

LOYOLAI SZ. IGNÁC

LELKIGYAKORLATAI



LOYOLAI SZENT IGNÁC

LOYOLAI SZ. IGNÁC
LELKIGYAKORLATAI

(Szó szerinti fordítás.)

Fordította, bevezetéssel és a legszükségesebb
jegyzetekkel ellátta

VUKOV JÁNOS S. J.

– 1931. –

KIADJA KORDA R.-T. BUDAPEST

Imprimi potest.

Budapestini, die 27. Sept. 1930.

*Franciscus Biró S. J.
praepos. Prov. Hung.*

Nihil obstat.

*Dr. Julius Czapik
canon.-abbas, cens. dioec.*

Nr. 3290.

Imprimatur.

Strigonii, die 21. Octobris 1930.

*Stephanus Breyer
Eppus, Vicarius Generalis subsl.*

I. Bevezető.

A *Lelkigyakorlatok* c. könyvecske Eredete.

A lelkigyakorlatokat az ebben a könyvecskében található alakban elsőnek Loyolai sz. Ignác végezte a spanyol Manrézában. Amit ott átélt és tapasztalt, azt papírra vetette. Első fogalmazását idővel átsímitgatta, javítgatta és lelkének újabb értékes élményeivel toldotta meg. Így született meg az a kis, de tartalmas könyvecske, amelynek a címe *Lelkigyakorlatok*, és amely az évezredes keresztény életnek és aszkézisnek új formába való öntése és a gyakorlati életbe új módszerrel való átültetése.

Rövid története.

E könyvecske első fogalmazása spanyol nyelven történt mégpedig magában Manrézában. Kissé kibővítve és latin nyelvre fordítva nyomtatásban megjelent 1548-ban, amely év július 31.-én III. Pál pápa jóváhagyta és mindenkinek nagyon ajánlotta. Erre „Versio Vulgatának“ nevezett latin fordítás sokáig volt használatban és újabb magyarázatokkal és javításokkal ellátva több kiadásban jelent meg. Mint-hogy azonban a lelkigyakorlatos könyv több százados

használatban is kimeríthetetlen forrásnak bizonyult, P. Roothaan János, a visszaállított Társaság egyik kimagasló és gondviselészerű generálisa, hogy ezt a forrást kimélyítse, az eredeti spanyol szöveget szó szerinti lefordította latinra, mert úgy vélekedett, hogy csak a szó szerinti fordításnak van meg az az egyszerűsége és a vele kapcsolatos kenetteljessége, amely a szenteknek nemcsak gondolatait, hanem szavait is kíséri. Így látott napvilágot a P. Roothaan-féle *versio litteralis*, amelynek szó szerinti magyar fordítását óhajtom én is adni.*)

Gondolatmenete.

A szent szerző a teremtés tényéből indul ki és megállapítja az ember és a többi teremtmény célját. Megadja a teremtmények használatára vonatkozó szabályt és ennek biztosítására szükségesnek tartja a teremtményekkel szemben a közömbös lelki állapotot, hogy így képesek legyünk mindig azt, ami jobban célunkhoz vezet, választani. Evvel a lelki gyakorlatok befejeződnenek, ha egy másik tény nem léteznék az ember történetében, t. i. a bűn ténye.

*) A kis könyv fordításánál szorosan ragaszkodtunk a P. Roothaan-féle „*versio literalis*”-hoz, amennyiben azt a magyar nyelv szelleme megengedte, de tudtunkkal nem áldoztunk fel egy gondolatot sem a stílus kedvéért. A lelkigyakorlatos könyv szövege tehát sértetlen maradt. Ami a szöveg beosztását és sajtó alá való rendezését illeti, azt is megtartottuk eredeti beosztásban, csak világosabb áttekintés és könnyebb kezelés végett a szöveget olyan fő- és alcímekre is osztottuk, amelyek a könyvecskében nem találhatóak. Így a római számokkal jelzett főcímek és az arabs számokkal jelzett alcímek a „Hetek” és a függelékben levő alcímek kivételével a fordító betoldásai, úgyszintén a címek számozása és egyéb betűkkel vagy számokkal történt beosztás is.

A bűn tényét, Isten gondolatát és ítéletét a bűn felett a szerző találóan megvilágítja az úgynevezett első, második és harmadik bűnnel vagyis az angyalok és ősszüleink kinyilatkoztatott bukásával és annak a kinyilatkoztatott igazságnak gyakorlati elgondolásával, amelynél fogva elkárhozik az az ember, aki a halálos bűn állapotában hal meg, ha mindjárt csak egy nagy bűnt is követett volna el. Eme kinyilatkoztatott tények és igazságok gyakorlati alkalmazása abban áll, hogy nagyfokú pirulást, szégyenkezést és megalázódást iparkodunk magunkban felkelteni bűneink miatt, amelyeket az Isten így büntet, látván azt, hogy ezt velünk még nem tette meg. A hatás mélyítésére szolgál a saját bűneinkről szóló elmélkedés, amely úgy tüntet fel bennünket, mint az emberiség fekélyét és az isteni irgalom csodáját. A bűnökről szóló elmélkedések a pokolról való elmélkedéssel végződnek, mert ép ez mutatja meg leghatásosabban, hogyan ítél az Isten a bűn felett. Evvel befejeződik az első hét és a voltaképeni lelkigyakorlat. A többi hét az első hét gyümölcset: a lélek megmentésére irányuló kötelességérzetet és a rendetlen hajlamaink kiirtását segíti elő és biztosítja, azaz erősíti a jóban és előbbre visz, szinte megacéloz benne.

Minthogy tehát az ember gyakorlati célja a földön a lélek megmentése, az üdvösség legnagyobb veszedelemre pedig a rendetlen hajlamokból, az önszeretéből származó bűn, azért keresnünk kell az Istennek velünk rendelkező akaratát, hogy azt felismerve és kivetkőzve a rendetlen önszeretetből, feltétlenül kövessük. Ez a főfeladata a második hétnek. E feladat megoldása pedig az Úr Jézus minél tökéletesebb

megismerése, megszeretése és követése által történik.

Az Isten által elgondolt ember vagyis a vallásos ember legtökéletesebb képviselője ugyanis Jézus Krisztusban áll előttünk, akinek élete és tanítása ránk nézve az üdvösség programja, azért a második hétben a szent szerző bemutatja Őt egy ideális király elgondolásában, majd felvonultatja előttünk életének titkait, amelyek közt vannak olyanok, amelyek mindenkire vonatkoznak, mint a kötelességek, és vannak olyanok, amelyek csak evangéliumi tanácsok. Jézus eme kettős életének a nyomán eljutunk az Isten által akart életpálya megválasztásához vagy életünk megreformálásához. Hogy ennek az életpályának a megválasztása vagy az életreform minél rendezetlenebben történjék, a két zászlóról szóló elmélkedésben rámutat a gonosz szellem csalárd taktikájára és az Úr Jézus tiszta és igaz szándékaira, majd a három emberpárról szóló elmélkedésben az akaratlanság és rendetlen ragaszkodások veszedelmére és az alázatosságnak fokokban különböző három módjának a megfontolásával azt a lelkületet igyekszik a lelki gyakorlatot végzőben kialakítani, amely alkalmas arra, hogy Krisztus igazi tanához vonzódjunk. Miután pedig megadta a jó választások időpontjait, anyagát és szabályait, folytatja Jézus életének titkait egészen az utolsó vacsoráig kizárólag.

Az utolsó vacsora szemlélődésével kezdődik a harmadik hét. Jézus szenvedésével foglalkozó harmadik hétnek a rendeltetése az Úr Jézus további megismerése, megszeretése és követése mégpedig a szenvedéseiben, mert úgy kell gondolkodnom, beszélnem,

cselekednem, mint Ő, úgy kell tehát vele együtt szenvednem is, annál is inkább, mert Ő mindent érettem szenvedett el.

A negyedik hétben a feltámadt Üdvözítő felsorolt megjelenései erősítik hitünket és a feltámadásán érzett öröm erősíti akaratunkat, hogy semmitől, még a haláltól se ijedjünk meg Jézus követésében.

A negyedik hetet a szeretet elnyerésére irányuló szemlélődéssel fejezi be. Mint minden vallásos életnek és aszkézisnek a tökéletes szeretetben kell végződnie, úgy a lelki gyakorlatok végcélja is a tökéletes szeretet.

Módszere.

A lelki gyakorlatos könyvecske nem készült klasszikus, gyönyörködtető olvasmánynak, mert igazi szépirodalmi értéke nincs neki, hanem elmékedteti olvasóját; a legjózanabb aszkézis és miszticizmus klaszszikus könyve. A különböző elmékedési módok gyakorlatain kívül erősen imádkoztatja a lelki gyakorlatozót, végeztet vele lelkiismeretvizsgálatot, hogy megtisztuljon, és gyónásai jobbak legyenek, rávezeti az önismeretre, a rendetlen hajlamainak a felkutatására és beismerésére és azoknak rendszeres kiirtására a részletes lelkiismeretvizsgálat módszerével. Mindig és mindenütt az értelmi megfontolásból indul ki és így igyekszik az akaratra hatni, amelynek aztán sok munkát is ad. A természetes ész igazságait mindig figyelembe veszi és a természetfölöttinek a viszonyát a természethez úgy fogja fel, hogy a természetfölötti arra való, hogy megtisztítsa, megne-

sítse és felemelje, nem pedig, hogy a legkisebb fokban is lerontsa a természetet. Annyira reális alapokon mozog és foglalkoztat, hogy ha betartjuk az utasításait és elfogadjuk az előírt vezetést, a veszedelmes illúziók szinte ki vannak zárva. Realitása abban is mutatkozik, hogy a reális hétköznapi élet rendezésére nagy súlyt fektet.

A természetnek a természetfölöttivel való megnevelését és a hétköznapi életünk rendezését azzal akarja elérni, hogy figyelmünket az egyedül méltó s mindenre nézve mindenkor a legtartalmasabb ideálra, Jézusra, és annak életére irányítja. Jézus útjain a csalhatatlan Egyház vezetése mellett nem lehet eltévedni. Ez a krisztusi aszkézis az Egyházban évezredes ugyan, tehát nem sz. Ignác új aszkézise, mégis sz. Ignác érdeme az, hogy ezt a hagyományos krisztusi aszkézist nagy buzgósággal felkarolta és lelkigyakorlatainak *új módszerével* az újkorba beillesztette és beleszervezte a keresztény életbe és így hathatosan tanította és begyakoroltatta az újkori emberiséget a Krisztus szerinti életre.

Bár sz. Ignác lelkigyakorlatos könyvecskéjében a reális alapokon és a rendes utakon mozog, mégsem volna szabad azt gondolnunk, hogy a lelkigyakorlatok nem alkalmasak a magasabb rendű lelkiélet ápolására is. Aki úgy tisztul meg minden bűntől és salaktól, amint azt sz. Ignác lelkigyakorlatos könyve sürgeti; aki oly közel jut Jézus gondolat- és érzületvilágához, mint azt e könyv elénk tárja; aki annyira nézi, figyelni, hallgatja, szemléli Jézust, szinte újra átéli Jézus életét, mint azt e könyv előírja; és aki a

természet és kegyelem rendjéről olyan világnézetet tud magában kialakítani és — hogy úgy mondjam — életével érvényre juttatni, mint azt a szeretet elnyerésére irányuló szemlélődése vázolja: az, ha nincs is szükségképpen a misztika magaslatain, mégis ott áll már annak a küszöbén, és semmi másra nincs szüksége, mintcsak Isten kegyelmére, hogy oda fölemelkedjék.

Szeretete.

A lelkigyakorlatos könyvecske olyan, mint a szent életű és buzgó keresztény; olyan, mint a kötelességtudó és lánglelkű pap; olyan, mint az Úr Jézus; a jók szeretik és rajongnak érte, az ellenség pedig gyűlöli és üldözi. Amint sz. Ignác és az általa alapított rend sok-sok üldöztetésen, megpróbáltatáson, félreértésen, megnemértésen, rágalmozáson esett át, úgy ez a kis könyvecske is kezdettől fogva a tűzpróbák egész sorozatát állta ki. Ott volt nem egyszer az inkvizítorok asztalán; hallatszottak hangok ellene a szószékről; tudós és tudatlan, sőt az úgynevezett szentéletűek is veszélyeztetve látták általa a keresztény aszkézist. De amint az Úr Jézus és az ő segítségével a keresztény aszkézis bebizonyította az igazát vagyis azt, hogy Ő az igazi élet, úgy igazolják a lelki gyakorlatok által a szentség magaslataira emelkedett férfi és női, egyházi és világi szentek, hogy a lelki gyakorlatok ugyanennek a szent életnek a forrása. Szalézi sz. Ferenc azt mondja róla, hogy több lelket mentett meg, mint ahány betű van benne. Mindazok, akik ezt a szinte stílustalan, tömör, érzelemnélküli-

nek, száraznak látszó, az evangéliumok egyszerűségével megírt kis könyvet nemcsak olvasgatva, hanem lelkükbe beleimádkozva, magukba beleelmélkedve és utasításai szerint lelkigyakorlatokat végezve forgatták, nem győznek hálálkodni ama átalakulásokért, amelyet az lelkükben előidézett.

De nemcsak a hívek és szentek ezrei áldják e könyvecskét, hanem elmondhatjuk róla azt is, hogy az evangéliumokon kívül nincs könyv e világon, amelyet a hivatalos Egyház többször és melegebben ajánlott volna a lelkeknek és a lelkipásztoroknak meg lelki-vezetőknek. És ha hozzávesszük a bennük foglalt lelkigyakorlatokat és azok végzésének az ajánlását, akkor még helytállóbb az állításunk.

A könyvecske első jóváhagyása és nagyjelentőségű ajánlása 1548. júl. 31.-én történt III. Pál pápa által. Ekkor kelt a lelkigyakorlatos könyvecske a legfőbb hivatalos védelem alatt útra és bejárta a világot: a férfi és női szerzetesrendeket, szemináriumokat, egyházi és világi magánházakat, plébániákat és egyházmegyéket a népmissziók alakjában; létesített lelkigyakorlatos házakat, térített bűnösöket, visszavezetett eretnekeket az Egyházba, termelt papi és szerzetesi hivatásokat és nevelt szenteket az Egyháznak. Ez a folytonosan emelkedő és kívánt hatás bírta rá az Egyházat, hogy kérje a pápától a lelkigyakorlatok újabb ajánlását, ami meg is történt 1922. júl. 25.-én, amikor XI. Pius pápa sz. Ignácot a lelkigyakorlatok pártfogójának nyilvánította ki. Azóta is a pápa szinte nem győzi eléggé ajánlani a lelkigyakorlatot. Még ugyanazon év dec. 3.-án

sz. Ignác és Xavéri sz. Ferenc szenttéavatásának háromszázados jubileuma alkalmából levelet írt a Jézustársaság általános főnökéhez és ebben a lelki gyakorlatoknak különösen az engedelmesség és alárendeltség szellemének előmozdítására gyakorolt csodás hatásáról beszél. Ez a levél az egész Egyháznak is volt szánva, mert a Szentszék hivatalos lapja, az Acta Apostolicae Sedis, 1922 XIV. száma közli. De ennél is ékebben szól az a körlevél, amelyet szentséges Atyánk épen ötvenéves papi jubileuma napján, 1929. dec. 20-án, írt az egész világnak a lelkigyakorlatokról. Ebben a levélben külön kiemeli sz. Ignác módszerével tartott lelkigyakorlatokat és azok megtartására mindenkit buzdít. (Magyar fordítása megjelent a Szent István Társulatnál.)

Szent Ignác lelkigyakorlatos könyvének világra szóló jelentőségét igazolja az a körülmény is, hogy a német protestánsok és az anglikánok is lefordították*) eredeti szövege szerint.

Sajnos, eddig még magyarul nem jelent meg; e hiányt pótolni igyekszik e fordítás, hogy ezzel is hozzájáruljon ahhoz, hogy Krisztus királysága és országa diadalra jusson sz. István csaknem ezeréves örökségében, és a sz. Imre-jubileum áldásdús reformmunkáját szinte állandósítsa hathatósan.**)

*) Legjobb Dr. Ferd. Weinhandl München 1921, „Die geistl. Übungen.“

**) Szükségesnek tartjuk itt megjegyezni, hogy a lelkigyakorlatos könyvecske kezdetől fogva nincs napi elmélkedési könyvnek szánva. A könyvecske lelkigyakorlatokra vagy azokhoz nagyon hasonló elvonuló magábaszállásra való. A könyv ugyanis annyi figyelmet és elmélkedést kíván, és annyi logikai és lélek-

II. Ima*)

Krisztus lelke, szentelj meg engem;
 Krisztus teste, üdvözíts engem;
 Krisztus vére, ittasíts engem;
 Krisztus oldalából kifakadó víz, tisztíts meg engem
 Krisztus kinszenvedése, erősíts meg engem;
 Ó édes Jézus, hallgass meg engem;
 A te sebeidbe rejts el engem;
 Ne engedd, hogy tőled elszakítsanak engem;
 A gonosz ellenségtől védelmezz meg engem;
 Halálom óráján szólíts magadhoz engem;
 Színed elé hadd járuljak;
 Szenteiddel hadd áldjalak
 Mindörökké, amen!

III. Előzetes tudnivalók:

Annotatiók (vagyis bevezető jegyzetek,)

amelyek az alant következő lelkigyakorlatok némi megértését elősegítik és arra való, hogy segítségére legyenek úgy annak, aki a lelkigyakorlatokat ad-

tani összefüggés van az egyes részek és elmélkedések közt, hogy azt a napi lefoglaltságok és egyéb szórakoztató munkák közt és nagy időközökben átélni és értékesíteni alig lehet. Ehhez már sikeresen végzett és pedig teljes lelkigyakorlat kell. Ajánlatos tehát, hogy az, aki e könyvet rendszeresen akarja használni a napi lelkielemben, lelkivezetője tanácsát kérje ki.

*Ez az imádság sz. Ignác kedvelt imája volt. A lelkigyakorlatokban gyakran szerepel mint befejező imádság, de lehet bevezető imádságnak is használnunk, de nem rendszeresen, mert erre más imát ír elő, amely ott van az első hét első gyakorlatának az elején.

ni szándékozik, mint pedig annak, aki azokat elvégezni óhajtja.

Első jegyzet: Lelkigyakorlat alatt értünk bármely jelkiismeretvizsgálást, elmélkedést, szóbeli és elmebeli imát és más lelki működést, amint azt a továbbiakban kifejtjük; amint ugyanis testi gyakorlatok a sétálás, járás-keelés és futás, úgy lelkigyakorlatoknak nevezzük lelki életünk minden olyan tevékenységét, amely a lelket előkészíti és képessé teszi arra, hogy kiirtsa önmagából az összes rendetlen hajlamát és miután azokat kiirtotta, keresse és megtalálja Isten akaratát abban, hogy életét a lelke megmentésére rendezze be.

Második jegyzet: Aki másnak az elmélkedés vagy szemlélődés módját és sorrendjét adja elő, hűen beszélje el a szóban forgó szemlélődés vagy elmélkedés anyagát képező történetet mégpedig úgy, hogy azt pontokra osztja és röviden csak úgy nagyjából világítja meg, mert nagyobb gyönyör és haszon van abban, ha a szemlélődő alapul véve az igaz történetet, azt maga fontolgatja meg és von abból következtetéseket és így talál valamit, ami a történet értelmét kissé jobban megvilágítja vagy megízlelteti; történjék az akár saját gondolkodása által akár azáltal, hogy értelmét isteni erő világítja meg, mint ha a gyakorlat vezetője sokat magyarázott és bőven adta volna elő a történetet, mert nem a sok tudás telíti és elégíti ki a lelket, hanem a dolgok benső, lelki megérezése és megízlelése.

Harmadik jegyzet: Minthogy az összes következő lelkigyakorlatnál úgy értelmünket használjuk, mikor

fontolgatunk, mint akaratunkat, mikor felbuzdulunk, vigyáznunk kell arra, hogy akaratunk működésénél, mikor szóbelileg vagy elménkben Urunk Istenünkkel vagy szentjeivel beszélünk, nagyobb tiszteletet tanúsítsunk, mint mikor értelmünket foglalkoztatjuk azért, hogy a dolgokat megértsük.

Negyedik jegyzet: Bár a következő gyakorlatokra négy hét van szánva, amelyek megfelelnek ama négy résznek, amelyekre a gyakorlatok oszlanak: t. i. az első rész a bűnökről szóló megfontolás és elmélkedés; a második Krisztus Urunk élete virágvasárnapig bezárólag; a harmadik Krisztus Urunk szenvedése; a negyedik rész a feltámadás és mennybemenetel hozzáadva a három imamódot: mégsem szabad ezt úgy értelmeznünk, hogy minden hét szűkségeképpen hét vagy nyolc naptól álljon. Megesik ugyanis, hogy az első héten néhányan lassabban érik el azt, amit keresnek, vagyis a töredelmet, bánatot és könnyeket a bűneik fölött; viszont mások serényebbek; némelyek pedig jobban vannak kitéve a különböző szellemek behatásainak és zaklatásainak, azért szükséges, hogy a hét némelykor rövidebb, máskor hosszabb legyen; ugyanaz áll a következő többi hétről is, ott is mindent a fennálló körülmények szerint kell beosztani. Mindazonáltal az egész lelkigyakorlatot körülbelül harminc napon belül be kell fejezni.

Ötödik jegyzet: Nagy haszonnal jár, ha az, aki a gyakorlatokat végzi, nagylelkűen és Teremtője és Ura iránti nemesszívúséggel lép be azokba és minden akaratát és szabadságát neki felajánlja, hogy isteni

Felsége úgy személye, mint pedig mindene felett, amivel bír, legszentebb akarata szerint rendelkezők.

Hatodik jegyzet: Ha a gyakorlatok vezetője úgy látja, hogy a gyakorlatozóban nincsenek lelki megmozdulások, mint pl: a vigasz vagy vigasztalanság, avagy nem nyugtalanítják őt különböző szellemek: úgy alaposan kell őt kikérdeznie a gyakorlatokra vonatkozólag, vajjon a meghatározott időben végzi-e azokat és hogyan végzi, úgyszintén az additiókat is gondosan tartja-e be: mindezekről a dolgokról egyenkint részletes beszámolót kérjen!

A vigaszról és vigasztalanságról alant 111. oldalon lesz szó, az additiókról 42. oldalon.

Hetedik jegyzet: Ha a gyakorlatok vezetője látja, hogy a gyakorlatozó vigasztalanságban és kísértésben van, ne viselkedjék vele szemben keményen és túlerélyesen, hanem legyen iránta nyájas és kedves, öntsön beléje lelket és erőt a hátralevő időre, tárja fel előtte az emberi természet ellenségének csalárdságait és hasson oda, hogy fogékony szívvel készüljön a biztosan bekövetkező vigasztalásra

Nyolcadik jegyzet: A gyakorlatok vezetője a gyakorlatozóban tapasztalt lelki szükséglet szerint, — legyen az akár vigasztalanság vagy a gonosz ellenség csalárdsága, akár vigasztalás — megmagyarázhatja neki az első és második hétnek a különböző szellemek megismerésére vonatkozó szabályokat, amelyek alant 111. és 115. o. találhatók.

Kilencedik jegyzet: Ügyelni kell a következőkre: ha a gyakorlatozó az első hét gyakorlatait végzi és olyan

egyén, aki a lelki dolgokban még nem jártas és őt durva és nyilvánvaló kísértések zaklatják, — így pl. a gonosz ellenség a mi Urunk és Istenünk további szolgálatában nagy akadályokat gördít eléje, t. i. fáradalmakat, szégyent és a világi tisztelet elvesztésének félelmét stb. — a gyakorlatok vezetője ne adja le neki a második hétnek a szellemek megismerésére vonatkozó szabályait, mert amennyire hasznára lesznek a első hét szabályai, annyira ártani fognak neki a második hét szabályai mégpedig azért, mert tárgyak sokkal finomabb és magasabb, mint hogy azt már most megtudná érteni.

Tizedik jegyzet: Ha a gyakorlatok vezetője úgy látja, hogy a gyakorlatozó a jónak látszata alatt szenved támadást és kísértést, akkor helyén van, hogy a már említett második hétnek a szellemek megismerésére vonatkozó szabályait neki kifejtse, mert az emberi természet ellensége átlag inkább a jónak látszata alatt kísérti az embert, amikor már a megvilágosítás útjának a gyakorlatait végzi, amely a második hét tárgyköre, és rendesen nem annyira a tisztulás útján, amely az első két gyakorlataiban áll.

Tizenegyedik jegyzet: Az első hétben lévő gyakorlatozóra nézve előnyös, ha semmit sem tud azokról, amiket a második héten fog végezni, hanem úgy igyekezzék az első héten elérni mindazt, amit óhajt, mintha nem remélné, hogy a második héten valami meglepő újat is talál majd maga számára.

Tizenkettedik jegyzet: A gyakorlatok vezetője komolyan figyelmeztesse a gyakorlatozót, hogy a naponként szokásos öt gyakorlatban vagy szemlélődés-

ben egy teljes órán át mindig úgy kell kitartania, hogy a lelke mindig nyugodt legyen abban a tudatban, hogy a gyakorlatban egy teljes órát, sőt inkább többet, mint kevesebbet töltött el. A gonosz ellenség ugyanis nem kis mértékben azon szokott fáradozni, hogy az ilyen szemlélődés, elmélkedés vagy ima megrövidüljön.

Tizenharmadik jegyzet: Hasonlóképpen ügyelni kell arra, hogy amint könnyű és nem fárasztó a vigasztalás idején a szemlélődésben egy teljes órán át kitartani, éppúgy a vigasztalás idején nagyon nehéz azt kitölteni. Amiért is a gyakorlatozó, hogy a vigasztalás ellen küzdjön és a kísértést legyőzze, a teljes órát toldja meg valamicskével, hogy így ne csak ahhoz szokják, hogy az ellenségnek ellentálljon, hanem, hogy azt le is terítse.

