

## 132. Az emlékezet kiüresedése

Imádkozzuk a 152. számú éneket:

*Ó Jézus, emlékezni rád, a szívnek szent örömet ad.  
De minden méznél édesebb, szívünkben bírni Tégedet.*

*Nincs szó a földön kedvesebb, nincs dallam zengőbb, édesebb,  
Gondolni szebbet nem lehet, mint Jézus, édes szent neved.*

A sötét éjszaka imaszakasz tanulmányozásánál azokat a lépcsőfokokat nézzük, amelyek segítik az embert az átalakító egyesüléshez szükséges kiüresedésre. Az alapállás ahhoz, hogy Istennel betölthessünk: a kiüresedés.

Már tanulmányoztuk azt, hogy az értelemben a szükséges kiüresedést a hit hozza létre. Most elmélkedjünk arról, hogy **az emlékezetben ezt a kiüresedést a remény hozza létre**. A 134. imaórától pedig majd látni fogjuk, hogy az akaratban a szeretet hozza létre önmagunk kiüresedését.

Aquinói Szent Tamás az emlékezetet az ember érzéki részéhez sorolja, tehát az érzékszervekkel kapcsolatos részhez, mivel a múltat mint elmúltat ismeri meg az ember. Ez tehát különbözik a jelenvaló megismerésétől. Azonban az értelem nemcsak azt ismerteti meg velünk, ami jelen van, hanem azt is, hogy valamit a múltban már megismert a számára, vagy valamely ismeretnek már egyszer a birtokában volt. Ezért azután az emlékezetet a lélek szellemi részéhez is számíthatjuk.

Keresztes Szent János is ezért tárgyal a lélek éjszakájánál az emlékezet kiüresedéséről is. A fantázia különbözik az emlékezettől. Az emlékezet az elmúlt dolgokra vonatkozik, a fantázia vagy a képzelet pedig a jövőben bekövetkezendő dolgokra. Amiket itt az emlékezet kiüresedéséről Keresztes Szent János *A Kármelhegy útja* című könyv III. kötete 1–13. fejezetében tanít, azok sokunk számára ismert események, csak nem szoktuk így megfogalmazni azokat. Itt a szellemi erőfeszítésnek olyan gyakorlatát ismerhetjük meg, amely emlékezetünk igen finom belső történéseire világít rá.

### **I. Mi mindent kell elfelejtenünk ahhoz, hogy a szemlélődő imában Isten betölthessen önmagával?**

1. Minden, amit a mai elmélkedésünkben próbálunk megismerni, e téma körül forog. Keresztes Szent János azt mondja: „A léleknek Istent inkább abból kell megismernie, ami nem Ő, mintsem abból, ami Ő. Ezért úgy kell eljutnia Istenhez, hogy a természetes és a természetfeletti istenészleléseiről teljes egészében lemond, ahelyett hogy feljűk fordulna. A természetes és a természetfeletti istenészlelés végül is a mi emberi tevékenységünk megvalósulása.” Amikor a teremtményekből természetes úton kikövetkeztetjük, hogy kell Teremtőjüknek lennie (vö. Róm 1,20), akkor a teremtmények nagyságából, szépségéből, célszerűségéből, valamint a Teremtő mérhetetlen nagyságából az Ő szépségére, végtelen értelmességére tudunk következtetni. Keresztes Szent János szerint ez a megközelítés azonban csak azt tudja elmondani nekünk Istenről, hogy **Ő nem ilyen, hanem Ő más**.

2. A természetfeletti istenészlelést a hit által fogalmazhatjuk meg: Hittel elhisszük, amit a kinyilatkoztató Isten tanít. Végül is így sem tudunk eljutni az Ő isteni megismerésének a teljességére, az ugyanis meghaladja a mi emberi megismerő-képességünket. Tehát lélekben rá kell lépnünk arra az útra, amelyen lemondunk a teremtményekről (vö. 131. sz. imaóra). Keresztes Szent János azt mondja: „**Távolítsunk el az emlékezet útjából minden természetes korlátot**, hogy önmagunk fölé kerüljünk, önmagunkat meghaladva felemelkedjünk mindazon teremtmény fölé, amely körülírható, amely ismereteket ad, amely megtapasztalható, illetve amelyet az érzékeinkkel megragadhatunk.

