

126. Az érzékek sötét éjszakája

Imádkozzuk a 23. számú éneket:

*Istengyermek, kit irgalmad közénk lehozott,
Angyaloknak énekével Néked áldozok.
Terjessz fölém kezedet, hogy az istenszeretet
Töltse el ma szívem-lelkem jászolod tövén.*

*Bár nem látom gyermekarcod szent vonásait,
Hiszem mégis rendületlen, hogy már Te vagy itt.
És mosolygón fölfogod könnyemet, amit hozok
Ajándékuul jászolodnak trónusához én.*

A szemlélődő ima olyan kegyelem, amellyel Isten a léleknek ajándékozza Önmagát az ismeret és a szeretet által.

Istennek ez a megtapasztalása közbeeső ismeret a közönséges hit és a boldogító mennyei színelátás között, amely inkább a hithez áll közelebb, és ezért részesedik annak homályosságában, illetve világosságában. A lélek azonban a szeretet által mégis meg tudja tapasztalni, szemlélni tudja Istent, Akit ismerettel nem tud átfogni (Tanquerey: *A tökéletes élet. Aszkétika, misztika*, 1394. sz.)

A szemlélődő ima olyan imamód, amely **elsősorban Isten ajándéka**. De az embernek is elő kell készülnie erre az ajándékra az aszkézis útján, illetve a test és a lélek sötét éjszakájának aktív szakaszában, amely még a magunk cselekvésével végbevitt szakasz.

A passzív szakasz azonban, vagyis az az imaszakasz, amelyben a lélek szenvedőlegesen elfogadja, hogy Isten tisztítsa őt, már Isten ajándéka. Isten műveli azt, hogy a megtisztult lélek megláthassa, és szeretettel szemlélhesse Őt, a végtelen Szeretetet.

I. A szemlélődés, amikor a lélek nagyobb mértékben szeret, mint ismer

Pseudodionysius, aki Areopagita Dénes (vö. ApCsel 17,34) neve alatt terjesztette írásait, mondja: „**A szemlélődésben a lélek nagyobb mértékben szeret, mint ismer.**” Isten ugyanis olyan ragyogó Fényesség, amelyet mi emberi szemmel nem tudunk látni. Számunkra ez a Fényesség inkább homálynak, sötétségnek tűnik. De Isten mégis mutat valamit nekünk abból az isteni sötétségből, hogy az ember annál nagyobb epekedéssel szeresse és óhajtja megismerni és birtokolni Istent.

1. **Mi ez az isteni sötétség?** Miután a lélek felszabadult az érzékek világából, illetve az értelem világossága fölé emelkedik, egy szent tudatlanság, meg nem ismerés mélységes sötétségébe jut. Itt már lemond a megtapasztalás és a tudás útbaigazításairól. Belemerül, szinte belevész abba, Akit nem lehet sem látni, sem felfogni. Úgy lesz egészen a meg nem ismert Istené, hogy már nem tartozik sem önmagához, sem más teremtményhez. Valójában a lelke legnemesebb részén egyesítve van ezzel az Ismeretlennel, a Meg-nem-ismerttel, Istennel. Ebből a legteljesebb tudatlanságból olyan ismeretet nyer, amilyent az értelem a maga erejével nem tudna megszerezni.” (*Misztikus teológia*, I. fejj. 3. paragrafus).

A lelki élet mesterének eme írása és gondolata alapján levonhatjuk a következtetést: **Ahhoz, hogy eljuthassunk a szemlélődéshez, mindenekelőtt el kell hagynunk az érzékek által történő megismerés mezejét**, mert az emberi érzékszervekkel nem tudjuk megismerni Istent. Az okoskodással, a fontolgtató elmélkedéssel nem tudjuk Istent megtapasztalni, inkább csak elvontan megismerni. Itt a földön közvetlenül nem szemlélhetjük Istent, ezért **az ún. „tagadás útján” kell megpróbálnunk Istent megközelíteni.**

2. Erről Aquinói Szent Tamás azt mondja: „Tagadásból tagadásba menve a lélek a legtökéletesebb teremtmények fölé emelkedik, és közvetlenül egyesül Istennel, már amennyire ez

itt a földön lehetséges.” Mit jelent itt a tagadás? Azt például, hogy

- bármilyen erős lényt látunk, azt mondjuk: nem ez a legerősebb, Isten még erősebb,
- bármilyen okos emberrel találkozunk, azt mondjuk: nem ez a legokosabb, Isten még okosabb. Ugyanígy, a teremtményeknél megismert minden más tulajdonságot Istenről tagadjuk, mert Istenben azok sokkal kiválóbb, nagyszerűbb mértékben megvannak!

