

## 124. A „semmi” útja I.A lemondás, vagyis az önmegtágadás útja

Imádkozzunk a 146. számú éneket:

*Téged az én lelkem kíván keresni,  
Mert Tenálad nélkül el kell kárhozni;  
Ó szerelmes Krisztus, fordulj hozzám,  
Vigasztald meg szívem, tekints énrám!*

Eddig a lelki szárazság természetét és okait próbáltuk egyre jobban megismerni. Ahogyan a természetben a délutánból este lesz, a szürkületből pedig sötétség, úgy a lélek világában is előbb-utóbb elérkezik az éjszaka. A sötét éjszaka imája tanulmányozásánál keressük most, hogy a természetfeletti élet szakaszainál melyek azok a sötét mélységek, amelyekbe az Úristen el akarja vezetni az Őt kereső lelket, hogy azután az éjszaka elmúltával még jobban felragyogjon a Fény. Mert **minden kegyelem, minden Isten ajándéka!** *Az Istent szeretőknek minden a javukra szolgál* (Róm 8,28).

François de Sainte Marie karmelita atya így foglalja össze Keresztes Szent János, a nagy karmelita misztikus tanítását: „**Semmi és Minden! Ki kell üresednünk önmagunkból** mindentől, hogy semmi se legyen bennünk, ami elválasztana az Úristentől! **Akkor tud betölteni a Minden, vagyis Isten!**” (*Initiation a Saint Jean de la Croix*, Paris, Ed. du Seuil, 1945. p. 34-39.)

### I. Akarjunk előrehaladni a „semmi” útján!

1. Az aszkétikus gyakorlatokkal az ember a maga erejéből törekszik erre a kiüresedésre. A lelki élet gyakorlata mutatja, hogy amit emberi erővel mi magunk nem tudunk elérni, azt az Úristen hajlandó nekünk ajándékozni! Ezt az ajándékot a lelki élet mesterei misztikus kegyelemnek mondják. Azonban ha valakit az Úristen vesz kezelésbe, azt nemcsak a lelki szárazság állapotába viszi bele, hanem még mélyebbre, a sötét éjszakába is, ahol a testi és a lelki megpróbáltatások által mindentől meg akarja tisztítani a lelkünket!

2. Csendes elmélkedésben **indítsuk fel a készséget:** „Uram, kész vagyok mindent elfogadni, amivel Te meg akarsz tisztogatni engem a Te még nagyobb szeretetedre!” Érdemes lassabban, mélyebben lélegezni. A készség mindig a kitárulkozás és a befogadás élményét hozza létre bennünk. **Igyekezünk kitárulkozni az Úr ajándéka előtt!** Ahogyan lassan, mélyen beszívjuk a levegőt, úgy próbáljuk átélni az Úristen előtti kitárulkozásunkat, a befogadóképességünk tágítását! Hagyjuk, hogy kisimuljanak arcunk redői! Következésképpen kisimulnak lelkünk ráncai is. Bármennyire is előttünk áll még a sötét éjszaka, készségünket, a szívünket készíthetjük arra az öröme, amelyet az új nap virraszt ránk. Ha látjuk a távlatokat, a kibontakozást, akkor könnyebb elviselnünk a részleteket is. Igazán a lelki út végén a minket váró jóságos Isten szemlélése ad erőt és biztonságot ahhoz, hogy a sötét éjszakán bizalommal tudjunk keresztüljutni. A gyermek is számolgatja, hogy hányat kell még aludnia karácsonyig. Az idő múlása erőt ad neki, hogy igyekezzen egyre jobb lenni. Mi nem tudjuk, hogy a mennyei öröm és dicsőség karácsonyi ragyogásáig mennyit kell még aludnunk, vagyis mennyit kell még kibírnunk. De szívesen vállaljuk. **Megéri a fáradság,** a test és a lélek megtisztulásához szükséges megpróbáltatások vagy gyötrelmek elviselése, **mert a jutalom** – amellyel Isten Önmagát ajándékozta nekünk – **mindennél többet ér!**

3. A „semmi” útján az evilágtól és önmagunktól való teljes kiüresedésre van **szükségünk**, ahogyan François de Sainte Marie karmelita atya mondja. Miután feltérképeztük az úticélt, akarjunk el is indulni, hogy – lépésről lépésre megtéve az utat – előrehaladjunk a célhoz!