Azért kell önmagunk és a teremtmények fölé kerülnünk, hogy lélekben felemelkedhessünk a

felfoghatatlan Isten magasztos reménységéhez: mégiscsak felfoghatjuk majd Őt a mennyei boldogságban. Itt már becsatlakozik a remény gondolata is. **Ha** az Istenhez való eljutáshoz **le kell mondanunk a teremtmények, illetve az önmagunkkal kapcsolatos természetes ismereteinkről, akkor az Úristen** nem hagy bennünket reménytelen állapotban, hanem **reményt ad**: Nem a teremtmények segítségével, de mégis **eljuthatunk az Ő megismerésére**, ismeretben és szeretetben való birtoklására.

3. Most próbáljuk felszítani ezt a reményt a lelkünkben! Ha a teremtményeket nézzük, annyi mindent nem értünk meg belőlük. Bár a teremtett dolgokkal kapcsolatos eseményeket érzékeljük, mégis annyi minden meghaladja ismeretünket, hogy az emberek, a családok, a nemzetek életében mi, miért történik. Gondoljunk például a népeket irányító nagy politika erejére, amely meghaladja a mi kicsiny emberi lehetőségeinket. De, ha akármit is elvesznek tőlünk, azért a kibontakozás reménye mindig megmarad. Az istenismeretre és istenszeretetre, vagyis a kontemplatív imára vonatkoztatva pedig tudnunk kell, hogy mindig megmarad magasztos reménységünk: **a felfoghatatlan Isten az Ő minden felfoghatatlansága ellenére is nekünk ajándékozza Magát.**

4. Akkor most mélyítsük a reményünket! A reményt Isten ajándékozta, öntötte belénk a hittel és a szeretettel együtt, amikor a keresztségben megkaptuk a megszentelő kegyelmet. Azért mondjuk ezeket isteni erényeknek, mert a tárgyuk is és a motívumuk is Isten. A remény esetében ez azt jelenti, hogy **Istenben remélünk**, illetve **Isten ígérete miatt** reméljük azt, hogy elérhetjük az örök üdvösséget, a Vele való örök együttlétet. Most, amikor elkezdünk reménykedni, hittel érezzük át azt az istenillatot, amely ebből „...*a nekünk ajándékozott reményből*” fakad (vö. 2 Tessz 2,16)! Ha csak ennyit tudunk megélni: „Jó dolog reménykedni még a *reménytelenség* állapotában is!” (vö. Róm 4,18), akkor Isten jóságát jelzi már ennek a jónak az élménye is.

5. Keresztes Szent János tovább mondja: „Ki kell üresíteni magunkból minden olyan ismeretet és képet, amelyet a testi érzékek útján szereztünk, hiszen emlékezetünk semmiféle formában és semmiféle képben sem tudja megragadni Istent.” (Most nem arról a gyakorlatról van szó, amelyet már próbálgattunk, hogy lelkünket a teremtmények segítségével, azok jóságával, szépségével felemelhetjük Istenhez!)

Ha itt a sötét éjszakában valaki előbbre akar menni, akkor a szent egyháztanító arra figyelmezteti: „**Mindent hagyjunk el!** Amikor ugyanis a lélek már egyesül Istennel, akkor mentes minden alaktól és képtől, amelyet a teremtmények hoznak létre benne.” Azaz: a jövőre irányuló képzelőerő itt már nem kalandozik el, mert Isten lekötötte magához. Az emlékezet itt nem a múltban jár, hiszen már a legfőbb Jóban, Istenben merül el.