Szent Tamás folytatja: „Értelmünk egyesül Istennel akkor, amikor rájövünk arra, hogy Isten fölülmúlja a legtökéletesebb teremtményeket is.” A lelki élet ezen útszakaszán **a feladat: eltávolítani az útból minden lényt, amelyek elvonnák értelmünket Istentől, értelmünk akkor ugyanis Istennel lesz együtt**, mert ha nem a teremtményekre való gondolás tölti be értelmünket, akkor majd Isten fogja betölteni azt! De ez végül is nem a látás régiójában, hanem az isteni sötétség szférájában történik, és ekkor jutunk el Ahhoz, Aki abban a végtelen Világosságban lakozik, amelyet az emberi megismerés sötétségnek él meg.

3. Keresztes Szent János két utat mutat, hogyan tudunk mindent elhagyni, minden fölé emelkedni, hogy eljuthassunk a hegyre, ahol Isten lakozik:

- az egyik az aktív vagy cselekvő út, amelyen az ember a maga erejével kapaszkodik fel a hegyre.

- a másik a passzív vagy szenvedőleges, befogadó jellegű út, amelyen Istené a kezdeményezés, Ő az elsődleges cselekvő, az ember „csak” befogadja Isten kezdeményezését: Isten emeli fel magához az embert.

II. A mindent elhagyás útján tanulmányozzuk az érzékek sötét éjszakáját

Mi az, amit az ember a maga részéről odaadhat, és mi az, amit Isten elkér, elvesz tőlünk, amitől megtisztít, megszabadít, hogy könnyebben tudjunk az ég felé irányulni?

Az ember megtapasztalja, hogy az érzéki vágyak, vagyis az érzékszervekkel kapcsolatos vágyak kifárasztják, kínozzák, legyengítik a lelkét, beszennyezik, vagy legalábbis elirányítják Istentől. Ha az érzékszervekkel megtapasztalható különféle földi dolgokkal foglalkozunk, akkor azok töltik be a lelkünket. Ha pedig az előbb említett tagadás útjára lépünk, amellyel kimondjuk: ez a teremtmény sem kell, az sem, hanem mindezeknél fontosabb számunkra Isten, akkor már a sötét éjszaka aktív szakaszán járunk.

1. Keresztes Szent János tömör utasításokat ad, **mit csináljunk, hogy előrehaladjunk a sötét éjszakában az érzékek megtisztítása érdekében:**

1.1) „Legyen meg benned mindig az a kívánság, hogy **Krisztust utánozd** minden dologban! Életedet tedd az Övéhez hasonlóvá! Szemléld Krisztust, hogy utánozni tudd, és mindenben **úgy viselkedj, ahogyan azt Ő tenné!**” Tehát az *imitatio Christi*, vagyis Krisztus követése, a Hozzá való hasonulás vágya segít bennünket arra, hogy mindent elhagyjunk, ami nem isteni, ami nem Krisztus-illatú.

1.2) „Hogy megvalósíthasd Krisztus követését, **le kell mondanod** minden érzéki élvezetről (az érzékszervek által közvetített örömekről), és távol kell tartanod magadat tőlük, hacsak azok nem szolgálnak valamiképpen Isten dicsőségére.” Egyszóval: *Önmehtagadás!* Érzékeink örömét kell felcserélni, mehtagadni egy nagyobb öröm érdekében, azaz az Isten birtoklása érdekében.