Tizennegyedik jegyzet: Ha a gyakorlatozó vezetője látja, hogy a gyakorlatozó vigasztalásban van és nagy buzgalommal halad előre, figyelmeztetnie kell őt, hogy se ígéretet se pedig fogadalmat megfontolatlanul és elhamarkodva ne tegyen; és minél inkább tapasztalja, hogy a gyakorlatozó természete könnyelműségre hajló, annál inkább kell erre őt előre figyelmeztetnie és intenie. Ámbár általában lehet valakit arra buzdítani, hogy szerzetbe lépjen, amelyben — mint magától értetődik — engedelmisségi, szegénységi és tisztasági fogadalmat tesznek; és ámbár a jó cselekedet, amely fogadalomból történik, érdemszerzőbb annál, amely fogadalom nélkül megy végbe; mégis a lelkivezetőnek nagyon figyelembe kell vennie a gyakorlatozó életkörülményeit és alanyi természete-

tét és azt, hogy mennyi segítséget és nehézséget fog találni annak teljesítésében, amelyre nézve fogadalmat tenni akar.

Tizenötödik jegyzet: A gyakorlatok vezetője ne buzdítsa a gyakorlatozót inkább a szegénységre és ígérettételre, mint annak ellenkezőjére, se pedig az egyik életpályára vagy életmódra inkább, mint a másikra, mert, bár a gyakorlatokon kívül megengedett és érdemszerző módon buzdíthatunk mindenkit, aki arra valószínűleg alkalmas, hogy az önmegtartoztató életet, szűzességet, szerzetesiéletet és az evangéliumi tökéletesség bármely módját válassza: mégis a lelkigyakorlatok idején megfelelőbb és sokkal jobb, ha az ember maga keresi az Isten akaratát, hogy a Teremtő maga közölje magát a szolgálatjára kész lélekkel és azt szeretetére és dicsőítésére magához vonja s azon az úton vezesse, amelyen ezentúl neki jobban szolgálhat; amiért is a gyakorlatok vezetője ne forduljon és ne hajoljon se az egyik se a másik részhez, hanem a mérleghez hasonlóan tartsa magát a középben és engedje, hogy a Teremtő a teremtménnyel és a teremtmény Teremtőjével és Urával közvetlenül érintkezzék.

Tizenhatodik jegyzet: Arra nézve, hogy t. i. a Teremtő és Úr a teremtményében biztosabb sikerrel működjék, ha netalán mégis ilyen lélek rendetlenül ragaszkodnék és vonzódnék valamely dologhoz, nagyon megfelelő, ha teljes erejével iparkodik magát arra bírni, hogy annak, amihez rendetlenül ragaszkodik, éppen az ellenkezőjéhez jusson; ha p. o. az a kívánsága, hogy valamely állásra vagy

javadalomra pályázzék vagy azt megtartsa nem Urunk, Istenünk tiszteletére és megdicsőítésére és nem is a lelkek javára, hanem saját maga előnyére és földi érdekből, az ilyennek folytonos imával és egyéb lelkigyakorlattal az ellenkező kívánságra kell magát hangolnia, kérve Urunktól, Istenünktől az ellenkezőjét, t. i. hogy ne akarjon olyan hivatalt vagy javadalmat vagy bármi mást, mielőtt az isteni Felség az ő rendetlen kívánságait nem rendezte és meg nem változtatta első hajlamát úgy, hogy az ok, amiért kívánja vagy akarja megtartani ezt vagy azt, egyedül az isteni Felség szolgálata, tisztelete és dicsősége legyen.

Tizenhetedik jegyzet: A lelkigyakorlatok vezetőjére nézve, bár nem abból a szándékból, hogy a lelkigyakorlatozó gondolatait és bűneit kifürkéssze és kitudakolja, nagyon hasznos, ha pontosan tudomást szerez a gyakorlatozó különböző zaklatásairól és gondolatairól, melyeket a különböző szellemek a gyakorlatozóban támasztanak, mert csakis így lesz abban a helyzetben, hogy neki kisebb vagy nagyobb előmenetele szerint néhány alkalmas gyakorlatot adjon, amely az így zaklatott lélek szükségleteinek megfelel.

Tizennyolcadik jegyzet: Az ily lelkigyakorlatokat azoknak, akik azok elvégzését komolyan óhajtják, állapotuk vagyis koruk, szellemi képességük és tehetségük szerint kell adni, nehogy tanulatlan és gyöngye szervezetű egyén olyan dolgokat kapjon, amelyeket ő könnyen el nem viselhet és amelyekből hasznot nem meríthet. Hasonlóképen mindenkinek

ama fok szerint, amelyre jutni akar, azt kell adni, ami őt jobban segíti és előmenetelében támogatja. Így annak, aki támogatást kíván abban, hogy kellő oktatást nyerjen és hogy lelke nyugalmanak bizonyos fokára jusson, ki lehet fejteni a részletes lelkiismeretvizsgálatot (24. o.), majd az általános lelkiismeretvizsgálatot (26. o.), a móddal együtt, miképpen végezen reggel félórás elmélkedést a parancsolatok és a főbűnök stb. fölött, ajánlva egyúttal, hogy minden nyolcadik napon gyónják, és ha teheti, minden tizenötödik napon áldozzék, sőt mi több, ha úgy érzi, minden nyolcadik napon is. Ez a mód megfelelőbb a kevésbé képzeteknél és tanulatlanoknál, amely szerint nekik minden egyes parancsot megmagyarázunk; és ugyanaz áll a halálos bűnökről, az Egyház parancsairól, az őt érzékről (t. i. azok használatáról) és az irgalmassági cselekedetekről. Hasonlóképen, ha a gyakorlatok vezetője látja, hogy a gyakorlatozó gyöngé szervezetű vagy csekély felfogó képességű, — és épen ezért nem lehet tőle sokat várni — megfelelőbb, ha az ilyen ezekből a könnyebb gyakorlatokból kap néhányat, míg meg nem gyónik; és csak ezután adjuk neki elő a lelkiismeretvizsgálás néhány módját és tanítsuk meg a gyakoribb gyónásra, mint eleddig szokott, hogy állhatatos legyen abban a lelki jóban, amelyet elért. Ne menjünk be azonban a választás anyagába vagy bármely más gyakorlatba, amely az első héten kívül esik, főleg akkor, ha az első hét gyakorlataiból több lelki hasznot remélhetünk, és nem jut úgy sem mindegyre idő.

Tizenkilencedik jegyzet: Ha valakit nyilvános hivatala vagy kötelességszerű ügyek lekötnek, az ilyen — feltéve hogy képzett vagy egyébként tehetséggel rendelkezik — fordítson a gyakorlatokra egy vagy fél órát. Magyarazzuk meg neki, hogy az ember miért van teremtve; hasonlóképpen leadhatjuk neki egy félórán át a részletes lelkiismeretvizsgálást, majd utána az általános lelkiismeretvizsgálás módját és azt is, miképpen kell gyónnia és a szentáldozáshoz járulnia. Azután három napon minden reggel egy órán át végezzen elmélkedést az első, második és harmadik bűnről, majd a további három napon át ugyanabban az órában elmélkedjék saját bűneinek a sorozatáról (36. o.), ezután ismét három napon át ugyanabban az órában tartson elmélkedést a bűnöknek megfelelő büntetéseiről. (39. o.). Mind a három elmélkedésnél meg kell neki magyarázni a tiz additiót (42. o.). Krisztus Urunk életének titkait illetőleg ugyanazt a sorrendet kell követni, amely adva van alant, mégpedig részletesen ugyanazoknál a gyakorlatoknál.

Husadik jegyzet: Annak, aki nincs akadályozva és aki azt kívánja, hogy a lehetőség szerint előmenetelt tegyen, a lelkigyakorlatokat abban a sorrendben kell adni, amelyben itt következnek. Ezekben annál inkább fog előmenetelt tenni a rendes körülmények szerint, minél inkább elkülöníti magát minden barátjától és ismerőseitől és mentesíti magát minden földi gondtól például azáltal, hogy rendes lakásából távozik és más házba vagy más szobába megy, hogy ott a lehető legelvonultabban tartozkodjék úgy, hogy

teljesen szabadon mehessen naponkint a szentmise és vecsernyére a nélkül, hogy félnie kellene attól, hogy ismerősei zavarni fogják. Ebből az elvonulásból a sok közül különösen három előny származik:

Először azért, hogy elkülöníti magát a sok barátjától és ismerőseitől és éppúgy sok nem egészen jól rendezett ügyétől megváltik azért, hogy Urunknak, Istenünknek szolgáljon és őt dicsőítse, isteni Felsége előtt nem csekély érdemet szerez.

Másodszor: minthogy annak értelme, aki így elkülönül teljesen, nincs sok dolog közt megosztva, hanem a gondja csak egy dologra irányul, t. i. arra, hogy Teremtőjének szolgáljon és lelke előmenetelének éljen, azért jobban használja fel természetes tehetségeit arra a célra hogy nagy gonddal keresse azt, amit annyira elérni óhajt.

Harmadszor: minél jobban a magányban van lelkünk és minél jobban elkülönül mindentől, annál alkalmasabb lesz arra, hogy Teremtőjéhez és Urához közeledjék és Őt elérje; és minél inkább eléri ezen az úton, annál jobban készül arra, hogy az ő isteni és legfőbb Jóságától kegyelmeket és adományokat kapjon.

IV. A lelkigyakorlatok címe:

A Lelkigyakorlatok arra a célra valók, hogy az ember legyőzze önmagát és életét rendezze a nélkül, hogy magát befolyásolni engedné valami rendetlen hajlam által.

Hogy úgy a gyakorlatok vezetője, mint pedig a gyakorlatozó egymást kölcsönösen jobban támogassák és előbbre haladjanak, fel kell tételezni, hogy minden jó kereszténynek készebbnek kell lennie arra, hogy felebarátjának az állítását jól értelmezze, mintsem elítélje. Ha pedig nem tudná kimenteni, kérdezze meg, hogyan érti; és ha helytelenül fogná fel, szeretettel igazítsa helyre. És ha ez nem elegendő, minden lehető módon azon legyen, hogy azt helyesen felfogva igazolva legyen.*!

V. Első hét.

1. Alapvető megfontolások és segédeszközök.

Vezérelv és alapigazság.

Az ember azért van teremtve, hogy Urunkat, Istenünket, dicsérje, Őt tisztelje és neki szolgáljon és ezek által üdvözítse lelkét. A többi dolog a földön az emberért van teremtve és arra való, hogy őt segítsék ama cél elérésében, amelyre teremtve van. Ebből az következik, hogy az embernek ezeket annyiban kell használnia, amennyiben őt céljának elérésében segítik, és annyiban kell tőlük el-

* Az eredeti szövegből nem világos, hogy az „igazolva legyen” vonatkozik-e a tételre vagy arra, aki ezt állítja; a dolog érdekét tekintve azonban mindegy.

válnia, amennyiben akadályozzák a céljának elérésében. Amiért is szükséges,* hogy közömbösekké tegyük magunkat az összes teremtménnyel szemben, amennyiben ez szabadságunkban áll és nincs tiltva; annyira, hogy a magunk részéről nem akarjuk inkább az egészséget, mint a betegséget; a gazdagságot inkább, mint a szegénységet; a tiszteletet inkább, mint a megvettetést; a hosszú életet inkább, mint a rövid életet és következetesen minden egyéb dologban úgy, hogy egyedül azt kívánjuk és választjuk, ami jobban segít a cél elérésében, amelyre teremtve vagyunk.

Részletes és naponkénti lelkiismeretvizsgálás.

Magában foglal három időpontot és kétszeri önvizsgálatot.

Első időpont: Mindjárt reggel a felkeléskor fel kell tennünk, hogy gondosan óvakodni fogunk attól a részletes büntől vagy hibától, amelytől szabadulni akarunk és meg akarunk javulni.

Második időpont: A déli étkezés után kérnünk kell a mi Urunktól, Istenünktől, azt amit akarunk, t. i. a kegyelmet, hogy visszaemlékezzünk, hányszor követtük el az illető részletes bünt vagy hibát és hogy jövőben megjavuljunk. Utána végezzük el az első vizsgálatot és kérjük számot önmagunktól arra a kijelölt és részletes hibánkra vonatkozólag, amelytől

* A „szükséges“ nem jelent olyan kötelességet, amely akár a természet törvényéből, akár pozitív parancsból eredne, hanem csak hangsúlyozza a közömbösséget, mint a tökéletesség elengedhetetlen és szükséges követelményét.

szabadulni és amelyben javulni akarunk úgy, hogy figyelmesen végigmegegyünk a felkelés órájától kezdve egészen a jelen vizsgálat órájáig és pillanatáig minden egyes órán vagy időszakon át és annyi pontot írunk a vonalas ábra (l. lenn!) első vonalára, ahányszor elkövettük a szóban forgó bűnt vagy hibát. Majd tegyünk újra elhatározást, hogy a következő vizsgálatig, amelyet este fogunk végezni, javulni akarunk.

Harmadik időpont: Az esti étkezés után van a második vizsgálat, ugyanúgy megyünk végig az összes órákon át kezdve az első vizsgálattól egészen a jelen másodikig és a lenti ábra második vonalára annyi pontot írunk, ahányszor elkövettük azt a részletes bűnt vagy hibát.

Következik négy additio (kiegészítő utasítás) abból a célból, hogy hamarabb kiirtsuk azt a meghatározott bűnt vagy hibát.

Első additio: Valahányszor abba a részletes bűnbe vagy hibába esünk, mindannyiszor bánkódva verjük mellünket, mert elbuktunk; ezt könnyen lehet tenni mások jelenlétében is a nélkül, hogy azok észrevennék, mit teszünk.

Második additio: Minthogy az ábra első vonala jelzi az első vizsgálatot, a második a második vizsgálatot, nézzük meg este, van-e javulás, összehasonlítva az első vonalat a másodikkal vagyis az első vizsgálattól a másodikig.

Harmadik additio: Össze kell hasonlítaniunk a második napot is az elsővel vagyis a mai nap két vizsgálatát a megelőző nap két vizsgálatával és meg kell néznünk, vajjon az egyik napról a másodikig javultunk-e.

Negyedik additio: Össze kell hasonlítaniunk az egyik hetet a másikkal és meg kell néznünk, vajjon a

mostani héten javultunk-e többet, mint a közvetlenül elmúlt héten.

Megjegyzendő, hogy a nagy „V“ betű jelzi a vasnapot, a második kis „h“ betű a hétfőt, a harmadik a keddet és így folytatólagosan tovább.*

V.

.....

h.

.....

k.

.....

sz.

.....

cs.

.....

p.

.....

sz.

..... **)

Általános lelkiismeretvizsgálás

arra a célra, hogy megtisztuljunk és jobban gyónjunk.

Feltételezem, hogy három féle gondolat van bennem, t. i. az egyik, amely teljesen az enyém, amely teljesen szabadakaratomból származik, és két másik,

*) Az eredeti spanyol szövegben „G“ és „g“ van, a latin fordításban „D“ és „d“; mi a világosság kedvéért használjuk az egyes napok magyar elnevezésének a kezdő betűit.

**) Amint a mellékelt ábra mutatja, minden betű mellett van két vonal, az egyik a déli, a másik az esti vizsgálat jegyzésére való. Feltűnő az, hogy a vonalak a hét vége felé folytonosan rövidülnek, ami a remélt javulást akarja feltüntetni.

amelyek kívülről jönnek, mégpedig az egyik, amely a jó szellemtől, és a másik, amely a gonosz szellemtől származik.

A gondolatról.

A kívülről jövő rossz gondolat alkalmával kétféle módon lehet érdemet szerezniem.

Először: ha p. o. oly gondolat támadt bennem, hogy halálos bűnt kövessek el, de én ennek mindjárt ellentálok, így ez legyőzötten elmúlik.

Másodszor: ha ugyanaz a rossz gondolat támad bennem, és én annak ellentálok, de az ismételten jelentkezik, és én mindaddig ellene szegülök, míg az legyőzötten teljesen elmúlik; ez a második mód érdemszerzőbb, mint az első.

Bocsánatos bűnt követünk el, ha ugyanaz a halálos bűnre vezető gondolatunk támad, és mi oda figyelünk, benne kissé időzünk vagy csekély érzéki gyönyört merítünk* belőle vagy ha hanyagságot követünk el az ilyen gondolat elűzésében.

Kétféleképen lehet halálosan vétkezni.

Az egyik mód az, mikor a rossz gondolatba beleegyezünk, hogy később úgy cselekedjünk, ahogy elhatároztuk, vagy, hogy azt véghez is vigyük, ha megtehetjük.

A halálos bűn második módja az, ha már tettel is elkövetjük azt a bűnt; ez három oknál fogva súlyosabb: először a hosszabb idő miatt; másodszor

*) Természetesen nem *teljesen* szándékosan, ami az alábbiakból is világos.

a nagyobb intenzitás vagyis figyelem miatt; harmadszor mindkét személynek nagyobb kára miatt.*

A szóról.

Nem szabad esküdni sem a Teremtőre sem a teremtményre, kivéve igaz ügyben szükség esetén és kellő tisztelettel. Szükséges pedig az eskü akkor, amikor nem akármilyen igazságot állítunk esküvel, hanem olyan igazságot, amely jelentősségteljes akár a lélekre, akár a testre, akár az anyagi javakra vonatkozólag. A tiszteletet pedig úgy értelmezem, hogy amikor Teremtőnk és Urunk nevét említjük, a neki járó tiszteletet és figyelmet lelkiismeretesen meg is adjuk.

Megjegyzendő, hogy bár a hiábavaló esküvel súlyosabban vétkezünk, ha a Teremtőre, mint ha a teremtményre esküszünk, mégis megfelelő módon: vagyis igaz ügyben, szükség esetén és kellő tisztelettel nehezebb a teremtményre esküdni, mint a Teremtőre és pedig a következő okok miatt:

Először: ha az eskütételnél a teremtményre szándékozunk esküdni, maga a teremtmény vagy az a körülmény, hogy a teremtményre akarunk esküdni, nem tesz bennünket annyira figyelmesekké és óvatossákká, hogy igazat mondjunk vagy hogy szükség esetén az igazságot állítsuk, mint ha minden lény Urát és Teremtőjét szándékozunk említeni.

Másodszor: mikor a teremtményre esküszünk, nem olyan könnyű figyelmet és tiszteletet tanusítani

*) A mással elkövetett bűnre gondol ez utóbbi esetben.

a Teremtő iránt, mint ha a Teremtőre és Urunkra esküszünk és az ő sz. nevét említjük, mert a szándék, hogy az Úristent említsük, nagyobb tiszteletet és megtiszteltetést von maga után, mint ha csak a teremtményt akarjuk említeni. Amiért is inkább a tökéleteseknek van megengedve, hogy a teremtményre esküdjenek, mint a tökéletleneknek; a tökéletesek ugyanis azért, hogy folytonosan szemlélődnek, és értelmük így mindjobban megvilágosodik, jobban szokták meggondolni, átgondolni és szemlélődéssel átérezni, hogy a mi Urunk Istenünk lényegénél, jelenléténél és hatalmánál fogva jelen van minden egyes teremtményében; következésképp, ha a teremtményre esküsznek, a lelkületük alkalmasabb és készségesebb, hogy Teremtőjük és Uruk iránt tiszteletet és figyelmet tanúsítsanak, mint a tökéletleneké.

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

Nem kell hiába való szót mondani, aminőnek azt tartom, amely sem nekem sem másnak nem használ, és nincs is ilyen rendeltetése. Ha tehát valaki olyan dolgokról beszél, amelyek hasznosak, vagy pedig a beszéd avval a szándékkal történik, hogy használjon saját vagy más lelkének, testének vagy anyagi helyzetének, úgy a szó nem hiábavaló, de még akkor sem az, ha valaki olyan dolgokról beszél, amelyek nem tartoznak foglalkozásához vagy állapotához, mint ha p. o. szerzetes ember beszél a háborúról vagy kereskedelmi ügyekről. Sőt minden társalgásban érdemünk van, ha a beszédünk rendezett,

és bűnünk csak akkor lesz, ha rossz irányban tereljük azt vagy hiába beszélünk.

Semmit sem szabad mondani, ami mást rossz hírbe hoz vagy ellene elégedetlenséget kelt; mert ha halálos bűnét hozom napfényre, amely nem nyilvános, halálosan vétkezem; ha pedig bocsánatos bűnét mondom el, bocsánatosan vétkezem; ha meg valami hibáját tárom fel, tulajdonkép saját hibámat árulom el. Ha pedig a szándék tisztességes, kétféle esetben szabad más bűnéről vagy hibájáról beszélnem:

Először, ha a bűn nyilvános, mint p. o. a nyilvános kéjhölgyé vagy ha már a törvényszék nyilvános ítéletet hozott a bűntényről, vagy valakinek általánosan ismert a tévtana, amely azokra a lelkekre, amelyekkel érintkezik, fertőzőleg hat.

Másodszor, ha másnak titkos hibáját feltárjuk valakinek, aki javítólag hathat arra, aki a bűnben van, feltéve természetesen, hogy van elegendő okunk, amelyek alapján lehet reményünk, hogy az illető segíthet rajta.

A cselekedetekről.

Vizsgálat tárgyává tesszük Isten tíz parancsolatát, az Egyház parancsolatait és az előljáróság intézkedéseit; mindaz, ami ennek a három csoportnak bármelyik intézkedése ellen cselekedéttel történik, kisebb vagy nagyobb bűn a szerint, amint kisebb vagy nagyobb fontosságú az intézkedés. Az előljáróság intézkedései alatt értem p. o. a keresztes bullákat és egyéb kegyelmi*) intézkedéseket, mint a minők

*) P. o. búcsúban részesítő intézkedés.

azok, amelyeket ők lelki megnyugvásul szoktak azoknak adni, akik meggyóntak és megáldoztak. Mert nem csekély bűn az, ha okot szolgáltatunk, hogy valaki előljáróink ilyen jámbor intézkedései és buzdításai ellen cselekedjék, vagy ha önmagunk cselekszünk azok ellen.

**Az általános lelkiismeretvizsgálat módja,
mely magában foglal öt pontot:**

Az első pont: hálát adunk Urunknak, Istenünknek, a vett jótéteményekért.

Második pont: kegyelmet kérünk, hogy megismerjük bűneinket és azokat kiirtsuk.

Harmadik pont: számot kérünk magunktól a felkelés órájától kezdve egészen a jelen lelkiismeretvizsgálásig úgy, hogy végig megyünk az összes órákon vagy egyes időszakokon, mégpedig először a gondolatokról, azután a szavakról és végül a cselekedetekről ugyanolyan módon, mint azt a részletes lelkiismeretvizsgálásnál már említettük.

Negyedik pont: Urunktól, Istenüktől, bocsánatot kérünk az elkövetett hibákért.

Ötödik pont: erősfogadást teszünk az Ő kegyelmével. Miatyánk. . .

Általános gyónás és szentáldozás.

Az általános gyónásnak annál, aki azt önként és nem szükségből* végzi, ezen a helyen (vagyis a

* Szükségből valakinek akkor kell általános gyónást végeznie, ha az előbbi gyónásai nem voltak valamely oknál fogva jók, úgy hogy azokat ismételnie kell. Természetesen ez is nagy előnyökkel jár, már csak azért is, mert szükséges; a szent szerző azonban e helyen erről nem szól.

gyakorlatok idején) a sok közül különösen három előnye van:

Először: habár az, aki minden évben gyónik, nem köteles általános gyónást végezni, mégis ha elvégzi azt, nagyobb haszna van és több az érdeme a nagyobb bánat miatt, melyet egész életének minden bűne és rosszasága fölött jelenleg érez.

Másodszor: minthogy egyrészt a lelkigyakorlatok idején a bűnök benső természete és azok gonosz-sága előttünk világosabb, mint máskor, amikor nem foglalkozunk olyannyira benső dolgainkkal, és mint-hogy másrészt most több a világosság és nagyobb a bűneink fölött a bánatunk, azért több a lelki haszon és nagyobb az érdem is, mint más időben lett volna.

Harmadszor: a jobb gyónás és jobb lelkiállapot miatt alkalmasabb és jobban készül elő a legméltóságosabb Oltáriszentség vételére, amelynek vétele nemcsak abban segíti, hogy bűnbe ne essék, hanem abban is, hogy a gyarapodott kegyelemben megmaradjon.

A legmegfelelőbb, ha ez az általános gyónás közvetlenül az első hét gyakorlatai után történik.

2. Az első hét gyakorlatai:

Első gyakorlat:

Elmélkedés a három lelkitehetség alkalmazásával az első, második és harmadik bűn fölött. Az előkészítő ima és két előgyakorlat után magában foglal három fő pontot és egy imatársalgást (kollokviumot).

Az előkészítő ima abban áll, hogy kegyelmet kérek Urunktól, Istenüktől, hogy minden szándé-

kom, cselekedetem és működésem kizárólag az ő isteni Felségének szolgálatára és dicsőítésére irányuljon.

Első előgyakorlat: a helyzetkép alakítása a hely elképzelésével.

Itt meg kell jegyeznünk, hogy szemlélődésben vagy elmélkedésben, amely érzékelhető tárgy felett történik, — mint pl. Krisztus Urunkról szóló szemlélődésnél, aki érzékelhető —, a helyzetkép alakítása abban áll, hogy képzelőtehetségemnek szemével nézem azt az anyagi helyt, ahol az elmélkedés tárgya történik. Anyagi helynek nevezem pl. azt a templomot vagy hegyet, ahol Jézus Krisztus vagy a mi Asszonyunk szerepel a tervbe vett elmélkedés anyaga szerint.

A nem érzékelhető tárgy feletti elmélkedésnél — mint pl. itt a bűnről —, a helyzetképalakítás abban áll, hogy képzelőtehetségem szemével úgy látom és elgondolom, hogy lelkem ebbe a romlandó testembe, mint börtönébe, van zárva, és az egész ember a siralom eme völgyében, mintegy száműzötten, a vadállatok között él. Az egész ember alatt értem a testből és lélekből álló embert.

Második előgyakorlat: kérem Urunktól, Istenünktől, azt, amit elérni akarok és kívánok.

A kérés a fölvetett tárgynak feleljen meg, vagyis, ha a szemlélődés a feltámadásról szól, kérni kell, hogy örüljünk az örvendező Krisztussal; ha pedig a szenvedésről van szó, kérnünk kell, hogy a gyöttrődő Krisztussal fájdalmat, könnyeket és gyötrelmet érezzünk.