**Az ember tökéletesen elfelejtkezik önmagáról. Ez a tökéletes kiüresedés.** Ez nem csupán a saját tevékenységünk gyümölcse. Itt már elsősorban **Isten** az, Aki **tevékenykedik**. Olyan ez, mint amikor két egymást nagyon szerető ember, nemcsak egymás felé irányul, mint eddig, hanem már együtt is van. Már nem a múlttal foglalkoznak az emlékezet révén, nem is a jövővel a fantázia segítségével, hanem csak a jelennel az együttlét örömeivel. Ez lefoglalja, betölti őket. Keresztes Szent János szerint: „Ha Isten az egyesülésben megérinti az emlékezetet, akkor az ember úgy érzi, mintha teljesen elhagyná gondolata és az érzékelése. Ilyenkor az emlékezet megtisztul minden ismerettől. A megtisztuláson van a hangsúly. Megakad a képzelőerő, már nem tud szerteszét kalandozni. Isten az, Aki egyszerűen magához vonta az emlékezetet és a képzeletet is. Hányszor panaszkodunk arra, hogy az imádságban nem tudunk eléggé összeszedettek lenni! Itt **Isten** segít ezen a mi gyakori lelki gyötrelmünkön, mert **magához láncolja a múltba vagy a jövőbe kalandozó gondolatainkat.**

6. Keresztes Szent János azt is tanítja: „A képességeknek az ilyen kikapcsolása csak az Istennel való egyesülés kezdeti fokán fordul elő. A tökéleteseknél már nem így van, őket a Szentlélek irányítja, és kellő időben figyelmezteti, hogy mit kell tenniük a hétköznapi munkájukban. Így mentesek maradnak az esetleges külső viselkedési hibáktól. Az imádkozó ember itt észre sem veszi, hogy más feladata is lenne, annyira belemerül Istenbe.”

7. Mi tehát az Istentől létrehozott tökéletes tisztulást **csak passzív módon**, vagyis befogadó jelleggel tudjuk megtapasztalni.

7.1 ) A mi tevékenységünk inkább abból állhat, hogy felkészülünk arra az esetre, amikor

bármit is közvetítsenek az érzékek, nem őrünk meg belőlük semmit sem az emlékezetben.

7.2) Ne törődjünk az elmúlt dolgok képeivel, valahogy úgy, mintha azok sohasem léteztek volna.

7.3) Engedjük szabadon és kötetlenül az emlékezetet, ne próbáljuk rávenni semmiféle mennyei vagy földi dolog szemléletére! Engedjünk, hogy minden feledésbe merüljön, mert mindezek csak gátolnák lelkünket az Istenhez való felemelkedés útján.

Kezdjük érteni, hogy micsoda önkiüresedésről van szó?

## **II. Ha az ember mégis a természeti képeket és természetes gondolatait akarná eszközként felhasználni az Istenhez vezető úton, háromszoros nehézséget fog tapasztalni:**

1. „Először is az ember **a világ nyomorúságaitól szenved**, mert emlékezete mindig azzal foglalkozik, amit az érzékek észlelnek, és akkor jelentkezik a tökéletlenség. A lélekben megmarad valami hajlandóság a szenvedélyekre: az aggodásra, a félelemre, sőt a gyűlöletre, vagy a vakmerő bizakodásra és dicsőségvágyra is.”

A szenvedélyekről tárgyalva foglalkoztunk ezekkel a belső rendezetlen magatartásokkal (vö. 65-71. sz. imaóra). Ezeknek a szenvedélyeknek a gyökerei új tápanyagot kapnak, amely erősíti őket, s így a lélek tökéletes tisztaságát, kiüresedését és az Istennel való őszinte egyesülését akadályozzák.

**Legjobb, ha a lelki erőinket nyugalomra és hallgatásra készítjük, hogy ebben a csendben maga Isten szólhasson a lelkünkhöz.** Akkor a béke beleáramlik a lelkünkbe. Ilyenkor az ember kezdi megtapasztalni, hogy a bizalmatlanságtól, a zűrzavartól, a sötétségtől, az aggodástól, amelyek félelmet keltenének benne, hogy tudniillik: „Jaj, elveszítem az Istennel való kapcsolatomat!” „Jaj, a vesztembe rohanok!”, – Isten segítségével kezd immár megszabadulni.