1.3) Mindezt tedd **Jézus iránti szeretetből**, Aki földi életében semmi más kívánságot, örömet nem ismert, csak Atyja akaratának a teljesítését: „*Az az én eledelem, hogy annak az akaratát tegyem, aki küldött engem*” (Jn 4,34). Ha például élvezetet találsz olyan dolgok meghallgatásában, amelyek nem tartoznak Isten szolgálatához, akkor tagadd meg a füledet, ne azokban keresd az örömet, ne hallgass azokra az információkra, szavakra. Ugyanígy, minden érzékedben gyakorolhatod az önmehtagadást, amennyiben ezzel a különböző benyomásokat elháríthatod. Ha nem tudod ezeket elhárítani, akkor legalább ne keress semmi örömet bennük, ha mégis közelednek hozzád, ha mégis foglalkoznod kell velük! Gondoskodj arról is, hogy érzékeidet minden élvezettől érintetlenül megőrizd! Akkor az érzékeid valóban a sötétben lesznek, te pedig rövid idő alatt nagy haladást érsz el.” Tehát **a sötét éjszaka útján történő Krisztus követés érdekében önmehtagadást kell gyakorolnunk, és pedig Jézus iránti szeretetből.**

2. Az embernek négy természetes szenvedélye van: **az öröm, a remény, a félelem és a**

fájdalom. Keresztes Szent János alapelveket ad, hogyan tudjuk megtagadni, illetve rendezni ezeket. A következő tanácsok Keresztes Szent János tanításának a leglényegét adják. Ezeket – akárcsak az orvos a beteg gyógyításához az orvosságot – receptre felírja nekünk. Minél rendszeresebben bevesszük az orvosságot, annál jobban hat. Ugyanígy, minél jobban beengedjük a lelkünkbe ezeket a tanácsokat, egyre erősebbek leszünk, s egyre jobban haladunk lelkileg előre a sötétség útján:

— Gondoskodj arról, hogy a törekvésed ne a könnyebbre, hanem a nehezebbre irányuljon!

— Ne keresd a kényelmesebbet, hanem a kényelmetlenebbet!

— Ne keresd azt, ami több örömet okoz, próbáld inkább nélkülözni azt!

— Ne a vigaszt keresd, hanem inkább a vigasztalanságot!

— Ne nyugalomra vágyódj, hanem inkább a fáradozásra!

— Ne a többre vágyódj, hanem a kevesebbre!

— Ne a magasabbra, kiválóbbra törekedj, hanem az alacsonyabbra, a jelentéktlenebbre!

— Ne akarj mindenáron valaki lenni, hanem inkább semmi lenni!

— Ne a jobbat keresd a dolgokban, hanem a rosszabbat! Kívánj Krisztusért teljesen kifosztott, szabad és szegény lenni mindabban, amit a világ nyújtana!

Röviden így lehet összefoglalni: **Előnyben a kényelmetlen, a keserű, vagyis ami önmegtagadással jár** (vö. Keresztes Szent János: *A Kármelhegy útja*, I. könyv, 13. fejezet, 110. oldal).

3. Ha ilyen vágyakat keltünk fel a szívünkben, ha azt akarjuk, hogy akaratunk az önmegtagadás útján haladjon előre, akkor ez segít ahhoz, hogy beléphessünk az érzékek sötét éjszakájába. Arról van tehát szó, hogy **a belépés az érzékek aktív sötét éjszakájába egyet jelent Krisztus keresztségének készséges felvételével**, illetve annak kitartó hordozásával. A kereszthordozás még nem jelenti a halált. Pedig az embernek *meg kell halnia a bűn számára* (vö. Róm 6,2), hogy az éjszakán át eljuthasson a feltámadás, az új élet ragyogásába.

A lelki ember feladata az, hogy **kiszolgáltassa magát Krisztusnak**, Aki a kereszttúton előttünk megy, mi pedig a követésére szántuk el magunkat. De önmagát senki sem feszítheti keresztre. Amit az ember a sötét éjszaka aktív szakaszában elkezdett, azt a sötét éjszaka passzív szakaszának kell majd befejeznie, pontosabban majd Isten fejezi be, **Isten teszi meg azt, amit mi nem tudunk megtenni.** (Vö. Szent Edith Stein: *A kereszt tudománya*, 96-98.)

