatok sokszor nem termik meg a szentségnek azt a gyümölcsét, amelyet régebben megtermettek. Véleményünk szerint még kis lelkigyakorlatokban is gyakran több lenne az eredmény, ha ezeket a szempontokat a lehetőség szerint ott is tekintetbe vennénk.¹

¹ Vannak, akik azt állítják, hogy az első hét célja csak a tökéletes bánat felkeltése. Vitatni nem akarjuk, melyik volt Szent Ignác teljes gondolata. Nekünk azonban P.

Mivel az öt gyakorlat egymástól különbözik, szükséges azokra külön-külön is kitérnünk. Idevonatkozó gondolatainkat majdnem egészében P. Nonell idézett művéből vesszük.¹

Szent Ignác elmélkedéseinek előgyakorlataiban és imabeszélgetéseiben a lelkigyakorlatozóval mindig más-más kegyelmet kéret. Így van ez az első hét öt gyakorlatában is. Ezek a kérések együtt határozzák meg a gyakorlat célját és gyümölcsét, amelyet bennük el kell érünk. E kérések közül azonban a colloquiumban megadott kérés tárgya mindig túlmegy, sokszor nagy lépéssel, az előgyakorlatban megadott kérésen. Azért sohasem elég csak az előgyakorlatban megadott kérést tekintetbe vennünk, hanem nagy figyelemben kell részesítenünk az imabeszélgetés tárgyát képező kérést is. Sőt, úgy látszik, hogy a colloquium kérésének tárgya mindig *fontosabb* kegyelem, mint az előgyakorlaté, és azt kérünk mindig nagyobb bensőséggel és odaadóbban kell, mint azt a kegyelmet, amelyet az előgyakorlat kéret velünk.

Az első gyakorlatban két gyümölcsöt kell elérnünk. Az első ezek közül: szégyenkezés és restelkedés.

Mi ennek az érzelemnek az indítóoka? Az, hogy

Nonellnek, a kiváló lelkigyakorlatos szakembernek véleménye jobban tetszik, mert Szent Ignác szövegét tekintve az az érzésünk, hogy ő látta meg legmélyebben a Szent gondolatát. A két felfogás között amúgy sem sok a különbség: P. Nonell csak jobban kiemeli és nagyobb jelentőséget tulajdonít annak a mozzanatnak, amelyet a másik véleménynek is fel kell használnia, ha csak nem akarja az első hetet a megfélemlítés iskolájává süllyeszteni

¹ Ch. XIII—XVII, p. 189—228.

„látom, mily sokan kárhoztak el egyetlenegy halálos bűn miatt, én meg hányszor érdemeltem meg oly sok bűnöm miatt, hogy örökre elkárhozzam”¹. Mikor tehát szemléljük a hármass bűnt, ezt a gondolatot mindig szemünk előtt kell tartanunk, hogy a szegyenkezés elfogjon minket.

Ennek a gyakorlatnak a második gyümölcse az, hogy megismerem Krisztus különleges szeretetét irántam és hálás szeretetre gyúlok. Hogy ezt a különleges szeretetet egész súlyával átértsem, azért kell összehasonlítanom az én bűneimet az angyalok, az összülők és az egy bűnért elkárhozott bűnével. Ők is vétkeztek, én is. Ők egyszer vétkeztek, és én...? És mégis mit látok? Isten rájuk igazságosságának egész súlyával lecsapott, míg velem szemben csak irgalmát érezteti. Ha ez a gondolat visszhangzik lelkemben, mialatt a hármass bűnt szemlélem, nem gyúl-e ki bennem a hálás szeretet? És ki-nek köszönjem ezt a jótéteményt? Szent Ignác odavezet Krisztus kereszttje elé és azt mondja: NEKI. Krisztus tette ezt velem! Én meg mivel fizettem neki? És ebben újabb motívumot találok a szegyenkezésre, mert eddig olyan hálátlan voltam vele szemben. A bennem kigyúló hála pedig arra sarkall, hogy még többet adjak vissza, mint amennyit kaptam. Am Istennel szemben ez lehetetlen. Mit tesz tehát a nagylelkű szív? Legalább ad mindent! „És így látva őt, adjak szabadfolyást önként adódó érzelmeimnek”, mondja Szent Ignác egyszerűen.

A szegyenkezés és röstelkedés tehát egy fokkal emelkedik a colloquiumban és felkelti az elmélkedőben azt a vágyat, hogy sokat tegyen és szenvedjen Krisztusért. *Ez az a szomj*, amelyet Szent Ignác

¹ V. ö. 2. kieg. utasítással.

a lelkigyakorlatok folyamán tovább akar táplálni a lelkigyakorlatozóban: állandóan emlékeztetni fogja, hogy amit tesz és amit szenved Krisztus, azt érte teszi és szenved. ¹ Ebből nyilvánvaló, hogy milyen fontosságú a hála eme érzelmeit már itt felkelteni és a következő hetekbe magunkkal vinni.

A második gyakorlatnak is két gyümölcsöt kell hoznia.

Az első gyümölcs: „Bánat, könnyek bűneim fölött” és a javulás ígérete (2. előgyakorlatban és az imabeszélgetésben). A gyakorlat 2., 3. és 4. pontja természetesen ebbe az érzésbe torkollik. Hogy Szent Ignác mikép éri el célját, azt később, a második gyümölccsel kapcsolatban mutatjuk be.

E gyakorlat tovább erősíti bennem a hála érzelmeit is. Ez ennek az elmélkedésnek a második gyümölcse. Hogyan történik ez?

Az első gyakorlatban azt a tényt láttam, hogy Isten, jóllehet bennem is ugyanazt a bűnt látja, amelyért másokat joggal büntet oly rettenetesen, engem mégis kímél és szeretetével elhalmoz. Ez a különleges szeretet azonban annál nagyobb és értetlenebb, minél több bűneimnek száma és minél nagyobb azok gonoszsága. Ennek megfontolásánál következőleg a hála is csak növekedhet bennem Isten iránt.

E célból a gyakorlat rámutat először bűneim nagyságára és sokaságára (1. pont), ² továbbá bűneim

¹ V. ö. 2. hét szemlélődéseinek 3. előgyakorlatával, 3. hét szemlélődéseinek 3. előgyakorlatával, első gyakorlatának 6. pontjával.

² Természetesen lássam e szemlében bocsánatos bűnemet és tökéletlenségeimet is. Így tudom csak magamat mint nagy bűnöst tekinteni, még ha súlyos bűnöm nem is lenne. V. ö. 2. kiegészítő utasítással.

gonoszságára és undokságára (2. pont). Azután érzékelhetően lemereti velem azt a különbséget, amely Isten és köztem fennáll, hogy ennek világánál még jobban lássék bűneim nagysága és gonoszsága és még érthetlenebb legyen előttem Isten engem kímélő szeretete (3. pont). Majd (a 4. pontban) tovább folytatom ezt az összehasonlítást e hatás elmélyítésére és akkor a nagyfokú csodálkozás (5. pont) magátólértetődőleg tör elő minden egészséges lélekből.

Ezeket a pontokat áthaladva, az előgyakorlatban kért nagy¹ bánatot is könnyen megszerezhetem. A bennük emelkedő fokozás mindig jobban és színesebben mélyíti előttem a bánat indítóokait, mindig világosabban fedí fel szemeim előtt és mindig érzékelhetőbben győz meg arról, hogy mi a bűn és így az elmélkedés folyamán bánatom is állandóan fokozódik és növekedik, ahogyan azt Szent Ignác kívánja.

Íme, így adja meg nekem e gyakorlat a „bánatot, könnyeket bűneim felett” és a hálás szeretet érzelmeit.

A lelkigyakorlatozó ez elmélkedéseknek esetleg többnapos átelmélkedése után végezzen róluk egy vagy több ismétlést a hármasszólással. Ez a **harmadik gyakorlat**.

Célja ennek a gyakorlatnak az előbbi gyakorlatok gyümölcsét tovább érlelni és erősíteni. De a colloquiumban kért kegyelem túlmegegy valamivel az előző gyakorlatokban kért kegyelmeken.

E colloquiumban feltűnő, hogy Szent Ignác *hármasszólást* végeztet velünk: az elsőt a Boldogságos Szűzhöz, a másodikat a Fiú-Istenhez, a

¹ Spanyolban: *crecido* = megnövekedett.

harmadikat az Atyához kell intéznünk. Ez mutatja, hogy a kegyelem, amelyet kérünk, roppant fontos és megszerzése nem könnyű. P. Nonell és vele sok lelki-gyakorlat-magyarázó azt véli, hogy ez a kegyelem bizonyos mértékben már rendkívülinek mondható és kieszközléséhez ezért szükséges megkettőztetnünk imáinkat, s a Boldogságos Szűz pártfogását és Jézus Krisztus közbenjárói hatalmát kifejezetten is igénybe vennünk.

Mi ez a *hármaskégyelem*? Az első, „hogyan érzem magamban bűneim benső ismeretét és azoknak megútlását”. Itt bocsánatos és halálos bűnökről van szó. A második kérdés: „hogyan érzem cselekedeteim rendetlenségét, hogy attól megborzadva, megjavuljak és magamat rendbehozzam”. E kérdés a tökéletlenségekre vonatkozik. Életem teljes rendezése szempontjából, ami a lelki-gyakorlatok célja, nagyon fontos, hogy tökéletlenségeim csúnyaságát is érezzem. A harmadik kegyelem: „a világ ismerete, hogy attól megborzadva, a világias és hívságos dolgokat magamtól eltávolítsam”. Ez a bűnnel való tökéletes leszámolás követelménye.

Szent Ignác e hármaskégyelemmel kijelöli az utat, amelyen a lelki-gyakorlatozónak a további elmélkedésekben, sőt életében is, haladnia kell. A lelki-gyakorlatok célja az élet rendezése, és pedig Krisztus tökéletes követése által. Hogy életünket így rendezhessük, teljes szívből undorodnunk kell a rendetlenségektől; hogy Krisztust tökéletesen követhessük, „teljesen s nemcsak félig-meddig meg kell utálnunk mindazt, amit a világ szeret és felkarol, valamint el kell fogadnunk és teljes erővel meg kell kívánnunk, amit Krisztus Urunk szeretett és felkarolt”.¹ A colloquium-

¹ Jézustársasága 11. szabálya.

ban kért kegyelmek tehát a *Krisztus-követés feltételei s előkészítői*. Ez a körülmény magyarázza meg, miért imádkoztat Szent Ignác a lelkigyakorlatozóval ezekért a kegyelmekért oly nyomatékkal.

A negyedik gyakorlat az előzők összefoglalása. Értelme ennek az összefoglalásnak az, hogy a gondolatok és elhatározások így ivódnak belénk legmélyebben és lesznek csakugyan a mi tulajdonunkká.

Ötödik gyakorlat az érzékek gyakorlása. Szent Ignác ezt az elmélkedési módot mindig azért adja, hogy amit az értelem és akarat már megfogott, azt az érzékek is, mintegy saját területükön magukévá tegyék. Így járja csak át az igazság az embert minden részében és így lesz ez bennünk igazi élménnyé.