2. „Annak a léleknek – aki az emlékezet képeit, a gondolat tevékenységét akarja az Istenhez vezető úton használni – másodsor **a gonosz lélek is nehézséget okoz.** A gonosz ugyanis képes arra, hogy az embernek olyan gondolatmeneteket adjon, amelyek nyomán felkelti a gőgöt, az irigységet, a haragot, a jogtalan gyűlöleteket vagy a hiábavaló vonzalmakat.”

**Ha tehát a lélek az evilág dolgaiból érzékel valamit, azt a gonosz továbbszövi, hogy elirányítsa, sőt függetlenítse Istentől.** A gőg a gonosz legfőbb magatartási stílusa: „Én is vagyok olyan, mint Isten!”

Amikor a lélek „a feledéssel” válaszol ezekre a gondolatmenetekre – vagyis hogy nem akar ezekkel foglalkozni, nem ezekre akar emlékezni – akkor mintegy sötétség borul a képességeire. Ez a sötétség azonban jó nekünk, mert ezzel a gonosz lélek káros hatása elől bezárul a kapu. Tehát **a sötétség áldást jelent a léleknek.** Nem látja az emlékeit, mert nem azokkal foglalkozik, hanem megerősödik a reménysége az Istennel való találkozásra, az Istentől való betöltődöttségre.

3. Az evilág nyomorúságaival való foglalkozás, illetve a gonosz lélek sugallta gondolatmenetekkel való foglalkozás mellett az Istenhez vezető úton a gondolati tevékenységet kifejtteni akaró lélek „harmadszor **megtapasztalhatja az emlékezet természetes adottságaiból fakadó nehézségeket is.** Ezek az adottságok ugyanis akadályozhatják a lelket az erkölcsi jó gyakorlásában, és megfoszthatják a szellemi javaktól. **Az erkölcsi jó akkor valósul meg bennünk, amikor a szenvedélyek már nyugalomban vannak, amikor már megfékeztük a szenvedélyes vágyakat.** Ekkor megvalósul a lélek nyugalma és békéje. Ekkor következik az erkölcsi erények és a jócselekedetek gyakorlása. Ha a lélek az emlékezést mint tevékenységet tartja fontosnak az imában, és az emlékezés tárgyai felé fordul, akkor nem tud szabad lenni a felfoghatatlan Isten számára.”

Keresztes Szent János egyértelműen tanítja: „Ha a lélek el akar jutni Istenhez, akkor fel kell cserélnie a változékonyt és a felfoghatót a változhatatlannal és a felfoghatatlannal. Így az ember a szellemnek a nyugalmaiban és békéjében, a lelkiismeretnek és a léleknek a tisztaságában részesül.

Ez a legjobb előkészület részünkről az isteni bölcsesség és az erények befogadására. Ez segít, hogy mentesek maradjunk a gonosz ellenség sugalmazásaitól, illetve segít, hogy fogékonyak legyünk a Szentlélek indításaira és sugallataira.”

Ha nem akarjuk, hogy a régi, evilági magatartásunknak emlékei felbukkanjanak bennünk; ha nem akarunk a gonosz lélek sugallataira hallgatni; ha már nem akarjuk emlékezetünk természetes adottságait követni, s ha nem akarunk a szenvedélyek szavát követve élni, hanem fogékonyak akarunk lenni Isten sugallataira, önközlésére, indításaira, akkor **megalapozott reményünk van arra, hogy Isten egyre jobban fogja közölni magát velünk** imádságainkban.