Amikor egy utazásra indulunk, mindent összecsomagolunk, amit szükségesnek ítélünk az útra. A lelki élet útján azonban azt kell felmérnünk, hogy mit kell leadnunk, itthon hagynunk; mi az, ami nem kell az úton. Jézus világosan megmondja: *Aki nem tagadja meg magát, és nem követ engem, nem lehet az én tanítványom!* (Mt 10,38).

## II. A kontemplatív élet két vezérelve

1. Ha Krisztus életét akarjuk vállalni, ha Őt akarjuk követni, akkor Őt kell utánoznunk mindenben! Pál apostol így biztat erre: *Ugyanaz a lelkület legyen bennetek, amely Krisztus Jézusban volt! Ő isteni mivoltában az Istennel való egyenlőségét nem tartotta olyan dolognak, amelyhez feltétlenül ragaszkodnia kell, hanem szolgálai alakot öltve kiüresítette önmagát, az emberekhez lett hasonló* (Fil 2,5.7). Ha a Krisztus-követés útján előre akarunk haladni, akkor önmagunknak mind teljesebb kiüresítése legyen a feladatunk! Vágyódjunk arra, hogy ténylegesen Krisztust kövessük mindenben! Indítsuk fel a vágyat: „Követlek, Uram, bárhová mégy (Mt 8,19), bárhová vezetsz!” Ez a Krisztus-követés azt jelenti, hogy Őt szemlélve az Ő életéhez hasonulva mindenben úgy akarunk cselekedni, amint Ő! Egyszóval: **vállaljuk Krisztust egész életünkben!**

2. A kontemplatív élet másik vezérelve: a Krisztus-követés érdekében **szerelemből felvenni a keresztet, vagyis lemondani mindarról, ami nem szolgálja Isten dicsőségét.** Ehhez kellenek a külső és a belső önmegtagadások. Ahogyan az előbb a Krisztus-követés vágyát próbáltuk kicsiholni a lelkünkéből, úgy **most indítsuk fel a szeretetet!** Az önzetlen szeretet arra készíti, hogy a másikat helyezzük magunk elé, ő legyen a fontosabb a számunkra még magunknál is! Ha egy csöppet is felizzik lelkünkben ez a szeretet, akkor engedjük csak növekedni, mintegy belülről betöltődve vele! Ez a belső lobogás nem látszik még, a lélek sötétben van, hiszen éjszaka veszi körül, de **az a tudat, hogy Isten szeret minket, abszolút biztonságot fog adni** a sötétségben is: Jó úton vagyunk, nem tévedünk el. Istennek ez a bennünk levő szeretete arra készíti, hogy lelki életünkben állandóan „Igen!”-t mondjunk Krisztusra, és „Nem!”-et mindarra, ami nem Ő! Mondjuk ki belül Istennek: „Igen!” Nem kell részleteznünk, hogy mire mondtuk ki, mint ahogyan a boldogító „Igen!” kimondásánál a szerelmesek sem a részletezik, hogy a jövőben mit vállalnak el egymásért, egymással. Benne van abban az „Igen!” szóban, hogy „Mindent!” Ha a sötétben nehéz előrehaladnunk, mondjuk csak ki újra meg újra ezt a vallomást a mi szerelmes Istenünknek: „Igen!” „Igen, Uram!” Ha valami vagy valaki le akarja csábítani az útról, amelyen a lelki élet sötétségében át kell haladnunk, arra mondjuk ki újra: „Nem!” Ez megerősít a hűségben! Senki és semmi sem téríthet el! *Ki szakíthat el minket Krisztus szeretetétől?* (Róm 8,35).

**Ez az „Igen!” abban a mértékben nyitja meg számunkra az isteni teljességet** (Kol 2,10), **amilyen fokban „Nem!”-et mondunk a teremtményeknek.** Isten az Ő hatalmával átalakítja gyarló testünket (vö. Fil 3,21), és megszabadulunk a teremtmények rabságából. Ez az Isten felé törekvésünk kettős vonatkozása.