Ennek a gyakorlatnak a gyümölcse is kettős, amely közül a fontosabbik, a kimondott elvnel fogva, a colloquiumban van.

Az első gyümölcs: a félelem a büntetés miatt. Ezt a félelmet a bűnért járó büntetés szemlélete természetesen felidézi bennünk. Szent Ignác azonban a félelmet itt csak úgy ajánlja, mint tartalékfedezőket. Ez a szövegezéséből világos. „Ha az Isten szeretetéről megfélemedkeznék, legalább a büntetéstől való félelem segítsen arra, hogy bűnbe ne jussak.” Joggal feltételezi ugyanis, hogy az előző elmélkedések után az Isten szeretete a lelkigyakorlatozóban már elég erős ahhoz, hogy ez a szeretet egyedül is visszatartsa a bűntől.

Azt is kimondja ebben a kérdésben Szent Ignác, hogy bűnbe nem *fogunk* esni, hacsak ki nem hül szívünk Isten szeretetétől. Viszont ha elhanyagoljuk Isten szeretetének emlékeztétét, annak okát keressük tökéletlenségeinkben, a kis hűtlenségeinkben a kegyellemmel szemben.

Ezzel pedig a Szent azt akarja elérni, hogy necsak

a büntől, hanem a tökéletlenségektől is borzadjunk vissza; ne csak a bünt, hanem még a hibákat is útáljuk meg és kerüljük. Ezeknek is megvan a maguk büntetése: minél kisebb nagylelkűségünk Istennel szemben, annál kisebb lesz Isten bőkezűsége is velünk szemben.

E gyakorlatnak második gyümölcse az, hogy az érzéseken keresztül szinte beleégjen lelkembe a hálás szeretet kiolthatatlan tüze. Itt a pokol fényénél táru fel előttem egész szélességével és mélységével az az isteni szeretet, amely engem ettől a tűztől érthetetlenül megőrzött. „Adjak hálát, hogy (Isten) nem engedte meg, hogy életemet befejezve, e csoportoknak (t. i. az elkárhozottak csoportjának) valamelyikébe jussak. Hasonlóképen azért is, hogy mindeztől olyan jó szívvel és irgalommal viseltetett irántam.” Így ez az elmélkedés megint e két gondolat feszültségében folyik le: „Mit tett az Isten értem és mit tegyek én érte.”

Az első hét öt gyakorlata közül egyet-egyet vehetünk két, három vagy több egymásutáni elmélkedésben is, és pedig vagy úgy, hogy azokat részeikre bontjuk, vagy úgy, hogy más-más szempontból tekintjük tárgyukat. Így e gyakorlatokban akár 6—8 napot is eltölthetünk. Úgy látszik, ez Szent Ignác gondolata is, aki e gyakorlatokat több napra írja elő. A jegyzetet (l. 54. o.) valószínűleg ilyen értelemben kell értenünk: ebben a Szent nem az első hét öt gyakorlatának elosztását adja, hanem általában véve a napi öt elmélkedés időpontját határozza meg.

A *halálról, ítéletről* és a bűnök egyéb büntetéséről az első hét végén az öt gyakorlathoz még csatolhatunk tetszés szerint elmélkedéseket. Magától értetődőleg ezeket is a többi gyakorlat fentemlített irányának és céljának megfelelően kell adnunk,

hasonló szellemben és beállításban, mint a bűnről s a poklóról szóló elmélkedéseket. Különben elrontják azt a hatást, amelyet azok már elértek.

Ha olyanoknak adjuk a lelkigyakorlatokat, akik nem élnek a halálos bűn állapotában és így náluk a hálás szeretet motívumát állíthattuk előtérbe, akkor nem szükséges, bár nem tilos, még külön elmélkedést is végeznünk *Isten irgalmasságáról*. Hiszen az öt gyakorlat Isten irgalmának legközvetlenebb megélése és legnagyobb apoteozisa volt. Egyébként (kis lelkigyakorlatokban) ilyen elmélkedés végzése nagyon tanácsosnak látszik.

Akik *halálos bűnt sohasem* követtek el, e gyakorlatok folyamán azt tartásuk szem előtt, hogy Isten érthetetlen jósága és irgalma megóvta őket a halálos bűntől. Ez a hálának és viszonzszeretetnek még nagyobb indítéka, mint a büntetésnek felfüggesztése, mert ez utóbbi kisebb jótétemény, mint a bűntől való megmenekülés.

Az első hét a lelkigyakorlatozót *a megtisztulás útján vezeti*, mert a félelem és a szeretet felkeltésével bűnbánatra hangolja és azt az elhatározást érleli meg benne, hogy a bűnnel véglegesen szakítson. *Tartamát* pedig az határozza meg, vajjon megtermette-e lelkében mindazt a gyümölcsöt, amelyet Szent Ignác az első hét számára kijelölt. Ez, mint láttuk, más és más lesz a kis- és nagygyakorlatokban; a cél szerint, amelyért végezzük azokat.

KRISZTUS KIRÁLY FELHÍVÁSA¹

Ez az elmélkedés az első és második hét között van és a következő heteknek **alapjául és kiindulópontjául** szolgál. Benne mintegy csirában megvannak a következő hetek. Fontossága tehát hasonló a fundamentuméhoz.

Az első hétben a lelkigyakorlatozó Krisztust mint Üdvözítőjét szemlélte, akinek mindent köszön. Érzelmek a hét végén abban a kérdésben csengtek ki: Mit tegyek Krisztusért hálából, szeretetből. Most Krisztus eléje lép és megmondja neki, mivel bizonyítsa be szeretetét. Ettől kezdve számára Krisztus a vezér is a magaslatok felé; az út, az igazság és az élet, akit **követnie** kell.

Az elmélkedés középpontjában az *Atya megdicsőítése áll*. Ez a végső célja Krisztus felhívásának.² A lelkigyakorlatozónak is ez a vágya. Hiszen ezt az elhatározást hozza magával a fundamentumból. Krisztus felhívásában most megismeri az útját-módját, hogyan dicsőítse meg az Istent. És ez a mód: *Krisztus legközelebbi követése*.³ Ezzel már adva is van ennek és a következő elmélkedéseknek is a *célja*: rá akarják venni a lelkigyakorlatozót és meg akarják erősíteni abban az elhatározásában, hogy Krisztust lehető legközelebbről, az Evangélium taná-

¹ Az eredeti spanyolban ennek az elmélkedésnek nincs címe, a Vulgata Krisztus Királysága címmel hozza, a Monumentában Krisztus Király a címe.

² Világos ez a 3. előgyakorlatból, továbbá ebből a kifejezésből: „És így menni be az Atya dicsőségébe”, amely nem eschatológikus értelmezésben értendő, és végül a nagy felajánlás szavaiból.

³ E gondolat e kis szóban: „... és így” jut kifejezésre.

csainak útján kövesse,¹ és így életét tökéletesen rendezze.

Miben áll Krisztusnak ez a tökéletes követése? Erre ad felvilágosítást *Krisztus felhívása*. Ha részeire bontjuk ezt a felhívást, akkor azt láthatjuk, hogy ez a követés Istenre vonatkozásban: az Atya akaratának tökéletes megtevése; az embernek önmagára való vonatkozásában: önmegszentelés; a közösségre való tekintetből pedig Krisztus misztikus testének továbbépítése. Krisztust követni ugyanis azt jelenti, hogy követjük őt Isten és felebarát iránti szeretetében. Így minden szentség nemcsak egyéni tulajdonságot jelent, hanem szociálisan is hat. A szentségre törekvés együttdolgozás Krisztussal nagy művén, az emberek megváltásán. Ezért Krisztus felhívásából apostoli meghívás is cseng ki, de ez az apostolkodás itt még nem jelent kimondottan élethívátást.

Ez a felhívás tehát egy életre szóló programmot ad. Elvégzése az élet rendezésének, a lelkigyakorlatok céljának megvalósítása lesz.

Erre a felhívásra *kétféleképpen* felelhetünk.

Vagy teljesen megajánljuk magunkat a munkára, de ezen túlmenni nem akarunk. Felajánlásunk a szoros kötelesség határai között marad. (Második pont.)

Vagy ezzel nem elégedve meg, *nagyobb megajánlást* teszünk és elhatározzuk, hogy ki akarunk tűnni Krisztus követésében. Nemcsak ellene akarunk állani a rossznak, a bűnnek, hanem komoly harcba akarunk bocsátkozni alacsonyabb természetünkkel, kényelem-

¹ Szándékosan nem mondjuk: evangéliumi tanácsok útján, mert ennek szűkebb értelme van. A lelkigyakorlatok pedig nem kizárólag a szerzetesi életre hívnak, hanem általában a legtökéletesebb krisztusi életre, Krisztus követésére „minden gyalázatban és szegénységben”.

szeretetünkkel és dicsvágyunkkal. (Harmadik pont és felajánlás.)¹

Az első esetben *indítóokunk* a méltányosság és becsületérzés. Ezt a szöveg világosan kimondja. A második esetben Krisztus nagylelkű szeretete mozgat minket. Ezt a nagystílű önátadást Krisztus szeretetből kéri. Nem pokollal fenyeget, hanem nagylelkűségünkre, nemes, baráti szívünkre hivatkozik. De az a vágy, hogy kitűnjünk isteni Királyunk szolgálatában, különben is csak nagylelkű szeretetből fakadhat bennünk. Ilyen elhatározás csak a legtisztább baráti szeretet gyümölcse lehet; a jutalom reménye, ha szóhoz is juthat, nagyobb szerepet bizonyonnyal nem játszhatik. Ennek a meggyőződésnek ad kifejezést Szent Ignác is Jézustársaságának alkotmányában,² ez a felfogás tükröződik vissza ez elmélkedés parabolájában és a 2. hét 3. előgyakorlatának kérésében is.³ Ez a szempont itt döntő jelentőségű. Mert ha ezt elfelejtjük, akkor érthetetlen lesz előttünk, miért erőltessük meg magunkat Isten szolgálatában, mikor kevesebbel is üdvözülhetünk. Akkor nem értjük meg a további elmélkedéseket sem és nem tesszük majd meg azokat az elhatározásokat, amelyekbe a következő hetek vinni akarnak.

Mit tételez fel tehát ez az elmélkedés? Természetesen, legelőször is azt, hogy a hálás szeretet Krisztus iránt már kigyúlt bennünk. Ez a garancia arra, hogy Krisztus személye hatással lesz reánk és nem vesszük süket fülre felhívását. De azután felteletezi a bűnök, sőt még a tökéletlenségek megútá-

¹ V. ö. 13. Bev. Megj.

² A 11. szabályban.