### **III. Istent egyetlen forma, egyetlen ismeret sem tudja igazán kifejezni**

Keresztes Szent János tanítja, hogy vannak látomások, amelyeket a testi látás módján szemlélhetünk, vannak kinyilatkoztatások, amelyeket Isten a szellemi közlés módjára ad, vannak megszólítások, amelyeket a testi érzékek közvetítése nélkül fogad be az értelem, és vannak lelki érzések, amelyek az akaratban hoznak létre hajlandóságot. De ezekre az érzékelhető észlelésekre, illetve természetfeletti üzenetekre, látomásokra, kinyilatkoztatásokra, megszólításokra, érzésekre vonatkozólag is azt mondja: „Ne engedjük, hogy élénk benyomásokat hagyjanak az emlékezetünkben vagy a fantáziánkban!” Alapelveként kimondja: „A lélek sohase foglalkozzék kifejezett és meghatározott dolgokkal azért, hogy azokat emlékezetébe vesse, mert akkor azokkal töltődik be, és nem Istennel. Szabadítsuk meg tehát mindezekről az emlékezetet, hogy Istennel a tökéletes misztikus reménységben egyesülhessünk.” Tudniillik minden birtoklás ellentétes a reménységgel. Ha az embernek van valami élménye, hogy *én* ezt az üzenetet kaptam az Úristentől, *én* azt láttam, *én* azt éltem meg, *én* ezt birtokolom, akkor ez nem segít abban, hogy a reménységben növekedjünk. Ne csak „valamit” akarjunk kapni Istentől, hanem teljesen Őt magát. **Minél inkább gyakorolja magát az ember az emlékezet kiüresítésében, annál nagyobb lehetősége lesz a reménységre. Minél jobban gyarapodik a lélek a reménységben, annál bensőségesebben egyesül Istennel.** A reménység ugyanis előrevetíti a birtoklást, de nem akárminek, hanem Isten birtoklásának gyönyörű élményét. Ha a lélek teljesen kiüresítette önmagát, akkor telik el Istennel tökéletesen a reménységben.

### **IV. Ne foglalkozzunk túlzottan a természetfeletti benyomásokkal, ismeretekkel, mert ezek ötféle kárt okozhatnak a léleknek!**

1. „Először is **az ember gyakran csalódik a megítélésben, és isteni kinyilatkoztatásnak tarthatja azt, ami csak a fantázia játéka.** Tartózkodjon a lélek minden ítélettől. Nem kell elemeznie, hogy kitől jön ez a gondolat vagy az az élmény. Nem kell megismernie azt, ami benne végbemegy. Bármennyire értékesek is legyenek ezek az észlelések, mégsem növelik annyira a szeretetet, mint az élő hit és remény legkisebb olyan tette, amely a tökéletes önkiüresítést segít elő.” Ha tehát valaki boldogan tapasztalja az imádságban: „Jaj, de gyönyörű gondolatot kaptam!”, akkor menjen tovább, ne ragadjon le a részleteknél, vagyis egy-egy gondolatnál! Kezdje el szeretni Istent, Aki azt a gondolatajándékot adta, Aki a Lét, a Gondolat és a Szeretet Teljessége!

2. A természetfeletti ismeretek túlzott elemzésének második veszélye az, hogy **az ember könnyen elbizakodottá válhat.** Úgy vélekedik: „Természetfeletti közléseket kaptam, akkor tehát én különb vagyok, mint a mások! Ezáltal lenézi azokat, akik ilyen kegyelmekben nem részesültek.

A léleknek tehát tudnia kell:

2.1) Az erény nem abban áll, amit az ember érez, hanem abban, amit nem érez önmagában. Mert az erény mélységes alázatban, önmagunk és minden birtokolható a megvetésében áll.

2.2) Legyünk meggyőződve arról, hogy minden látomás, kinyilatkoztatás és természetfeletti érzés nem annyira értékes, mint az alázatosság legkisebb tette. Mivel ez az erény magában foglalja a szeretet hatásait, *a szeretet ugyanis nem keresi a magáét* (1 Kor 13,5), önmagáról semmi jót sem gondol, viszont másokról **csupán a jót gondolja.**”

3. A harmadik kár, amelyet a természetfeletti ismeretekkel való túlzott foglalkozás eredményez: „**A gonosz lélek zavaró tevékenysége, aki a világosság angyalaként** (vö. 2 Kor 11,14) jelenik meg, és rendetlen érzéki vagy lelki érzéseket sugall, s így az ember inkább az érzékek kielégülésére figyel, mintsem a szeretetre.” Itt az a baj, hogy a lelki élet területén a lélek nem lett úrrá a természetfeletti jelenségek feletti örömen. A megoldás az, hogy ne az édességnek örüljünk, hanem Istennek, akkor is, ha nem ad édességet.