Ebben az elmélkedésben kérnünk kell pirulást és szégyenkezést látva azt, hogy mily sokan kárhoztak el egy halálos bűn miatt, és hogy én meg oly gyak-

ran érdemeltem meg azt, hogy örökre elkárhozzam oly sok bűnöm miatt.

Minden szemlélődés és elmélkedés előtt el kell végezni az előkészítő imádságot, amely nem változik, és az említett két előgyakorlatot, amelyek a felvett anyag szerint alkalomszerűen változnak.

Első pont: az első bűnre, amelyet az angyalok követtek el, irányítom emlékezőtehetségemet, majd az értelmemet is azáltal, hogy gondolkodom felette; utána az akaratomat, hogy arra teljesen rá akarok emlékezni és azt felfogni, hogy így minél jobban piruljak és szégyenkezzem, mialatt összehasonlítom az angyalok egyetlen bűnét oly sok bűnömmel és megfontolás tárgyává teszem azt, hogy ők egyetlen bűnük miatt mentek a pokolba, és én meg milyen gyakran szolgáltam rá ugyanarra oly sok bűnöm miatt. Mondom, az emlékezetbe kell idéznem az angyalok bűnét, vagyis azt, hogyan jutottak ők a kegyelem állapotából a gonoszságba és hogyan taszítottak le az égből a pokolba azért, mert, noha a kegyelem állapotában teremté őket az Úr, szabadságukat nem arra használták, hogy Teremtőjüknek és Uruknek tiszteletet és engedelmességet tanúsítsanak, hanem kevélyekké lettek; és következetesen így tovább mindig jobban kell a részletekbe bocsátkoznom, értelmemmel megfontolnom és általa az akaratot érzelmeim keltésére bírnom.

Második pont: ugyanazt kell tennem, vagyis a három lelki tehetséget alkalmaznom Ádám és Éva bűne fölött azáltal, hogy emlékezetembe idézem, mily hosszú bűnbánatot tartottak összüleink ama bűnük

miatt, és mekkora romlottság szállta meg az emberi nemet, mert oly sok ember kárhozik el. Azt mondom, hogy emlékezetünkbe kell idézni a második bűnt vagyis ősszüleink bűnét, t. i. miképen történt az, miután Ádámot a damaskuszi*) vidéken a Teremtő megteremté és a földi paradicsomba helyezte és Évát az ő csontjából alakította; bár meg volt nekik tiltva, hogy a tudás fájáról egyenek, ők mégis ettek és így vétkeztek; azután állatok bőrébe öltözködtek és a paradicsomból kiutasítva éltek az elveszett eredeti ártatlanság nélkül egész életükön át sok munkában és bűnbánatban; és következetesen mindig jobban részletezve a mozzanatokot, kell foglalkoztatni az értelmet és akaratot, amint mondva volt.

Harmadik pont: ugyanazt kell tenni ugyanazon módon a harmadik bűn, vagyis akárkinek külön bűne fölött, aki egy bűn miatt kárhozott el, és számtalan sok más bűne fölött, akik kevesebb bűn miatt, mint amennyit én követtem el, jutottak a kárhozatba. Mondom, ugyanazt kell tenni a harmadik részletes bűnre vonatkozóan azáltal, hogy emlékezetünkbe idézzük a bűn súlyos voltát és gonoszságát Teremtőnkkel és Urunkkal szemben; majd értelmünkkel megfontoljuk, hogy az ilyen avval, hogy vétkezett és a végtelen Jóság ellen cselekedett, megérdemelte az örök büntetést; végre be kell fejezni az akarat aktusaival, tényeivel, mint mondva volt.**)

*) Egyesek véleménye erre a vidékre helyezi az első ember teremtését, amely véleményt a szent is magáévá tesz.

***) Szerény véleményünk szerint úgy látszik, hogy a szent szerző a szoros logikai és lélektani szempontból hozza az első, második

Imabeszélgetés (kollokvium): Elképzelem Krisztus Urunkat, amint jelen van és a kereszten flgg, beszélgetek vele felvetve a kérdést, hogy Teremtő létere hogyan jutott el odáig, hogy emberré lett és az örök életből az ideigvaló halálba jött, hogy így bűneimért meghaljon. Ugyanígy magamra tekintek és kérdezem magamtól, hogy mit tettem Krisztusért, mit tegyek Krisztusért és mit kell tennem Krisztusért. És amint Őt ilyen állapotban látom így a keresztre szegezve, azokba a gondolatokba és érzelmekbe akarok mélyedni, amelyek önként adódnak.

Az imabeszélgetés voltaképpen társalgással történik, amint a barát beszél barátjához, a szolga az urához; majd kérünk valami kegyelmet, majd valami elkövetett rosszról vádoljuk magunkat, majd ügyeinket közöljük vele és kérünk tanácsot. És el kell mondani végül a Miatyánkot.

Második gyakorlat.

Elmélkedés saját bűneinkről és magában foglal az előkészítő imádság és két előgyakorlat után öt pontot és egy imabeszélgetést.

Az előkészítő ima legyen ugyanaz!

Az első gyakorlat: ugyanaz a helyzetkép.

A második előgyakorlat: kérnem kell azt, amit

és harmadik bűnnek nevezett bűnöket egyszerre egy elmélkedésben, mintegy egy szemléletben. A logikai összefüggés itt abban áll, hogy a *bűn* csak bűn és a legnagyobb és végzetes rossz, akárki is követi azt el. A lélektani szempont pedig az, hogy a szándékos bűneinket ne mentegessük, bármennyire is messze állunk gyarlóságunkban az angyaloktól és összeülekktől, és hogy féljünk attól, hogy Isten szigorú ítéllete bennünket is el ne érjen, erre példa a harmadik bűn, amely ha nem is bizonyítható oly világosan tényekkel, mint az első és második bűn, mégis a benne foglalt kinyilatkoztatott igazság az életben tényé lehet.

elérni akarok; e helyen kérnem kell nagy és bensőséges bánatot és könnyeket bűneim felett.

Első pont: bűneim sorozata, vagyis emlékezetembe idézem életem minden bűnét, átvizsgálva életemet évről-évre és életkorról-életkorra. Ebben három dolog segít: először szemügyre veszem a helyet és házat, ahol csak laktam; másodszor a másokkal folytatott érintkezéseimet; harmadszor a hivatalaimat, amelyeket viseltem.

Második pont: mérlegelem a bűnöket beletekintve abba a rütségbe és gonoszságba, amelyet minden egyes elkövetett halálosbűn önmagában rejt még akkor is, ha az nem lenne egyáltalában tiltva.

Harmadik pont: megtekintem, ki vagyok én, példák segítségével mindig kisebbitve magamat: *először*, mily kicsiny vagyok én az összes emberekhez képest; *másodszor*, mik az emberek a mennyország összes angyalaihoz és szentjeihez képest; *harmadszor* szemügyreveszem, hogy mik a teremtmények az Istenhez képest; már most mi lehetek én egyedül? *Negyedszer* végigvizsgálom testem minden romlandóságát és utálatosságát. *Ötödször* úgy tekintem magamat, mint valami daganatot és gennyedő sebet, amelyből annyi bűn, gonoszság és utálatos mérreg fakadt.

Negyedik pont: megfontolás tárgyává kell tennem azt, hogy kicsoda az Isten, aki ellen vétkeztem; az ő tulajdonságaival összehasonlítom az én ellenkező tulajdonságaimat: az ő bölcsességét az én tudatlanságommal, mindenhatóságát az én gyengeségemmel, jóságát az én rosszasságommal.

Ötödik pont: csodálkozva nagyfokú érzelmek közt felkiáltok végig menve az összes teremtményeken, hogyan tűrhettek meg engem és tarthattak fenn, hogy még éljek: az angyalok, bár ők az isteni igazság kardjai, miképen tűrtek meg, őriztek és imádkoztak érettem; miképen voltak a szentek azon, hogy közbenjárjanak és imádkozzanak érettem; az ég, nap, hold, csillagok és elemek, termények, madarak, halak és állatok hogyan szolgálhattak nekem; mért nem nyílt meg alattam a föld, hogy elnyeljen, új poklokat teremtve, hogy azokba örökre kínlódjam? Az elmékedést be kell fejeznem az irgalmasság ima-beszélgetésével, gondolkodva és hálát adva Istennek, hogy mindezideig életben tartott; az ő kegyelmével javulást ígérek a jövőre. Miatyánk.

Harmadik gyakorlat.

Az első és második gyakorlat ismétlése hármas ima-beszélgetés végzésével.

Az előkészítő ima és a két előgyakorlat után meg kell ismételnem az első és második gyakorlatot úgy, hogy főleg azoknál a pontoknál időzöm, ahol nagyobb vigaszt vagy vigasztalanságot vagy nagyobb lelki felbuzdulást éreztem.

Ezek után hármas ima-beszélgétést végzek a következő módon:

Az első ima-beszélgétést intézem a mi Asszonyunkhoz, hogy Fiától és a mi Urunktól három dologra eszközöljön ki számomra kegyelmet: először, hogy megismerjem és átérezzem bűneim gonoszságát és

azokat megútáljam; másodszor, hogy átlássam cselekedeteim rendetlenségét, hogy attól irtózva megjavuljak és életemet rendezzem; harmadszor kérem a világ ismeretét, hogy attól irtózva a világias és hiú dolgokat magamtól eltávolítsam. Utána egy Üdvözlégyet mondok.

A második ima-beszélgetést intézem ugyanúgy a Fiúistenhez, hogy ugyanazt a hármast kegyelmet eszközölje ki számomra mennyei Atyjától. Utána elmondom a „Krisztus lelke . . .“ imát.

A harmadik hasonlóan fordul a mennyei Atyához, hogy maga az örök Úr adja meg nekem ugyanazt. Utána Miatyánk.

Negyedik gyakorlat.

A harmadiknak az összefoglalása.

Ez az összefoglalás úgy történik, hogy az értelem azokra a dolgokra való ráemlékezéssel, amelyekről elmélkedett az előző gyakorlatokban, szórakozás nélkül állandóan foglalkozzék. Azután ugyanazt a három ima-beszélgetést kell végezni, mint fent.

Ötödik gyakorlat.

Elmélkedés a pokorról.

Magában foglal az előkészítő imán és két előgyakorlaton kívül öt pontot és egy ima-beszélgetést.

Az előkészítő ima legyen a szokásos!

Az első előgyakorlat: helyzetképalakítás, amely itt abból áll, hogy a képzelőtehetségünkkel látjuk a pokol hosszát, szélességét és mélységét.

A második: kérnünk kell azt, amit elérni akarunk; itt kérnünk kell azt, hogy mélyen átérezzük a gyötrelmet, amelyet az elkárhozottak szenvednek, hogy ha az örök Úr szeretetéről valaha megfélemedneznénk hibáink *) miatt, legalább az örök kínoktól való félelem segítsen arra, hogy bünt el ne kövessünk.

Első pont: képzelőtehetséggel szemléljük azt az óriási tüzet és abban a lelkeket, mintegy tűztestbe öltözve!

Második pont: fülünkkel halljuk a sírást, jajveszélést, kiáltást, Krisztus Urunk és minden szentje ellen a káromlásokat!

Harmadik pont: a szaglóképességgel érzékeljük a füstöt, ként, a söpredéket és a rothadó dolgokat!

Negyedik pont: ízleljük a keserű dolgokat, mint a könnyeket, szomorúságot és a lelkiismeret férgét!

Ötödik pont: a tapintó érzékkel érzékeljük, miképen érintik és égetik azok a lángok a lelkeket!

Imabeszélgést végezzünk Krisztus Urunkhoz; emlékezetünk elé idézzük a lelkeket, amelyek a pokolban vannak: egyesek azért vannak ott, mert nem hittek Krisztus eljövételében; mások azért, mert bár hittek, de nem cselekedtek parancsai szerint; ezalatt három csoportot alkotok magamnak: az első azok csoportja, akik Krisztus eljövetele előtt, a másik, akik Krisztus életében, a harmadik, akik az ő földi élete után éltek a földön; egyúttal hálát adok neki,

*) E „hibák” alatt a bocsánatos bűnöket kell érteni, amelyek mindig a szeretet csökkenésével függnek össze. Ez a kérsből világos, mert az elmélkedő a súlyos bűn ellen akar erősödni a pokolról való elmélkedéssel.

hogy nem engedte meg, hogy életemtől megfosztva e csoportok valamelyikébe jussak. Hasonlóképpen azért is hálát mondok, hogy mindezekig oly jó szívvel és irgalommal viseltetett irántam. Az elmélkedést befejezem a Miatyánk elmondásával.

Az első gyakorlat legyen éjféltkor, a másik mindjárt felkeléskor, a harmadik sz. mise előtt vagy után, de mindenesetre ebéd előtt, a negyedik a vacsora előtt! Az elmélkedő órák beosztása felfogásom szerint többé-kevésbé ugyanez legyen mind a négy héten át, amennyire a kora, az egészségi állapota és testi ereje megengedi a gyakorlatozónak, hogy öt gyakorlatot végezzen vagy kevesebbet !*

* A Monumenta Ignatiana szerint olyan fordításokban, amelyekben maga sz. Ignác megélt és látott, e helyen még a következő toldalék is található: „Ha a gyakorlatok vezetője úgy gondolja, hogy a gyakorlatozónak előmenetelét nagyban elősegíti, ha itt más elmélkedéseket is hozzáad, mint pl. a halálról vagy a bűnök egyéb büntetéséről, az ítéletről stb. azt nem tartja meg nem engedettnek, ha mindjárt azok ninesenek is itt felsorolva.” Ez nagyon is megfelel a lelki gyakorlatok szellemének és céljának, valamint ama gyakorlatnak is, amelyet sz. Ignác és társai folytattak.

VI. Addíciók

(vagyis kiegészítő utasítások) a gyakorlatok sikeres végzésére és arra a célra, hogy a gyakorlatozó biztosabban megtalálja azt, amit akar.*

Első additio: a lefekvés után, mikor már-már közel vagyok ahhoz, hogy elaludjam, egy Üdvözlégymária elmondásának tartama alatt arra gondolok, hogy melyik órában és mi végett kell felkelnem, miközben röviden összefoglalom a gyakorlatot, amelyet végeznem kell.

Második additio: amikor fölébredek, nem adok helyt ilyen vagy olyan gondolatnak, hanem mindjárt ráirányítom figyelmemet arra, amiről elmélkedni akarok az éjjeli első gyakorlatban, mialatt a szégyen érzetét keltem fel magamba oly sok bűnöm miatt és e célból példákra gondolok: mintha valamely lovag a király és egész udvara előtt pirulva és szégyenkezve állna, mert súlyosan megbántotta azt, akitől azelőtt oly sok jóban és kegyben részesült. Hasonlóképpen a második gyakorlatban arra gondolok, hogy láncra vert nagy bűnös vagyok, vagyis mintha láncra verve megjelennék az örök s legfőbb Bíró előtt, magam elé állítva példának, hogyan jelennek meg földi bírójuk előtt a börtön láncra vert és halálra szánt foglyai. Ilyen gondolatok közt öltöm magamra ruhámat vagy más hasonló gondolatok közt az elmélkedés anyaga szerint.

* A zárójelben lévő szavak a fordító magyarázó betoldása, különben az egész cím a szent szerzőé.

Harmadik additio: egy vagy két lépéssel ama hely előtt, ahol a szemlélődést végzem vagy elmélkedni fogok, állok egy Miatyánk tartamáig és lelkemet égre emelve meggondolom, hogyan tekint le rám a mi Urunk, Istenünk, és a tisztelet vagy megalázódás érzését indítom fel magamban.

Negyedik additio: a szemlélődést majd térdelve, majd arcra borulva, majd hanyattfekve, majd ülve, majd állva végzem, de mindig arra ügyeljek, hogy megtaláljam azt, amit elérni akarok. Két dologra figyeljünk: az első az, ha térdenállva érem azt el, amit akarok, nem kísérek meg helyváltoztatást; ha meg alkalmasabb arcra borulva, hasonlóképen nem változtatok a helyzetemen stb.; másodszer: annál a pontnál, amelyben megtaláltam azt, amit keresek, a továbbhaladás nyugtalansága nélkül időzöm annál mindaddig, míg egészen ki nem elégítem magamat.

Ötödik additio: a gyakorlat végeztével negyedóráig akár ülve, akár járkálva megvizsgálom, hogyan sikerült szemlélődésem vagy elmélkedésem. Ha rosszul sikerült, megkeresem az okot, miért esett az meg, és ha megtaláltam, bánatot indítok, hogy a jövőben javulok; ha pedig jól sikerült, hálát adok Urunknak, Istenünknek, és más alkalommal is ugyanígy fogok eljárni.

Hatodik additio: azon kell lennem, hogy a bűnök fölött elmélkedve ne gondoljak kellemes és öröndetes dolgokra, mint pl. a dicsőségre, a feltámadásra stb., mert az öröm és vígság minden gondolatával való foglalkozás akadályoz abban, hogy érezzem a szomorúságot, fájdalmat és könnyezzek a bűnök fe-

lett, hanem mindig szem előtt kell tartanom azt, hogy fájdalmat és szomorúságot akarok érezni, és azért inkább a halál és ítélet emlékét kell folyton magamban felidézni.

Hetedik additio: ugyanabból a célból megfosztom magamat minden világosságtól, becsukva (besötétítve) az ablakokat és magamra zárva az ajtót, míg a szobában tartózkodom, hacsak nem kell esetleg könyvből imádkoznom, olvasnom vagy étkezniem.

Nyolcadik additio: nem nevetek és nem is mondok semmit, ami nevetést kelt.

Kilencedik additio: féken tartom szememet, hacsak nem kell fogadnom vagy elbocsátanom azt, akivel beszélgetnem kell.

Tizedik additio: vonatkozik a vezeklésre, amely belső és külső lehet. A belső vezeklés bánkódás a bűnök felett azzal az erős elhatározással, hogy sem azokat, sem más bűnt többé el nem követünk. A külső vezeklés — amely az előző gyümölcse — önsanyargatás az elkövetett bűnök miatt. Ez háromféle módon történik:

Az *első mód* az ételre vonatkozik. Ha ugyanis csak a fölöslegest vonjuk meg, nem gyakorolunk önsanyargatást, hanem csak mértékletességet. Önsanyargatás csak akkor lesz belőle, ha a szükségesből vonunk el mégpedig minél többet és többet, annál nagyobb és jobb az önsanyargatás, csak ne rongálódjék meg a szervezet, és ne következzen be jelentős elgyengülés.

A *második mód* az alvásra vonatkozik. Hasonlóképpen ez sem vezeklés, ha az elkényeztető vagy az

elpuhult életmódról mondunk le, de igenis vezeklés, midőn a rendszeres megfelelő alvásból vonunk el mégpedig minél többet és többet, annál jobb, csak ne rongálódjék meg a szervezet és ne következék be jelentékeny elgyengülés. A szükséges alvástól azonban nem kell semmit sem elvonnunk, hacsak nincs valakinek az a rossz szokása, hogy túlsokat alszik, hogy ezáltal eltalálja a középértéket.

A harmadik mód testi fenylték azáltal, hogy érezhető fájdalmat okozunk testünkön a vezeklő-öv, kötelek, vaskampó viselésével, önostorozással vagy megsebesítéssel vagy más sanyargatási módozattal.

Eme vezeklésnek az a módja alkalmasabb és biztosabb, amely csak a húsban okoz fájdalmat és nem hatol be egészen a csontig, hogy így csak fájdalmat okozzon és ne pedig betegséget. Amiért úgy látszik, hogy megfelelőbb az ostorozás ama módja, mely csomós kötélostorral történik, amely csak a bőrfelületen okoz fájdalmat, mint egy más vezeklési mód, amely valami bensőbb, jelentékeny bajt okoz. *Először*, itt meg kell jegyeznünk hogy a külső vezeklést három szempontból szokás gyakorolni: először azért, hogy eleget tegyünk az elkövetett bűnökért; másodsor azért, hogy magunkat legyőzzük vagyis, hogy az érzékiség engedelmeskedjék az észnek, és hogy természetünk alsó része alá legyen rendelve a felsőbbnek; harmadszor azért, hogy keresse és megtalálja azt a kegyelmet vagy lelki adományt, amely után vágyva-vágyik, mint pl. ha kívánja, hogy bűnei fölött benső töredelmet érezzen, vagy sírni akar sokat felettük vagy azokon a kinokon és fájdalmakon szeretne sírni,

amelyeket Krisztus Urunk szenvedéseiben elviselt, vagy valamely kételyének a megoldását keresi, amelyben jelenleg van.

Másodszor meg kell jegyezni azt is, hogy az első és második additiót csak az éjféli és hajnali elmélkedésnél kell végezni, és nem a többinél, amelyek más időben történnek. A negyedik additiót sohasem szabad mások előtt végezni a templomban, hanem csak elvonultságban, mint pl. otthon stb.

Harmadszor, ha az, aki a gyakorlatot végzi, még nem találta meg azt, amit érezni kívánt, mint pl. könnyeket, vigasztalásokat stb., az ilyenre gyakran előnyös, ha változtat az étkezésén, az alvásban és az önsanyargatás egyéb módjain úgy, hogy föl-váltva két vagy három napig önsanyargatást végez, majd ismét két vagy három napig nem, mert némelyeknek jó, ha több vezeklést gyakorolnak, némelyeknek pedig, ha kevesebbet; jó ez azért is, mert gyakran elhagyjuk a vezeklést érzékies önszeretetből és ama téves nézetből, hogy az emberi természet nem képes azt elviselni jelentékeny megbetegedés nélkül; más-kor ellenkezőleg túlzásba megyünk abban a tudatban, hogy testünk képes azt elviselni; minthogy pedig Urunk Istenünk végtelen jobban ismeri természetünket, az ilyen változtatásoknál gyakran megadja kinek-kinek azt, ami neki megfelelő.

Negyedik megjegyzés az, hogy a részletes lelkiismeretvizsgálat vonatkozzék a gyakorlatok és additiók körüli hibákra és hanyagságokra; ugyanez történik a második, harmadik és negyedik héten. —

VII. Második hét.

1. Bevezető. Elmélkedés Krisztus királyságáról.

A) Egy földi király fölhívása, amely arra szolgál, hogy segítségünkre legyen az örök Király életéről szóló elmélkedésekben.

Az előkészítő ima a szokásos.

Az első előgyakorlat: helyzetkép-alakítás azáltal, hogy elképzeljük a helyet. A képzelőtehetség erejével néznünk kell a zsinagógákat, városokat és falvakat, ahol Krisztus Urunk prédikált.

Második előgyakorlat: kérem azt a kegyelmet, amelyet elérni akarok. Itt kérnem kell az Úrtól azt a kegyelmet, hogy hívására ne legyek süket, hanem készséges és szorgalmas az ő legszentebb akaratának teljesítésében.

Első pont: Szemem elé állítok egy földi királyt, akit maga az Úristen választott, akinek hódolnak és engedelmeskednek az összes fejedelmek és az összes keresztény emberek.

Második pont: Figyelek arra, miképpen beszél a király az övéihez: Az én akaratom — úgymond — az, hogy a hitetlenek minden országát meghódítsuk; aki velem akar jönni, annak meg kell elégednie avval az étellel, amelyet én eszem, és ugyanavval az itallal és ruházattal stb. Hasonlóképen velem együtt kell dolgoznia nappal és virrasztani éjjel stb. hogy így aztán oly része legyen a győzelemben, amint része volt a fáradalmakban.

Harmadik pont: Megfontolom, hogy a jó alattva-

lóknak mit kell felelniök ily nemesszívú és ember-séges királynak, és következetesen azt is fontolóra veszem, hogy mennyire megérdemelné, hogy az egész világ helytelenítse és hitvány lovagnak tartsa azt, aki nem fogadná el az ilyen királynak a meghívását.

B) Ennek a gyakorlatnak másik része abban áll, hogy a földi király előbb vázolt példáját alkalmazzuk Krisztus Urunkra a mondottak szerint e három pontban:

Első pont: Ha már a földi király alattvalóihoz intézett felszólítását fontolóra vesszük, mennyivel inkább méltó a megfontolásra, ha látjuk Krisztus Urunkat, az örök Királyt, és előtte az egész világot, amelyet összességében és egyenkint így hí meg: Az én akaratom az, hogy leigázzam az egész világot és minden 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: Megfontolom, hogy mindazok, akiknek van helyes ítéletük és józan eszük, egészen megajánlják magukat e munkára.

Harmadik pont: Azok, akik különösen akarnak lelkesedni és kitűnni örök Királyuk és a mindenség Ura mindennemű szolgálatában, nemcsak megajánlják magukat a munkára, hanem érzékiségük és testi és világias önszeretetük ellen küzdve magasabb rendű és nagyobb jelentőségű megajánlást is tesznek mondván:

Ó mindeneknek örök Ura, kegyességed és segít-

séged által felajánlom magamat végtelen Jóságod színe előtt és dicsőséges Anyád és minden szented mennyei udvarának jelenlétében és kijelentem, hogy kívánságom, akaratom és megfontolt elhatározásom, — föltéve hogy ez nagyobb szolgálatodra és dicsőségedre lesz, — hogy Téged kövesselek minden sérelem, gyalázat elviselésében, úgy a valóságos, mint a lelki szegénységben, ha legszentebb Fölséged engem erre ki akar választani és ilyen életpályára elfogadni kész!

Ezt a gyakorlatot napjában kétszer kell végezni, vagyis mindjárt reggel a felkeléskor és egy órával az ebéd vagy vacsora előtt.

Nagyon hasznos, ha második héten és a többi heteken valamit olvasunk Krisztus követésének könyvéből vagy az Evangéliumból vagy a szentek életéből.

Első nap. Első szemlélődés. A megtestesülés.

Ez magában foglal előkészítő imát, három előgyakorlatot, három pontot és egy imabeszélgét.

Az előkészítő ima a szokásos.