³ Később látni fogjuk, hogyan igyekszik Szent Ignác ezt a nagylelkű szeretetet éppen ezért állandóan növelni.

lását is, továbbá a közömbösség komoly akarását és azt az elhatározást, hogy egyedül azt kívánjuk választani, ami jobban visz a célhoz.¹ Más szóval: feltételezi az alázatosság második fokát,² legalább is vágyban és erős elhatározásban. De akkor mit adhat még ennél is többet ez az elmélkedés és a második hét? Azt, ami ennél a foknál még magasabb. És ez a harmadik fok, amelyre Szent Ignác a harmadik pontban és a nagy megajánlásban félreérthetetlenül rámutat, mikor a lelkigyakorlatozóval kijelenteti, hogy Krisztus Urunkat követni akarja „minden szenvedésben és gyalázatban”. Ez az elmélkedés tehát rögtön a második hét elején az alázatosság harmadik foka felé irányít minket. Ha pedig ez az elmélkedés arra való, hogy segítsen az összes szemlélődésekben, amelyek Krisztusról fogunk végezni, akkor az is nyilvánvaló, hogy ezeknek a szemlélődéseknek a célja sem lehet más, mint az, hogy Krisztusnak nem akármilyen, hanem a harmadik fokon való követésére vegyen rá, illetőleg ilyen irányú elhatározásunkban erősítsen meg minket. Következőleg Krisztus ismerete és szeretete is, amelyet a második hét folyamán a szemlélődések 3. előgyakorlatában kérünk, az alázatosság e fokának szellemében értendő.

Szent Ignác azonban nemcsak nagy célt tűz elénk: Isten nagyobb dicsőségét, nemcsak megmutatja az utat a nagy célra Jézus Krisztus tökéletes követésében, hanem lelkigyakorlataival *erőt is akar adni* nekünk, hogy az úton haladni és célba jutni tudjunk. Ez az erő: Krisztus szeretete. Már az első

¹ Éppen ezeket a gyümölcsöket termették meg az előző napok elmélkedései: a fundamentum és az első hét.

² L. erről bővebben később.

héten megnyitotta az útját ennek a szeretetnek a hála felkeltésével. Ebben az elmélkedésben és a következő szemlélődésekben még inkább az lesz a törekvése, hogy ez a szeretet Krisztus iránt kialakuljon és erősödjön bennünk.

Hogyan oldja meg ezt a feladatát? Egyszerűen úgy, hogy összehozza a lelkigyakorlatozót Krisztus élő személyével, eleven kapcsolatot teremt közte és a lelkigyakorlatozó között, mert tudja, hogy Krisztus személyének hódító dinamizmusa elvégzi a többi és a személyes kapcsolatból fakadó bizalmas viszony természetszerűleg kialakítja a nagylelkű és Krisztus iránti szeretettől kigyúlt lélekben Krisztusnak egészen nagy, odaadó szeretetét. Ezzel pedig tökéletes követése és Isten nagyobb dicsősége biztosítva is van.

Ezt a munkát Szent Ignác a jelen elmélkedésben kezdi meg. Már a *parabola* is ezt a célt szolgálja. Ennek a hasonlatnak a szavát korának emberei minden nehézség nélkül megértették. Nekünk azonban szükségünk van arra, hogy e célból egy pillantást vessünk a korra, amelyben ez a kép született és amelybe Szent Ignác hasonlatát beállítja.

Ismeretes, hogy a XV. század második felében a kihaló lovagrendek az akkor dúló mór háborúk folyamán a spanyol Ibériai-félszigeten új életre kelttek. Ezek a lovagrendek a kelta és germán hűbérrendszernek voltak szellemi örökösei. A hűbérviszony nem egy eszmének a szolgálata volt, nem is csak dologi szolgáltatás képezte alapját, hanem főként a hűbérúr (senior) és hűbérese személyes, baráti viszonyán nyugodott és személyes nagyrabecsülésből fejlődött ki. Benne egy szabad, de gyengébb lovag az erősebbhez, a seniorhoz csatlakozott. Szabadon, barátságból és nagylelkűségből ígérte meg, hogy vérért és javait ura szolgálatába állítja, mindent az ő tisz-

teletére és dicsőségére tesz és hozzá mindig hű marad: mindazt szeretni fogja, amit ő szeret és kerülni akarja, ami neki visszatetszenék; barátai az ő barátai, ellenségei pedig az ő ellenségei lesznek. Ezért jelvényeit és díszjeleit, címerét és pajzsát is hordani kívánja és vele szívesen megosztja sorsát: vele akar menni, ha kell a halálba is. A senior a lovagot ünnepélyes keretek között, az egész udvar előtt, szolgálatába fogadta, a maga részéről is hűséget ígért neki és ettől fogva családja tagjának tekintette őt. Ezért mindenét megosztotta vele: örömét és bánatát, zsákmányát és nélkülözéseit, a győzelmet és a vereséget is.

Ez az eszmevilág átment a lovagrendekbe is, amely a mór háborúk befejeztével sem pusztult el, hanem fennmaradt a hadsereg tisztikaránál és tovább élt a tiszti körökben. Nagyon közel esik a feltevés, hogy Iñigo de Loyola mint fiatal katonatiszt, ilyen körökben került érintkezésbe ezzel az eszmevilággal. Innen merítette aztán azt a paraboláját, amellyel Krisztus-követésünket akarta megvilágítani. És úgy látszik, nem képletesen használja fel ezt a középkori hasonlatot, hanem tárgyilag akarja alkalmazni: úgy, hogy levonjuk belőle mindazt a következményt, amely ebből levonható.

Hogy Szent Ignác szándéka tényleg ez, mutatja, hogy ő, aki *Lelkigyakorlatos Könyvében* mindig hűvösen tárgyilagossá és tartózkodik gondolatainak bővebb kifejtésétől, itt és a *Két Zászlóról* szóló elmélkedésben eltér ettől a szokásától. Amiben egyáltalában nem lehet az egykori lovag romantikus elérzékenyedését látni, mert akkor ez a két elmélkedés a lelkigyakorlatokba nem illene bele. Ám a lelkigyakorlatos kutatás megállapította, hogy ez a két elmélkedés nagyon is hozzátartozik a lelki-gya-

korlatokhoz és annak a velejét teszi ki. Ezzel azonban már adva is van, hogy a középkori világból vett hasonlat nem retorikai formula és ezért, ha Szent Ignác Krisztus követését ilyen hasonlatba állítja bele, nem a kép fontos nála, hanem a szellem, amely *a kép mögött van*.¹

Következőleg el kell fogadnunk, hogy Szent Ignác e hasonlattal arra akar minket figyelmeztetni, hogy miként a király és lovag között is csak személyes, bizalmas viszony tarthatott fenn őszinte és elszakíthatatlan kapcsolatokat, ugyanúgy a mi Krisztuskövetésünknek is szüksége van az Úr bizalmas, meghitt ismeretére és a vele való személyes kapcsolatainkra, hogy az tartós és odaadó legyen és biztos alapokon nyugodjék. Mert aki neki adja magát, az nem valami tárgyi, szerződéses viszonyba lép vele, hanem először és mindenekfelett *személyes viszonyba*, mint ahogyan a lovag is ilyen viszonyba került királyával.

Szent Ignác ebben az elmélkedésben erre mint tényre mutat rá.² *A szemlélődések* elé tűzi főként azt a feladatot, hogy ebben a bizalmas és meghitt viszonyba Krisztussal bevezessenek és annak alapjait és a minket vele összekötő kapcsolatokat jól kiépítsék. Azért a Szent főigyekevése itt az, hogy az Urat lássuk és figyeljük, hogy az ő képét lelkünkbe ígyuk

¹ Ezért e parabolát elhagyhatónak és mással, modern hasonlattal helyettesíthetőnek véljük, különösen olyanoknál, akik nem képesek magukat beleélni a történelmi multba és így náluk ez a középkorból vett hasonlat úgysem lenne hatékony. Magától értetődik, hogy a helyettesítő hasonlatban meg kell lenni annak az eszmetartalomnak, amely Szent Ignác parabolájában lényeges.

² E szempontból különösen érthetővé válik, miért „segít” ez az elmélkedés a következő szemlélődésekben.

és így mind mélyebb lélek- és gondolatközösség alakuljon ki közte és közöttünk és aztán tőle mindent ellessünk. Nem nagy gondolatokat keresünk ezekben a szemlélődésekben, amelyek túl egyszerűeknek, sőt talán naivaknak is tűnnek fel, hanem egyszerű tekintetet vetünk Krisztusra, erre a megragadó élő személyiségre: ezzel pedig személyének dinamizmusa hatékonyvá válik és így magától kialakul közöttünk az a meghitt viszony és baráti kapcsolat, amely egyedül képes részünkről tartós hűséget és követést biztosítani.

Tévedne tehát az, aki a lelkigyakorlatokból *pusztán erényiskolát* akarna csinálni és Krisztus személyétől függetlenül mutatná be az erényeket és a keresztény kötelességeket. Ezzel megfosztaná azokat legnagyobb hatóerejüktől, Krisztus dinamikus személyiségétől, Szent Ignác lelkigyakorlatait pedig legfőbb érdemétől, ami abban áll, hogy nemcsak megmutatja, mi a jó, a tökéletes, hanem erőt is ad, hogy azt meg is tehessük. Nem tagadjuk ezzel, hogy az eszmék és erények is tudnak lelkesíteni és hogy ezeket is ki kell használnunk a lelkigyakorlatokban; de Szent Ignác lelkigyakorlataiban *a legfőbb hatótényező* mégis Krisztus személye, a vele való eleven kapcsolat, a bensőséges, meghitt viszony vele.

A történelmi képnek ez az eszmei tartalma megmagyarázza azt is, miért kívánja meg Szent Ignác a lelkigyakorlatozótól a **nagylelkűséget**.¹ Tudta jól, hogy teljes odaadás, hűség jóban-rosszban nagylelkűség nélkül a lovag és seniora között sem állhatott fenn. Még kevésbé képzelhető tehát el nélküle Krisztus odaadó, tökéletes követése.

Úgyancsak részben a lovagi eszmevilág magya-

¹ 5. Bev. Megj.

rázza meg azt is, hogy Szent Ignác itt rögtön a *szegénység és alázatosság* felé irányítja a lelkigyakorlatozót. Ez a két erény ugyanis Krisztus alapvonása; meghitt baráti viszony tehát nem alakulhat ki közöttünk, csak ha mi is kitűnünk ezekben az erényekben. De ez a két erény Krisztus „fegyverzete és jelvénye” is. Akkor pedig a lovagi hűség azt kívánja, hogy magunkra vegyük Urunk színeit és díszjeleit. Az alázatosság harmadik foka Szent Ignácnál tehát nem Krisztus misztikus szeretetének mintegy irracionális megjelenése, hanem éppen annak a lovagi, harcias Krisztus-követésnek logikus folyománya, amely ugyan látszólag minden misztikus Krisztus-szeretettől távol áll, de valójában Krisztussal olyan egységben, oly bensőséges kapcsolatban folyik le, ami a legnagyobb misztikus szentek sajátossága.