## III. Az önmegtagadás útja

1. Az első „Nem!” a földi, az ideig való javakra vonatkozik. Jézus világosan mondja: „Aki nem mond le mindarról, amije csak van, nem lehet az én tanítványom” (Lk 14,33). „Senki sem hagyja el otthonát, testvéreit, nővéreit, atyját, anyját, gyermekeit vagy földjét értem és az evangéliumért, hogy száz annyit ne kapna már most, ezen a világon – bár üldöztetések közt – otthonot, testvért, nővért, anyát, gyermeket és földet, a másvilágon pedig az örök életet” (Mk 10,29.30). Jézus bármennyire is sürgeti a földi, ideig való javakról való lemondást, **nem azt akarja, hogy elszakadjunk a családtól, amikor az nem akadályoz a Krisztussal való kapcsolatban,** hiszen például így szól a gerázai megszállotthoz, akit meggyógyított: „Menj haza a tieidhez, és mondd el nekik, milyen nagy dolgot művelt veled az Úr, és hogyan könyörült meg rajtad!” (Mk 5,19). Nekünk azokról a földi dolgokról kell lemondanunk, amelyek akadályoznak a Krisztus-követés útján, amelyek lelki rabságban tartanak. **Jézus egyértelműen a lelki függetlenséget sürgeti.** A gazdag ifjúhoz így szólt: „Ha tökéletes akarsz lenni, menj, add el, amid van, az árát oszd szét a szegények között, így kincsed lesz a mennyben! Azután jöjj, és kövess engem!” (Mt 19,21). Az ifjú szomorúan távozott. Péter pedig a többi apostollal együtt megvallja: „Nézd, mi mindenünket elhagytuk és követtünk téged!” (Mt 19,27). Legyen meg tehát bennünk ez a lelki függetlenség az evilági dolgoktól, ahogy Szent Pál apostol is sürgeti: „Az időnk rövid. Aki

*érintkezik a világgal, mintha nem is érintkeznék vele, mert elmúlik a jelen világ”* (1 Kor 7,29.31). Tehát ne ragaszkodjunk hozzá! A Zsoltáros is erre buzdít: *„Szívetek hozzá ne tapadjon!”* (Zsolt 61,11). A földi dolgok birtoklásának vágya ugyanis **elhomályosítja a lélek látását** a lelki dolgok meglátására, szemlélésére, és meggyengíti erőit. Ez az első „Nem!” tehát – amelyet a földi, ideig való dolgokra mondunk –, segít, hogy szívünket ne engedjük át a dolgok uralmának. Ezzel jelzést is adunk az Úrnak: azt akarjuk, hogy Krisztus uralkodjék el a lelkünkön!

2. A második „Nem!” – amelyet ki kell mondanunk – **a szellemi javakra vonatkozik**, vagyis készek vagyunk **odaadni, feláldozni értelmi és akarati kincseinket**, miként Ábrahám is kész volt elfogadni, hogy a jövőjét illetőleg ne az ő akarata teljesüljön, amikor *Isten elkérte tőle Izsákot* (vö. Ter 22,10). Ha nem is értjük, hogy miért kéri el tőlünk Isten a mi gondolataink, a mi akarásaink megvalósulását, tudnunk kell, hogy a misztikus úton való előrehaladáshoz szükséges mindezek feláldozása. A jézusi tanács, amelyet *a gazdag ifjúnak* mondott, nemcsak a földi, anyagi kincsek szétszétlására vonatkozik, mert Ő azt mondta: *„Mindenedet add el!” Add oda, amid csak van!* (Mt 19,21), tudniillik azokat az értelmi, akarati kincseket is, amelyek akadályoznak. **Az értelem és az akarat megtisztulása, a gondolatok és az érzések kiüresedése kell ugyanis ahhoz, hogy a szemlélődés imájában Isten tudjon betölteni!** A saját elképzeléseinkhez és vágyainkhoz való ragaszkodás akadályozza Isten uralmát bennünk. Jézus figyelmeztetése: *„A gazdag nehezen jut be a mennyek országába!”* (Mt 19,23), nemcsak az anyagi gazdagságra vonatkozik, hanem a lélek és a szív kincseire is: *„Ahol a kincsed, ott a szíved is”* (Mt 6,21). A léleknek, bár szeret büszke lenni önmaga ragyogó szellemi nagyságára, világos látására, az Istennel való egyesülés útján inkább vaknak kell lennie, vagyis olyannak, aki már nem a mulandó világ dolgait nézi! *Jézus azért jött, hogy akik nem látnak, lássanak; akik pedig látnak, elvakuljanak!* (vö. Jn 9,39)

3. Bátorság kell tehát ahhoz, hogy a „semmi útján” előrehaladjunk, hiszen nemcsak az ideig tartó javokról, nemcsak a szellemi kincseinkről kell lemondanunk, hanem harmadszor **„Nem!”-et kell mondanunk önmagunknak is!** Nem elég csak az ellen a magatartás ellen küzdenünk, amellyel már nem mondjuk: – „Ezt én akarom!” –, hanem kell az a kontemplatív magatartás is, hogy már nem én vagyok önmagamban, hanem: „Te vagy, Uram, bennem!” Ehhez:

3.1) A lemondás vállalása segít. Kimondjuk a lemondás szavát, hogy egyre könnyebben haladjunk előre az úton Isten felé: „Nem mi vagyunk a legfontosabb!”