Első előgyakorlat: Lelkem elé idézem azt a történetet, amelyről szemlélődnöm kell, amely itt abban áll: hogyan szemlélik az isteni Személyek az egész föld színét és kerekességét, amely tele van emberekkel, és látván, hogy mindnyájan elkárhoztak, hogyan határozza el a Szentháromság az ő örökkévalóságában, hogy a második Személy emberré legyen az emberi nem megváltására, és hogyan küldte el, mikor az idők teljessége elérkezett, Úrnőnkhez Gábor arkangyalt.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítás: látom a helyet. Itt látnom kell a világ nagy terjedelmét és kerekességét, ahol oly sok és oly különböző nemzetek laknak. Hasonlóképpen külön elképzelem Úrnőnk házát és szobáját Názáretben, Galilea tartományában.

Harmadik előgyakorlat: kérem azt, amit elérni akarok. Itt kérnem kell az Úr mélységes ismeretét, aki érettem emberé lett, hogy őt jobban szeressem s kövessem.

Megjegyzendő, hogy ebben a hétben és a következőkben az előkészítő imát egészen úgy kell végeznünk, amint azt kezdetben mondtuk, valamint ugyanazt a három előgyakorlatot is, de ezeknek az alakját az anyag szerint változtatjuk.

Első pont: Látom a különféle személyeket mégpedig először azokat, akik a föld színén vannak, öltözetük és viselkedésük nagy változatosságában: egyesek fehérek, mások feketék; egyesek békében vannak, mások hadakoznak; némelyek sírnak, mások nevetnek; az egyesek egészségesek, mások betegek; egyesek születnek, mások meghalnak stb. Azután szemlélem és megfigyelem az isteni Személyeket, amint királyi széken vagyis isteni Fölségük trónján ülnek, és hogyan nézik az egész föld színét, terjedelmét és kerekességét és látják az összes nemzeteket, amelyek nagy vakságban sínylődnek, és látják hogyan halnak és hullanak sorra a kárhozatba.

Harmadszor látom Úrnőnket és az arkangyalt, aki őt üdvözli; és végül magamba tekintek, hogy hasznot merítsek ebből a szemléletből.

Második pont: Hallgatom, amit az emberek a földön beszélnek: hogyan beszélnek egymásközt,

hogy esküdöznek és káromkodnak stb. Hasonlóképpen azt is, amit az isteni Személyek mondanak, vagyis: „Váltsuk meg az emberi nemet!“ Azután pedig, hogy mit mond az angyal s Úrnőnk; majd végül magamba tekintek, hogy hasznot merítsek az említett személyek minden szavából.

Harmadik pont: Végre megfigyelem, mit művelnek az emberek a földön, vagyis hogyan ütik, gyilkolják egymást és mennek a pokolba stb. Azután megfontolom, mit cselekszenek az isteni Személyek, vagyis megvalósítják a megtestesülést stb.; hasonlóképpen, mit tesz az angyal és Úrnőnk, t. i. az angyal teljesíti a küldetésének szerepét, és Úrnőnk megálazza magát és hálát ad az isteni Felségnek; majd magamba tekintek, hogy hasznot merítsek mindebből.

Az elmélkedés végén imabeszélgetetést kell végeznem és meggondolom, mit kell mondanom a három isteni Személyhez vagy a megtestesült örök Igéhez vagy Atyánkhöz és Úrnőnkhez; és az éppen fölgerjedt érzelmek hatása alatt kérem azt, ami arra jobban segít, hogy kövessem, utánozzam ami Urunkat, aki értem az imént emberré lett. *)

Elmondom a Miatyánkot.

Második szemlélődés. Urunk születése.

Az előkészítő ima a szokásos.

Első előgyakorlat: a történet, és pedig itt az, hogyan hagyta el Nagyasszonyunk Názáretet áldott állapotának

*) Vagyis akinek megtestesülésén éppen most szemlélődtem elmélkedésemben.

kilencedik hónapjában, számaron ülve, — mint jámborul hihetjük, — és sz. József és a szolgáló tinót vezet, hogy Betlehembe menjenek megfizetni az adót, amelyet a császár azokra a vidékekre rárótt. Lásd 94. o.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítása: látom a színteret. Itt nézmem kell a képzelőtehetség látásával az utat Názáretből Betlehemig, figyelve annak a hosszúságát, szélességét és azt, vajjon síma-e az az út avagy völgyeken vagy lejtőkön vezet-e keresztül. Hasonlóképen megtekintem a helyet vagyis a születés barlangját, hogy az milyen tágas, milyen szűk, mily alacsony, milyen magas és miképen volt berendezve.

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

Első pont: Látom a személyeket vagyis Nagyasszonyunkat, sz. Józsefet, a szolgálót és a kised Jézust, miután megszületett, mégpedig úgy, hogy szegény és méltatlan szolgálóvá teszem magamat, és nézem és szemlélem őket és minden lehető készséggel és tisztelettel szolgálok nekik nehézségeikben, szükségükben, mintha tényleg jelen volnék; majd magamba tekintek, hogy valami hasznot meritsek.

Második pont: Figyelem, észreveszem és átelmélkedem mindazt, amit a személyek beszélnek, és azt magamra vonatkoztatva valamelyes hasznot meríték.

Harmadik pont: Nézem és megfontolom, amit tesznek, vagyis az utazást, fáradozást, hogy az Úr a legnagyobb szegénységben szülésem és hogy annyi fájdalom, éhség, szomjúság, hőség és hideg után, igazságtalanságok és gyalázatok után végre meghal-

jon a kereszten és mind ezt érettem teszi. Azután magamba tekintek, hogy valamilyen lelki hasznot merítsek.

Az elmélkedést ima-beszélgetéssel végzem be, mint az előző szemlélődésnél, és elmondom a Miatyánkot.

Harmadik szemlélődés: *Az első és második ismétlése.*

Az előkészítő ima és három előgyakorlat után meg kell ismételnem az első és második gyakorlatot mindig különösen azokra a részekre figyelve, amelyekben valaki világosságot, vigaszt vagy vigasztalanságot érzett, az elmélkedést mint egyébkor, ima-beszélgetéssel fejezzük be és elmondjuk a Miatyánkot.

Ebben és az összes következő ismétlésben ugyanazt a módot kell követnünk, mint az első hét ismétléseibenél, a formát megtartjuk, csak az anyagot kell változtatnunk.

Negyedik szemlélődés: *az első és második szemlélődés ismétlése ugyanoly módon, mint az előbbi ismétlésnél.*

Ötödik szemlélődés: *Az öt érzék alkalmazása az első és második szemlélődés anyagára.*

Az előkészítő ima és három előgyakorlat után hasznos a képzelőtehetség öt érzékét az első és második szemlélődésre alkalmazni a következő módon:

Első pont: a képzelőtehetség látásával nézem a személyeket és elmélkedem részletesen az életkörülményeikről és hasznot merítek e szemlélésből.

Második pont: Meghallgatom, amit beszélnek vagy

beszélhetnének, és magamba tekintek, hogy hasznot merítsek belőlük.

Harmadik pont: A szaglás és ízlés érzékével érzem és ízelem az istenségnek, a léleknek és erényeinek és egyéb tulajdonságoknak kellemességét és édes-ségét a szerint, hogy mely személy a szemlélődés tárgya; majd magamra tekintek, hogy hasznot merítsek.

Negyedik pont: A tapintás érzékével érintem vagyis átölelem vagy csókolom azokat a helyeket, ahová ezek a sz. személyek lépnek vagy ülnek, de mindig úgy, hogy valamely lelki hasznot is merítsek belőle.

A gyakorlatot ima-beszélgetéssel kell befejezni, mint az első és második szemlélődésben és el kell mondani egy Miatyánkot.

Első jegyzet: Meg kell jegyezni az egész hétre és a többire vonatkozólag, hogy csak azt a titkot kell olvasnom, amelyről közvetlenül akarok elmélkedni úgy, hogy akkor nem olvasok semmiféle más oly titkot, amelyet ezen a napon vagy ebben az órában még nem veszek szemlélődésem tárgyául, hogy az egyik titokkal való foglalkozás ne zavarja a másik szemléletét.

Második jegyzet: A megtestesülésről szóló első gyakorlat éjfélkor van, a második hajnalban, a harmadik a szentmise, a negyedik a vecsernye idejében és az ötödik a vacsora órája előtt. Emé öt gyakorlat mindegyike egy óráig tart, és ezt a rendet kell követni a következőkben is.

Harmadik jegyzet: Ügyelni kell arra, hogy az, aki a gyakorlatokat végzi, öreg-e vagy gyengélkedő-e, vagy ha különben erős testalkatú is, de az első hét folytán kissé elgyöngült lenne, jobb, ha ezen a második héten, legalább néhányszor éjfélkor fel nem kel, hanem korán reggel külön végez egy elmélkedést,

a másodikat a szentmise idején, a harmadikat ebéd előtt, és a vécsernye idejében tart róluk egy ismétlést és a vacsora előtt elvégzi az érzékek alkalmazását.

Negyedik jegyzet: az első hétben említett tíz additóból meg kell változtatni ezen a héten a másodikat, hatodikát, hetediket és részben a tizediket.

A *másodiknál* a változás az, hogy mihelyest felébredek, figyelmemet mindjárt a szemlélődésre irányítom, amelyet végezni fogok, és vágyódom az örök Igének nagyobb megismerése után, hogy Őt jobban szolgáljam és tökéletesebben kövessem.

A *hatodik additio* az lesz, hogy gyakran emlékezetembe idézem Krisztus Urunk életének titkait kezdve a megtestesüléstől egészen addig a helyig vagy titokig, amelynek szemléletében vagyok.

A *hetedik additio* abban áll, hogy a gyakorlatozó annyiban igyekezzék sötétséget vagy világosságot tartani, a kellemes vagy kellemetlen időjárást kihasználni, amennyiben úgy érzi, hogy az hasznára és segítségére van annak elérésében, amit keres.

A *tizedik additiot* illetőleg a gyakorlatozó alkalmazkodjék a titkokhoz, amelyekről elmélkedik, mert némelyek közülük vezeklést követelnek, mások pedig nem; úgy azonban, hogy mind a tíz additiot nagy gonddal tartsa be!

Ötödik jegyzet: minden gyakorlatnál, kivéve azokat, amelyek éjjelkor és hajnalban történnek, figyelembe kell venni valamit, ami a második additiónak felel meg, még pedig a következő módon: mihelyest ráemlékszem, hogy itt van a gyakorlat órája, amelyet végezni kell, mielőtt azt megkezdéném, arra gondolok, hogy hová megyek és ki előtt jelenek meg és röviden összegezem az elmélkedés pontjait s azután a harmadik additiot elvégezve megkezdem a gyakorlatot.

A második napon

az első és második szemlélődés tárgyává a templomi bemutatást kell vennem, (lásd 95. o.) és a futást az egyiptomi száműzetésbe. (95. o.) A két szemlélődés fölött két ismétlést kell tartani és az öt érzék alkalmazását ugyanolyan módon kell végezni, mint az előző napon.

Némelykor hasznos — még akkor is, ha az, aki a gyakorlatokat végzi, erős és készséges lelkű, — hogy ettől a második naptól kezdve valami változás legyen egészen a negyedik napig bezárólag mégpedig azért, hogy jobban megtalálhassa azt, amit elérni kíván; így tehát csak kora reggel végez egy szemlélődést, a másodikat a mise idejében és a vacsorne idejében ismétlést tart róluk; vacsora előtt pedig az érzékek alkalmazását.

A harmadik napon

az első és második szemlélődés tárgya az, hogy miképen volt Jézus engedelmes szüleinek Názáretben (96. o.) és hogyan találták meg a templomban (96. o.) és ennek megfelelőleg két ismétlést kell tartani és az öt érzék alkalmazását igénybevenni.

2. Választásokra vonatkozó utasítások és elmélkedések.

Bevezető a különböző állapotok megfontolásához.

Már elméltünk ama példa fölött, amelyet Krisztus Urunk adott nekünk az első állapotra vonatkozólag, amely a parancsolatok megtartásában áll, midőn engedelmes volt szüleinek. Hasonlóképen elméltünk ama példa fölött is, amelyet ugyancsak

Krisztus Urunk adott a második állapotra vonatkozólag, amely az evangéliumi tökéletesség állapota, midőn a templomban maradt elhagyva nevelőatyját és édesanyját, hogy teljesen örök Atyjának szolgálatára álljon. Ezek után az Úr további élete feletti szemlélődéseinket folytatva, megkezdjük azt is, hogy keressük és kérjük, vajjon az isteni Felség minő életpályán vagy minő állapotban óhajt felhasználni szolgálatára.

Amiért is erre vonatkozó bevezetés gyanánt a következő első gyakorlatban látni fogjuk egyrészt Krisztus szándékát és másrészt az emberi természet ellenségének ellenkező szándékát és azt, hogy miképen kell magunkat arra előkészítenünk, hogy a tökéletességre jussunk bármilyen állapotban vagy életpályán, amelynek megválasztását Urunk, Istenünk, adja meg nekünk.

Negyedik napon van a két zászlóról szóló elmélkedés;
az egyik Krisztus, a mi legfőbb vezérünk és Urunk zászlaja, a másik Lucifer zászlaja, aki emberi természetünk főellensége.

Az előkészítő ima a szokásos.

Első előgyakorlat: a történet, mely itt abban áll, hogyan hívogat és miképen akar mindenkit zászlaja alá tömöríteni Krisztus Urunk és vele szemben Lucifer a saját zászlaja alá.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítás: látom a helyet, vagyis Jeruzsálem egész vidékének azt a nagy síkságát, ahol áll a-jóknak fővezére, Krisztus

Urunk; a másik színteret is látom Babylon vidékén, ahol a lelki ellenség vezére, Lucifer trónol.

Harmadik előgyakorlat: kérem, amit elérni akarok; itt kérnem kell a kegyelmet egyrészt, hogy a gonosz vezér cselvetéseit átlássam és segítséget nyerjek, hogy azoktól óvakodni tudjak, és másrészt, hogy megismerjem az igaz életet, amelyre tanít a legfőbb igazi Vezér, és, hogy kegyelmet is kapjak követésére.

A) *Első pont:* elképzelem, mintha minden gonosz lélek vezére Babylon nagy síkságán valamiféle tűzből és füstből álló nagy katedrán ülne rettenetes és ijesztő formában.

Második pont: megfontolom, hogyan híja össze Lucifer a megszámlálhatatlan gonosz lelkeket és hogyan szórja őket széjjel egyiket ebbe a városba, a másikat abba és így tovább az egész világra, nem hagyva ki egyetlen tartományt sem, semmiféle helyet, egyetlen állapotot, vagyis az embereknek egyetlen egy osztályát sem és külön-külön egyetlen személyt sem.

Harmadik pont: megfontolom a beszédet, amelyet hozzájuk intéz, és hogyan buzdítja őket arra, miként hálózzák be az embereket és hogyan verjék láncra őket, hogy először is a gazdagság után való vággyal kísértsék meg az embereket, amint azt rendszerint a legtöbbször meg is szokták tenni, hogy annál könnyebben jussanak a világ hiú tiszteletére és innét nagy kevélységre.

Tehát az első fok a gazdagság, a második a tisztelet, a harmadik a kevélység, és erről a három fokról rávezet Lucifer az összes többi bűnre.

B) *Hasonlóképpen el kell képzelni mindezeknek az*

ellenkezőjét is a legfőbb és igazi vezérről, aki Krisztus Urunk.

Első pont: szemlélem, hogyan helyezkedik el Krisztus Urunk vonzó és szeretetreméltó alakban Jeruzsálem nagy síkságán valami alacsony helyen.

Második pont: megfontolom, hogyan választ ki a mindenség Ura oly sok személyt, apostolokat és tanítványokat stb. és hogyan küldi őket az egész világra, hogy szent tanítását elvigyék minden rendű és rangú embernek.

Harmadik pont: elmélkedem ama beszéd felett, amelyet Krisztus Urunk intéz összes szolgájához és barátjához, akiket az említett feladat végrehajtására küld szét és azt ajánlja nekik, hogy mindenkit igyekezzenek segíteni, mégpedig őket először is a legnagyobb lelkiszegénységre vezessék, és ha úgy tetszik az ő isteni Felségének és őket arra ki akarná választani, nem kevésbé a valóságos szegénységre is; másodsor támogatás, hogy vágyakozzanak a gyalázatok és megvetések elviselésére, mert ebből a két dologból fakad az alázatosság.

Tehát három fokozat van: az első a szegénység a gazdagság ellen; a második a gyalázat vagy megvetés a világi tisztelet-hajhászása ellen; a harmadik az alázatosság a kevélységgel szemben; és e három fokozat segítségével rá kell vezetni az embereket az összes többi erényre.

Ima-beszélgetésemet a mi Asszonyunkhoz irányítom, hogy Fiától és Urától eszközölje ki, hogy engem is zászlaja alá fogadjon mégpedig először a legnagyobb lelkiszegénységben és ha isteni Felségének tetszik

és engen kiválasztani és felfogadni kegyeskedik, nem kevésbé a valóságos szegénységben is; másodszor a gyalázatok és sérelmek elviselésében, hogy ezek által Őt jobban kövessem, de csak úgy, ha ezeket másnak bűne nélkül és az isteni Felségnek visszattetszése nélkül elszenvedhetem. És most elmondok egy Üdvözlégyet.

Majd ugyanazt kérem a Fiúistentől, hogy eszközje ki nekem ugyanazt a mennyei Atyától. Ezután elmondom a „Krisztus lelke . . . “ kezdetű imát.

Végre kérem az Atyától, hogy adja meg nekem ugyanazt, és elmondok egy Miatyánkot.

Ezt a gyakorlatot éjjélkor kell végezni és ismét kora reggel.

Ezt az elmélkedést még kétszer kell megismételni és pedig a sz. mise és a vecsernye idején és mindig a fent vázolt három imabeszélgetéssel t. i. a mi Asszonyunkhoz, a Fiához és a mennyei Atyához kell befejezni. A következő bináriusokról szóló elmélkedés a vacsora előtt legyen!

Ugyanazon a negyedik napon, elmélkedés a három bináriusról,*) emberpárról (embercsoportról), hogy a legjobbat válasszuk.

Az előkészítő ima a szokásos.

Az első előgyakorlat a történet, mely három em-

*) A szent szerző nem fejt ki, miért használja a „binarius“ szót és nem szól egyszerűen embercsoportokról vagy osztályokról. Teszi ezt talán azért, mert a választás a „legjobbra“ van irányítva. A legjobb választás pedig az evangéliumi tökéletesség követése. Krisztus Urunk pedig az apostolokat t.bbször párosával hitta meg követésére és náluk már a három binarius viselkedése észlelhető, így pl. sz. Andrásnál és sz. Péternél, akiket az Ur háromszor hívott meg és csak a harmadik hívásnál határozták el magukat teljesen Krisztus követésére (l. 14. titok 97. old.) Lehetséges azonban, hogy jegyesekre gondol és azt akarja, hogy jól fontolják meg ezek a dolgok, hátha az Ur őket papi vagy szerzetesi pályára hívja vagy valami hasonló életre. E feltevések esetén nagyon érthető, miért szól a szent példabeszédben és nem nyíltan. Nyíltan beszél erről a bevezetőben a választáshoz.

berpárról szól, amelyek közül mindegyik tízezer dukátot szerzett és pedig nem tiszta szívvvel és nem ahogyan kellene, az Isten iránt való szeretetből. És ezek mindannyian üdvözülni akarnak és óhajtják megtalálni a mi Urunk és Istenünk békéjét azáltal, hogy szabadulmi kívánnak az üdvösséget veszélyeztető tehertől és akadályoktól, amelyet a szerzett vagyonhoz való ragaszkodásban éreznek.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítás. Itt látnom kell magamat, hogyan állok Urunk, Istenünk, és minden szentje előtt avval a szándékkal, hogy kívánjam és megismerjem azt, ami isteni Felségének kedvesebb.

Harmadik előgyakorlat: kérem, amit elérni akarok. Itt kérnem kell a kegyelmet, hogy azt válasszam, ami inkább van Isten dicsőségére és lelkem üdvösségére.

Az első binarius szeretne ugyan megszabadulni a ragaszkodástól, amellyel a szerzett dologhoz vonzódik, hogy békében megtalálja Urunkat, Istenünket, és üdvözítse magát, de halála órájáig nem nyúl semmi eszközhöz.

A második binarius akar ugyan a ragaszkodástól szabadulni, de csak úgy, hogy a szerzett dolog birtokában maradjon, azaz hogy szinte az Isten jön oda, ahova ő akarja, és nem szánja el magát a a dolog elhagyására, hogy így az Istenhez juthasson, még ha ez az állapot ránézve a legjobb volna is.

A harmadik binarius akar szabadulni a ragaszkodástól mégpedig úgy, hogy nem tartja őt fogva semmiféle vonzalom a szerzett dolog megtartásában, hanem csak úgy kívánja azt akarni vagy nem akarni, ahogy

Urunk-Istenünk adja meg neki az akarást és amint azt jobbnak látja Isten szolgálatára és dicsőségére; és egyelőre úgy óhajt viselkedni, mintha lélekben mindenről lemondana, miközben erőt gyűjtve azon van, hogy sem ezt a dolgot, sem más valamit ne akarjon, kivéve, ha egyedül Isten szolgálata ösztönözné őt arra, így tehát csak az a kívánság, hogy Istennek jobban szolgálhasson, bírja őt arra, hogy az illető dolgot magához vegye vagy azt elhagyja.

Ugyanazt a három imabeszélgést kell elvégezni, mint az előző, a két zászlóról szóló, elmélkedésben.

Megjegyzés: midőn a valóságos szegénység ellen ellenszenvet vagy ellenkezést érzünk, mikor nem vagyunk közömbösek a szegénység vagy gazdagság iránt, nagyon hasznos az ilyen rendetlen érzelem kiirtására, ha kérjük az imabeszélgéseinkben, mégha az érzéki természetünk ellene is van, hogy az Úr válasszon ki bennünket a valóságos szegénységre, és erősítve állítjuk, hogy azt akarjuk, kérjük és azért könyörgünk, csak legyen az isteni az Felség szolgálata és dicsősége.

Ötödik napon

szemlélődés Krisztus Urunk útjáról Názarettől a Jordánig és arról, hogyan kereszteltetett ott meg. (96. o.)

Ezt a szemlélődést egyszer éjjélkor, majd újból hajnalban végezzük és két ismétlés van róla a szentmise idején és vacsernyekor; vacsora előtt pedig az öt érzék alkalmazása. Eme öt gyakorlat mindegyikénél előre kell bocsátani a szokott előkészítő imát, a három előgyakorlatot, amint az már meg volt magyarázva a megtestesülésről és születésről szóló szemlélődésnél, és be kell azokat fejezni a három ember párról szóló elmélkedés három imabeszélgésével vagy

ama jegyzet szerint, amely a „három binarius“ után következik.

Az ebéd és vacsora után részletes lelkiismeret vizsgálat legyen ennek a napnak gyakorlataira és additóiira vonatkozó hibákról és hanyagságokról és ugyanígy a következő napokon!

Halodik napon: *a szemlélődés arról van, hogyan ment Krisztus Urunk a Jordán folyótól a pusztába* (97. o.) és mindenben azt a módot követjük, amely az ötödik napon gyakorlatban volt.

Hetedik napon: *hogyan követték sz. András és mások Krisztus Urunkat.* (97. o.)

Nyolcadik napon: *a hegyi beszédről, amely a nyolc boldogságról szól.* (98. o.)

Kilencedik napon: *hogyan jelent meg Krisztus Urunk a tenger hullámain járva.* (99. o.)

Tizedik napon: *hogyan prédikált Krisztus a templomban.* (102. o.)

Tizenegyedik napon: *Lázár feltámadásáról.* . . (101. o.)

Tizenkettedik napon: *a virágvasárnapról.* (102. o.)

Első jegyzet: ennek a második hétnek a szemlélődéseiben a szerint, amint valaki több vagy kevesebb időt akar ráfordítani, avagy az előmenetel szerint, a hetet meg lehet nyújtani vagy rövidíteni. Ha meg akarjuk nyújtani, akkor Nagyasszonyunk Erzsébetnél tett látogatásának a titkát, a pásztorokat, a gyermek Jézus körülmetélését, a három királyt szemlélődésünk tárgyául vesszük és így tovább. Ha pedig meg akarjuk rövidíteni, elvehetünk azokból a titkokból, amelyeket említettünk, mert azok csak bevezető tájékoztatást és módozatot adnak, hogy később jobban és minél pontosabban elmélkedjünk.

Második jegyzet: a választások ügye megkezdődik Krisztusnak Názáretből Jordánhoz való távozásáról szóló szemlélődéssel — bezárólag véve ezt a szemlélődés-

dést — mégpedig az ötödik napon, amint a következőkben megmagyarázzuk.*

Harmadik jegyzet: mielőtt valaki megkezdené a választásokat, hogy Krisztus igazi tanához vonzódjék, nagyon hasznos, ha megfontolja és szemügyre veszi az alázatosság következő három módját, vagy fáját mégpedig fontolgassa azokat az egész napon át többször és közben imabeszélgetések is végezzen, mégpedig úgy, amint lent megmondjuk.

3. A jó választás feltételei.

Az alázatosság három módja.

Az alázatosság első módja szükséges az örök üdvösségre. Ez abban áll, hogy amennyire csak tehetem, meghódolok és megalázom magamat, hogy mindenben megtartsam az Isten parancsát olyannyira, hogy ha minden dolog urává is tennének a világon vagy mégha földi életem forogna is kockán, még akkor sem tenném megfontolás tárgyává, vajjon megszegjem-e akár valamelyik isteni, akár valami emberi parancsot, amely súlyos bűn terhe alatt kötelez.