4. Az ember szinte visszarettenne, hogy micsoda sötétség, micsoda kifosztottság, micsoda távlatok várnak rá! De az istenszerető lélekben fel sem merül a visszafordulás gondolata. Eddigi imádságainkban Isten már annyiszor megérintette a lelkünket! „A szeretet tüzében égve” ki merjük mondani: *Megyek utánad, Uram, bárhová vezetsz is!* (vö. Mt 8,19). Most ezt a készséget, a szeretetnek ezt az ajánlkozását nyújtogassuk az Úrnak, amellyel a lélek mindent odaad Istennek. Ez a mi feladatunk. Ez a sötét éjszaka aktív szakasza. **A lélek vágya az, hogy eljusson Istenhez.** Ezt az utat keressük, hogyan tudunk egyre jobban előrehaladni. Jeremiás próféta biztat: „*Kérdezősködjétek az ősi ösvények felől, melyik a jó út, és azon járjatok, akkor nyugalmat talál a lelketek!*” (Jer 6,16) Tehát ezt az utat keresem.

Jézus mutatja meg az utat: „*Aki utánam akar jönni (tudniillik mert szeret, és szeretne Velem lenni), tagadja meg magát, vegye fel keresztségét mindennap, és kövessen engem! Aki meg akarja menteni az életét, elveszíti azt, de aki elveszíti életét énérétem, megmenti azt*” (Lk 9,23.24). Tehát Jézusnak gondja van arra, hogy biztos eligazítást adjon nekünk, vagyis arra tanít, hogy

– mindennap önmegtagadást gyakoroljunk.

– mindennap elhagyjunk olyan dolgokat, amelyek akadályoznának, hogy az úton előremenjünk.

5. Olyan ez, mint egy sötét barlang felfedezésének édes izgalma. A vérbeli barlangkutatók nem félnek a sötétségtől, az ismeretlenségtől, hanem nekivágnak az útnak, hogy felfedezzék, birtokba vegyék azt a világot, amelyet előttük talán még senki sem látott. Ilyenkor minden felesleges terhet letesznek a kutatók. Sokszor elszűkül a járat, és hátizsákokkal meg egyéb poggyászokkal nem is lehet keresztülmenni az elkeskenyedett barlangjáratokon.

Minket a kinyilatkoztatást adó Isten buzdít: „*Vessünk el minden terhet, különösen a csábító bűnt, és fussuk meg kitartással az előttünk levő küzdőteret. Tekintsünk fel a hit szerzőjére és*

bevégzőjére, Jézusra, aki a felkínált öröm helyett a kereszthalált szenvedte el, anélkül hogy a gyalázzal törődött volna. És most Isten trónjának a jobbján ül. Gondoljatok csak őrá, aki a bűnösök részéről ilyen ellenmondást viselt el, hogy el ne lankadjatok, és bensőtökben el ne csüggedjete!” (Zsid 12,1.3). Tehát itt van leírva a mi feladatunk: **Nekünk is el kell vetnünk magunktól minden terhet, amely akadályozna az előrehaladásunkban.** Közben pedig tekintsünk fel Krisztusra, vagyis **szemléljük az Urat!** Ő nem a földi örömet kereste. Nem törődött azzal, hogy az emberek gyalázzák őt, hanem csak a Mennyei Atya akaratát kereste, és valósította meg. Ha a lelki élet útján előrehaladni akaró ember valaha is lankadna, vagy belsőleg csüggedne, akkor vegyük elő ezt a tanítást a Zsidókhoz írt levélből! Ahogyan az edző a pálya mellett buzdítja a versenyzőt, hogy jobb eredményt érjen el, úgy a mi lelkünk Mestere, Isten is tanácsokat ad, hogy hogyan tudunk még hatékonyabban előrehaladni.

III. Mit kell elhagynunk előrehaladásunk érdekében?

Egy szóval lehet rá válaszolni: „mindent!” A részletesebb válasz pedig így hangzik: Meg kell tagadnunk a külső érzékszerveinket és a belső szellemi képességeinket.

