

most a legmagasabb szintű elvi megfogalmazásban. Nevezetesen: Miután Jézus elutasította az Isten országa eljövételének idejével és helyével kapcsolatos apokaliptikus találgatásokat, rámutat arra, hogy nem mástól (azaz Istentől) kell várnunk, hanem „*tőlünk függ*”, „*rajtunk fordul*”, vagy még világosabban: „*rajtunk áll vagy bukik*” Isten országának „létrejötté, kibontakozása, megvalósulása” (némileg a mondanivaló szándékával ellentétesen fogalmazva: *rajtunk fordul* a „mikor” és a „hol”, illetve a „bennünk” és a „közöttünk” egyaránt).

Ez a „rajtunk áll vagy bukik” egyaránt jelenti Isten – Jézus által *felkínált* – országának „egyszerű” *elfogadását, befogadását* (ld. Mk 10,14-15) **és** az érte végbevitt, *élet-halál harc intenzitású erőfeszítéseket* („agonizálást”: Lk 13,24), a szükség szerinti „láblevágást” (Mk 9,45) és keresztfölvételt (Mk 8,34).

(Tágabb értelemben erről van szó már Jézus „első mondatában” is [Mk 1,15]: „Elérkezett, *egészen közel van* már Isten országa – *változtassátok meg* gondolkodásotokat és életeteket!”; de ld. még Lk 12,54-56-ot is, amelynek az üzenete: „*általam karnyújtásnyi közelségbe került* hozzátok Isten országa” – amit értelemszerűen így egészíthetnénk ki: „már csak meg kell térnetek, hogy meg is valósuljon”.)

Felvetődhet a kérdés: Miért nem találkozunk ezzel az értelmezéssel *egyetlen* fordításban sem? A kézenfekvőnek tűnő válasz: A teológusok számára ez azonos lenne az „önmegváltással”, amit teológiájuk – „ideológiai szemüvegük” és „szemellenzőjük” – minden formában és minden mértékben eleve kizár.

Forrás:

A. Rüstow: ENTOC YMON ECTIN, ZNW, 1960

Az *entosz*-t (ezen a helyen) Rüstow-hoz hasonló értelemben fogja fel két másik szerző is:

C. H. Roberts: The Kingdom of Heaven, HTR 41, 1948

C. H. Dodd: The Parables of the Kingdom, New York, 1961



MIKLOVICZNÉ PANNI

A CSENDRE HANGOLÓDÁS

Jézus Krisztus! Áldd meg a délutánunkat, hogy megnyitva szívünket/lelkünket, befogadói, megtapasztalói lehessünk isteni jelenlétednek.

Egy ünnep belső átélése hozhat az ember életében új gondolatokat, új érzéseket, új akarati impulzusokat, és minden ünnepnek vannak kérdései is. A karácsony pl. azt kérdezi tőlem, hogy minek kell megszületnie bennem. A Húsvét azt kérdezi, hogy milyen önző vágyamnak, tulajdonságomnak kell keresztre feszülnie bennem ahhoz, hogy valamilyen lélek vagy életterület feltámadhasson bennem. A lelki gyakorlat is ünnep, mely hozhat bennem új gondolatokat, új érzéseket és új akarati impulzusokat. És kérdései is vannak. Mivel lelki gyakorlat, jogos a kérdés: Mire vágyokozik a lelkem/szemletem? Mit kellene gyakorolni, erősíteni, hogy a lelkemben lévő belső forrás energiával lásson el a nehéz napokon is.

Talán épp a belső csend megtalálása, az Úrral való találkozás átélése az, ami hiányzik a lelkemnek? A szívünk/lelkünk vágyik az Úrral való találkozásra, ez a csendünk célja. Sokszor tapasztaljuk, hogy ez a találkozás nem történik meg, bármennyire is szeretnénk. Az ember megteremt a külső csöndet – és meglepik a gondolatai, melyek vagy a múlttal, vagy a jövővel kapcsolatosak, és a lelkünkbe költözik a múlt miatti büntudat, vagy a jövő miatti aggódás – és a találkozás nem jön létre. Hallgassuk, mit mond az ének:

Ének: „Mindig csendben szól hozzád az Úr.

A város zaján hangja nem jut túl.

Enyhe szellő suttogásaként hallok szavát,

ha rátalálsz. Így jön az Úr,

nem látod, de szíved lángra gyúl...

A lelked harca elnyom minden mást,
nem hallok a hívó suttogást.

Bensődben is csendes béke kell,
enélkül Isten nem felel, hiába vársz,
mélybe hull a hívó suttogás.

Hang nélkül szól, figyeld a lélek szavát,
figyeld a csend mit beszél, hagyj a város zaját!

Nincs messzeség, reád talál,
csendben jó az Úr egy éjszakán.”

Az ember sokszor úgy érzi, Isten elrejtőzik elérhetetlen távolban van. De Isten nem rejtőzik el, bár nem is mutatja meg magát nyilvánvalóan, hanem **jelez**. Jeleken keresztül mutatja meg magát – ezért fontos a jelenlét, ami több, mint az itt és most megragadása. Az igazi jelenlét az egy figyelem az isteni jelekre. Észre kell vennünk a jeleket, meg kell nyílnunk a jelek befogadására. A jelen pillanat a kapu az időből az időtlenbe. Hiába van Isten-kereső ember és ember-kereső Isten, ha nem vagyok jelen, nem vagyok rajta a jel-en. Az Isten mindig jelen van – de számomra csak akkor elérhető, ha én is jelen vagyok. Keressük hát az isteni jel-eket először az evangéliumban, aztán a csendben magunkban. Az evangélium akkor válhat jellé számomra, ha nem úgy olvasom, hogy megemlékezek egy múltban történt fontos eseményről, hanem személyessé teszem úgy, hogy ami akkor történt, az most velem történik, amit Jézus akkor mondott, azt nekem mondja itt és most.