Az alázatosság második módja tökéletesebb, mint az első, és ezt akkor érem el, ha olyan lelkiállapotban vagyok, hogy nem akarok és nem is vonzódok inkább a gazdasághoz, mint a szegénységhez; sem hogy inkább tiszteletben részesüljek, mint gyalázatban; vagy hogy inkább kívánjam a hosszú életet, mint a rövidet, föltéve, hogy ezek mindegyi-

*) A jó választás alatt felsorolt feltételei és szabályai sz. Ignác szerint nem külön naphoz vagy órához kötött elmélkedések vagy megfontolások. Jézus életéről szóló szemlélődések tehát ettől az ötödik naptól kezdve rendszeresen folytatódhatnak és azokon kívül és azok hatása alatt kell az adott szabályok szerint a választást megejteni vagy a reformot megtervezni.

ke egyformán van Isten szolgálatára és lelkem üdvösségére. Hasonlóképen sem az összes teremtményekért, sem pedig azért, mert életem forogna veszélyben, még csak fontolóra sem venném, hogy bocsánatos bűnt kövessenek-e el.**

Az alázatosság harmadik módja a legtökéletesebb. Ezt akkor érem el, ha feltételezve az első és második módot és feltéve, hogy az isteni Felség szolgálata és dicsősége ugyanaz, csupán azért, hogy Krisztus Urunkat kövessem és a valóságban hozzá hasonlóbb legyek, én inkább akarom és választom a szegénységet a szegény Krisztussal, mint a gazdagságot; inkább a gyalázatot a gyalázatokkal tetézt Krisztussal, mint a tiszteletet; és inkább kívánom, hogy együgyűnek és bolondnak tartsanak Krisztusért, akit előbb tartottak ilyennek, mint bölcsnek és okosnak ebben a világban.

Annak tehát, aki ezt a harmadik módot kívánja elérni, nagyon hasznos, ha elvégzi a binariusokról szóló elmélkedésben említett három imabeszélgést és kéri Urunkat, hogy őt erre a harmadik, nagyobb és kiválóbb alázatosságra kiválasztani kegyeskedjék, hogy ezáltal Őt jobban kövesse és neki tökéletesebben szolgáljon, feltéve, ha így az Isten szolgálata egyenlő vagy nagyobb volna, úgyszintén, ha az isteni Felség dicsősége ugyanaz vagy nagyobb volna.

Bevezető a választás megejtéséhez.

Minden jó választásnál, amennyiben az tőlünk függ, kell, hogy a szándék tiszta legyen úgy, hogy egyedül a célt tekintjük, amelyre teremtve vagyok, t. i.

***) Az itt említett közönibőség ugyanaz, amely hangsúlyozva volt a „Vezérelv és alapigazság” c. megfontolásban.

Urunk-Istenünk dicsőítésére és lelkünk üdvösségére. Amiért is bármit találok is választani, annak olyan-
nak kell lennie, hogy céломhoz segítsen, amely mi-
att teremtve vagyok. Tehát nem rendelem alá és nem
alkalmazom a célt az eszközhöz, hanem az eszközt
a célhoz, amint meg szokott történni, hogy sokan
először azt választják, hogy megnőszülnek, ami pedig
magában véve eszköz, és úgy is csak másodlagosan
azt, hogy a házas állapotban szolgáljanak Urunknak,
Istenünknek, pedig ez — t. i. Istennek a szolgálata
—, a cél; hasonlóképen vannak mások, akik először
egyházi javadalmat, mint célt, óhajtanak és csak az-
után abban az Isten szolgálatát. Ezek tehát nem
egyenest mennek Istenhez, hanem azt akarják, hogy
Isten jöjjön egyenesen rendetlen hajlamaikhoz, és
következőleg eszközt csinálnak a célból, az eszkö-
zökből pedig célt úgy, hogy amit az első helyre kel-
lene helyezniök, azt ők a második helyre teszik. Azt
kell ugyanis mindenek előtt célnak tekinteni, hogy
Istennek akarunk szolgálni, mert ez a célunk, és
csak azután vállalhatunk javadalmat vagy vehetünk
feleséget föltéve, hogy ez a legmegfelelőbb eljárás
számomra, ha t. i. ez eszköz a célhoz. Tehát sem-
minek sem szabad engem befolyásolnia eme vagy
ama eszközök alkalmazásában vagy mellőzésében,
hanem csak Isten szolgálatának, dicsőítésének és
lelkem örök üdvösségének.

**A következő megfontolás arra a célra szolgál, hogy megtud-
junk, miről tarthatunk választást.**

E megfontolás négy pontból és egy jegyzetből áll:

Első pont : Szükséges, hogy mindazok a dolgok,

amelyek közül választani akarunk, közömbösek vagy magukba véve jók legyenek, és egyszersmind helyt álljanak, meg összhangban legyenek a hierarchikus Anyaszentegyházzal ; tehát se rosszak, se olyanok ne legyenek, melyek ellenkeznek az Egyházal.

Második pont : vannak dolgok, amelyek megváltozhatatlan választás alá esnek : ilyenek a papság és a házasság stb. ; más dolgok pedig megváltoztatható választás alá esnek : ilyenek az egyházi javadalmak elfogadása vagy azok elhagyása ; anyagi javak elfogadása vagy azokról való lemondás.

Harmadik pont : A megváltozhatatlan választás esetén, ha az már egyszer megtörtént, nincs mit választani többé, mert nem lehet megváltoztatni pl. a házasságot, papságot stb. Mégis meg kell jegyezni, hogy ha valaki nem ejtette meg a választást megfelelő módon és rendezetlen vagyis rendetlen hajlamok nélkül, most bánja meg tévedését és azon legyen, hogy jó életet éljen a már választott pályáján.

Úgy látszik, hogy az ilyen választás — minthogy rendetlen és nem egyenes szándékú volt — nem lehet isteni hivatás, s akik mégis azt állítják, tévednek és tévesen csinálnak a nem egyenes szándékú és rendetlen választásból isteni hivatást, holott minden isteni hivatás tiszta és szennytelen, tehát semmiképen sem származhatik a testi hajlamokból vagy bármi más rendetlen vonzalomból.

Negyedik pont : Ha valaki megfelelő módon és rendezetten ejtette meg a választást olyan dologban, amin változtatni lehet, — tehát sem a test, sem a világ iránti rendetlen vonzalom nem irányította, — nincs oka, hogy új választást tegyen, hanem igyekez-

zék abban tökéletesedni, amennyire csak lehetséges.

Jegyzet. Meg kell jegyezni, ha az ilyen megváltoztatható választás nem volt őszinte és jól rendezett, akkor nagyon hasznos, hogy szabályos választást végezzen az, aki igazán óhajtja, hogy lelki életében kiváló és Istennek nagyon kedves eredményeket érjen el.

A három időpont, amelyek mindegyikében jézus és jó választást lehet tenni.

Az első időpont az, amikor az Úristen úgy indítja és vonzza az akaratot, hogy az ilyen jámbor lélek a nélkül, hogy kételkednék vagy kételkedhetnék, követi azt, amit neki Isten mutatott, amint sz. Pál és sz. Máté tették, mikor Krisztus Urunkat követték.

A második időpont az, amikor sok világosságunk és ismeretünk van az átélt vigasztalásból és vigasztalanságból és a különböző szellemek behatásainak megismeréséből.

A harmadik időpont nyugodt természetű, amikor először is szemügyre veszi az ember, hogy mire született, t. i. Urunk Istenünk dicsőítésére és lelkének üdvözítésére és eme vágy hatása alatt, mint eszközt választ valamely állást az Egyház által szabott határokon belül, hogy ez az állás őt Istene szolgálatában és lelkének üdvözítésében segítse.

Azt mondtam: „nyugodt időpont,” t. i. mikor a lélek nincs kitéve a különböző szellemek behatásainak és természetes tehetségeit szabadon és nyugodtan tudja használni.

Ha az első vagy második időpontban nem történt meg a választás, úgy a harmadik időpontra vonatkozólag két mód következik, hogy azt meg-
ejtsük.

**A józan és jó választásnak első módja,
amely magában foglalhat pontot:**

Első pont: szemem elé állítom azt a dolgot, amely felett választani akarok, pl. a hivatalt vagy javadalmat, amelynek elfogadásáról vagy elhagyásáról van szó vagy bármely más dolgot, amely a megváltoztatható választásnak tárgyát képezi.

Második pont: Szükséges, hogy a célt tekintsem, amelyre teremtve vagyok, amely abban áll, hogy Urunkat Istenünket dicsőítsem és lelkemet üdvözítsem; és hogy közömbös legyek és minden rendetlen hajlamtól annyira szabad, hogy nem hajlom és vonzódom inkább az elé állított dolog elfogadására, mint annak elhagyására, sem pedig inkább elhagyására, mint elfogadására, hanem mintegy egyensúlyban találjam magamat, hogy az után induljak, amiről úgy fogom érezni, hogy az inkább van Isten dicsőségére és dicsőítésére és lelkem üdvösségére.

Harmadik pont: kérem az Úristentől, hogy arra indítsa akaratomat és azt az elhatározást támassza lelkemben, amelyet a szóbanforgó kérdésben tennem kell, vagyis ami inkább van az ő dicsőítésére és dicsőségére, tehát hogy jól és becsületesen fontoljam meg a dolgot értelmekkel és hogy az ő legszentebb és legfelsőbb akarata szerint válasszak.

Negyedik pont: mérlegelve megfontolom, hogy kizárólag Urunk, Istenünk dicsőítésére és lelkem üdvösségére minő előnyök és hasznok származnak nekem abból, ha a kitűzött hivatalt vagy javadalmat bírom; és viszont megfontolás tárgyává teszem a hátrányokat és veszedelmeket, amelyek annak birtoká-

val együtt járnak; és ugyanúgy cselekszem a második részben, vagyis látom az előnyöket és hasznokat, ha az illető hivatalt vagy javadalmat nem nyerem el; és hasonlóképpen az ellenkezőjét, vagyis a hátrányokat és veszélyeket, ha az említett dolgot nem nyerem el.

Ötödik pont: miután így megfontolgattam és minden irányban mérlegeltem az okokat a szóbanforgó dologra vonatkozólag, most azt kell nézmem, hogy a józan ész merre hajlik: és így a nagyobb értelmi hajlam és semmiképpen sem valami érzelmi vonzódás szerint kell a szóbanforgó tárgy felett döntenem.

Hatodik pont: miután így a választás vagy döntés megtörtént, annak, aki választott, nagy odaadással imára kell adnia magát az Úr színe előtt, akinek felajánlja ezt a választást, hogy isteni Felsége fogadja el és erősítse meg, ha ez az ő nagyobb szolgálata és dicsősége.

A józan és jó választás második módja,
amely magában foglal négy szabályt és egy jegyzetet.

Az első szabály az, hogy az a szeretet, amely a választásra ösztönöz és indít, felülről az Isten szeretetéből származzék úgy, hogy az, aki választ, először érezze önmagában, hogy az a szeretet, amellyel a választás alá első dologhoz többé-kevésbé vonzódik, egyedül a teremtő Istenért van.

Második szabály: magam elé képelek egy embert, akit sohasem láttam és nem is ismertem és akinek kívánom, hogy minden tekintetben tökéletes legyen,

és megfontolom, hogy Istenünk nagyobb dicsőségére és lelkének nagyobb üdvösségére mit ajánlanék neki, hogy tegyen vagy válasszon. És magammal szemben ugyanazt cselekszem megtartván azt a szabályt, amelyet másnak állítok fel.

Harmadik szabály: mintha a halálos ágyamon volnék, megfontolom azt a módot és mértéket, amelyről akkor óhajtanám, hogy a jelen választásnál szerinte igazodtam volna: tehát ama szabály szerint igazodva most teljesen eszerint teszem az én elhatározásomat.

Negyedik szabály: megfontolom és meggondolom, hogyan fogom magamat érezni az ítélet napján, azért mérlegelem, hogy minő döntést kívánnék magamnak a szóbanforgó tárgyra vonatkozólag akkor és ugyanazt a szabályt, amelynek megtartását akkor kívánnám, most követem, hogy majd akkor zavartalan teljes gyönyörűséget és örömet élvezzek.

A fentemlített szabályokat örök üdvömrre és nyugalomra zsinórmértékül veszem és így ejtem meg választásomat és teszem felajánlásomat Úrunknak, Istenünknek, a választás első módjának hatodik pontja szerint.

Életünk és állapotunk megjavítására és megreformálására irányuló utasítások.

A következőkre kell ügyelni: azoknál, akik valami méltóságban vagy már házasesetben vannak, (akár sok vagyonnal rendelkeznek, akár nem) — így feltéve, hogy nincs alkalmuk vagy nagyon készséges akaratok, hogy olyan dolgok felett tartsanak választást, amelyek még megváltoztatható választás alá esnek — nagyon hasznos, ha a választás helyett az

ilyeneknek az életük megjavítására és megreformálására tervezetet és módot adunk, hogy állapotukat, életüket és állásukat Isten dicsőségére és dicsőítésére és lelkük üdvére irányítsák.

Hogy ehhez a célhoz eljussanak és azt elérjék, az ilyeneknek a gyakorlatok által és a választás módja által, amint azt megmagyaráztuk, nagyon meg kell fontolgatniok és gondolniok, hogy mekkora háztartással, személyzettel kell rendelkezniök és hogyan kell azt vezetniök és kormányozniök, végül hogyan kell szóval és példával oktatniok. Hasonlóképpen azt is jól meg kell latolgatniok, hogy vagyonukból mekkora részt kell fordítaniok családjukra és a háztartásukra; mekkora részt kell kiosztaniok a szegények közt vagy egyéb jámbor célra, nem óhajtva és nem is keresve semmi mást, mint mindenben és minden által Isten nagyobb dicsőítését és dicsőségét. Mindenkinek ugyanis tudnia kell, hogy akkora előmenetelt fog tenni a lelki dolgokban, amennyire ki tud vetközni saját önszeretetéből, önszeretéből és a haszonlesésből.

VIII. Harmadik hét.

Első napon.

az első szemlélődés éjjélkor arról van, hogyan ment Krisztus Urunk Bethániából Jeruzsálemig s azután az utolsó vacsoráról. (lásd 102. lap) Ez a szemlélődés előkészítő imát, három előgyakorlatot, hat pontot és egy imabeszélgétést foglal magában.

Az előkészítő ima a szokásos.

Az első előgyakorlat: emlékezetünkbe idézzük a történetet, amely abban áll; hogyan küldötte Krisztus Urunk Bethániából két tanítványát Jeruzsálembe, hogy a vacsorát előkészítsék; majd azután hogyan jelenik meg azon a többi tanítványával; miután pedig evett a húsvéti bárányból, hogyan mosta meg tanítványainak a lábait és hogyan nyújtotta legszentebb testét és legdrágább vérét tanítványainak. Végül hogyan beszélt hozzájuk, miután Judás elment, hogy Urát eladja.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítás látom a a helyet. Itt nézmem kell az utat Bethániától Jeruzsálemig, hogy az széles-e, keskeny-e, síma-e stb.; hasonlóképen a vacsora termét, tágas-e, szűk-e, ilyen avagy amolyan alakú-e.

Harmadik előgyakorlat: kérem, amit elérni akarok. Itt kérnem kell fájdalmat, lesujtottságot és szégyenkezést, hogy az Úr bűneim miatt vállalja magára a szenvedést.

Első pont: szemlélem a vacsoránál levő személyeket

és magamba tekintve igyekszem valami hasznot meríteni.

Második pont: halljam, amit beszélnek a személyek, és hasonlóképen valami hasznot merítek.

Harmadik pont: figyelek a cselekedeteikre és belőle hasznot merítek.

Negyedik pont: megfontolom, mit szenved Krisztus az ő emberi természetében vagy mit akar szenvedni a szenvedés ama része szerint, amelyről épen elmélkedem; és itt minden erővel azon kell lennem és arra kell törekednem, hogy fájdalmat érezzek, szomorkodjam és sírjak; és ugyanarra törekszem a többi pontnál is, amelyek következnek.

Ötödik pont: megfontolom, hogyan rejtőzik el az Istenség, vagyis hogyan semmisíthetné meg az ellenségeit, de nem teszi, és hogyan engedi meg, hogy a legszentebb emberi természet oly rettenetesen szenvedjen.

Hatodik pont: megfontolom, hogyan szenved ezt az én bűneimért stb; és mit kell nekem Érte tennem és szenvednem.

A végén az imabeszélgetést Krisztus Urunkhoz kell irányítanom és befejeznem a Miatyánkkal.

Meg kell jegyeznünk, hogy — amint azt már fentebb megmagyaráztuk, az imabeszélgetésekben fontolgatva kell beszélgetnünk és kéréseinket az elmélkedés anyagához kell alkalmaznunk, t. i. a szerint, amint kísértésben vagy vigasztalásban érezzük-e magunkat, és amint ezt az erényt vagy a másikat kívánjuk-e elérni; avagy a szerint, amint ebbe vagy amabba az irányba akarjuk magunkat irányítani; végül a szerint, amint fájdalmat vagy örömet akarunk-e érezni a titok felett, amelyről elmélkedünk.

Végre pedig azt kell kérnünk, amit egyes szükségleteinkben különösképen óhajtunk, és így végezhetünk vagy csak egy imabeszélgetést Krisztus Urunkhoz; vagy ha az anyag olyan, vagy maga az ájtatosság ösztönöz, végezhetünk három imabeszélgetést is; egyet a Szűzanyához, a másikat a Fiúhoz, a harmadikat az Atyához, ugyanolyan alakban, mint azt a második hétnél a két zászlóról szóló elmélkedésben már megmondtuk, de vegyük hozzá a jegyzetet, amely a „binariusok” után következik.

A második szemlélődés hajnalban azokról az eseményekről szól, amelynek az utolsó vacsorától a kertig bezárólag történnék. (103. o.)

Az előkészítő ima a szokásos.

Első előgyakorlat: a történet, mely itt abban áll, hogyan ment Krisztus Urunk tizenegy tanítványával a Sion hegyéről, — ahol az utolsó vacsora volt, — Jozafát völgye felé; majd a völgy egyik részében hagyja nyolc tanítványát, a többi hármat pedig a kert egy részében, Ő maga meg imádságba kezd, verejtékezik, és verejtéke szinte csupa vércseppekből áll. Miután pedig háromszor imádkozott az Atyához és felkeltette álmukból a három tanítványt, és végül — miután szavára földre hullottak ellenségei, Júdás Őt megcsókolta és Péter Malchus fülét levágta, amelyet Krisztus visszaillesztett — mint gonosztevőt hogyan fogják el és vonszolják Őt a völgyön át lefelé, majd ismét a lejtőn fölfelé Annás házába.

Második előgyakorlat: látom a helyet. Itt szemlélnem kell a Sion hegyéről a Jozafát völgyében vezető utat, hasonlóképpen a kertet is, hogy széles-e, hosszú-e, ilyen vagy amolyan állapotban van-e?

Harmadik előgyakorlat: kérnem kell, amit elérni

akárok. Ez pedig sajátos kérés a szenvedésről szóló elmélkedésnél, t. i. hogy fájdalmat érezsek a fájdalomokkal telt Krisztussal, törődöttséget a megtört Krisztussal, könnyeket és benső szenvedést ama nagy kín miatt, amelyet Krisztus lelkében szenvedett el érettem. .

Ebben a másik szemlélődésben az előkészítő imára nézve és a mondott három előgyakorlat után a pontokra és imabeszélgetésekre vonatkozólag ugyanúgy kell eljárnom, mint az utolsó vacsoráról szóló első szemlélődésnél. A szentmise idején és vecsernyekor két ismétlést kell tartanom az első és második szemlélődésről; majd vacsora előtt történjék az öt érzék alkalmazása a két fent említett szemlélődés felett. Mindenkor előre kell bocsátani az előkészítő imát és a három előgyakorlatot az elmélkedés anyaga szerint ugyanolyan módon, mint azt a második hétnél megmagyaráztuk.

Kora, lelkiállapota és testi ereje szerint végezzen a gyakorlatozó naponként öt vagy kevesebb gyakorlatot!

Ebben a harmadik hétben részben változás történik a második és hatodik additión. A második additio abban áll, hogy mihelyest felébredek, azonnal ráésemledek arra, hová és mire készülök; a szemlélődést röviden összefoglalom, amelyet végezni akarok, a szóban forgó titok szerint arra törekszem a fölkelés és az öltözködés alatt, hogy szomorkodjam és fájdalmat érezsek Krisztus Urunk oly nagy fájdalma és szenvedése fölött.

A hatodik additio abban változik meg, hogy nem igyekszem magamban támasztani kellemes gondolatokat, ha mindjárt jók és szentek is azok, mint pl, a feltámadásról és mennyországról, hanem azon fáradozom, hogy fájdalmat és kínt érezzek és lesújtva legyek azáltal, hogy sűrűn emlékezetembe idézem Krisztus Urunk nélkülözéseit, fáradalmaikat, fájdalmaikat,

amelyeket születésétől fogva a szenvedés ama titkáig szenvedett, amelyről ép most elmélkedem.

A részletes lelkiismeretvizsgálás a gyakorlatokról és jelen additíókról legyen ugyanúgy, mint az előző héten!

Második napon. *Az éjjeli szemlélődés tárgyát a Getszemáni kerttől egészen Annás házáig bezárólag történt események képezik. (lásd 104. lap). Hajnalban pedig, mi történt Annás házától Kaifás házáig bezárólag. (l. 104. o.)* Majd két szokott ismétlés következik és az őt érzék alkalmazása ugyanolyan módon, amint már mondtuk.

Harmadik napon. *Éjjélkor arról elmélkedem, mi történt Kaifás házától Pilátus házáig bezárólag. (105. o.) Hajnalban, mi történt Pilátus házától Heródes házáig (105. o.)*

Majd a szokott két ismétlés és az érzékek alkalmazása ugyanolyan módon, amint már mondtuk.

Negyedik napon. *Éjjélkor az elmélkedés tárgya Heródestől Pilátusig történt események, de úgy, hogy Pilátus házában történt titoknak csak az első felét vesszük és szemléljük. Azután pedig a hajnali gyakorlatban Pilátus házában történt többi még át nem elmélkedett titkokat.*

Majd következnek az ismétlések, az érzékek alkalmazása, amint már mondtuk.

Ötödik napon. *Éjjélkor: Pilátus házától a keresztre feszítésig (106. o.) Hajnalban: Krisztus Urunknak a kereszten történt felemelésétől haláláig. (106. o.)*

Majd a szokott két ismétlés és az érzékek alkalmazása.

Hatodik napon.

Éjjélkor: Krisztusunk a keresztről való levételéről

a slrig kizárólag. (107. o.) Hajnalban: a sírtól egészen a házig, amelyben tartózkodott a mi Asszonyunk, miután Fiát eltemették.

Hetedik napon.

Végezzünk szemlélődést az egész szenvedésről az éjjeli és hajnali gyakorlatban; a két ismétlés és az érzékek alkalmazása helyett az egész napon át, ahányszor csak lehet, azon gondolkodjunk, miként volt Krisztus Urunk holtteste elszakadva és különválasztva a lelkétől, és hol meg hogyan temették el Őt; hasonlóképpen tegyük megfontolás tárgyául Miasszonyunk magányát oly nagy fájdalomában és lesujtottságában. Végül a tanítványok elhagyatottságát is.

Meg kell jegyezni, hogy aki tovább akar időzni Krisztus Urunk szenvedésében, az az egyes szemlélődésekben kevesebb titkot vegyen fontolóra, vagyis az első szemlélődésnél az utolsó vacsorát; a másodikban meg a lábmosást; a harmadikban a tanítványoknak adott Oltáriszentséget (vagyis az apostolok áldoztatását); a negyedikben a búcsúbeszédet, amelyet hozzájuk intézett. Ugyanúgy járjon el más napokon a többi szemlélődésnél és titkoknál is.

Hasonlóképpen a szenvedésről szóló elmélkedések befejezése után egy teljes napon át vegye az egész szenvedéstörténet felét, a második napon a második felét, végül a harmadik napon az egész szenvedést.

Viszont aki a szenvedésről szóló elmélkedések idejét meg akarja rövidíteni, vegye éjfélkor az utolsó vacsorát, hajnalban a Getszemáni-keretet, a szentmise idején Annás házát; az esti órák idején Kaifás házát, és egy órával a vacsora előtt Pilátus házát úgy, hogy nem végez ismétléseket, sem az érzékek alkalmazását. Így tehát naponkint külön öt gyakorlatot végez és mindegyik gyakorlatban Krisztus Urunk életének egy-egy külön titkát szemléli. Miután pedig

az egész szenvedést így elvégezte, egy másik napon veheti az egész szenvedést egy gyakorlatban vagy külön gyakorlatokban a szerint, amint gondolja, hogy több lelki hasznot meríthet belőle.

* * *

Szabályok, hogy a jövőben rendet tartsunk az étkezésben.

Az első szabály: A kenyértől kevésbé kell magunkat megtartóztatnunk, mert ez olyan étel, amelynél az étvágy nem szokott oly rendetlenül mutatkozni és kísértést okozni, mint a többi ételnél.

Második szabály: Az italok dolgában a megtartóztatás megfelelőbb, mint a kenyérrel való táplálkozásnál: ezért is nagyon meg kell figyelniünk, mi hasznos, hogy meg engedjük magunknak; ami pedig ártalmas, szüntessük meg.

Harmadik szabály: A főzeléknél (hús, hal és egyebek) a legnagyobb és a lehető legtökéletesebb megtartóztatást kell gyakorolnunk, mert maga az étvágy is könnyebben csábít a rendetlenségre, valamint a kísértés is hevesebb, hogy az ilyen ételeket keressük. Az ételekben való megtartóztatást azért, hogy bennünk a rendetlenséget elkerüljük, kétféle módon lehet gyakorolni: először az által, hogy valaki közönségesebb ételekhez szokik: másodsor, ha finomabb ételeket eszik, csak kis mennyiségben vegyen belőlük.

Negyedik szabály: Minél többet von el valaki a szükséges táplálékból, — de a mellett nagyon óvakodjék, hogy betegségbe ne essék, — annál hamarabb jut el a közép mértékig, amelyet az étkezésben

és italban meg kell tartani mégpedig két okból: először, mert így arra segíti és készíti elő magát, hogy gyakran jobban veszi észre a benső megvilágításokat, vigasztalásokat és isteni sugallatokat, amelyek megmutatják a neki megfelelő középértéket az étkezésben; másodsor, mert ha az illető látja, hogy eme megtartóztatás mellett nem rendelkezik sem annyi testi erővel, sem olyan közérzettel, hogy lelkigyakorlatait jól végezhesse, könnyen eljut odáig, hogy meg tudja ítélni, mi szükséges a teste fenntartására.