3.2) Kell az erények gyakorlása, a jócselekedetek vállalása. Az ilyen magatartás arra ösztökél, hogy a teremtmények helyett inkább Istent válasszuk, Őrá tekintünk, Őhöz ragaszkodunk!

Ez csodálatos átprogramozódást eredményez bennünk: A teremtmények és önmagunk helyett is **Isten lett a legfontosabb a számunkra!** Ha kimondjuk az imában: – „Uram, Te vagy számunkra a legfontosabb!” – akkor érdemes megfigyelni, hogy mennyivel könnyebb lesz a lelkünk! Akkor talán meg tudunk tapasztalni valamit abból, hogy mit jelent az Istennel való betöltöttség, amikor tudniillik már nem önmagunkkal vagyunk betelve, hanem Istennel! A lélek ilyenkor boldogan átadja magát az Úrnak. Engedi, hogy egyre jobban betöltse belülről őt. Ez nagyon jó csere! **A valamiről való lemondás, vagyis a „semmi”-hez sem való ragaszkodás magatartása az Istennel való betöltöttségre ad lehetőséget bennünk!**

Amikor a lélek átadja magát Isten e bennünket betöltő szeretetének, amikor át tudja élni, hogy Isten szeretete benne lobog, ez már a szemlélődés imája!

**Nem szükséges mást tennie, csak újra meg újra átadnia magát az Úrnak, az Úr szeretésének, a bennünk belülről bontakozó szeretetének!**

3.3) Az önmagunkból való kiüresedésben nemcsak a lemondás meg az erények gyakorlása segít, hanem **a mi Istenre figyelésünk** is. Isten iránti szeretetünk ugyanis inspirál, készlet arra, hogy Őrá figyeljünk, illetve az önmegtagadások meg a jócselekedetek végzése még inkább Istenre irányítja a figyelmünket, Isten felé ösztökéli a szeretetünket.

Azonban vegyük észre, hogy az önmagunkból való kiüresedésben sokkal jobban inspirál, segít bennünket Isten irántunk való szeretete! **Isten felénk irányuló szeretete ugyanis nemcsak sugallja, hanem létre is hozza bennünk az önmagunkról való lemondást, és a jónak a vállalását, a legnagyobb Jónak, Istennek a vállalását.** Ez a szó: inspirálás, sugallat, még sokszor

visszatér a lelki élet további útjain.

A mi dolgunk: **figyeljünk Isten sugallatára, és engedjük neki! Adjuk meg magunkat az Ő szent akaratának, amellyel be akar tölteni!** *Engedjük, hogy ugyanaz a lelkület legyen bennünk, mint amely az ember Jézus Krisztusban volt a Mennyei Atya felé* (vö. Fil 2,5), amikor végigment a keresztúton, amikor sötétség borult az egész világra, amikor *Atyja kezébe ajánlotta a lelkét!* (vö. Lk 23,26.46), amikor az emberi lélek Jézusból egészen a Mennyei Atyához ragadtatott a Szentlélekben! Az ember Krisztus a sötét éjszakából átment az isteni dicsőség fényes ragyogásába.

Lehet-e sajnálni a sötétségben való fáradozást, az éjszaka szenvedését, „a belépőjegyet” a mennyországba, amikor az úton mindvégig kitartva, az ember az „Isteni Színjáték” részese lesz, hiszen Isten terve valósul meg benne, és bekapcsolódhat a Szentháromságos-Egy Isten életébe?

A következő (125. számú) imaórában Keresztes Szent János majd tovább vezet a „semmi”, vagyis a lemondás útján – amelyen azt keressük, hogy ...”*mit adhatnék még az Úrnak?*” (Vö. Zsolt 115,12).

Befejezésül a 146. számú éneket imádkozzuk:

*Míg fel nem talállak, keresni foglak.  
Mind éjjel, mind nappal sírva kiáltlak.  
Ó jelenj meg Krisztus, szomorúnak,  
Vigasztalást hozzál te szolgádnak!*

*Veled az én lelkem kíván lakozni,  
Kívüled nem óhajt senkit szeretni;  
Nálad nélkül élttem keserűség,  
Halálom is Véled gyönyörűség!*