De Szent Ignác nemcsak lovagi megfontolások miatt irányítja itt figyelmünket az érzékiség és tiszteletvágy elleni küzdelemre. Ebben más szempont is vezet. Ő hadvezér is és mint ilyen, konkrété rá akar mutatni Krisztus-követésünk főellenségére, és kimondja, hogy nem tehetünk nagyot Krisztusért, ha nincs bátorságunk szegénységre és alázatosságra, hogy Krisztus követésében el fogunk akadni, ha nincs meg bennünk ez a két erény.¹ Ez az elv nagy fontossága miatt aztán végig is cseng az egész lelkigyakorlatokon.

Az elmondottak után aligha kell még kiemelnünk, milyen fontos a lelkigyakorlatozó számára, hogy Krisztus *vonzó, megragadó* alakban álljon eléje. Ilyen hódító és lenyűgöző jelenség az a Krisztus, akinek

¹ Az Egyház és az egyesek története igazolja Szent Ignácot: minden nagy elindulás Krisztus szolgálatában ezen a két ponton bukott el.

képét Szent Ignác lelkigyakorlataiban megfesti. Ő sohasem választja el Krisztusban az Istent és az embert; benne mindkettőt, a Teremtőt és a Megváltót egyformán látja. Mikor Krisztus szent emberségéhez fordul, sohasem felejtí, hogy az Istennel, a második isteni személlyel lép összeköttetésbe: így szeretetét mindig imádás és hódolat hordozza. Ez a Krisztus nem a múltnak, a történelem egy időszakának Krisztusa, hanem a korunkban is élő Világ-megváltó, aki most is magához hívja a világot, hogy mindenkit üdvözítsen. Ez a Krisztus az örök Király és Főpap, aki tanítva, áldva és magához vonva az embereket, most is közöttünk jár; aki most is vezér akar lenni Istenhez való utunkon, közvetítő Isten és ember között. Ez a Krisztus a nagy világhódító, Isten országának megalapítója közöttünk, aki napjainkban is dolgozik a földön Isten országának kiépítésén. Ő ugyan a megváltás nagy művét halandó földi életében elvégezte, Egyházát is megalapította, de munkáját bizonyos szempontból befejezetlenül hagyta. És ez a Krisztus *munkatársakat keres*, akik nagyszerű vállalkozásában együtt dolgoznának vele!

Szent Ignác így látja Krisztust és ezt a Krisztus-képet állítja a lelkigyakorlatozó elé. És ez a kép, ha meleg színekkel festjük meg, hat majd mindenkire, akiben a hálás szeretet Krisztus iránt már kigyúlt és nagylelkűségében most az a kérdése: Mit tegyek ezért a Krisztusért.

Természetesen csak a *harmincnapos* lelkigyakorlatok nyújtanak elég időt arra, hogy Krisztus fenséges személye a lelkigyakorlatozóban kifejttesse mindazt a hatást, amelyet Szent Ignác vár tőle. De a *nyolcnapos* lelkigyakorlatokban sem szabad elfeledkeznünk arról, hogy ezeknek ereje főként az élő Krisztusból ömlik és az ő személye fogja meg a lélek

bensőjét legjobban. Ezért legyenek ezek a lelkigyakorlatok is a Krisztusra-találás napjai, a vele való meghitt viszony és személyes szeretetünk további kiépítése. Még az *ötnapos* lelkigyakorlatokban is meg lehet valamit valósítanunk a lelkigyakorlatnak ebből a feladatából és meg lehet ízlelnünk ezt a Krisztus-közelséget. A *háromnapos* lelkigyakorlatokba szintén bevihetjük valamiképp Krisztus hódító személyét: legegyszerűbben talán úgy, hogy az öt gyakorlat colloquiumaira terjeszkedünk ki bővebben.¹

A MÁSODIK HÉT

Ez a hét az élet rendezésének *pozitív* oldalát dolgozza ki. Szent Ignác ezt a feladatot *párhuzamos*, de teljesen egybefonódó munkával éreti el a lelkigyakorlatozóval. Egyrészt elvégezteti vele a *választást* (ha ez is a lelkigyakorlatok programján szerepel), és ehhez megfelelő utasításokat is ad elmélkedésekben és különálló jegyzetekben; másrészt pedig állandóan gondja van rá, hogy a lelkigyakorlatozó ne csak *meqlássa* a legtökéletesebbet, Isten nagyobb dicsőségét, hanem magát arra *rászánja* és *képes* is legyen annak megvalósítására. Ezt pedig Krisztus ismeretének és iránta való szeretetének állandó mélyítésével éri el az elmélkedések, de különösen a szemlélődések folyamán. Részleteiben erre itt nem térünk ki, mert a második hét alapvető elmélkedéséhez adott magyarázatunkban (l. előbb) erről már részletesen szoltunk és még szoltunk majd a második hét nagy elmélkedéseinek magyarázatánál is.

A második hét a *megvilágosodás* útján vezeti a

¹ Ebben a részben főként Hummelauer, Sierp, Zeiger, Nostitz, Sträter és Nonell magyarázatait követtük.

lelkiigyakorlatozót, mert igyekvésének központjában itt Krisztus követése és erényeinek utánzása áll.

KÉT ZÁSZLÓ

A második hét első három napjának szemlélődései főként oda hatnak, hogy a szeretet szálai minket minél szorosabban fűzzenek Krisztushoz; nagylelkűségünk, szeretetünk nőjön a vele való meghitt baráti érintkezésben és akaratunk mind őszintében hajoljon követésére, mely egyelőre csak általánosságban irányul az Atya akaratának megtevésére.¹

Ezeknek a szemlélődéseknek még egy sajátos céljuk is van: rá akarja terelni figyelmünket arra a két állapotra, amelyben az Istent szolgálhatjuk: a világban (erre mutat Krisztus názáreti élete) és az evangéliumi tanácsok útján, szerzetben (a 12 éves Jézus a templomban). Ha a lelkiigyakorlatokban nincsen életpályaválasztásról szó, ezt a szempontot felesleges különösebben kiemelni.

A negyedik napon a lelkiigyakorlatozó, ha lelke erre megérett, hozzáfoghat a választáshoz vagy az életreform közelebbi kidolgozásához. Szent Ignác tudja jól, hogy ebben minő veszélyek leselkednek a lelkiigyakorlatozóra és mily tévedéseknek eshet áldozatul, ha nem áll előtte világosan az *Evangélium lényege* és ha nem tudja, *milyen erők hatnak a lelkére*. Azért adja a negyedik napon a Két Zászlóról szóló elmélkedést és a szellemek megkülönböztetéseinek újabb szabályait (I. 133. o.).

A Két Zászlóról szóló elmélkedés nem jön várat-

¹ Természetesen Krisztusnak egyes erényei, különösen a szegénység és alázatosság már benne csengnek ebben a tájékozódásban.

lanul. Már az előző elmélkedésekben két látványban volt részünk: az első héten láttuk az angyalok bukkását, Ádám büntetését, önmagunkat számkivetésben az állatok között, szégyentől elborítva, bilincsekben; majd mint valami genyedő sebet, mint az összes teremtmények gyűlöletének méltó tárgyát, aki megérdemelné, hogy a pokolban égjen. A második hét első három napján¹ éppen ellenkező látvány tárul elénk: a Szentcsalád, Krisztus. Csupa béke és öröm náluk és velük. A Két Zászlóban e két látvány színezésére és hangulatára ismerünk.

Mi a célja Szent Ignácnak ezzel az elmélkedéssel? *Nem meghívás a tökéletes, különösen az apostoli életre.* Természetesen ilyen irányban is hat ez az elmélkedés. Am a célja az elmélkedésnek mégsem ez. *Értelmünket egyszerűen fel akarja világosítani és azt a figyelmeztetést kiáltja felénk:* „Vigyázz, nehogy a sátánt kövesd (akit te nem akarsz semmiképen sem követni), — mikor a vagyonról, a tiszteletről nem akarsz lemondani. Mert tudd meg, hogy az lehet (!) a sátán csapdája is! Azért jó kétszer is megnézned a dolgot, vajjon Krisztustól vagy a sátántól jön ez vagy az a kívánságod.”

Szent Ignác, hogy a sátánt leleplezze, bemutatja *taktikáját*, mellyel megfogja az embereket. E taktikának a veszedelme abban van, hogy *látszólag ártalmatlan* dolgokon kezdi. Vagyon, tisztelet önmagában véve közömbös dolog. De ez éppen a csapda benne. A gyanútlan ember könnyen lépre megy, hiszen nem tudja, miről van szó és szívesen lesz gazdag, szívesen fogadja a tiszteletet. S még tán azt is hiszi, mindezt Krisztusáért, Egyházáért, Isten szereteté-

¹ Ez a „három nap” tarthat hosszabb vagy rövidebb ideig is, a lelkigyakorlatozó szükséglete szerint.

ből teszi. De a végén mégis csak hurokra kerül. Biztosnak kezdi magát érezni a földön; pénzért mindent megkaphat; függetlenségét mind élénkebben, kézzelfoghatóbban érzi és tapasztalja; lassankint felejtetni kezdi az Istent, parancsait. A tisztelet, melyben részesül, megrészesgíti; éhsége mind nagyobb lesz a hatalom, a gazdagság után, mely számára a függetlenséget jelenti és ezzel nyílt az út előtte minden bűnre, egészen az Isten gyűlöletéig.

Az ördög ezt a taktikáját érvényesítheti bárhol, bármilyen állapotú embernél; világiaknál éppúgy, mint szerzeteseknél. Taktikájának lényege azonban mindig ugyanaz; a kísértés mindig látszólag ártalmatlan dologból indul ki és mindig *a függetlenség vágyába és innen a kevélységbe* torkollik. Természetesen azoknál, akik bűnben élnek, ezt a taktikát felesleges alkalmaznia; de itt már nem ilyen lelkekről van szó, hanem azokról, akik a jóról jobbra haladnak.

Krisztusnak is van taktikája, de ez szent, jóságos, nemes taktika. Nincs becsapásról és csapdáról abban szó. Mert hová akarja ő vezetni az embert? Megmondja nyíltan: az alázatosságra, önbizalmatlanságra és függésének átérzésére. Hogyan éri ezt el? Erőszak nélkül. Egyszerűen ajánlja a szegénységet és a megáláztatások elfogadását. „A kapu szűk és keskeny az út” (Mt. 7, 14), de ez visz az életre; mert az alázatosságból, saját semmiségünk és Isten egyetlen nagyságának elismeréséből megnyílik az út a legnagyobb szentségre, Isten tökéletes szeretete felé. A krisztusi „taktikában” előttünk áll a hamisítatlan evangélium és az út, amely az életre vezet.

E kettős képben tehát megismerhetjük, milyen szellemtől kell magunkat vezettetni célkitűzéseinkben és elhatározásainkban. *Fényénél le kell mérnünk minden akarásunkat* és minden benső indításunkat,

hogyan lássuk, csakugyan Istenre irányulnak-e és Istentől erednek-e, vagy pedig ellenkezőleg, az emberi természet ellenségének malmára hajtják-e a vizet? Így fog ez az elmélkedés arra szolgálni, hogy „lássuk, miképpen juthatunk el a tökéletességre mindkét állapotban”.