4. A negyedik hátrány: „**Mindaz, amit az emlékezet birtokol, akadályozza a reménység által történő Istennel való egyesülésünket.**”

5. „**A fantázia emlékezetünkben őrzött elképzelései és képei oda vezethetnek, hogy Isten lényegéről kevésbé méltóan és magasztosan gondolkodunk.** Isten semmihez sem hasonló, Ő nem fogható fel, Ő nem esik valami emberileg körülírható fogalom köre alá. Semmi fogalomba sem foglalható, nem hasonlítható semmilyen teremtményhez sem. Tehát a fantázia képei nem visznek el az Istennel való egyesülésre.”

Ezt az öt hátrányt tökéletes lemondással lehet legyőzni. **Ha mindezt megteesszük, akkor megszületik bennünk a nyugalom, a béke, melyeket a természetes észlelésektől való kiüresedés hoz magával.** A lélek még attól a gondtól is megszabadul, hogy elemeznie kelljen a közléseket, amelyeket az imádságban megtapasztalt: Vajon természetfelettiak voltak-e vagy természetesek? Ha természetfeletti közlések voltak, akkor vajon jók voltak-e, tehát Istentől jöttek-e; vagy rosszak voltak-e, vagyis a Gonosz sugallta azokat?

Ha függetlenek tudunk lenni az imádságban kapott emlékezetben őrzött benyomásoktól, akkor már nem kell sok időt és fáradságot fordítanunk lelki tanácsok kérésére, hogy bizonyosságot szerezzünk az imádságban kapott élményeket illetően, hiszen az ilyesminek már nem tulajdonítunk jelentőséget. Így a lélek jobb és üdvösebb dolgokra fordíthatja az erejét és az idejét, tudniillik arra, hogy alávesse akaratát Isten akaratának, még buzgóbban törekedjék az önkiüresítésre, a testi és a lelki szegénységre. **Arra törekedjék tehát az ember, hogy se külsőleg, se belsőleg ne támaszkodjék a vigasztalásokra és a lelki észlelésekre.** Tudjunk függetlenek lenni az imádságban kapott benyomásoktól! Ha az ember elkezd elemezni az imádságban kapott gondolatokat: „Most vajon az Úr szólt hozzám, mit szólt hozzám, hogyan szólt hozzám, mit üzent?” – akkor ezzel az **aktív működéssel akadályozná azt a passzív befogadást, amelyben Isten a Szentlélek közvetítésével működik benne.** Ami Istentől jön, az passzív és természetfeletti, vagyis ajándékba kapjuk. Passzív, vagyis nem mi dolgozunk meg érte; természetfeletti, vagyis el sem érhetnék a magunk erejéből. Amikor viszont az imában tevőlegesen akarunk lenni, akkor az aktív és természetes lesz csupán, vagyis mi ugyan cselekszünk az imáért, de mi csak a természet síkjáig tudunk eljutni, a természetfeletti szférába nem.

**A felülről jövő üzenetek észlelésénél** – ebben az imában – **a lélek** minden gondja az legyen, hogy ne a külsőre, a burokra figyeljen, vagyis ne arra, hogy azok mit jelentenek, hanem **csak az isteni szeretetre figyeljen, és őrizze meg magában azoknak belső hatásait!**