Ötödik szabály: Mikor valaki eszik, gondolja el, mintha látná, hogyan étkezik Krisztus Urunk apostolaival, miképen iszik, hogyan néz körül és hogyan beszél, igyekezzék tehát Őt követni úgy, hogy az értelme főképen Urunk szemléletében foglalatoskodják és kevésbbé a teste gondozásában, hogy így a módot illetőleg, hogyan kell viselkednie és önuralmat gyakorolnia, jobb módszerre és nagyobb rendre tehessen szert.

Hatodik szabály: Máskor, ha étkezik, más megfontolást végezhet, vagy a szentek életéről vagy valami jámbor szemlélődésről, vagy valami lelki ügyről; ezekkel komolyan foglalkozzék, mert ily dolgokba merülve kevesebb gyönyört és élvezetet fog a testi táplálékból meríteni.

Hetedik szabály: Mindenekelőtt arra ügyeljen, hogy ne merüljön el egész figyelme abba, amit eszik, és ne legyen mohó az evésben, hanem legyen ura önmagának úgy az étkezés módjában, mint pedig a mennyiség tekintetében, amelyet magához vesz.

Nyolcadik szabály: Hogy az étel s ital dolgában minden rendtlenséget elkerülhessen, nagyon hasznos, ha ebéd vagy vacsora után vagy más órában, amikor nem érzi az éhséget, maga számára megállapítja a következő ebédre vagy vacsorára és így következetesen minden napra a mennyiséget, amely neki elég. Ezt a mértéket nem szegi meg soha sem étvágyától, sem akármilyen kísértéstől ösztönözve. Sőt, hogy a rendetlen étvágyát és a sátán kísértését hatásosan legyőzze, ha arra érez kísértést, hogy többet egyék, éppen azért inkább kevesebbet egyék.

IX. Negyedik hét.

Első szemléltetés.

Hogyan jelent meg Krisztus Urunk Miasszonyunknak?

Az előkészítő ima a szokásos.

Az *első előgyakorlat*: a történet, t. i. Krisztus Urunk, — kinek a kereszthalála után a teste a lélektől elválasztva, de az istenségével egyesülve maradt, és az istenségével szintén egyesült szent lelke leszállott a pokol tornáczára és innen megszabadította az igazak lelkeit és visszatért a sírhoz, — halottaiból feltámadva miképen jelent meg megdicsőült testében és lelkében áldott szűz Anyjának.

Második előgyakorlat: helyzetkép-alakítás: nézem a helyet. Azaz itt látnom kell a szent sír állapotát és Miasszonyunk lakását vagy házát; annak egyes részeit külön is megtekintem, így a szobát, ima-helyiségét stb.

Harmadik előgyakorlat: kérem, amit elérni akarok. Itt kérnem kell a kegyelmet, hogy örüljek és nagyon örvendezzem Krisztus Urunk ily nagy dicsőségén és örömén.

Első, második és harmadik pont legyenek a szokásosak vagyis ugyanazok, mint Krisztus Urunk utolsó vacsorájánál.

Negyedik pont: meg kell fontolnom, hogyan jelenik meg most az Istenség, amely a szenvedésben elrejtőzni látszott, hogy mily csodálatosan mutatko-

zik az a legszentebb föltámadásban igaz és legszentebb hatásai által.

Ötödik pont: figyelemmel kísérem azt a vigasztaló szerepet, amelyet Krisztus Urunk gyakorol, egybevetve avval, hogyan szokták a jó barátok egymást vigasztalni. Az elmélkedést befejezzük az elmélkedés anyaga szerint egy vagy több ima-beszélgetéssel, majd a Miatyánkot mondjuk el.

Jegyzetek:

Első jegyzet: a következő szemlélődésekben sorra kell venni a föltámadás valamennyi titkát bezárólag a mennybemenetelig az alább következő sorrendben. Különbén a feltámadás hetében ugyanazt a módot és rendszert kell követni, amelyet a szenvedés hetében tartottunk be, azonban úgy, hogy a feltámadásról szóló eme első szemlélődés legyen a szemlélődő számára a többiben irányadó úgy az előgyakorlatok szempontjából az elmélkedésül vett anyag szerint, mint az öt pontot illetőleg; az addíciók is, amelyek alább találhatóak, legyenek ugyanazok. És így tovább minden egyébben alkalmazkodhatunk az elmélkedésnek a szenvedés hetében adott módszeréhez, így az ismétléseknél, a zérzékek alkalmazásánál, a titkok megrövidítésénél vagy megnyújtásánál.

Második jegyzet: általában ennek a negyedik hétnek inkábbbb megfelel, hogy négy gyakorlatot végezzünk és nem, mint az előző három hétben, ötöt. Az elsőt mindjárt a felkelés után, a második gyakorlatot a szentmise idején vagy ebéd előtt az első ismétlés helyett; a harmadik gyakorlatot a második ismétlés helyett a vecsernye idején; a negyediket vacsora előtt ugyanannak a napnak három gyakorlata fölött alkalmazván az öt érzéket, miközben különösen figyelünk és időzünk az elmélkedés jelentősebb részeinél és ott, ahol több lelki felbuzdulást és nagyobb lelki élvezetet tapasztaltunk.

Harmadik jegyzet: Ámbár minden szemlélődéshez bizonyos számú pont van adva, mint pl. három vagy öt stb., mégis az, aki a szemlélődéseket végzi, vehet több pontot vagy kevesebbet is, ha azt jobbnak találja. Erre nézve pedig nagyon hasznos, ha már a szemlélődés megkezdése előtt úgy hozzávetőleg megállapítja és meghatározza a gyakorlatozó a pontok biztos számát, amelyekről aztán elmélkedni fog.

Ebben a negyedik hétben a tiz additio közül változtatnunk kell a másodikon, hatodikon, hetediken és tizediken.

A *második additio* abban áll, hogy reggel mindjárt a felkeléskor, rá gondolok a végzendő szemlélődésre és arra törekszem, hogy együtt örvendezzek és vigadjak Krisztus Urunk nagy örömén és vigadozásán.

A *hatodik additio:* olyan dolgokat idézek emlékezetembe és olyasmire gondolok, ami engem gyönyörködtetésre, vigságra és öröme hangol, pl. a mennyországokra.

A *hetedik additio:* világosságot gyujtok és felhasználom az időjárás előnyeit, mint a tavaszi és nyári időszakokban hűs helyet, télen pedig a nap vagy a tűz melegét, amennyiben azt gondolom vagy következtetem, hogy mindez segítségemre lesz abban, hogy Teremtőnkkel és Megváltónkkal együtt örvendezek.

A *tizedik additio:* a vezeklés helyett ügyeljek a mértékletességre és arra, hogy mindenben megtartsam a középutat, ha csak az Egyház nem ír elő bőjtöt vagy megtartóztatást, mert ezeket mindenkor be kell tartanom, hacsak alapos akadály föl nem ment alóla.

Szemlélődés a szeretet megszerzésére.

Először is tanácsos, hogy két dologra ügyeljünk.

Az *első* az, hogy a szeretetet inkább a tettekbe helyezzük, mint a szavakba.

A *második* az, hogy a szeretet a kölcsönös adományozásban áll, hogy t. i. az, aki szeret, annak, akit szeret, adja és közli azt, amije van; vagy azokból, amije van, ad, amit csak adhat; és viszont az, akit szeretnek, annak adjon, aki szeret; pl. hogyha az egyiknek van tudománya, annak ad belőle, aki-nek nincs; és épúgy, ha tisztelettel vagy gazdasággal rendelkezik, egyik a másiknak adományozzon kölcsönösen.

Az előkészítő imádság a szokásos.

Első előgyakorlat: helyzetkép-alakítás, amely itt abban áll, hogy lássam magamat, hogyan állok Urunk Istenünk előtt és az angyalok és szentek előtt, akik közbenjárnak értem.

Második előgyakorlat: kérnem kell azt, amit elérni akarok. Itt kérnem kell a kegyelmet, hogy átlássam az Istentől kapott sok és nagy adománynak értékét és hogy azokat teljesen átértékelve, mindenben szerezhessem és szolgálhassam isteni Felségét.

Első pont: az emlékezetembe kell idéznem a teremtés, a megváltás jótéteményeit és az egyéb adományokat és nagy bensőséggel fontolgatom, hogy Urunk Istenünk mennyi jót tett velem és mennyit adott nekem abból, amije van; és így tovább azt is, mennyire óhajtja az Úr, hogy önmagát nekem adja, amennyire t. i. az Ő isteni rendelkezése szerint erre képes. Majd magamra tekintek és megfontolom, hogy mit kell nekem nagyon is ésszerűen és igazsággal felajánlanom és adnom isteni Felségének, t. i. mindenemet és magamat úgy, mint mikor valamit felajánlunk nagy bensőséggel valakinek: Vedd, Uram,

és fogadd el minden szabadságomat, emlékezetemet, értelmemet és egész akaratomat, mindenneműt, amim van, és amivel rendelkezem; Te adtad nekem mind-
ezt, neked, Uram, adom mindezt vissza; minden a
tied, akaratod szerint rendelkezéssel velük! Add nekem
a te szeretetedet és kegyelmedet, mert ez nekem elég!

Második pont: elmélkedem arról, mint lakik Isten a teremtményekben: az elemeknek megadja a létet, a növényzetnek a tényészetet, az állatoknak az érzékelést, az embereknek meg az értelmet; és így nekem megadta a létet, életet, érzéki és értelmi tevékenységet; hasolóképen megfontolom, miképpen tesz engem templomává, mert én teremtvé vagyok az isteni Felségének hasonlatosságára és képére. Szintúgy magamba tekintek, amint azt az első pontnál említettük; vagy más módon, ha jobbat találok. Ezt minden következő pontnál meg kell tennem.

Harmadik pont: elmélkedem arról, miképpen tevékenykedik és dolgozik az Isten érettem az összes földön levő teremtményben vagyis úgy viselkedik, mint aki dolgozik az égen, az elemekben, a növényekben, a terményekben, a nyájban stb. azáltal, hogy megadja a létet, fenntartja azokat, megadja a tényészetet és érzékelést stb. Utána magamba tekintek.

Negyedik pont: elgondolkodom azon, hogyan jó felülről minden jó és minden adomány, így az én véges képességem is attól a fent levő Legnagyobbától és Végtelentől; ugyanígy származik Tőle a szentségem, a jóságom, a jámborságom, irgalmasságom stb, mint a napból a sugarak, a forrásból a víz stb. A befeje-

zést úgy kell végeznem, hogy magamba tekintek, amint említettük.

Az elmélkedést ima-beszélgetéssel és Miatyánkkal kell befejeznünk.



X. Függelék.

1. A három imamód.

Az első a parancsolatokról.

Az első imamód a Tízparancsolatra, a hét főbűnre, a három lelkihetségre, a test öt érzékére vonatkozik. Ez az imamód inkább arra szolgál, hogy vázlatot, módot és némi gyakorlatot adjon arra, hogy a lélek mikép készüljön elő, hogy a lelkigyakorlatokban előrehaladjon, majd hogy imádsága Isten előtt kedves legyen, mint arra, hogy a tulajdonképeni imának alakját és módját elénk tárja.

Mindenekelőtt olyasmit kell végeznem, ami a második hét második additíójának felel meg: t. i. mielőtt az imába fognék, szedje össze magát a lelkem röviden, ülve vagy járkálva, amint neki jobban esik, és fontolja meg, hová és milyen célból törekszik. Ugyanezt az additíót kell megtartani mindegyik imamód kezdetén.

Utána valami előkészítő imát kell végeznem: mint pl. kérem az Úristentől, hogy megismerjem, hogy miben vétettem a Tízparancsolat ellen; hasonlóképen kegyelmet és segítséget kérek, hogy a jövőben megjavuljak; egyúttal azok teljes megértését is kérem, hogy jobban megtarthassam azokat isteni Felségének nagyobb dicsőségére és dicsőítésére.

Az első imamódnál az első parancsra vonatkozólag megfontolom és vizsgálom, hogyan tartottam meg azt és miben hibáztam ellene; szabálynak veszem,

hogy ebben a megfontolásban olyan időtartamot töltsök, amely alatt három Miatyánkot és három Üdvözlégyet mondhatok el. És ha ezen idő alatt rá-találtam hibáimra, bűneim bocsánatáért és azok el-engedéséért esedezem és elmondom a Miatyánkot. Ugyanezt a módszert követem a Tízparancsolat mindegyik parancsánál.

Meg kell jegyeznünk, hogy ha valaki olyan parancsolathoz ér, amely ellen nem szokott vétkezni, nem szükséges, hogy ennél sokáig időzzék, hanem a szerint, amint valaki úgy találja, hogy többet vagy kevesebbet hibázott ama parancsolat ellen, így ehhez viszonyítva több vagy kevesebb időt kell fordítania ennek a megfontolására és vizsgálatására; ugyan-
ezt az eljárást kell követni a halálos bűnöknél is.

Miután így az összes parancsolatra vonatkozólag elvégeztem a megfontolást és vádoltam magamat azokban, kegyelmet és segítséget kérek, hogy a jövőben megjavuljak; végül a tárgynak megfelelő ima-beszélgetést kell végeznem Urunkhoz, Istenünkhöz.

Másodszor: a halálos bűnökről.

A hét fő bűnre vonatkozó imamódnál az additio után következik a szokásos előkészítő ima az említett módon avval a változással, hogy itt az anyagot a bűnök képezik, amelyet ki kell írtnom; míg azelőtt az anyagot a parancsolatok alkották, amelyeket meg kell tartanom. A már ismert sorrendet, szabályt (t. i. a vizsgálódásra) és az ima-beszélgetést itt is be kell tartani.

Hogy elkövetett halálos bűneinket minél jobban

megismerjük, vegyük fontolóra azoknak éppen az ellenkezőjét és éppúgy, hogy azokat minél biztosabban kerülhessük, az, aki ezt az imamódot végzi, tegye fel és törekedjék arra, hogy a szentgyakorlatok alatt szerezzé meg és magáévá tegye a bűnökkel ellenkező hét erényt.

Harmadszor: a lelki tehetségekről.

A három lelki tehetség megvizsgálásánál ugyanazt a sorrendet és szabályt kell követni, mint a parancsolatoknál; ugyancsak el kell végezni a megfelelő additiót, az előkészítő imát és az ima-beszélgést.

Negyedszer: a test öt érzékéről.

Az öt testi érzék megvizsgálásánál ugyanaz a mód használandó, mint az előbbieknél, csak az anyagot kell megváltoztatni.

Aki érzékeinek használatában követni akarja Krisztus Urunkat, az előkészítő imádságban ajánlja magát isteni Felségének; és miután megvizsgálta az egyes érzékeket, mondjon el mindannyiszor egy Üdvözlégyet vagy egy Miatyánkot. Aki érzékeinek a használatában utánozni akarja Miasszonyunkat, az előkészítő imában neki ajánlja magát, hogy eszközölje ki számára Fiától az erre vonatkozó kegyelmet: és az egyes érzékek megvizsgálása után mondjon el egy Üdvözlégyet.

A második imamód abban áll, hogy az imádság minden egyes szavát megfontolgattuk.

Ugyanaz az additio, amelyet az első imamódnál használtunk, érvényesüljön ennél a második imamódnál is!

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

A második imamód abban áll, hogy az, aki ezt az imamódot akarja alkalmazni, térdenállva vagy ülve a szerint, amint ezt vagy amazt találja megfelelőbbnek, és amint ez vagy az a testhelyzet több ájtatossággal jár, csukott vagy egy pontra irányított szemmel vagyis azokat ide-oda nem forgatva, mondja pl. „Miatyánk“ Addig maradjon e szónak a megfontolásánál, amíg különböző jelentéseket, hasonlatokat, lelki élvezetet, vigaszt talál az erre vonatkozó megfontolásokban. Ugyanezt tegye meg a Miatyánk vagy bármely más imádság minden egyes szavánál, ha ilyen módon akarja azokat elimádkozni.

Első szabály: aki e szerint az imamód szerint imádkozik, töltsön így egy álló órát az Úr imádságában, amelynek befejeztével mondja el az Üdvözlégyet, Hiszekegyet, Krisztus lelke. . . , és Üdvözlégy, Mennország Királynéja kezdetű imádságot szóbelileg vagy bensőleg, mint azokat imádkozni szokás.

Második szabály: hogy ha az, aki így elmélkedik az Úr imádságáról, annak egy vagy két szavában bőséges elmélkedési anyagot, lelki élvezetet és vigasztalást talál, ne törekedjék tovább menni, még ha befejeződnek is az óra avval, amire akadt. Az óra befejeztével mondja el a rendes módon az Úr imádságának többi részét!

Harmadik szabály: ha az Úr imádságának egy vagy két szavában teljes órát töltött, más napon, mikor ismét imádkozhatik, az említett egy vagy két szót mondja el egyszerűen és annál a szónál kezdje az elmélkedést, amely ezekre közvetlenül következik, oly módon, amint a második szabály mondja. Meg kell jegyezni:

Első jegyzet: ha egy vagy több napon át befejeztük az Úr imádságát, ugyanazt kell tenni az Angyali üdvözlettel és azután a többi imádsággal úgy, hogy

bizonyos ideig mindig gyakoroljuk magunkat valamelyikben.

Második jegyzet: az imádság után ahhoz a személyhez fordul, akihez az imádság irányul, és kevés szóval kérje (az imádkozó) azokat az erényeket vagy kegyelmeket, amelyekről úgy gondolja, hogy főképen rájuk szorul.

A harmadik imamód abban áll, hogy az imádság mértékre vagy fítemre, mintegy ritmikusan történik.

Ugyanaz az additio van itt is, mint az első és második imamódnál. Az előkészítő ima úgy történik, mint a második imamódnál.

A harmadik imamód abban áll, hogy minden lélekzetre vagy minden lélekzetvételekre bensőleg imádkozunk úgy, hogy az Úr imádságának vagy más elvégezendő imádságnak, egy szavát elmondjuk mégpedig úgy, hogy csak egy szót ejtünk ki az egyik és másik lélekzetvétele között vagyis addig az idő tartamig, amely az egyik és másik lélekzetvétele között telik el; különösen figyeljünk a szó jelentésére vagy a személyre, akihez az imádság irányul, avagy sajátmagunk semmiségére vagy arra a különbségre gondoljunk, amely ama személy méltósága és sajátmagunk csekélysége között van. Ugyanezt a módot és szabályt vegyük igénybe az Úr imádságának többi szavánál is. A többi imát, mint Üdvözlégy, Krisztus lelke... , Hiszek egy és Üdvözlégy Mennysorság Királynéja, egészen a rendes módon mondjuk el.

Első szabály: másnap vagy más órában, amidőn

*) A második és harmadik imamód igen alkalmas arra, hogy imáink ne legyenek gépiesek, hanem értelmesek és bensőségesek, azért jó a napi imáinkat itt-ott az ajánlott módon elvégezni.

így akarunk imádkozni, mondjuk el ilyen időközökkel az Üdvözlégyet és a többi imádságot az előírt módon. És így sorra vehetjük a többi imádságot is.

Második szabály: aki tovább akar ezen ütemszerű imádságnál időzni, elmondhatja az összes fent említett imádságot vagy azoknak egy részét megtartva a lélekzetvétel ugyanazon megállapított rendjét és időtartamát, amint ezt már előbb megmagyaráztuk.

2. Krisztus Urunk életének titkai.

Megjegyzendő, hogy az összes következő titokban mindazok a szavak, amelyek zárójel közt vannak, az Evangéliumból valók, nem azonban a zárójelen kívül esők. És minden titoknál az elmélkedő három pontot talál legnagyobbbrészt az elmélkedésre vagy szemlélődésre, hogy az így könnyebb legyen.

1.) *Miasszonyunk köszöntéséről.* Lásd: sz. Lk. I. 26.-38.

1. Sz. Gábor arkangyal köszöntvén Miasszonyunkat, hírül adja neki Krisztus Urunk fogantatását (Bemenvén hozzája az angyal, mondá: Üdvözlégy, malasztal teljes, . . méhedben fogansz és fiatfogsz szülni.)

2. Megerősíti az angyal azokat, amiket Miasszonyunknak mondott azáltal, hogy hírül adván neki Ker. sz. János születését, így szól hozzá: (És ime Erzsébet, a te rokonod, ő is fiat fogant az ő öregségében. .)

3. Miasszonyunk válaszol az angyalnak: (Ime az Úr szolgáló leánya, legyen nekem a te igéd szerint!).

2.) *Asszonyunknak Erzsébetnél tett látogatásáról.* L. sz. Lk. I, 39-56.

1. Midőn Miasszonyunk meglátogatta Erzsébetet, ker. sz. János már anyja méhében megérezte Miasszonyunk látogatását: (És lőn, hogy amint meghallotta Erzsébet Mária köszöntését, repese mé-

hében a magzat, és betelék Erzsébet a Szentlélekkel és nagy szóval felkiálta mondván: Áldott vagy te az asszonyok közt, és áldott a te méhednek gyümölcse!

2. Miasszonyunk énekelve mondja: (Magasztalja az én lelkem az Urat!)

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

3.) *Krisztus Urunk születéséről.* L.: sz. Lk. 2, 1-14.

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

2. (Szülé az ő első szülött Fiát és bepólyáza őt és a jászolba fekteté.)

3. (Mennyei seregek sokasága vette körül. . . . mondván: Dicsőség a magasságban Istennek!)

4.) *A Pásztorokról.* L.: sz. Lk. 2, 8-20.

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

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

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

5.) *A körülmételéről.* L.: sz. Lk. 2, 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 részvétellel

volt a gyermekének először hullatott vére miatt.

6.) *A három napkeleti bölcsről.* L.: sz. Mt. 2, 1-12.

1. A három napkeleti bölcs a csillagot követve Jézus imadására jöttek mondván: (Láttuk csillagát napkeleten és eljöttünk imádni Őt:)

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

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

7.) *Miasszonyunk tisztulásáról és a gyermek Jézus felajánlásáról.* L.: Lk. 2, 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 templomba jöve (karjaiba vevé őt) mondván: (Most bocsátod el, Uram, a te szolgádat békeségben.)

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

8.) *Az egyiptomi futásról.* L. sz. Mt. 2, 13-18.

1. Heródes meg akarta gyilkolni a gyermek Jézust, azért ölte meg az Aprószenteket. Megöletésük előtt az angyal intette Józsefet, hogy fusson Egyiptomba: (Kelj fel, vedd a gyermeket és anyját és fuss Egyiptomba!)

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

3. (Ottmaradt Heródes haláláig.)

9.) *Hogyan tért vissza Krisztus Urunk Egyiptomból.* L: sz. Mt. 2, 19-23.

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

2. (Ki fölkelvén. . . Izrael földére méne.)

3. Minthogy Archelaus, Heródes fia, uralkodott Judeában, Názáretbe vonta meg magát.

10.) *Krisztus Urunk életéről 12 éves korától a harminc éves koráig.* L: sz. Lk. 2, 51-52.

1. Engedelmes vala szüleinek. (Növekedék bölcseségben és korban és kedvességben.)

2. Úgy látszik hogy az ácsmesterséget folytatta, amint sz. Mk. 6 jelezni látszik: (Nemde ez az ács?)

11.) *A 12 éves Jézus megjelenéséről a templomban.*
L. sz. Lk. 2. 41-50.

1. Krisztus Urunk 12 éves korában Názáretből Jeruzsálembe ment.

2. Krisztus Urunk Jeruzsálembe maradt, és ezt nem tudták az ő szülei.

3. Három nap mulva megtalálták Őt a templomban, amint ép vitatkozva ott a tudósok közt ülve. És mikor kérdezték szülei, hol volt, azt felelte: (Nem tudtátok-e, hogy az én Atyám dolgaiban kell lennem?)

12.) *Krisztus Urunk megkereszteléséről.* L.: sz. Mt. 3, 13-17.

1. Krisztus Urunk, miután elbúcsúzott áldott Anyjától, Názáretből a Jordán folyóhoz ment, ahol ker. sz. János tartózkodott.

2. Sz. János megkeresztelte Krisztus Urunkat, és mikor mentegezni akarta magát avval, hogy ő mél-

tatlan, hogy megkeresztelje, Krisztus ezt mondja: (Hagyd el ezt most, mert így illik teljesítenünk minden igazságot!)

3. A Szentlélek száll le reá, és az Atyának az égből jövő szózata tanubizonyságot tett: (Ez az én szeretett Fiam, akiben nekem kedvem telt!)

13.) *Krisztus Urunk megkísértéséről.* L.: sz. Lk. 4, 1-13. és Mt. 4, 1-11.

1. Miután Krisztus Urunk megkereszteltetett, a pusztába ment, ahol negyven napig és negyven éjjel böjtölt.

2. A gonoszlélek háromszor kísértette meg. (Hozzájárulván a kísértő mondá neki: Ha Isten Fia vagy, mondd, hogy e kövek kenyerekké váljanak! . . . Vesd le magadat! . . Mindezeket neked adom, ha leborulva imádasz engem.)

3. (Angyalok jövének és szolgálnak Neki.)

14.) *Az Apostolok meghívásáról.*

1. Úgy látszik háromszor voltak meghíva sz. Péter és sz. András: a.) ismerkedésre, ami kitűnik sz. Ján. ev. első fejezetéből. b.) hogy némiképen kövessék Krisztust, még avval a feltétellel, hogy visszatérhetnek otthoni foglalkozásukhoz, amint sz. Lk. mondja 5. fejezetében. c.) hogy Krisztus Urunkat örökre kövessék. Sz. Mt. 4. és sz. Mk. 1.

2. Hítta Fülöpöt (sz. Ján. 1) és Mátét, mint maga Máté mondja a 9. fej.-ben.

3. Hítta a többi apostolt, akiknek külön meghívásáról az evangélium nem tesz ugyan említést.

Itt még három dolgot kell megfontolni:

1. Az apostolok tudatlan és alacsony sorsát.

2. A méltóságot, amelyre oly kegyesen hitta őket.

3. Azokat az adományokat és kegyelmeket, amelyek őket az Új-és Ó-szövetség összes atyái fölé emelték.

15.) *Az első csodáról, amely a galileai Kánában tartott menyegzőn történt.* L.: sz. Ján. 2, 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 Őbenne tanítványai.)

16.) *Krisztus Urunk kiűzi a templomból a kereskedőket,* L.: (Sz. Ján. 2, 13-22.)