Végül figyelmeztet ez az elmélkedés arra is, hogy *vegyük halálos komolyan az evangéliumot*, a hegyi beszédet. Az Úr Jézus is figyelmeztet erre, mikor azt mondja, hogy aki szavait megtartja, az olyan, mint aki sziklára építi házáat. Azért az elmélkedés folyamán *üdvös félelmet* is kell magunkban ébreszteni az ördög cselvetéseivel szemben. El kell határoznunk, hogy *bizalmatlanok* leszünk mindaz iránt, amit az ördög cselvetésül fel szokott használni (mint különösen a vagyont és a tiszteletet). De el kell határoznunk azt is, hogy a szegénységet és a megaláztatást, mint az *üdvösség biztosabb útját*, megszeretjük. Ez a kettős elhatározás a *második gyümölcse* ennek az elmélkedésnek. Ha két elmélkedést végzünk erről a tárgyról, lehet az elsőben inkább az első célt (mely az értelemnek egyszerű felvilágosítása), a másodikban a második célt (mely az akarat megindítása) szem előtt tartani.

Célszerű az elmélkedés folyamán a két tábor közötti *ellentéteket jól kiéleznünk*, és így szemügyre vennünk. Az egyik oldalon nyugtalanság, hajsza, kapkodás, mohóság; ennek következtében itt az emberek homályban, sötétségben élnek; nincs idejük és érkezésük arra, hogy eszmélődjenek, lelkükkel törődjenek és az égre nézzenek. A másik oldalon mindennek az ellenkezője látható: nyugalom, béke, világosság, lelki nagyság; nem szolgája, hanem ura az ember az életnek, a világnak.

Ebben a két képben, melyet a két zászló képvisel,

ráismerünk *a lélek visszhangjára* is, melyet az Isten kegyelme, illetőleg az ellenség behatása vált ki bennünk. Hasonlitsuk csak össze ezt a két látványt azzal, amit Szent Ignác a második hétre szóló szabályokban ad a szellemek megkülönböztetésére; amit itt az elmélkedésben képpen látunk, ott azt szavakba öntve találjuk. Azért ezek a szabályok nyujtják a legjobb magyarázatát és kiegészítését ennek az elmélkedésnek.

HÁROM EMBERPÁR

Ez az elmélkedés a Két Zászlóról szóló elmélkedést egészíti ki. Az érzékek gyakorlásának helyén található aznap, amikor négyszer volt elmélkedés a Két Zászlóról. A két elmélkedés között semmi más elmélkedés nincs.

Mi ennek az elmélkedésnek *a célja*? Szent Ignác megmondja a címben: „*hogy akaratunk a legjobb csoporthoz szegődjék*”.¹ Tehát ez az elmélkedés *akaratunk próbája*, miként az előző inkább az értelmünkhöz szól. Azt akarjuk itt megtudni, hogy isten-

¹ A legtöbb fordítás a latin szöveg után indulva ez elmélkedés célját abban jelöli meg, hogy „akaratunk a legjobbat válassza”, azaz a legtökéletesebbet. Egyesek még hozzá is teszik: ez a legtökéletesebb, az evangéliumi tanácsok követése. Így ez az elmélkedés valamiképp meghívás lenne az evangéliumi tanácsokra. A spanyol szöveg azonban eloszlát minden kétséget. „Para abrazar el mejor”, t. i. binario, és nem „lo mejor”. A spanyolban ugyanis melléknévet főnévvé „lo” és nem „el” névelővel képezünk. Ha tehát „el” van melléknév előtt, mint a mi esetünkben, akkor a szó melléknévi jelentését megtartja és vonatkozik főnévére, jelen esetben a bináriusra.

szeretetünk, akarásunk komoly-e, vagy pedig inkább csak akarnámság. Ezt pedig eldönthetjük, ha megkeressük, akarjuk-e komolyan az eszközöket, melyek a célhoz visznek. Mert ennek a próbának alapelve ez: „*Aki komolyan akarja a célt, komolyan kell akarnia az eszközt is.*”

Akaratunk e próbáját Szent Ignác három emberpáron végezteti el. Az *első szeretné* a célt elérni, de nem nyúl semmiféle eszközhöz. A *második* akarja a célt, de ugyanakkor nem is akarja: a jelen esetben meg akar szabadulni a dolog rendetlen vonzalmától, de a dologtól nem. Am mondhatja-e komolyan, hogy a rendetlen ragaszkodástól meg akar szabadulni, ha ugyanakkor a dologhoz meg ragaszkodik? Nyílt ellentmondás ez, mely még nagyobb, mint az első bináriusnál. Ott ugyanis csak az értelem és akarat között van ellentmondás; itt az akaratban magában. Az egyetlen következetes álláspont a *harmadiké*: meg akar szabadulni a rendetlen vonzalomtól, azért hajlandó lemondani magáról a dologról valóságban is. Míg azonban nem tudja, mi az Isten akarata, *ténylegesen nem mond le róla*, de már nem ragaszkodik hozzá (dextra en affecto: szívében lemond róla) és úgy viselkedik, mintha többé nem érdekelné vonzalmának tárgya. Egyetlen kérdése az: mit akar az Isten.

Istenszeretetünknek mi az az akadálya, amelyről Szent Ignác itt beszél? Valamilyen vonzalom, valaminek akarása és nem maga a dolog. A gazdagság, tisztelet közömbös dolgok. És ez a vonzalom sem bűnös, — ezen itt már túl vagyunk — hanem csak zavaró Isten szolgálatában: nem Istenért van meg bennünk és így komolyan akadályozhatna minket abban, hogy Krisztust *tökéletesen kövessük* „minden szegénységben és gyalázatban” és útjába állhatna

bennünk a magasabb fokú életszentségnek, a szeretet hősiességének. Egy ilyen *rendetlen vonzalom tehát az akadály* és az a kérdés, milyen módon állhat az Istent egyébként komolyan szolgálni kívánó lélek ezzel a vonzalommal szemben. (Természetesen ez elmélkedésben elővehetjük azokat a vonzalmainkat is, amelyek bocsánatos bűnök, és szemébe tekinthetünk a kérdésnek, komoly-e istenszeretetünknek vágya, ha róluk nem akarunk lemondani.) Álláspontunk vagy olyan lehet e vonzalommal szemben, mint a harmadik bináriusé: úgy akarunk megszabadulni ettől a vonzalomtól, hogy a dolgot magát Isten lába elé tesszük és azt mondjuk: „add ezt nekem, vagy vedd el tőlem, nekem mindegy; nem veszem magamhoz, de nem is mondok le igazában (valóságban) róla, míg nem tudom, mi a te akaratod”. Hogy ebbe a lelki állapotba tudjuk magunkat helyezni, Szent Ignác egy jegyzetben, amelyet a bináriusokról szóló elmélkedéshez fűz, azt a tanácsot adja, hogy *kérjük Istentől éppen azt, amitől félünk*. Ez az utasítás a harmadik csoporthoz tartozás *ellenpróbája*. Aki ezt az imát őszintén el tudja mondani, az rendetlen vonzalmát bensőleg, szívében is („en affecto”) leküzdötte már.

Ha egy dologhoz ragaszkodunk (például az egész-ségünkhöz), s félünk ezt az imát őszintén elmondani, és csak azt kérjük Istentől, hogy tartsa meg azt úgy nekünk, hogy ne ragaszkodjunk hozzá, akkor nyilvánvalóan a másik csoportban vagyunk. Akarjuk a célt: hiszen kívánjuk, hogy ne legyen meg a vonzalom; de ugyanakkor nem is akarjuk: hiszen ragaszkodunk a dologhoz és tápláljuk iránta vonzalmunkat.

Ha még a vonzalomról sem akarnánk lemondani, nemhogy a dologról, akkor az első bináriusokhoz tartozunk.

Tehát ebben az elmélkedésben tegyünk mindent az Isten lába elé és áldozzuk fel neki mindenünket: ez a *gyümölcse* ennek az elmélkedésnek. Kérjünk betegséget, szegénységet, gyalázatot, rövid életet, ha az jobban vinne a célhoz; kérjünk minden rosszat, amitől félünk, azzal a föltétellel, hogy adja meg nekünk azt az Isten, ha az lenne nagyobb tetszésére. Ha mégis meghagyja egészségünket, ezt vagy azt, amit így Istennek adtunk, akkor elfogadjuk egyedül azért, mert ez az ő tetszése. De szívünket sohasem ragasztjuk hozzá; azt egyedül Istennek tartjuk fenn, akit mindenben szeretünk és keresünk. Így lesz ez az elmélkedés istenszeretünk ösztinteségének a próbája.¹ Ha ezt a felajánlást őszintén nem tudjuk megtenni, vagyis ha nem lennénk harmadik bináriusok, akkor törekedjünk ebbe a lelki állapotba jutni az előző elmélkedések segítségével. Különösen a Két Zászlóról szóló elmélkedésben kell szemünk elé tartanunk, hogy nem járunk az Úr útján és biztosan beleesünk az ördög csapdájába, ha nem vagyunk harmadik bináriusok. A következő elmélkedések során, melyeket Krisztus Urunk életéről végzünk, szintén ebben az *irányban kell dolgoznunk*. Viszont, ha már ebben a csoportban lennénk, ezekben az elmélkedésekben *meg kell erősödnünk* ebben a lelki állapotunkban.

Még egy *másik módon* is alkalmazhatjuk ezt az akarati próbát. Például vegyük fel, hogy célunk ez:

¹ Tanácsos ezt az akarati készséget nemcsak a lelki gyakorlatokban, hanem később is, akár mindennap magunkban felkelteni. Magától értetődik, hogy a nyugtalanságot mindebben kerülnünk kell. Azért ha ilyen nagy-lelkű kéréseket nem tudunk tenni benső nyugtalanság nélkül, hagyjuk el azokat.

teljesen Istené akarunk lenni. Vajjon komoly-e ez az akarat bennünk? Hogy ezt megtudhassuk, vegyük végig, hogyan végezzük lelki dolgainkat, milyen komolyan vesszük jó feltételeinket, milyen a hitünk, bizalmunk, milyen az áldozatkészségünk és így tovább. Ha semmit sem akarunk tenni a célra, csak pusztán kívánság van bennünk, akkor első bináriusok vagyunk. Ha fenntartással élünk; ha nem adjuk fel önakarátunkat, kényelmünket, önérdekeinket, akkor második bináriusok vagyunk. Ha azonban következetesen megvetjük magunkat, önakarátunkat, önzésünket; ha szívesen fogadjuk azt is, ami természet szerint nem kellemes; ha mindentől elszakítva tartjuk szívünket és imáinkban állandóan és őszintén ki merjük mondani: „Uram, vedd és fogadd el mindenemet, minden a Tied, amim csak van, csak Te szeress engem és én szeresselek Téged, ez nekem elég”, akkor komolyan Istené akarunk lenni, akkor harmadik bináriusok vagyunk.