## V. Szabad időnként egy-egy képre vagy kegyelmi észlelésre visszaemlékeznünk

Keresztes Szent János szerint azért, hogy mert az a visszaemlékezés vagy annak a képnek a felidézése, tehát Isten üzenetének átélése a lélekben újra működésbe hozza a szeretet indítékait, és felszítja a szeretetet. Ilyenkor a lélek újra ösztönzést nyer arra, hogy szeretettel Istenhez emelkedjék. Az ilyen visszaemlékezések – valahányszor csak rájuk gondol az ember – újra meg újra visszahozzák a szeretet, az édesség, a megvilágosodás isteni hatásait, mert éppen ezek vésődtek bele a lélekbe. Az emlékezet tehát nagy kegyelmek forrása is, mert az Istenre és az Ő jóságára való visszaemlékezés a lelki javak kifogyhatatlan forrása lesz számunkra. Szellemi emlékezetünkben ezek az istenélmények elevenen élnek, ezek már nem fantáziaképek. Amikor ezekre visszaemlékeznünk, akkor úgy vagyunk, mint amikor tükörben látjuk a képet: **ezekre az élményekre való visszaemlékezés által valamiképpen Istent látjuk.** Ha azért emlékeznünk rájuk, hogy felindítsuk magunkban a szeretetet, akkor ezek az emlékképek többé már nem lesznek akadályai a hitben való szeretetegyesülésnek.”

1. Keresztes Szent János azt is tanácsolja, hogy „a lélek ne engedjen a kísértésnek: az ilyen képek ne kössék le őt teljesen, hanem **mihelyt felindították benne a szeretetet,** azonnal forduljon el tőlük, hagyja ott őket, **menjen tovább Istenhez.** A legjobb képek is ugyanis csupán arra szolgálnak, hogy felindítsák a lélek vágyát, hogy általuk hitben és reményben megismerje Istent.”

2. Szól még arról is, hogy „az emlékezőtehetség **nemcsak képeket őriz** – amelyek az érzékszervek közvetítésével jutottak be a lélekbe –, **hanem tiszta szellemi ismereteket is.** Ha a

lélek ilyen szellemi ismereteket fogadott magába – mint Isten ajándékát –, akkor annyszor emlékezhet rájuk, ahányszor csak akar, mivel az ismeret szellemi természetű formát, képet vagy fogalmat alakít ki a lélekben. A teremtett dolgoknak már előbb tárgyalt emlékezetét csak azért idézzük fel, hogy felindítsuk magunkban a szeretetet. Ha a visszaemlékezés nem okoz jó hatást, akkor távolítsuk el az emlékezetből! Ha viszont a teremtetlen Valóságra, vagyis Istenre emlékeztetnek, akkor annyszor gondoljunk rá, ahányszor csak lehet. Ezek az érintések, ezek az érzések már az Istennel való egyesüléshez tartoznak.” Tehát ne azt elemezzük, hogy az imádságban nekünk milyen jó volt – ezeken emelkedjünk túl –, hanem **azt elemezzük, ami Istenre vonatkozik: „Milyen jó vagy, Istenem!”**

Összefoglalásul: Mivel csak azt remélhetjük, ami még nem a miénk, **reményünk úgy lesz egyre tökéletesebb, ha minél kevesebb dologgal rendelkezünk.** Minél inkább mentesíti magát a lélek az olyan emlékektől, amelyek nem magára Istenre vonatkoznak, annál jobban őrizni tudja emlékezetét Istenben. A lélek így remélheti, hogy Isten egyszer majd teljesen birtokba veszi őt. Tehát ha a szemlélődő imában különféle képek, ismeretek tárulnak fel előttünk, haladjunk el mellettük, és **csak Istenhez forduljunk!** A lélek annyiban foglalkozzék az emlékeivel, amennyiben kötelességeinek teljesítése azt megkívánja. De azt is minden ragaszkodás és öröm nélkül tegye, nehogy azok foglalják le a lelkét. **Istenben keresse az örömét, Őhozzá ragaszkodjék! Abban reménykedjék, hogy lelkét egykor Isten fogja majd egészen lefoglalni magának!**

Befejezésül a 152. számú éneket imádkozzuk:

*A bánat benned lel reményt, Te adsz ezer jótéteményt,  
Ha keresünk, itt jársz velünk. Hát még mi vár, ha föllelünk!*

*A nyelv azt nem mondhatja ki, betű ki nem fejezheti,  
Csak aki érzi, tudja azt, Jézust szeretni mily malaszt.*