1. Mindazokat, akik kereskedtek, kötélből font osztorral kergette ki a templomból.

2. Felforgatta asztalait és a pénzeit a pénzváltóknak, akik a templomban voltak.

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

17.) *Krisztus hegyi beszédéről.* L.: sz. Mt. 5.

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

2. Buzdítja őket, hogy jól használják fel talentumaikat. (Úgy világossodjék a ti világosságtok az emberek előtt, hogy lássák jótetteiteket és dicsőítsék Atyátokat, aki mennyekben van!)

3. Olyannak mutatja magát, aki a törvénynek nem átlépője, hanem beteljesítője; magyarázza a törvényt, amely tiltja a gyilkosságot, paráznaságot, a hamis esküt és amely parancsolja az ellenségszeretetet. (Én mondom nektek: Szeressétek ellenségeiteket, jót tegyetek azokkal, akik titeket gyűlölnék!)

18.) *Krisztus Urunk lecsendesíti a háborgó tengert.* L.: sz. Mt. 8, 23—27.

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

2. Tanítványai ijedten keltették fel őt; ezeket ő csekély hitükért, megróttá, mondván nekik: (Mit félték, kicsinyhitűek?)

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

19.) *Krisztus Urunk a tengeren jár.* L.: sz. Mt. 14, 22—33.

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

2. A hullámok a hajót hányták, amelyet a tengeren járó Krisztus elért, és a tanítványok kísértésnek tartották.

3. Mikor Krisztus mondta: (Én vagyok, ne féljete!), sz. Péter az ő parancsára a tengeren járva hozzája ment, de mihelyest kételkedett, elmerülni kezdett. Krisztus Urunk azonban megmentette őt és

szemére vetette kicsinyhitűségét. Mikor pedig Krisztus a hajóba lépett, elállt a szél.

20.) *A tanítványok küldetéséről, hogy az igét hirdessék.* L.: sz. Mt. 10, 1—16.

1. Krisztus szeretett tanítványait magához szólítja és hatalmat ad nekik, hogy kiűzzék az emberekből az ördögöket és gyógyítsák a betegeket.

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!)

21.) *Magdolna megtéréséről.* L. sz. Lk. 7, 36—50.

1. Magdolna belép oda, ahol Krisztus Urunk a farizeus házában az asztalnál ült és alabastrom edényt hozott magával, amely tele volt kenettel.

2. Az Úr mögött sz. lábánál megállott és azt könnyeivel áztatni kezdte, hajzatával törölte, csókolgatta lábát és kenettel kente.

3. Midőn a farizeus helytelenítette Magdolnának ezt az eljárását, Krisztus védelmére mondja: (Megbocsátatott az ő sok bűne, mert nagyon szeretett. Ő pedig mondá az asszonynak: A te hited megszabadított téged; menj békével!)

22.) *Hogyan táplált Krisztus Urunk ötezer embert.* L.: sz. Mt. 14, 13—21.

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

2. Krisztus Urunk megparancsolta tanítványainak, hogy vigyék hozzája a kenyereket, majd utasítást adott, hogy telepedjenek le. Megáldotta, megszegette és tanítványainak adta azokat a kenyereket, a tanítványok meg a tömegnek.

3. (Evének mindnyájan és jóllakának és a fönnmaradt hulladékból tizenkét kosarat teleszedének.)

23.) *Krisztus színeváltozásáról.* L.: Mt. 17, 1—9.

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

2. Beszélrt Mózesrel és Illéssel.

3. Midőn sz. Péter mondta, hogy építsenek három hajlékot, az égből szózat hallatszott, amely így hangzott: (Ez az én igenkedves Fiam, Őt hallgassátok!) Midőnezt a szózatot hallották tanítványai, félelmükben arca hullottak. Krisztus Urunk megérintette őket és mondá nekik: (Keljetek fel és ne féljeteK! Senkinek se mondjátok e látomást, amíg csak az Emberfia halottaiból fel nem támad!)

24.) *Lázár feltámasztása.* L.: Ján. 11, 1—45.

1. Márta és Mária értesítik Krisztus Urunkat Lázár gyengélkedéséről. Midőn ezt Krisztus meghallotta, két napig nem folytatja útját, hogy a csoda nyilvánvalóbb legyen.

2. Mielőtt feltámasztaná őt, az egyiktől és a másiktól is követeli, hogy higgyenek, mondván: (Én

vagyok a feltámadás és az élet; aki énbennem hiszen, még ha meg is halt, élni fog!)

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

25.) *A Bethániában tartott vacsoráról.* L.: Mt. 26. 6–10.

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

2. Mária Krisztus fejére önti a kenetet.

3. Zúgolódik Judás mondván: (Mire való a kenetnek eme elvesztegetése?) De Ő újra mentegeti Magdolnát mondván: (Mit háborgatjátok ezt az aszszonyt, hiszen jó dolgot cselekedett velem?)

26.) *Virágvasárnap.* L.: Mt. 21, 1–17.

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

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

3. A nép eléje megy, hogy fogadja Őt, leteríté az útra ruháit és gallyakat szór, miközben kiáltozza: (Hozsanna Dávid fiának! Áldott ki az Úr nevében jól Hozsanna a magasságban!)

27.) *A templomban tartott prédikáció.* L.: sz. Lk. 19, 47–48.

1. Mindennap a templomban tanított.

2. Minthogy nem volt senki Jeruzsálemben, aki befogadja, Bethániába tért vissza.

28.) *Az Utolsóvacso*ra. L.: Mt. 26, 20—30; Ján. 13, 1—30.

1. Tizenkét tanítványával megeszi a húsvéti bárányt, akiknek előre megmondja halálát. (Bizony mondom nektek, hogy egy közületek el fog árulni engem!)

2. Megmossa tanítványainak lábait, még Júdásét is elkezdve sz. Péternél, aki tekintettel az Úr felségére és saját alacsonyságára nem akar megengedni mondván: (Uram, te mosod az én lábamat?) De sz. Péter nem tudta, hogy Ő ebben az alázatosságra ad példát, azért mondotta Jézus: (Példát adtam nektek, hogy amint én cselekedtem veletek, ti is úgy cselekedjetek!)

3. Megszerzi az Oltáriszentség legszentebb áldozatát, mint szeretetének legnagyobb jelét, mondván: (Vegyétek és egyétek!) A vacsora végeztével Júdás elmegy, hogy Krisztus Urunkat elárulja.

29.) *A Titkok, melyek az utolsóvacsorától egészen a kertig bezárólag történtek*. L.: Mt. 26, 30—46. Mk. 14, 26—42.

1. Az Úr a vacsora végeztével és a himnus elmondása után kiment az Olajfák hegyére tanítványai-val, akik telve voltak félelemmel; nyolcat közülök a Getszemáni kertben hagy mondván: (Üljetek le itt, míg én odébb megyek és imádkozom!)

2. Kísérő társakul veszi sz. Pétert, sz. Jakobot és sz. Jánost és háromszor imádkozott az Atyához mondván: (Atyám, ha lehetséges, múltjék el tőlem a 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 sz. Lk. mondja: (És lett az ő verejtéke, mint a földre hulló vérnek cseppjei.) Ez már feltételezi, hogy ruhája már teljesen véres volt.

30.) *Titkok a kerttől kezdve egészen Annás házáig bezárólag.* L.: Mt. 26 47—58., Lk. 22, 47—57., Mk. 14, 43—54. 66—68.

1. Az Úr megengedi, hogy Júdás megcsókolja őt és hogy Őt mint latrot, a poroszlók megfogják, akikhez így szólt: (Mint 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 megsebezte sz. Péter, kihez az Ur szelíden így szólt: (Tedd vissza helybe kardodat!), és meggyógyította a szolga sebeit.

3. Tanítványaitól elhagyatva vonszolják Annáshoz, ahol sz. Péter, aki messziről követte őt, először megtagadta őt, és Krisztus arculütést kapott a szolgától, aki azt mondotta: (Igy felelsz-e a főpapnak?)

31.) *Annás házától Kaifás házáig.*

L.: Mt. 26, Mk. 14, Lk. 22, Ján. 18.

1. Megkötözve vonszolják Krisztust Annás házáól Kaifás házába, ahol sz. Péter kétszer megtagadja és miután az Úr reá tekintett, (Kimenvén onnan Péter keserves sírásra fakadt.)

2. Jézus ama éjszaka megkötözve maradt.

3. Azonfelül akik Őt megkötözve tartották, gúnyolták és verték Őt és letakarták az orcáját és arcu

ütötték és kérdezték: (Találd ki, ki ütött meg téged ?) és hasonló módon káromolták Őt.

32.) *Kaifás házától Pilátus házáig bezárólag.*

L.: Mt. 27, Lk. 23, Mk. 15.

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

2. Miután Pilátus Őt újra meg újra kikérdezte, azt mondotta: (Semmi vétket nem találok ebben.)

3. Barabbás latrot elébe helyezték: (Mindnyájan ordítózza kiáltották: Ne ezt, hanem Barabbást!)

33.) *Pilátus házától Heródes házáig.*

L.: Lk. 23, 6–11.

1. Pilátus Jézust Heródeshez, Galilea negyedes fejedelméhez küldte.

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

3. Heródes megvetette Őt őrségével együtt és fehér ruhába öltöztette.

34.) *Heródes házától Pilátus házáig.*

L.: Mt. 27, Lk. 23, Mk. 15, Ján. 19.

1. Heródes visszaküldi Őt Pilátushoz; e miatt barátok lettek (ez órától fogva), mert azelőtt ellenségek voltak.

2. Pilátus megostoroztatja Jézust, a katonák pedig tövisből koronát fontak és fejére tették és bíborba öltöztették Őt és hozzája mentek és mondták: (Üdvözlégy Zsidók Királya!) és arcul verték őt.

3. Kivezette Őt az egész tömeg elé: (Kiméne te-

hát Jézus a töviskoronát viselvén és a biborköpenyvet.) és mondotta nekik Pilátus: (Ime, az ember!) és midőn meglátták Őt a főpapok, ordítózva kiáltották: (Feszítsd meg, feszítsd meg Őt!)

35.) *Pilátus házától a keresztrefeszítésig*

L.: Ján. 19, 13—22

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

2. Krisztus keresztjét vállán hordozza, és midőn már nem bírja viselni, kényszerítették cirenei Simont, hogy hordozza keresztjét Jézus után.

3. Két lator közt keresztrefeszítették Őt és ezt a felírást tették a keresztjére: (A Názáreti Jézus, a zsidók királya.)

36.) *A kereszten történt titkok.*

L.: Ján. 19, 23—37.

1. Hét szót mondott a kereszten az Úr: imádkozott azokért, akik őt keresztrefeszítették; megbocsátott a latornak; Anyjának ajánlotta sz. Jánost és sz. Jánosnak Anyját; hangosan így szólt: (Szomjúhozom), és epét adott neki és ecetet; majd azt mondotta: hogy el van hagyatva; felkiáltott végül (Beteljesedett) Atyám a te kezébe ajánlom lelkemet!

2. A nap elsötétedett, a sziklák megrepedtek, a sírok megnyitáltak, a templom kárpitja kettészakadt felülről lefelé.

3. Káromolják Őt mondván: (Há! Te, ki lerontod az Isten templomát, szállj le a keresztről!) szétosztották ruháit. Lándzsával megnyitják oldalát, amelyből víz és vér folyik.

37.) *A kereszten történt titoktól a sírig.* L.: (Ján. 19, 23—37.)

1. József és Nikodémus leveszik a keresztről Krisztus holttestét fájdalmas Anyjának jelenlétében.

2. Testét a sírba teszik, megkenik és eltemetik.

3. Öröket állítottak fel (a főpapok).

38.) *Krisztus Urunk feltámadásáról és első megjelenéséről.*

Először Szűz Anyjának jelenik meg, amit ugyan a Szentírás nem említ meg, mégis hinnünk kell, hogy ezt sejteti velünk, amidőn mondja, hogy megjelent igensok másnak, mert a Szentírás feltételezi, hogy értelmesek vagyunk, amint írva van: (Hát ti is értelem nélkül vagytok?)

39.) *Második megjelenés.* L.: Mk. 16, 1-11.

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

2. Észreveszik, hogy a kő el van hengerítve, és angyal látnak, aki mondja: (A názáreti Jézust keressetek? Feltámadott, nincs itt!)

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

40.) *Harmadik megjelenés.* L.: Mt. utolsó fejezetében.

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

2. Krisztus megjelenik nekik az úton és mondja: (Üdv nektek!) és azok hozzáközeledtek és lábához borultak és imádták Őt.

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

41.) *Negyedik megjelenés.* L: sz. Lk. utolsó fej. 9-12., 33-34.

1. Midőn sz. Péter meghallotta az asszonyoktól, hogy Krisztus feltámadt, gyorsan a sírhoz megy.

2. Midőn belép a sírboltba, nem lát mást, mint a kendőket, amelyek Krisztus Urunk testét befödtek.

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

42.) *Ötödik megjelenés.* L: sz. Lk. utolsó fej.

1. Megjelenik a tanítványoknak, akik Emausba mentek és Krisztusról beszéltek.

2. Megfeddi őket és kimutatja a Szentírásból, hogy Krisztusnak meg kellett halnia és feltámadnia: (Ó ti balgák és késedelmes szívűek mindazok elhívésére, miket a próféták szólottak! Hát nem ezeket kellett-e szenvednie Krisztusnak és így menni be az ő dicsőségébe?)

3. Kérelmükre ott maradt és velük volt, míg megáldoztatva őket eltűnt. Ők pedig visszatérve elmondták a tanítványoknak, hogyan ismerték meg Őt a szentáldozásnál.

43.) *Hatodik megjelenés.* L: Ján. 20, 19-23.

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

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

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

44.) *Hetedik megjelenés.* L.: Ján. 20, 24-29.

1. Sz. Tamás, a hitetlen, nem lévén jelen az előző megjelenésnél így szól: (Ha nem látom . . . nem hiszem.)

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

3. Sz. Tamás hitt mondván: (Én Uram és én Istenem!), kinek Krisztus mondotta: (Boldogok, akik nem láttak és mégis hittek!)

45.) *Nyolcadik megjelenés.* L.: Ján. 21, 1-17.

1. Jézus megjelenik tanítványai közül hétnek, akik halásztak és egész éjjel semmit sem fogtak; és kivetik a hálót az ő parancsára (Nem bírták azt húzni a halak sokosága miatt.)

2. Erre a csodára megismerte őt sz. János és mondotta sz. Péternek: (Az Úr az!), Péter a tengerbe vetette magát és Krisztushoz jött.

3. Étkezésre a sült hal egy részét adta nekik és lépes mézet; juhait sz. Péterre bizta, miután háromszor megvizsgálta szeretetét, és mondá neki: (Legeltesd juhaimat!)

46.) *Kilencedik megjelenés.* L.: Mt. 28, 16-20.

1. A tanítványok Krisztus parancsára, a Tábor hegyére mennek.

2. Krisztus megjelenik nekik és így szól: (Nekem adatott minden hatalom az égen és földön.)

3. Az egész világra küldte őket szét, hogy prédikáljanak, mondván: (Elmenvén tanítsatok minden nemzeteket, megkeresztelvén őket az Atyának és Fiúnak és Szentléleknek nevében!)

47.) *Tizedik megjelenés.* L: I. Kor. 15, 6.

(. . . azután megjelent több, mint ötszáz, testvérnek egyszerre.)

48.) *Tizenegyedik megjelenés.* L: I. Kor. 15, 7.

(. . . azután megjelent Jakabnak.)

49.) *Tizenkettedik megjelenés.*

Megjelent arimathei Józsefnek is, ezt elmélkedve elgondolhatjuk, mert a szentek életében olvassuk.

50.) *Tizenharmadik megjelenés.* L: I. Kor. 15, 8.

Megjelent sz. Pálnak a mennybemenetel után. (. . . mindnyájuk után pedig, mint idétlennek, megjelent nekem is.) Megjelent a limbusi atyák lelkeinek is, és miután őket innét kivezette és újra testet öltött magára, sok alkalommal jelent meg tanítványainak és beszélgetett velük.

51.) *Krisztus Urunk mennybemenetele.* L: Ap. Csel. 1, 1-12.

1. Miután negyven napig apostolainak többször megjelent és sok bizonysgot és csodajelt tett és az Isten országáról beszélt, megparancsolta nekik, hogy Jeruzsálemben várják az ígért Szentlelket.

2. Kivezeti őket az Olajfák hegyére és szemük láttára felemelkedett, és egy felhő eltakarta Őt szemük elől.

3. Mialatt ők az égre néznek, 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, amint hogy felmenni láttátok
Őt az égből)

3 A.) Szabályok, melyek arra valók, hogy valamiképp észrevegyük és megismerjük a lélekben támadt különböző megmozdulásokat: hogy a jókat befogadjuk, a rosszakat pedig visszavessük.

E szabályok inkább az első hétnek felelnek meg.

Első szabály. Azok elé, akik halálos bünt halálos bűnre halmoznak, a gonosz szellem rendszerint látzólagos gyönyöröket szokott állítani és ezzel eléri azt, hogy érzéki gyönyörök és élvezetek képzelgéseibe merülnek, hogy így annál erősebben megtartsa, sőt növelje is őket gonoszságaikban és bűneikben. Az ilyeneknél a jó lélek az ellenkező módon viselkedik annyiban, hogy nyugtalanítja őket és bennük az ész benső szava által lelkiismeretfurdalást idéz elő.

Második szabály: azoknál, akik bűneik irtogatásában erélyesen haladnak előre és a mi Urunk Istenünk szolgálatában a jóról a jobbra törekszenek, az első szabályban jelzett móddal ép az ellenkező eljárás esik meg; ilyenkor ugyanis a rossz szellem szokása az, hogy a lelket mardossa, szomorítja és akadályokat gördít elé azáltal, hogy álokokkal nyugtalanítja, hogy előre ne haladhasson. Ellenben a jó lélek tulajdonsága az, hogy bátorságot és erőt önt a lélekbe, vigasztalásokat, könnyeket, sugallatokat ad és megnyugtat, mindent könnyűvé tesz és minden akadályt elgördít, csakhogy a jó cselekedetekben előrehaladhasson.

Harmadik szabály: a lelki vigasztalásról. Vigasztalásnak nevezem azt, mikor a lélekben olyan benső felbuzdulás támad, amely lánggra lobbantja a lélekben a Teremtője iránti szeretetet úgy, hogy a lélek ennek következtében a földön semmiféle teremtményt sem tud szeretni önmagáért, hanem csak azok Teremtőjéért. Úgyszintén vigasz az, mikor a lélek könnyeket hullat, amelyek őt Urának a szeretetére indítja; történjék az akár a bűnei felett érzett bánat vagy Krisztus Urunk szenvedése vagy más dolog miatt

amely egyenesen az Ő szolgálatára és dicsőségére irányul. Végre vigasznak nevezem a hit, remény és szeretet minden gyarapodását és minden benső örömet, amely hívogatja és vonzza az embert az égiek felé, hogy a saját lelkét üdvözítse és amely neki békét és nyugalmat ad az ő Teremtőjében és Urában.

Negyedik szabály: a lelki vigasztalanságról. Vigasztalanságnak nevezem mindazt, ami az előző harmadik szabályban mondottakkal ellenkezik, így a lélek elsötétülését, a benne támadt zavart, az alsóbbrendű dolgok iránti vágyódást, a különböző belső zaklatásból és kísértésekből származó nyugtalanságot, amelyek az embert arra készítetik, hogy minden remény és szeretet nélkül bizalmatlankodjék. Ekkor a lélek egészen lanyhának, lagymatagnak, szomorúnak és Teremtőjétől és Urától mintegy elkülönítve érzi magát, mert amint a vigasz a vigasztalanságnak az ellenkezője, úgy a vigasztalásból származó gondolatok is ellenkeznek a vigasztalanságból eredő gondolatokkal.

Ötödik szabály: A vigasztalanság idején semmit sem szabad megváltoztatnunk, hanem erősen kell megállnunk és kitartanunk ama feltételeink és elhatározásaink mellett, amelyeket a vigasztalanságot megelőző napon, vagy ama elhatározás mellett, amelyet a megelőző vigasztalás idején tettünk. Mert amint a vigasz idején inkább a jó szellem vezet minket és tanácsaival irányít, úgy a vigasztalanság idején a gonosz szellem tanácsai folytán nem találhatunk helyes utat, hogy valamiben helyesen döntsünk.

Hatodik szabály: Ámbár a vigasztalanság idején nem szabad az előbbi feltételeinken változtatnunk, mégis nagyon előnyös, ha magunkat vagyis magatartásunkat erősen megváltoztatjuk a vigasztalanság elleni küzdelemre vonatkozólag, így pl. azáltal, hogy jobban s többet imádkozunk, elmélkedünk, alaposabban vizsgáljuk meg magunkat és valami alkalmas módon több vezeklést is végzünk.

Hetedik szabály: Az, aki vigasztalanságban van, fontolja meg, hogyan hagyta őt az Úr a próba kedvéért természetes képességeire, hogy az ellenség különböző zaklatásainak és kísértéseinek így is ellentálni tudjon, ugyanis mindig ellenállhat annak Isten segítségével, amely mindig rendelkezésére áll a léleknek, ha mindjárt nem is érzi azt oly világosan, mert az Úr elvette ugyan tőle a nagy buzgóságot, az érezhető szeretetet, de azért mégis megmaradt számára az örök üdvösségre elégséges kegyelem.

Nyolcadik szabály: Aki vigasztalanságban van, azon legyen, hogy kitartson a türelemben, amely éppen az ellenkezője a reá törő zaklatásoknak; de gondoljon arra is, hogy hamarosan vigaszt nyer; ezalatt azonban szorgalmasan használja a vigasztalanság ellen azt, amit a hatodik szabály előír.

Kilencedik szabály: A vigasztalanságnak, amely bennünket ér, különösen három oka van. *Az első ok*, mert lagymatagok és lanyhák vagyis hanyagok vagyunk a lelki gyakorlatunkban, és így a mi tulajdon hibáink miatt késik a vigasztalás. *A második ok* az, hogy az Úr meg akar próbálni bennünket, vajjon mennyit bírunk már el és mennyire haladunk előre az ő szolgálatában és dicsőítésében a nagy vigasztalások és különös kegyelmek ajándéka nélkül. *A harmadik ok* az, hogy Isten így helyes belátást és ismeretet adjon nekünk, amellyel teljesen átérezzük, hogy nem tőlünk függ a nagyfokú ájtatosság, az érezhető szeretet, a könnyek vagy más lelki vigasz megszerzése vagy megőrzése, hanem hogy az teljesen az Úristen ajándéka és kegyelme, hogy — amint mondják — ne rakjunk fészket idegen házban, t. i. kevélységbe és hiúságba ne essünk, magunknak ne tulajdonítsuk az érezhető ájtatosságot vagy más lelki vigasztalást.

Tizedik szabály: Az, aki vigasztalás állapotában van, gondoljon arra, hogyan fog viselkedni a jövőben bekövetkező vigasztalanságban, hogy általa új erőt gyűjtsön arra az időre.

Tizenegyedik szabály: Az, aki vigasztalás állapotában van, igyekezzék tőle kitelhetően magát megalázni és lealacsonyítani, arra gondolva, hogy mily gyámoltalan a vigasztalanság idején ilyen kegyelem vagy vigasz nélkül! És viszont az, aki vigasztalanságban van, gondolja meg, hogy sokra képes a kegyelemmel, amely elegendő arra, hogy ellentálljon összes ellenségeinek, mert az erőt egyedül Teremtőjétől és Urától nyeri.

Tizenkettedik szabály: A gonosz lélek úgy viselkedik, mint az asszony, aki természeténél fogva ugyan gyöngé, de erősnek kíván látszani. Amint ugyanis az asszonynak, midőn valamely férfiúval veszekedik, az a szokása, hogy bátorságát veszti és megfut, ha az ember bátran szembeszáll vele; ellenkezőleg, ha a férfi elveszti a bátorságát és futni kezd, akkor az asszony haragja, bosszúja és dühe igennagy és határtalan, ugyanúgy a gonosz ellenségnek is az a tulajdonsága, hogy erőtlen lesz és bátorságát veszti (úgy, hogy kísértései szinte futásnak erednek), ha az, aki a lelki dolgokban gyakorolja magát, bátran szembeszáll, homlokegyenest az ellenkezőjét cselekszi annak, amit a gonosz lélek kísértéseivel el akar érni. Ha ellenben a gyakorlatozó félni kezd és elveszti lélekjelenlétét a kísértések közepette, amelyeket el kell túrnie, nincs olyan dühöngő vadállat a földhátán, mint az emberi természet ádáz ellensége, midőn a legnagyobb gonoszsággal törekszik végrehajtani elvetemült szándékait.

Tizenharmadik szabály: A gonosz lélek úgy is viselkedik, mint a csalfa szerető, aki mindig titokban kíván maradni és fél a felfedéstől. Amint ugyanis az álnok ember, aki valamely jó atyának leányát vagy hitvesnek a feleségét hitegetésével rossz útra akarja vezetni, s azért arra törekszik, hogy szavai és rábeszélése titokban maradjanak, ép azért nagyon is nem tetszik neki, ha a leány atyjának vagy a feleség a férjének felfedi az ő álnok szavait vagy gonosz szándékait, mert ebből könnyen megérti, hogy nem

hajthatja végre megkezdett művét: hasonlóképen az emberi nem ellensége, amikor a jámbor léleknek besúgja az ő cseleit és rábeszéléseit, azt óhajtja nagyon, hogy azokat befogadják és titokban tartsák. De ha felfedi azokat a jó gyóntatójának vagy más lelki embernek, aki ismeri az ő csalárdságait és gonoszságait, roppant zokonveszi, ugyanis ebből azt következteti, hogy megkezdett gonoszságát nem tudja befejezni, mert nyilvánvaló lett az ő álnoksága.

Tizennegyedik szabály: Végül a sátán úgy is viselkedik, mint a hadvezér, aki valamit szeretne bevenni és kifosztani. Amint ugyanis a hadvezér és fővezér először tábort üt és a vár erősségét és védelmi-állapotát kikémléli, csak aztán támadja a gyöngé oldalon, hasonlóképen cselekszik az emberi természet ellensége is, körüljár és kikémléli minden oldalról a mi isteni, sarkalatos és erkölcsi erényeinket, és amely oldalunkon gyöngéknék talál bennünket és örök üdvösségünket illetőleg nagyobb szorongatásban, ép azon a ponton támad és igyekszik legyőzni minket.