Nagy haszonnal jár, ha ez elmélkedés folyamán megfontoljuk, milyen *méltatlan* az emberhez az első és második binárius magatartása és milyen *sértő* az az Istenre. Különösen sértőnek mondható Istennel szemben a második binárius viselkedése, — erre maga Szent Ignác is rámutat — aki voltaképp be akarja csapni az Istent és mintegy így beszél vele: „Uram, én egyáltalában nem ragaszkodom ehhez a dologhoz; erről kár is többet beszélni. De ha nem ragaszkodom hozzá, úgy nincs többé okod, hogy tőlem azt elvedd? Hagyd meg tehát nekem azt!” De sértő azért is, mert mintegy Istent rá akarja venni, hogy rendetlen kívánságát jóváhagyja és elismerje. (Longhaye után.) A legfőbb indíték, amelyért a harmadik csoporthoz ragaszkodunk, természetesen mégis az a megfontolás legyen, hogy *célunk*-

hoz csak akkor juthatunk el, ha harmadik bináriusok vagyunk. Ez az egész elmélkedésnek főgondolata és tengelye, amelyen minden megfordul. Az indítóoknak ilyen kiemelésével lesz azután ez az elmélkedés nemcsak az akarat próbája, hanem egyben a komoly akarás elindítója is.

AZ ALÁZATOSSÁG HÁROM MÓDJA

Célja ennek a megfontolásnak az, hogy „*lelkes vonzódást keltsen* bennünk Krisztus igazi tanához“, melyet főként a Két Zászlóról szóló elmélkedés tárt hamisítatlan tisztaságában élénk. Szent Ignác ezzel a megfontolással a Két Zászlóról és a Három Bináriusról szóló elmélkedéseket akarja hatásukban tovább erősíteni, hogy így a választáshoz, illetőleg az életreformhoz szükséges legtökéletesebb lelki állapotot kialakítsa bennünk. Az értelmet már felvilágosította, akarásunk komolyságát is lemérte már; most még szívünk ellen akar rohamot intézni, hogy azt egészen és végérvényesen megnyerje Isten tökéletes szeretetének és Krisztus teljes követésének.

Hogyan éri el ezt? Elénk adja az istenszolgálatnak három módját és azt kérdezi tőlünk: „*nézd, nagylelkűségedből nem telne-e ki a harmadik mód?*“ Ebben a kérdésben benne van az egész elmélkedésnek a lényege.

Szent Ignác feltételezi, hogy a lelkigyakorlatozó itt már a harmadik binárius állaspontján van, a Krisztus felhívásáról és a Két Zászlóról szóló elmélkedések hangulatában él és egyetlen vágya az, hogy kitűnjék Krisztus szolgálatában. Ekkor tárja fel előtte a tökéletesség harmadik fokát, hogy lelkesedését még jobban felfokozza és szívének legnemesebb érzéseit is felkeltse. Már eddig is vilá-

gosan megmondta vagy megsejtette vele, hogy hová vezetnek a Krisztus-követés útjai. „Vele lenni”, „vele dolgozni”, „kitűnni szolgálatában”, harcolni „zászlója alatt”, „nagy megajánlást tenni”, „a legjobbat választani”, azaz Krisztus követésében megalkuvást nem ismerni, mindez az igazi Krisztus-szeretet követelményeként állt a lelkigyakorlatozó előtt az előző elmélkedések folyamán. Most Szent Ignác mindezt egy képben foglalja össze és kiegészíti azt a *Krisztus-követés új vonásával*, amelyet csak a szerető szív talál ki és sejt meg. Ha a lelkigyakorlatozó eddig erre még nem jött volna rá, akkor lássa most meg, meddig mehet, hová juthat Krisztus iránti szeretetében: egészen az alázatosság harmadik fokáig, amikor inkább a keresztet, a gyalázatot, a szegénységet választja tisztán azért, *mert Krisztus is ezt választotta*, noha Isten dicsősége e választást nem kívánja; amikor elhatározásainak rúgója az a vágy, hogy mindenben és egyedül ahhoz hasonlítson, annak sorsát ossza meg, akit egyedül szeret, pusztán azért, *mert restellené, hogy neki jobb sorsa legyen*, más „ruhája és díszjelei” legyenek, mint szeretett urának, királyának és vezérének. Igen, ez nem a hideg észnek a számításai; ez a szeretet szava, mely érthetetlen mindazok számára, akik nem szerettek még. Ez a kereszt titka, amely bolondság és dőreség azok előtt, akik Krisztusban is megbotránkoznak. De a lelkigyakorlatozó, aki eddig hűségesen követte Szent Ignácot a Krisztus-követés meredekein, megérti ezt és felujjong a lelke, mikor látja szeretete megnyilatkozásának ezt a lehetőségét és távlatait. Ha van benne nagylelkűség, nemes vonzódás Krisztushoz, — és hogyne lenne? — akkor nem fog meghátrálni, hanem

lelkesen igent mond a szeretet ez utolsó, legfelső fokának is.

Ezt a képet, hogy lelkesítő ereje és felemelő hatása lehetőleg még erősebb legyen, Szent Ignác nagyszerű pszichológiával a tökéletesség *két alacsonyabb csúcsa mögött mutatja be*, jól tudva, hogy ebben a fokozásban az utolsó csúcs magassága és szépsége annál plasztikusabban és megragadóbban emelkedik majd ki; éppúgy, mint ahogy egy hegynek magasságát is csak akkor érzékeljük igazán, ha látjuk, hogy magasnak ismert hegyláncok is eltörpülnek mellette. Az alázatosság első, de különösen a második módja Isten szolgálatának, a tökéletességnek kiváló magaslata. A lelkigyakorlatozó már maga is ezen a csúcson van, és tudja, mit jelent az, mikor valaki ebben a magasságban megmarad és kitart. És mégis, bármily messzeséget is jelent még a második foktól a harmadik fok, az ő nagylelkű, Krisztust igazán szerető szívét az első és második csúcs nem elégítheti ki. Beérhetné-e annyival, szeretete csak annyira lenne-e képes, hogy éppen a halálos bünt kerülje? Vagy talán már elég lehetne-e neki, ha Istent egyedül szereti ugyan és közömbös már a teremtményekkel szemben, de ez a szeretet bizonyos mértékben számító, mérlegelő? Nem, *neki ez nem lehet elég*, ha látja, hogy tökéletesebben is lehet szeretni Krisztust: számítás és mérlegelés nélkül, úgy, ahogyan Krisztus szerette őt, a kereszts boldogságáig. Az alázatosság három fokának bemutatásával Szent Ignác körülbelül ebbe az érzés- és gondolatmenetbe viszi bele a lelkigyakorlatozót, hogy lelkesedését, nagylelkűségét lehető legmagasabbra fokozza.

Melyek az alázatosság e három módjának *lényeges vonásai?*¹

A első foknál ezek a lényeges vonások a következők: szakítás a halálos bűnnel, de a bocsánatos bűn még sem elvileg, sem ténylegesen nincs elintézve; a teremtményekhez is még bizonyos mértékben megvan a ragaszkodás. Következőleg még sok a tökéletlenség is. Az elhatározások indítóoka inkább a félelem; a szeretetnek még kevés a szava és az is gyenge.

A második foknál ez a három vonás található: közömbösség a teremtmények iránt; az Isten szeretete mindenben a döntő, noha ez a szeretet még csak Isten nagyobb dicsőségére néz és mintegy az igazság alapján áll; teljes szakítás a bocsánatos bűnnel. Ez a harmadik binárius lelki állapota.

A harmadik foknál, mely az előzőket is magába foglalja, az istenszolgálatnak még egy újabb indítéka lép fel. A második fokon az akarat választását az dönti el, mi az Isten dicsősége. Itt a harmadik fokon valami más. Nem a természetes hajlam, — magátólértetődőleg. Nem a saját üdvösségünk, — ez minden esetben biztosítva van. De nem is Isten dicsősége, — ez is egyforma a feltétel szerint. De íme, a lélek a keresztre pillant. Eszébe jut a szegény, megvetett, szenvedő Krisztus és már tudja is, mit válasszon: választja a keresztet, a megvetetést, a szegénységet csak azért, mert Krisztus is ezt választotta, mert ő is a kereszten van. Ebben a lelki állapotban Krisztus szeretete a döntő, a szereteté a végső szó. Mert ő megalázta magát értem: én is. Mert ő szegény lett értem: én is. Egyszerűen

¹ Az eddigiekből is világos, hogy nem egyes aktusokról, hanem állandó lelki készségről van szó.

azért, hogy olyan legyek, mint ő, hogy vele lehessenek, hogy hálából mindent visszaadjak, amit csak adott nekem. A lelkiületnek ez az indokolása az, amit a harmadik fok a másodikhoz hozzátesz.

Szent Ignác az istenszolgálatnak ezt a három módját *alázatosságnak* hívja. Ez a három különféle lelki állapot végeredményben ugyanis saját semmiségünknek és Isten nagyságának elismerésén nyugszik, amely abban nyilvánul meg, hogy teljesen alávetjük magunkat az Istennek, másnak pedig az Istenért. A teológia önmagunknak ezt az alávetését Istennek, alázatosságnak nevezi.

A MÁSODIK HÉT SZEMLÉLŐDÉSEI

Szent Ignác ezeket a szemlélődéseket nem találomra választotta ki és állította így össze. Az a szempont vezette, hogy lehetőleg olyan tárgyat válasszon e napok szemlélődéseiül, amelyen könnyen be lehet mutatni és ki lehet fejteni az *alapvető elmélkedések gondolatait és érzésvilágát*. A második hétnek ezeket az elmélkedéseit tehát a Krisztus Királyságáról, a Két Zászlóról, a Három Emberpárról, az Alázat Három Módjáról szóló elmélkedéseknek szellemében és hangulatában kell végeznünk. Csak így fogják elősegíteni a választást, illetőleg az életreform munkáját, mely ezekkel az elmélkedésekkel párhuzamosan folyik. Ezzel meghatároztuk ezeknek a szemlélődéseknek célját és feladatát.

Van azonban *még egy fontos cél*, melybe ezeket az elmélkedéseket be kell állítanunk, és ez az, hogy ezekben megerősítsük és *tefokozzuk Krisztus iránti bizalmunkat*. Aki Krisztus tökéletes követésére szánja magát, az olyan életmódot választ, amelyben hiányzik mindaz, amire az emberek jövőjüket építeni

szokták, mint a vagyon, család, hatalom stb. Itt, Krisztus követésében, nincs csak egy szilárd pont és ez maga Krisztus. Aki nem Krisztusra, éspedig csak reá épít, reá támaszkodik, az előbb-utóbb vagy egészen visszafordul a megkezdett úton, vagy beéri fél-munkával és sohase jut el a tökéletesség magaslatára. Viszont pszichológiai lehetetlenség, hogy egyedül Krisztusra építsünk, azaz minden támaszt eldobjunk magunktól, egyet kivéve, ha ebben az egyetlenegyben nem bízunk rendületlenül és mindenek felett. Azért rendkívül fontos, hogy ezek az elmékedések minket Krisztus iránti határtalan bizalomra hangoljanak. Csak így alakul ki bennünk az a lelki állapot, amelyben a választást vagy az életreformot a helyes elvek szerint tudjuk majd megcsinálni, illetőleg miután megcsináltuk, tudunk majd abban megerősödni és kitartani.