1. Meg kell tagadnunk a külső, testi érzékszerveinket:

1.1) Első érzékszervünk a **látás**. Az ember mindig szeretne újabb és újabb dolgokat látni, mert azzal valamit birtokba vesz. Ha van egy bezárt ajtó, akkor szinte türelmetlenül toporzékolunk előtte: mikor nyílik már ki, hogy megláthassuk, mert az odabenn valókkal szeretnénk gazdagabbak lenni. Például hányan és hányan törekszenek bejönni a Sziklatemplomba is. Körülnéznek, kicsit megállnak, és amit már megláttak, azt a szemükkel „befényképezik” a lelkükbe, vagy a fényképezőgépben rögzítve „birtokba veszik”, és elviszik magukkal.

A szem azonban sok fölösleges dologra is tud irányulni. Hajtja a kíváncsiság: „Mit tudunk még meglátni?” Csakhogy ez a kíváncsiság, ez a tekintetünk, ez a nézésünk, ez a szemlélésünk a teremtmények felé irányul. Ezek nyilván lehetnek megengedett dolgok is, de **mi ezen az úton az Isten iránti szeretetből le akarunk mondani a megengedett dolgokról is.** Ezzel a lemondással azt gyakoroljuk, hogy ne földi dolgok képe legyen a szellemünkben, mert az Areopagita Dénes által ajánlott „tagadás útján” ezeket is elhagyjuk. Már ezek sem érdekelnek. Ezeknél is **fontosabb az, hogy megláthassuk Istent, Aki a sötétségen túl van! Mi oda akarunk eljutni!**

1.2) Második érzékszervünk a **hallás**. Próbáljuk korlátozni vágyunkat az odahallgatásra, amikor mindenkit meg akarunk hallgatni: „Milyen híreket hallottál, mi újság?” **Nekünk egyetlen újság kell, Akit úgy hívnak: Isten!** Ezért próbáljuk az odahallgatásunkat a teremtmények helyett inkább magára Istenre irányítani.

1.3) **Ízlelés**. Mennyi finomat tudunk enni. Milyen jó az édesség! Tény, hogy ez is Isten ajándéka, és mi hálásak is vagyunk érte. Szükségesek az életünk fenntartásához, de nem ez az életcélunk! Nem tévesztjük el, hogy az étel és az ital csak eszköz! Szent Pál így mondja: *Vannak olyanok, akiknek istenük a has* (Fil 3,19). **A mi Istenünk azonban az ég és a föld Teremtője, Aki magának teremtett bennünket, Aki nekünk teremtett mindent** (Ter 1,28), és **Aki ölelő karjaiba, kitért szívébe vár bennünket!** Ha a földi finomságok mögött meg tudjuk látni Istent, vagyis Őt, mint mindezek adóját szemléljük, akkor étkezés közben a szívünk nem a finom földi javakon csüng, hanem Istenen, Aki ezeket életünk táplálására adta!

1.4) **Tapintás**. Mennyire felszisszenünk, ha csak egy kis szálla is megy az ujjunkba. Mennyire kellemes és Istentől megengedett ajándék egy kisgyermek megcirógatása, vagy az Istentől áldott szerelem megélése. De mindezekkel kapcsolatban is legyen meg bennünk a függetlenség, a készség az odaadásra: Készek vagyunk bármiről lemondani, amit Isten elkér tőlünk. A legegyszerűbb önmegtágadás e téren a bőr viszketésének az elviselése. Isten iránti szeretetből vállalhatjuk, hogy legyőzzük még azt az önkéntelen mozdulatot is, amellyel szeretnénk megszüntetni azt a kellemetlen viszketési érzést. Itt megint az Isten szemlélésének gondolata érinti meg a lelkünket, hiszen Őmiatta győzzük le a kellemes érzet utáni vágyunkat. Jézus sem tudta megérinteni a homlokát a keresztfán, amikor azt irritálta a vér folyása, mert a keze oda volt

szegezve. Az imádság közbeni mozdulatlanság is valamiképpen a test gyötrelme. De itt is a keresztre feszített Krisztus mozdulatlanságára irányulhatunk, Őt szemlélhetjük, amikor a magunk gyötrelmét elviseljük.