3. B) Szabályok ugyanarra a célra vagyis a szellemek behatóbb megkülönböztetésére. Inkább a második hétnek felelnek meg.

Első szabály: Istennek és az ő angyalainak az a szokása, hogy sugallataikkal igazi vígságot és lelki örömet okozzanak és minden szomorúságot és zavart kiküszöbölnek, amelyeket a gonosz lélek idéz elő; ennek ugyanis az a természete, hogy az ilyen vígság és lelki vigasztalás ellen küzd azáltal, hogy álokokat, szórszálhasogatásokat és folytonos megtévesztéseket támaszt.

Második szabály: csak az Isten képes arra, hogy a léleknek nyújtson vigasztalást minden előzetes ok nélkül, mert csak a Teremtőnek áll hatalmában, hogy a lélekben szabadon be- és kijárjon, benne hatásokat idézzen elő azáltal, hogy azt teljesen isteni Felségének a szeretetére vonja. Azt mondtam „ok nélkül“ vagyis valamely tárgynak előzetes észrevevése vagy meg-

ismerése nélkül, amely által ilyen vigasztalás támadhatna a lélekben saját értelmi és akaratbeli ténykedése következtében.

Harmadik szabály: Megelőző okkal vigasztalhatja a lelket a jó és gonosz szellem egyaránt, de ellenkező célzattal: a jó szellem a lélek előmenetele javára, hogy a jóról a jobbra emelkedjék, míg a gonosz szellem éppen az ellenkezőjére törtet és azon dolgozik, hogy az ő bűnös szándékaira és gonoszságára csábítsa a lelket.

Negyedik szabály: a gonosz angyalnak, aki a világgosság angyalává változik át, az a szokása, hogy a jámbor lélek ajtaján lép be és saját ajtaján vezeti ki a lelket t. i. úgy kezdi, hogy a jámbor léleknek megfelelő gondolatokat sugall, és avval végzi be, hogy beadja saját gondolatait vagyis szent és jó gondolatokat szokott eleinte felidézni, amelyek a jámbor lélek lelki hangulatának megfelelnek, és csak azután igyekszik jassankint saját célját elérni azáltal, hogy a lelket titkos cselszövényeire és gonosz szándékaira veszi rá.

Ötödik szabály: nagyon kell vigyáznunk a gondolatok egymásutánjára; ha azoknak a kiindulópontja, közepe és vége teljesen jó, és ha e három teljesen jóra céloz, akkor ez a jószellemnek a jele; ha azonban a sugallmazott gondolatok sorrendjében valamelyik rossz vagy szorakoztató dologra vagy nem olyan dologra irányul, mint az, amelyet azelőtt feltett magának, sőt ha ez a lelket gyöngíti vagy nyugtalanná teszi vagy zaklatja és megfosztja békéjétől, csendjétől és nyugalmatól, amelyet azelőtt élvezett, akkor mindez világos jele annak, hogy azok a gondolatok a gonosz szellemtől, a mi előmenetelünk és örök üdvösségünk ellenségétől származnak.

Hatodik szabály: amikor az emberi természet ellenségét rajtakaptuk és felismertük kígyó farkáról és ama rossz céljáról, amelyre csábítani törekedett, nagyon hasznos annak, akit megkísértett, ha utólagosan mindjárt megvizsgálja a sugallmazott jó gondolatoknak sorrendjét, úgy azok kezdetét, mint azt, hogyan

igyekezett arra, hogy őt a benső gyönyör és lelki öröm állapotából lassankint teljesen kiforgassa, míg gonosz szándékaira vitte, hogy így az ilyenemű tapasztalatokkal meggazdagodva azokat jól megjegyezze és a jövőben őrizkedjék az ő szokásos cselvetéseitől.

Hetedik szabály: azoknak a lelkét, akik folytonosan előrehaladnak a jóról a jobbra, a jó szellem kedvesen, gyöngéden és szelíden érinti, mint a vízcsepp, amely a szivacsba szívárog; a gonosz szellem pedig a lelket élesen, nagy zajjal és nyugtalanítással illeti, mint mikor a vízcsepp a kőre hullik. Azokkal pedig, akik folyton a rosszról mindgonoszabbra süllyednek, a fent nevezett szellemek az ellenkező módon bánnak. Ennek az oka az, hogy a lelki hangulat a nevezett angyalokkal vagy ellenkezik vagy megegyezik. Amikor ugyanis ellenkező, a szellemek zajjal és feltűnéssel lépnek be a lélekbe úgy, hogy az ember könnyen rájuk ismer; amikor pedig hasonló hozzájuk, akkor a szellem csendben lép be, mintegy saját házába megnyitott kapun át.

Nyolcadik szabály: Ha a vigasztalás előzetes ok nélkül keletkezik akkor, bár nincs ugyan benne csalárdság, mert amint a 2. szabályban már mondtuk, kizárólag Urunktól, Istenünktől származik, mégis ama lelki ember, akinek az Isten ilyen vigasztalást ad, nagy vigyázattal és figyelemmel fontolja meg és különböztesse meg az ilyen vigasznak eredeti időpontját a következő időponttól, amikor a lélek még benn van a buzdóságban és Isten nagy kegyelmét és a mult vigasztalás utóízét még mindig érzi, ugyanis a lélek ebben a második időpontban gyakran a saját gondolkodási készsége és a saját fogalmainak összehasonlítása és az ítéletek következményeképpen már akár a jó szellem akár a gonosz szellem behatására különböző feltételeket és terveket szokott szöni, amelyek már nem származnak közvetlenül az Istentől, amiért is szükséges, hogy azokat előbb jó-alaposan átfürkésszük, mielőtt azokba beleegyezésünket adnók vagy azokat megvalósítanók.

4. Az alamizsna szétosztásának a szeretet-szolgálatában a következő szabályokat kell megtartani:

Első szabály: ha a szétosztás a szülők vagy barátok vagy olyan személyek részére történik, akiket szeretek, négy dolgot kell megfontolnom, amelyekről már részben szó volt a választások magyarázatánál. Először is szükséges, hogy szeretet, amely engem az alamizsnaadásra indít és készítet, felülről az Isten szeretetéből származzék, úgy hogy elsősorban átérezzem magamban, hogy az a szeretet, amelyet az illető személyek iránt többé-kevésbé már ápolok magamban, csak az Istenért van, és hogy az irántuk való kiválóbb szeretet okában ragyogjon föl maga az Isten.

Második szabály: oly embert állítok a szemem elé, akit még sohasem láttam, így tehát nem is ismerem, és tegyük fel, hogy én kívánom néki a jelenlegi hivatalában és állásában az ő mindennemű tökéletességét, és amint szeretném, hogy ő megtartsa a középutat az alamizsnaosztás módjában Isten nagyobb dicsőségére és nagyobb lelki előmenetelére, hasonlóképen ugyanazt teszem én is — sem többet sem kevesebbet — és megtartom önmagam is azt a szabályt és mértéket, amelyet mástól kívánnék meg és amelyet olyannak vélek, hogy megfelel Isten nagyobb dicsőségének és a lélek tökéletességének.

Harmadik szabály: mintha halálos ágyamon volnék, fontolóra veszem azt a módot és mértéket, amelyet akkor kívántam volna megtartani vagyongezelésem tisztességét illetőleg, eszerint igazodom most és ezt követem alamizsnaosztásom tenykedésében.

Negyedik szabály: megfontolom, hogyan fogom magam érezni az ítélet napján és egyúttal jól megfontolom, hogyan kívánnám majd akkor eme hivatalom és szolgálatom elvégzését és ugyanazt a szabályt, amelyet akkor szerettem volna alkalmazni, azt megtartom már most.

Ötödik szabály: ha valaki észreveszi, hogy részre-

hajló és vonzódik egyesek iránt, akiknek alamizsnát akar osztani, akkor várjon és fontolgassa meg jól a fentemlített négy szabályt és szerintük mérlegelje és vizsgálja meg az ő rokonszenvét, de ne adjon előbb alamizsnát, míg ama szabályok szerint el nem távollította és ki nem irtotta ama személyek iránt rendetlen ragaszkodását.

Hatodik szabály: ámbár nem hiba az, ha valaki Urunk Istenünk javait a szétosztás végett magára vállalja, amikor erre Istenünktől és Urunktól hivatása van, mégis a mennyiséget illetőleg, mennyit vegyen maga számára a szétosztásra reábizott dolgokból, kétség támadhat, hogy nem történik-e hiba és túlzás; következésképp a fenti szabályok segítségével életmódjában és szerepében reformálhatja magát, akinek ilyen megbízása van.

Hetedik szabály: a mondott és sok egyéb oknál fogva annál jobb és biztosabb az eljárás, minél jobban korlátozza és csökkenti igényeit abban, ami személyére és a háztartásra vonatkozik, és minél közelebb jut ebben az isteni Főpapunkhoz, Példaképünkhöz és Szabályunkhoz, ami Urunk Jézus Krisztushoz. Eme irányelvek szerint határozta el és parancsolta meg a harmadik karthágói zsinat — (amelyen résztvett sz. Ágoston is) —, hogy a püspök házi berendezése egyszerű legyen és szegényes. Ugyanezt kell figyelembe venni minden fajta életkörülmény közt tekintettel lévén mindig az illető személy állapottbeli és állásbeli körülményeire és az arányokat is megőrizve; így a házas állapotra nézve példát adtak sz. Joákim és sz. Anna, akik vagyónukat három részre osztották, az elsőt a szegényeknek adták, a másodikat templomi célokra és a templom szolgálatára, a harmadikat saját magukra és a háztartásukra fordították.

5. Hogy a skrupulusokat — lelki aggályokat — és a gonosz lélek sugallatait észrevegyük és megismerjük, szolgálják a következő jegyzetek.

Első jegyzet: skrupulusnak (lelki aggálynak) rendszeren azt nevezzük, ami saját ítéletünkből és szabad akaratunkból ébred, t. i. midőn úgy vélekedem, hogy valami bűn, ami pedig valóban nem az. Például az esik meg, ha valaki a szalmaszálakból csinált keresztre véletlenül rálépett, és saját magától úgy ítéli, hogy vétkezett. Ez azonban tulajdonképpen téves ítélet, nem pedig igazi skrupulus, aggály.

Második jegyzet: ha arra a keresztre ráléptem a vagy más valamit gondoltam, mondtam vagy tettem, s azután külső behatás következtében az a gondolatom támad, hogy vétkeztem, másrészt pedig ugyanakkor úgy tűnik fel nekem, hogy nem vétkeztem, mégis nyugtalan vagyok, t. i. amennyiben kételkedem és nem is kételkedem: ez a tulajdonképeni skrupulus és kísértés, amelyet a gonosz lélek támaszt.

Harmadik jegyzet: az első jegyzetben említett skrupulustól nagyon kell óvakodnunk, mert az szintizta tévedés. A második jegyzetben említett skrupulus azonban, ha egy ideig tart, a lelki gyakorlatot végző lélek számára nem csekély hasznosságú, sőt azt igen erősen megtisztítja és felvilágosítja, mert még a bűnnek árnyékától is távoltartja az embert, amint sz. Gergely mondja: A jámbor lelkeknek szokása az, hogy hibát látnak ott is, ahol nincs.

Negyedik jegyzet: a gonosz lélek nagyon ügyel arra, vajjon valaki tág vagy gyöngéd lelkiismeretű-e, ha gyöngéd a lelkiismerete, iparkodik azt gyöngédebbé tenni egészen a végletekig, hogy azután annál könnyebben megzavarhassa, és gyötörje. Így pl. ha azt látja, hogy az illető lélek nem akar elkövetni bűnt, sem halálosat, de még bocsánatosat sem, sőt semmiféle megfontolt bűnnek a látszatát sem, akkor a gonosz lélek, mivelhogy

nem tudja rávenni, hogy legalább valami látszólagos bűnbe essék, arra törekszik, hogy úgy ítéljen az ilyen, hogy bűn van ott, ahol valóban nincs; pl. valamely szóban vagy agyunkon átcikázó gondolatban. Ha pedig a lélek tág lelkiismeretű, lelkünk ellensége azon van, hogy azt még tágabb lelkiismeretűvé tegye, pl. ha előbb semmibe sem vette a bocsánatos bűnöket, akkor arra fog törekedni, hogy a halálosokat is csekélyeknek tartsa; vagy ha azelőtt még némileg tartózkodott a bűntől, most arra tör, hogy azokat most sokkal kevésbé vagy egyáltalában ne vegye figyelembe.

Ötödik jegyzet: a lelki életben előhaladni akaró léleknek mindig ép az ellenkező eljárást kell követnie, mint amelyre a gonosz lélek rá szeretné venni, így pl. ha a gonosz szellem tág lelkiismeretűvé akarná tenni őt, az ilyen arra törekedjék, hogy még gyöngédebbé tegye lelkiismeretét; hasonlóképpen ha a gonosz szellem túlságos gyöngéddé igyekszik tenni őt, hogy így a végletekbe rántsa, akkor meg arra törekedjék, hogy szilárdan álljon a középúton és hogy teljes nyugalomba hozza lelkiismeretét!

Hatodik jegyzet: ha az ilyen jószellemű lélek az Egyház szokásai szerint és őseink felfogásának megfelelően valamit mondani vagy tenni óhajt, ami Urunk Istenünk dicsőségére válik, azonban kívülről oly gondolata vagy kísértése támadna, hogy azt ne mondja és ne cselekedje meg, és hamis okokat is hoz fel, mintha ezt rossz szándékból tenné, akkor emelje fel szívét Teremtőjéhez és Urához, és ha tisztán látja, hogy ez az Isten köteles szolgálata vagy legalább is nincs az ellen, helyezkedjék homlokegyenest szembe a kísértéssel és sz. Bernát példája szerint feleljen a kísértőnek: „Nem miattad kezdtem, miattad tehát nem is hagyom abba.“

6. Hogy helyes és tartozó módon együttérezzünk a küzdő Anyaszentegyházzal, a következő szabályokat kell betartanunk:

Első szabály: Tegyük félre minden tulajdon ítéletünket és kész meg készséges lelkülettel mindenben engedelmeskedjünk Krisztus Urunk igazi jegyének, amely a mi hierarchikus Anyaszentegyházunk!

Második szabály: dicsérőleg kell nyilatkoznunk a fülbegyónásról, az Oltáriszentség vételéről, amely évenként legalább egyszer van megparancsolva, és sokkal dicséretesebb, ha minden hónapban, és még inkább dicséretre méltó, ha kellő feltételek és szükséges követelmények betartásával minden nyolcadik napon végezzük azokat.

Harmadik szabály: dicsérőleg kell szintén nyilatkoznunk a szentmise gyakori hallgatásáról, hasonlóképpen az egyházi énekről, a zsoltárimáról és a templomban vagy azon kívül végzett hosszabb más imákról, úgyszintén a határozott időkből végzett bármely istentiszteletről és elrendelt ájtatosságokról és így főleg az egyházi zsolozsmákról.

Negyedik szabály: nagyon dicsérőnk kell a szerzetesrendeket, a szüzességet meg az önmegtartoztató életet, és ne becsüljük annyira a házaseletet, mint az imént említett állapotok közül akármelyiket.

Ötödik szabály: dicsérőleg kell szólnunk a szerzetesi fogadalmakról: az engedelmességről, a szegénységről, a tisztaságról, valamint minden egyéb önként vállalt, tökéletességre irányuló fogadalmak letévéséről. Megjegyzendő, hogy mivel fogadalom olyan dolgokra vonatkozik, amelyek az evangéliumi tanácsok körébe tartoznak, azért nem kell fogadalmat tennünk oly dolgokban, amelyek ezektől távol állnak, így pl. hogy kereskedést űzzünk vagy házasságot kössünk stb.

Hatodik szabály: dicsérőleg kell nyilatkoznunk a szentek ereklyéinek tiszteletéről és a szentekhez intézett imákról, a keresztúti ájtatosságról, a zarán-

doklásokról, a búcsúimákról, a jubileumokról, a kereszties háborúkra vonatkozó bullákról és a templomban szokásos gyertyaégetésről.

Hetedik szabály: dicsérőleg kell nyilatkoznunk az Egyháznak a bűjtre és megtartóztatásokra vonatkozó rendeleteiről, így a nagybűjtről, az időszaki kántorbűjtkről, a vigíliai bűjtkről, a pénteki és szombati megtartóztatásokról, hasonlóképp a belső és külső vezeklésekről.

Nyolcadik szabály: dicsérőleg említsük a templomok építését és díszítését, valamint a szentképeket és azok tiszteletét, akiket ezek ábrázolnak.

Kilencedik szabály: dicsérjük végre az Egyház minden rendeletét és készséges lélekkel keressünk okokat azok védelmére és soha semmiképen sem a megtámadásukra.

Tizedik szabály: inkább készebbek legyünk arra, hogy helyeseljük és dicsérjük felsőbbsegeink vagyis előljáróink intézkedéseit, utasításait és erkölcsait, mintsem arra, hogy azokat kifogásoljuk. Mert habár azok néha valóban nem olyanok vagy nem voltak olyanok, t. i. dicséretre méltók, mégis ha azok ellen beszélünk akár nyilvánosan, akár pedig másokkal való társalgásunkban, ez inkább zúgolódást és botrányt, mint hasznot okoz, mert így zúgolódnék a nép úgy a világi, mint az egyházi előljáró ellen. Tehát amint káros a nép előtt elítélni a távollevő előljárókat, épúgy hasznos lehet, ha az ő rossz erkölcsükről olyanok előtt beszélünk, akik azokat megjavíthatják.

Tizenegyedik szabály: dicsérőleg nyilatkozzunk a pozitív és skolasztikus tanról, mert a pozitív tudomány tanítóinak, mint sz. Jeromosnak, sz. Ágostonnak, sz. Gergelynek stb. — főleg az a jellemző tulajdonságuk, hogy a szívet megindítják Urunknak Istenünknek mindenben való szeretetére és szolgálatára, épúgy viszont a skolasztikus tanítóknak, mint sz. Tamásnak, sz. Bonaventurának és a Vélemények Mesterének — Lombardi Péternek — stb. inkább

az a sajátjuk, hogy az örök életre szükséges tanokat meghatározzák vagy az idők szükségleteihez mérten megmagyarázzák, vagy hogy a tévtanokat és álokoskodásokat jobban megdöntsék és leleplezzék. Azonfelül — minthogy az újabb korba tartoznak a skolasztikus tudósok — ezek nemcsak nagy hasznot nyújtanak a Szentírás, a pozitív és az egyházi szent Tudósok iratainak helyes megértésével, hanem maguk is az isteni kegyelem által megvilágosítva és megerősítve lévén — ki tudják használni az anyaszentegyháznak zsinati, egyházzjogi és egyéb rendeleteit is.

Tizenkettedik szabály: óvakodnunk kell attól, hogy összehasonlításokat tegyünk önmagunk, akik még életben vagyunk, és az elhunyt szentek közt, mert ez nem csekély tévedést okoz, mint pl. ha azt mondják, hogy ez többet tud, mint sz. Ágoston, az második sz. Ferenc, sőt nagyobb sz. Ferencnél, ismét másik pedig erényre és szentségre nézve második sz. Pál stb.

Tizenharmadik szabály: hogy mindenben az igazságot elérjük, azon állásponton kell lennünk, hogy azt, ami szememnek fehérnek látszik, feketének tartsam, ha a hierarchikus Anyaszentegyház úgy döntene, tudván azt, hogy Krisztus Urunk és az Egyház, mint jegyesek közt, ugyanaz a szellem uralkodik, amely bennünket kormányoz és irányít a lelkünk üdvösségére, mert ugyanaz a Lélek és Urunk által, aki adta a Tízparancsolatot, irányítja és kormányozza az Anyaszentegyházat is.

Tizennegyedik szabály: Ámbár nagyon igaz, hogy senki sem üdvözülhet, aki nincs praedestinálva — vagyis arra előre kiszemelve Istentől és ha t. i. nincs hite és nincs a kegyelem állapotában, mégis nagyon kell vigyáznunk a módra, hogyan beszélünk és tárgyalunk mindezekről.

Tizenötödik szabály: nem kell sokat beszélünk mintegy szokásból a praedestinációról, hanem ha néha szó is esnék arról, az úgy történjék, hogy a nép semmiféle tévedésbe ne jusson; s ne mondja,

mint az néha már megesett: ha már egyszer el van határozva, hogy üdvözlőnöm vagy el kell kárhoznom, az én jó vagy rossz cselekedeteim azon már nem sokat változtatnak; ennek következtében az ilyenek persze ellanyhulnak és elhanyagolják a jó cselekedeteket, amelyek a lelkük üdvösségére és előmenetelére hasznosak.

Tizenhatodik szabály: ugyanúgy vigyáznunk kell arra is, hogy a hitről sokat és hozzá nagy nyomatékkal minden megkülönböztetés és magyarázat nélkül ne beszéljünk, mert így alkalmat adunk a népnek a jó cselekedetek gyakorlásában való ellanyhulásra és ellustulásra, amely jó cselekedetek akár megelőzik, akár pedig követik a szeretet által elevennétt hitet.

Tizenhetedik szabály: úgyszintén nem szabad túlsokat beszélnünk a kegyelemről sem, sem erre akkora súlyt fektetnünk, nehogy abból veszedelmes tévtan fejlődjék, amely az akarat szabadságát tagadná. A hitről tehát és a kegyelemről a lelki szükség szerint szabad beszélnünk — persze Isten kegyelmével és az isteni Felség nagyobb dicsőségére — de soha se szóljunk úgy és olyan formában, hogy a jó cselekedetek és az akarat szabadsága kárt szenvedjenek és semmibe se vétessenek.*

Tizennyolcadik szabály: ámbár mindenk felett becsülnünk kell azt, ha az Istennek tiszta szeretetből buzgón szolgálunk, mégis dicsérnünk kell nagyon az isteni Felségtől való félelmet is, nemcsak azért, mert a fiúi félelem istenes és szent dolog, hanem azért, mert még a szolgálai félelem is, ha t. i. valami más jobb és hasznosabb dolgot nem képes az ember elérni, nagyon segíti az embert arra, hogy a halálos bűnből kiemelkedjék; ha aztán már valaki ettől is megszabadult, könnyen eljut a gyermeki félelemre is, amely a jó Isten előtt egészen tetsző és kedves, mert elválaszthatatlan az isteni szeretettől.

* Ez ugyanis akkor, mikor az akarat szabadságát és a jó cselekedeteket és ezek szükségességét tagadták, igen veszedelmes volt.

TARTALOM

I. Bevezető	3
II. Ima: Krisztus lelke	12
III. Előzetes tudnivalók: Annotációk (bevezető jegyvetek)	12
IV. Lelkigyakorlatok címe	23
V. Első hét: 1. Alapvető megfontolások és segédeszközök	23
Vezérelv és alapigazság	23
Részletes és naponkinti lelkiismeretvizsgálás	24
Általános lelkiismeretvizsgálás	26
Általános lelkiismeretvizsgálás módja	31
Általános gyónás és szentáldozás	31
2. Az első hét gyakorlatai: Első gyakorlat: Elmélkedés a hármasság bűnről	32
Második gyakorlat: Elmélkedés saját bűneinkről	36
Harmadik gyakorlat: Első és második gyakorlat ismétlése	38
Negyedik gyakorlat: A harmadik összefoglalása	39
Ötödik gyakorlat: Elmélkedés a pokorról	39
VI. Addíciók (kiegészítő utasítások)	42
VII. Második hét: 1. Bevezető: elmélkedés Krisztus királyságáról	47
Első nap: első szemlélődés: a megtestesülés	49
Második szemlélődés: Urunk születése	51
Harmadik szemlélődés: 1. és 2. ismétlése	53
Negyedik szemlélődés: 1. és 2. ismétlése	53
Ötödik szemlélődés: az öt érzék alkalmazása	53
Második nap: a templomi bemutatás	56
Harmadik nap: Jézus engedelmessége Názáretben és megtalálása a templomban	56

2. Választásokra vonatkozó utasítások és elmé- lkedések: Bevezető a különböző álla- potok megfontolásához	56
Negyedik nap: 1) elmékedés a két zászlóról	57
2) elmékedés a bináriusokról	60
Ötödik nap: Jézus elhagyja Názaretet és megkeresztelkedik Jordánban	62
Hatodik nap: Jézus a pusztába vonul	63
Hetedik nap: sz. András és mások köve- tik Jézust	63
Nyolcadik nap: a hegyi beszéd	63
Kilencedik nap: Jézus a tengeren jár	63
Tizedik nap: Jézus prédikál a templomban	63
Tizenegyedik nap: Lázár feltámasztása	63
Tizenkettedik nap: Virágvasárnap	63
Jegyzetek	63
3. A jó választás feltételei: Az alázatosság három módja	64
Bevezető a választás megejtéséhez	65
A választás anyaga	66
A választás időpontjai	68
A jó választás első módja	69
A jó választás második módja	70
Életünk és állapotunk megjavítása	71
VIII. Harmadik hét: Első nap: utolsó vacsora	73
Második nap: Getszemani; Annás és Kaifás háza	77
Harmadik nap: Pilátus, Heródes háza	77
Negyedik nap: Pilátus háza	77
Ötödik nap: keresztút	77
Hatodik nap: levétel, temetés, sz. Szűz háza	77
Hetedik nap: az egész szenvedés, Jézus a sírban, Szűz Anya és a tanítványok elhagyatottsága	78
Étkezési szabályok	79
IX. Negyedik hét: Első szemlélődés: Jézus megjelenik Anyjának	82
Jegyzetek	83
Szemlélődés a szeretet megszerzésére	84

X. Függelék: 1. Három imamód	88
2. Jézus Krisztus életének a titkai pontokba foglalva	93
3. Különböző szellemek megismerésére vonatkozó szabályok: A) első hétre ...	111
B) a második hétre	115
4. Az alamizsna szétosztásának szabályai	118
5. Az aggályosságra vonatkozó szabályok	120
6. Az egyházas érzület szabályai	122