A HARMADIK HÉT

A második hét lezárásával a lelkigyakorlatok nem fejeződtek be. Igaz, az alázatosság harmadik fokában Szent Ignác bemutatta a tökéletesség legmagasabb csúcsát, amelyen túlmenni már nem lehet. A választást illetőleg az életreform munkája is lezárult. Ám a lelkigyakorlatok menete mégis emelkedik, viszi magával a lelkigyakorlatozót, hogy *jófel-tételeiben megerősítse*.

Az új élet, amelyre a lelkigyakorlatokban magunkat szánjuk, nehéz és tövises. Csak a tényleges szegénység mennyi nélkülözésre, lemondásra ad alkalmat! A gyermeki bizalom az isteni jóságban és hűségben (a második hét egyik gyümölcse!) vet ugyan valami fényt a látványra, amely a jövőből int felénk. Mégis, szívünk mélyén, tudatában vagyunk annak,

hogy ha az Isten őrködik is — és pedig különösen — azok felett, akik teljesen rábízta magukat, ez mégsem jelenti azt, hogy száz és ezer veszélybe, nehézségbe ne kerülünk és néha rettenetesen ne szenvedjünk; amiben nem lett volna részünk, ha az emberi eszközökből (például vagyonból!) ki nem üresítjük magunkat.

Joggal fél tehát Szent Ignác, hogy elhatározásainkban a szenvedéstől való félelem miatt végül mégis csak meg fogunk inogni. Viszont ha sikerül neki ezt a félelmünket ártalmatlanná tenni, sőt a szenvedést velünk megszerettetni, akkor ledöntötte bennünk *az utolsó akadályát* annak, hogy elhatározásainkhoz hűek maradjunk és kövessük Krisztust egészen közelről az alázatosság harmadik fokán.

Azért a harmadik hét összes elmélkedéseit az általános célon kívül, mely ugyanaz, mint a második hét szemlélődéseinek általános célja (t. i. Krisztus ismeretébe és személyes szeretetébe minket bevezetni), egy *sajátos feladatba* állítja be. E héttel még azt akarja elérni, hogy Krisztus szenvedéseinek, hősi türelmének szemléletével *elvegye tőlünk a szenvedés félelmét, és megkívántassa velünk a szenvedést*, nemcsak annyiban, amennyiben ez természetes ellenszenvünk legyőzésére szolgál (l. a megjegyzést a bináriu-sok után), hanem annyiban is, amennyiben nekünk alkalmat nyújt arra, hogy közelről kövessük és utánozzuk Krisztust és viszonzzuk különös szeretetét, mellyel szeretett minket.

Más szavakkal ez a hét *az alázatosság harmadik foka* felé irányítja a lelkigyakorlatozót. Egyrészt e foknak indítékait máris alkalmazásba véteti és gyakoroltatja vele, másrészt felfokozza és elmélyíti azoknak erejét s így Krisztus iránti áldozatos szeretetét hathatósan növeli.

Nézzük mármost közelebbről, hogyan éri el Szent Ignác a harmadik hétnek e közelebbi célját. Mielőtt belemerítene minket az Úr szenvedésének óceánjába, egy *bevezető elmélkedést* bocsát előre, melyben felszítja bennünk az első hét két legfőbb érzését: a szégyenkezést és fájdalmat bűneink felett (3. előgyakorlat). Az első héten a bűnt inkább abból a szempontból láttuk, hogy azok nagy bajt zúditottak mireánk; most sokkal nemesebb ok indít a fájdalomra; „sírok, szégyenkezem, hogy az Úr az én *bűneim miatt* indul a szenvedésbe”. Ezzel a következő elmélkedések végzésére a legmegfelelőbb hangulatot szerezzük meg. Ennek a hangulatnak ezért végig kell kísérnie minket az egész harmadik héten.

A többi elmélkedésnek azonban már *más a gyümölcse*. Ezekben arra kell törekednünk, hogy *Krisztussal szenvedjünk* és bensőleg fájjon az ő szenvedése: „fájdalmat érezzünk a fájdalmakkal telt Krisztussal, megtörtséget a megtört Krisztussal, könnyeket, benső szenvedést ama nagy kín fölött, amelyet Krisztus *elszenvedett* értem”. Ez az együttérzés, szenvedés Krisztus szenvedésén, ha az első elmélkedésnek háttérében és hangulatában nézzük a szenvedés misztériumait, meg fogja erősíteni szívünket, hogy merjünk szenvedni és legyen bátorságunk Krisztust a kereszt útján is követni.

E cél elérésére Szent Ignác a szokásos három ponthoz *még hármat* csatol: 1. mit szenved és mit akar szenvedni Krisztus, 2. hogyan rejtí el az istenség magát. Az utolsó, a harmadik hivatkozik nemes szívünkre legjobban, ahol azt kell megfontolni, „hogyan túri el a mi Urunk mindezt az én bűneimért”. „Az én bűneimért, pedig szenvedéseinek gyümölcséből számomra egészen különleges részt biztosított... mások, méltóbbak, mint én, kevesebb bűnnel, elkár-

hoztak... mit tegyek tehát érte?" Minderre a felelet Krisztus nagylelkű és szoros követése lehet, az az elhatározás, hogy „teljesen, és nemcsak félig-meddig meg akarjuk utálni mindazt, amit a világ szeret és felkarol, valamint elfogadni és teljes erővel megkívánni, amit Krisztus Urunk szeretett és fölkarolt.” (Jézustársaság Szabályai, Summarium, 11. sz.) Azért itt a kérdés tartalma az imabeszélgetésben ugyanaz, mint a Két Zászlóról szóló elmélkedésben. Ekként a harmadik hét *legközelebbi célja* az, hogy megerősítve minket Krisztus áldozatos szeretetében, elváltassa velünk azt a lelkületet, amelyet az alázatosság harmadik fokának ismertünk meg.

A harmadik hét elmélkedéseiben a keresztt úgy jelenik meg, mint egyesülés Krisztussal, részvétel az ő szenvedéseiben; a Krisztus-követés pedig, mint kereszthordozás vele. Ez a hét így már az *egyesülés útjára* emeli fel a lelkigyakorlatozót.

A NEGYEDIK HÉT

A keresztt, a szenvedés nem utolsó szava a kereszténységnek. A nagypéntek után jön a húsvét, a kereszthalálra a föltámadás dicsősége. Ezt a nagy gondolatot használta ki Szent Ignác a negyedik hétben, hogy a lelkigyakorlatozót elhatározásaiban, ha lehet, még tovább erősítse.

Hogyan éri el ezt az eredményt?

A lelkigyakorlatozó a harmadik hét végén elszántan néz a Krisztus-követés elé. Tudja, hogy útja a hősiesség, a kereszthordozás útja lesz. És már nem fél. Bízik az Istenben, s a szenvedő Krisztussal való hasonlóság ellenállhatatlanul húzza. Am Szent Ignác tudja, hogy ez a hősi elszántság csak akkor fog Krisztus hősiességébe érni, ha azt öröm és lelki

vidámság lendíti előre. Azért a negyedik hét folyamán bemutatja, hogy Krisztus győzött; hogy szeret és megvigasztal minket; hogy ez a győzelmes Krisztus küld minket a világ megváltására a szenvedés és munka útján.

Ezekkel a gondolatokkal *felkelti bennünk az igazi örömet*, azt a diadalmas érzést, mely kitágítja a szívet és megacéloztatja az akaratot.

Felkelti elsősorban *a szeretet örömét*: örvendünk Krisztus örömének és dicsőségének, az ő boldogságának és győzelmének. Aki szeret, az érti ezt a nyelvet: az egymást szeretők legnagyobb öröme, hogy a másik boldog és örül.

De felkelti bennünk *a remény örömét is*. Szabad ugyanis Krisztus dicsőségében és örömében a mi dicsőségünket és örömünket, az ő győzelmében a mi győzelmünket látni. Ha Krisztus feltámadott és győzött, mi is feltámadunk és győzünk, mi, akik vele vagyunk a szenvedésben és a kereszthordozásban. Milyen dicsőségessé és édessé alakítja át ez a gondolat szenvedéseinket! Valóban, van okunk örülni még a szenvedésben is. Ezek a gondolatok nem újak. A Krisztus felhívásáról szóló alapvető elmélkedésben már felcsillantak Krisztus beszédében: „Aki követ a szenvedésben, az kövessen a dicsőségben is.” A negyedik hét ezt a programot fejtí csak ki és mutatja be.

De ugyanúgy visszacseng ez a hét ugyanennek az alapvető elmélkedésnek egy másik gondolatára is. Ebben az elmélkedésben Krisztus Királytól küldetést kapunk a világ meghódítására. Ez a Krisztus a negyedik hétben újra elének lép, mint győzelmes Király és most is küld minket, mint apostolait küldte egykor a föltámadása után. De ez a krisztusi küldetés most egészen más, sokkal mélyebb visszhangokat fog

kelteni lelkünkben, mint a második hét elején. A negyedik héten a lelkes, nagylelkű és hősiesség szeretet hangulata uralkodik bennünk. Szenvedéstől, munkától nem félünk többé: Istenben bízva, nyugodtan nézünk a jövő elé. Ha most ebben a hangulatban teljes tudatára jutunk annak, hogy *Krisztus minket is hív*, velünk is vannak szándékai világhódító terveiben, ez kétségkívül az örömmek és apostoli vágyaknak eddig nem is sejtett mélységeit tárja fel nekünk. Így ez a hét egyrészt megerősíti bennünk az apostoli vágyakat és elhatározásokat; de másrészt az apostoli küldetés, melyet Krisztustól kaptunk, újabb örömforrást is nyit számunkra, amelyből mindig erőt, kitartást fogunk meríteni a Krisztuskövetés nehéz, fáradságos útján.

Krisztus dicsősége és boldogsága, a mi dicsőségünk és boldogságunk, végül apostoli küldetésünk: ez tehát az a három gondolat, amely hivatva van arra, hogy a negyedik hét folyamán bennünk a lelki örömet és vidámságot felszítssa és végérvényesen megszilárdítsa lelkigyakorlatos jóföltételeinket. Hogy a negyedik hét e célját elérje, elmélkedéseinkben erre a három gondolatra ismételten vissza kell jönnünk és rá kell mutatnunk.

Ez a hét még jobban, mint a harmadik, az *egyesülés* útján vezeti a lelkigyakorlatozót a tökéletesség felé.