2. Meg kell tagadnunk a belső, szellemi képességeinket is:

A test mellett az ember másik nagy kincse a lélek. A sötét éjszaka útján a lélek képességeit is megtagadhatjuk, **vágyaink, gondolataink kielégítését is odaadhatjuk Istennek.** Hányszor van az, hogy az ember egy izgalmas regényt olvasna, vagy megnézne egy tv darabot, de lemond róla, mert fontosabb látnivalója van. **Inkább Istenre akarjuk irányítani a gondolatainkat!** A vágyak (amelyek a testen keresztül szűrődő akarásaink), illetve a szellemi akarások (amelyek a test törekvésétől függetlenül jelentkező, vagy annak ellene mondani is tudó törekvések bennünk), mind-mind olyan kincsek, amelyekről lemondhatunk, és odaadhatjuk Istennek azért, hogy az akarásaink ne a teremtményekre irányuljanak.

Megint csak a „tagadás útján” haladunk előre. A lelkünkkel nem valamely földi dologra irányulunk, nem annak a birtoklására vágyódunk, hanem Istenre! Őrá gondolunk, Őt akarjuk birtokolni! Nehéz ez? Nehéz! Isten *szűk kaput* ígért, *meredek ösvényt*, kereszttutat (vö. Mt 7,4). De azt is megígérte, hogy velünk lesz: „*Ahol én vagyok*”, *azt akarom, hogy „ott legyen az én szolgálóm is!”* (Jn 12,26). Ez már Isten tevékenysége.

A sötét éjszakának ebben az aktív szakaszában azonban most még nekünk kell odamennünk, ahol isteni Urunk van. Jézus mondja: „*Jöjjetek hozzám mindnyájan, akik elfáradtatok, és terhet hordoztok. Vegyétek magatokra igámat, és tanuljatok tőlem, mert én szelíd vagyok, és alázatos szívű, és nyugalmat talál a lelketek!*” (Mt 11,28.29) E szavakból lelkileg jobban az érint meg, hogy amikor a keresztt hordozásában elfáradunk, akkor Hozzá mehetünk, s Ő felüdít minket. Most még *az ősi jó utak után keresgélünk, amelyen nyugalmat talál a lelkünk* (vö. Jer 6,16). Itt megkapjuk az útleírást: „*Jézushoz kell mennünk!*” A magunk erőfeszítésével egyre közelebb kell kerülnünk Hozzá, hogy azután az Ő szelídsége, alázatos Szívének szeretete betölthessen minket.

3. Tehát itt nekünk is **le kell raknunk minden felesleges terhet!** Vigyük magunkkal – mint a barlangászok az életmentő oxigénpalackot – a szelídséget és az alázatos szívet. Ebbe a szelídségbe beletartozik a béketűrés is, amely szintén a szellem aktív megtisztulásának egyik módja: elviseljük a nehézségeket, a gyalázásokat, mint ahogy *Krisztus sem törődött az őt gyalázókkal* (vö. Iz 50,6), hanem elviselte mindazok bántását, akik Őt keresztre feszítették. Jöhetnek **betegségek**, amelyek már átvezetnek az érzékek passzív tisztulásába, amikor már az Úristen vesz kezelésbe. A hideg és a meleg elviselése, az éhség és a szomjúság tűrése mind-mind Istenhez fogja emelni a lelkünket. Valamely szeretünk halála – az a gyötrő hiány, hogy nincs itt az életünkben, nincs itt a közelünkben – szüntelenül Istenre fogja irányítani a figyelmünket. Bízunk abban, hogy már Őnála van, vagy imádkozunk érte és a tisztító tűzben szenvedő többi lélekért, hogy minél hamarabb Istenhez juthassanak. Az elhunyt szeretetteinkre való gondolás mindig Istenhez emeli a lelkünket.

Ha a sötét is van, de hűséges lélekkel járunk ezen az úton, akkor egyre közelebb juthatunk Ahhoz az Istenhez, Akit ugyan még nem látunk, de már egyre jobban szeretnénk szemlélni!

Befejezésül imádkozzuk a 23. számú éneket:

*Betlehemi csillagodat ragyogtasd nekem,
Ki e sötét lelki éjben jászlod' keresem!
Add hitemnek fényedet, akkor biztosan megyek,
S meg nem állok, míg a trónod el nem érem én.*