SZEMLÉLŐDÉS A SZERETET MEGSZERZÉSÉRE

A lelkigyakorlatok a szeretet iskolája; a szeretetben indultak el, a szeretetben folytatódtak, a szeretetben végződtek. A fundamentum már arra figyelmeztetett, hogy szeretetből mindent Istenre kell vonatkoztatnunk és mindenben egyedül Istent és az ő

dicsőségét kell keresnünk. Az első hét szeretetre hangol minket az iránt, aki jóllehet Teremtő volt, a kereszten halt meg értünk. Szeretetet keltettek fel bennünk a következő hetek, amelyekben az Isten-ember életét, szenvedését és dicsőségét szemléltük. Joggal kérdezhetjük ezekután: van-e akkor még szükség befejezésül egy külön szemlélődésre, mely a szeretetről szól? Szent Ignác jónak látja ezt. Vajjon miért?

Most, a lelkigyakorlatok végén, mikor a szem tisztábban lát, a szív fogékonyabb, hadd lássa meg a lelkigyakorlatozó egy képben összefoglalva Istennek ezt a nagy szeretetét, hadd jusson ennek a szeretetnek teljes tudatára és ismerje meg, hogy Isten a szeretet és ő *Isten szeretetében él, van és mozog*. Ezzel Szent Ignác a lelkigyakorlatozót egészen az Istenség szeretetéig emeli fel. Eddig is Isten szeretetére tanította őt; de ez a szeretet elsősorban Krisztusra, a megtestesült Istenre irányult. Most, miután szeretetét Krisztus szent emberségén felnevelte és kifejlesztette, felvillantatja előtte magát a láthatatlan és érzékelhetetlen Istenséget, hogy így megnyissa előtte, ha az Isten kegyelme őt erre hívna, a misztikus egyesülésnek magasabb útját. Ez az első célja ennek a szemlélődésnek.

De Szent Ignácnak még két más oka is van, miért végezteti el a lelkigyakorlatozóval ezt az elmélkedést, mielőtt búcsúzna tőle.

Először is szeretné őt arra emlékeztetni, — mintha félne, hogy a lelkigyakorlatozó ezt el találná felejtetni — hogy *a szeretet nem a szavakban, nem is csak az érzelmeiben van, hanem, ha igazi, tettben nyilvánul meg*, és javaink kölcsönös kicserélésében áll. Hogy ezt az igazságot jól fejébe vesse, — és ez a második feladata ennek a szemlélődésnek — bemutatja

Isten-szeretetét, ezt a tevékeny, mindenütt jelenlevő, önmagát adó szeretetet, és azt mondja neki: „Lásd, ilyen az igazi szeretet; ha te is igazán szereted Istent, szeretetednek ilyennek kell lennie.”

Végül Szent Ignác ebben a szemlélődésben be akarja vezetni a lelkigyakorlatozót a *tevékeny életbe*. Eddig, harminc napon át, a szemlélődés életét folytatta; most itt áll a szemlélődő és tevékeny élet határán, egy új életnek a kapujában. Meg kell tehát tanulnia, hogyan élhet a tevékenységben, külső munkákban is, benső, imádságos, Istennel egyesült életet; röviden: *hogyan lehet „szemlélődő a tevékenységben is”*.¹ Szent Ignác e célra elvégezteti vele ezt a szemlélődést és mintegy azt mondja neki: „Nézd, Isten mindenütt jelen van, mindenben ő dolgozik, ő szeret. Tehát mindenben megtalálhatod az Istent. Csak keresd mindenben őt és akkor meg is találod őt; akkor Istennel állandóan egyesülve maradsz, semmiféle külső tevékenység nem fog elszakítani tőle és megoldottad a lelki élet legnagyobb problémáját: hogyan egyeztethető össze a tevékeny élet a szemlélődővel.”

A lelkigyakorlatoknak ez a záró elmélkedése visszanyúlik az első alapvető elmélkedés, a fundamentum gondolatvilágába. Szinte azt mondhatjuk, hogy *ugyanaz a témája*, mint annak; de most már más hangszerelésben. Mindkettőben az Istenhez való viszonyunkat nézzük. De ott az alapvető elmélkedésben a teremtményeket úgy tekintettük, mint eszközöket a célra, amelyeknek tehát sohasem szabad Isten és közénk állniuk. Azért a lelkigyakorlatok kezdetén a közömbösséget kellett kiemelniük velük szemben.

¹ P. Nadalnak, Szent Ignác kiváló tanítványának szavai, a jezsuita lelkiség megjelölésére.

A lelkigyakorlatok végén a teremtményeket nem szükséges többé mint akadályokat tekintenünk. A lelkigyakorlatozó már kibontakozott azokból a kötelekekből, amelyek szívét a teremtményekhez láncolták. Így most már a teremtményeket másképp nézheti: úgy, mint amelyek Istenhez visznek, mert Istennek adományai és Istent hordozzák.

A két elmélkedésnek gyakorlatilag *a célja is ugyanaz*. A fundamentum abba az elhatározásba viszi bele akaratomkat, hogy „egyedül azt kívánjuk és válasszuk, ami jobban segít a célra, amelyre teremtvé vagyunk”. A befejező elmélkedés a felé a lelkiség felé irányít minket, amely „mindenben tudja szeretni és szolgálni Isten szent Főlségét”. Ekként a befejező elmélkedés a fundamentum betetőzése és kiteljesülése; az az új fundamentum, amelyre lelki életünket a jövőben felépítjük.

A. M. D. G.

TARTALOM

Előszó	3
<i>I. Rész. Bevezető a Lelkigyakorlatos Könyvhöz</i>	
Szerzője	5
Keletkezésének ideje és módja	6
Eredetisége	8
Hatásának titka	12
Tartalma	16
Története	18
Szövegei és kiadásai	21
Irodalma	23
<i>II. Rész. A Lelkigyakorlatos Könyv</i>	
Bevezető megjegyzések	26
Lelkigyakorlatok	37
Első hét	
Kiindulóelv és alapigazság	38
A részleges és naponkinti lelkiismeretvizsgálás	38
Általános lelkiismeretvizsgálás	40
Az általános lelkiismeretvizsgálat módja	45
Általános gyónás és szentáldozás	45
Az első gyakorlat: Elmélkedés a hármias bűn fölött	47
A második gyakorlat: Elmélkedés a bűnökről	50
A harmadik gyakorlat: Az első és második gyakorlat megismétlése	52
A negyedik gyakorlat: A harmadik gyakorlat összefoglalása	53
Az ötödik gyakorlat: Elmélkedés a pokolról	53
Kiegészítő utasítások az első héthez	56

Második hét

Elmélkedés Krisztus Király felhívásáról . . .	61
Első nap	
Első szemlélődés a Megtestesülésről . . .	63
Második szemlélődés Urunk születéséről . . .	65
Harmadik szemlélődés: Az előző két szemlélődés megismétlése	67
Negyedik szemlélődés: Ismétlés	67
Ötödik szemlélődés: Az érzékek gyakorlása az előző szemlélődéseken	67
Megjegyzések a második héthez	68
Második nap	
Krisztus bemutatása a templomban és az egyiptomi futás	70
Harmadik nap	
Krisztus Názáretben, a 12 éves Jézus a templomban	70
Bevezető a különböző állapotok megfontolásához	71
Negyedik nap	
Elmélkedés a Két Zászlóról	72
Elmélkedés a három bináriusról	75
Ötödik naptól a tizenkettedikig	
Szemlélődések Krisztus életéről	76
Jegyzetek	78
Az Alázatosság három módja	78
Bevezető a választás megejtéséhez	80
Megfontolás a választás tárgyáról	81
A választás három időpontja	82
A jó választás első módja	83
A jó választás második módja	85
Utasítások életünk megjavítására	86

Harmadik hét

Első nap	
Első szemlélődés: Az utolsó vacsora	88
Második szemlélődés: Krisztus az Olajfák hegyén	90
Jegyzetek a harmadik héthez	91

Második naptól a hetedik napig	
Szemlélődések Krisztus szenvedéseiről	92
Étkezési szabályok	94
Negyedik hét	
Első szemlélődés	97
Jegyzetek a negyedik héthez	98
Szemlélődés a szeretet megszerzésére	99
A három imamód	
Az első imamód (a parancsok, bűnök, lelki tehetségek fölött)	102
A második imamód (szemlélődés az ima egyes szavainál)	104
A harmadik (ütemszerű) imamód	106
Krisztus életének titkai	
A Boldogságos Szűz köszöntése	107
A Boldogságos Szűz látogatása	107
Krisztus születése	108
A pásztorok imádása	108
Krisztus körülmetéltetése	108
A bölcsék imádása	109
Krisztus bemutatása a templomban	109
Az egyiptomi futás	109
Hazatérés Egyiptomból	110
Krisztus rejtett élete Názáretben	110
A 12 éves Jézus a templomban	110
Krisztus megkeresztelkedése	111
Krisztus megkísértése	111
Az apostolok meghívása	111
A kánai menyegző	112
A kufárok kiűzése a templomból	112
A hegyi beszéd	113
Krisztus lecsendesíti a vihart	113
Krisztus a tengeren jár	114
Krisztus tanítványait prédikálni küldi	114
Magdolna megtérése	115
A csodálatos kenyérszaporítás	115
Krisztus színeváltozása	116
Lázár feltámasztása	116

A bethániai vacsora	117
Bevonulás Jeruzsálembe	117
Prédikáció a templomban	117
Az utolsó vacsora	118
Krisztus az Olajfák hegyén	118
Krisztus elfogatása; Annás előtt	119
Krisztus Kaifás előtt	119
Krisztus Pilátus előtt	120
Krisztus Heródes előtt	120
Krisztus ismét Pilátus előtt	121
Krisztust halálra ítélik és keresztre feszítik	121
Krisztus a kereszten	122
Krisztust eltemetik	122
Krisztus feltámadása, első megjelenés	122
Második megjelenés	123
Harmadik megjelenés	123
Negyedik megjelenés	123
Ötödik megjelenés	124
Hatodik megjelenés	124
Hetedik megjelenés	125
Nyolcadik megjelenés	125
Kilencedik megjelenés	125
Tizedik megjelenés	126
Tizenegyedik megjelenés	126
Tizenkettedik megjelenés	126
Tizenharmadik megjelenés	126
Krisztus mennybemenetele	127

Függelék

Szabályok a lelki behatások felismerésére az első héten	128
Szabályok a lelki behatások teljesebb felismerésére a második héten	133
Az alamizsna elosztásának szabályai	136
A lelki aggályok megismerésének szabályai	138
Az egyházas érzés szabályai	140

III. Rész. Magyarázatok

Cím	145
Fundamentum	146

Bevezető ima	159
Az első hét	160
Krisztus Király felhívása	170
A második hét	180
Két Zászló	181
Három Emberpár	185
Az Alázatosság Három Módja	190
A második hét szemlélődései	194
A harmadik hét	195
A negyedik hét	198
Szemlélődés a szeretet megszerzésére	200