Gondolatban látogassunk el az utolsó vacsora termébe. Mezítláb érkezünk, a lábunk poros, piszkos. Így nem lehet az asztalhoz ülni/feküdni. Mint szólnánk hozzá, ha a megszokott szolgáló helyett megjelenne Jézus, a szolgálókra jellemző ruhában, és elkezdene megmosni a lábunkat. Megdöbbenénk legalább annyira, mint akkor a tanítványok? Vajon én is tiltakoznék, mint Péter? Vagy zavarba jönnék? Én megértettem már, hogy mit jelent az igazi szolgálat? Az igazi alázat? Megértettem, hogy mit jelent Jézus válasza: „ha nem moslak meg, semmi közöd sincs hozzám.” Megértettem azt, hogy mit jelent: „Ha tehát én, az Úr és Mester, megmostam lábatokat, nektek is mosnotok kell egymás lábát”.

Mit jelent az, hogy Jézus megmossa a lábunkat? Miért ilyen fontos a lábmosás? A praktikus ok – a piszkos láb. Az egyértelmű tanítás – a szolgálatra való buzdítás. Egyértelmű lehet a bűnbánatra, a megtisztulásra való buzdítás is. Van-e ezeken kívül még üzenete a lábmosásnak? Mit jelezhet még a láb megtisztítása? Az ember lábfeje az, ami a földdel érintkezik, amin keresztül a földhöz, az anyagi világhoz kapcsolódunk. Az ember az anyagi világgal való kapcsolata révén sokféle kísértésnek van kitéve. A lábmosás üzenheti nekünk azt is, hogy meg kell tisztítani a földi világgal, az érzéki világgal való kapcsolatunkat.

A láb szimbolizál még valami mást is. Az ember lelki életének három fő megnyilvánulása van: gondolatvilág, érzésvilág és akaratvilág. Ezeknek megfeleltethetők

a testrészeink: a gondolatvilág külső megnyilvánulása a fej, érzésvilágunk a szívvel kapcsolatos, az akaratvilág pedig külsőleg a végtagokban nyilvánul meg, hiszen ezek segítségével valósítjuk meg a világban azt, amit akarunk. A lábunk az akaratvilágunkkal áll kapcsolatba: amit a fejünk kigondol, a szívünk megérez, azt a lábunk, kezünk segítségével valósítjuk meg. A lábmosás története tehát az akaratvilágunk megtisztításával is kapcsolatos.

Végül a lábmosás összefügg az emberiség ősi múltjával is. A bűnbeesés története szimbolikusan azt mondja el, hogy az ember szembehelyezkedett az isteni akarral, lelkében megjelent az önző akarat, a hatalomvágy, a gőg... A lábmosás története pedig azt mondja el szimbolikusan, hogy ezektől kell megtisztulnia a lelkünknek. A Lucifert szimbolizáló kígyó az ember lábfejét mardossa, a vágyain keresztül kísérti az embert. Krisztus viszont megtisztítja, megmossa a tanítványai lábát, segítve, hogy az akaratvilágunk megtisztuljon a Lucifer hatásoktól, és megszülessenek benne az akaratvilág erényei: az alázat, a tisztelet, a szolgálat, az adakozás, a békességre törekvés... Engedem, hogy Krisztus meg mossa a lábam? Töreksem, hogy Krisztus segítségével megtisztuljon az akaratvilágom? Fontosabb számomra, hogy mit akar Krisztus tőlem, velem, és általam, mint a saját akaratom?

Mit jelent megmosni egymás lábát? Azt jelenti, hogy tisztelettel tudunk egymás felé fordulni, alázattal tudunk egymás felé fordulni. Nem szeretjük az alázat szót, mert összemosódott a megalázkodás szóval, ami félelemből, vagy képmutatásból fakad. Az igazi alázat szeretetből és tiszteletből fakad. Abból, hogy felfedezem, felismerem a másikban azt, ami számomra tiszteletre méltó. Krisztus látta előre, hogy mennyi szenvedést fognak vállalni Érte a tanítványai – ez benne is tiszteletet ébresztett irántuk. Mit jelenthet számunkra itt és most egymás lábának a mosása? A szolgáló szereteten kívül azt is jelentheti, hogy elfogadjuk és tiszteljük a másik személyiségét akkor is, ha más a hite, az életmódja, mások a megélései.

A mai világban alig találunk olyan embert, aki ugyanazt és ugyanúgy hiszi, ahogy mi. Megéljük azt, hogy nemcsak a világban, nemcsak a Bokorban, nemcsak a kis közösségben, de a legkisebb közösségben – a háztársi közösségben is önálló egyéniségként működünk, másképpen látunk és élünk meg dolgokat. Számomra az igazi alázat, az igazi tisztelet azt is jelenti, hogy megengedjük a másik embernek, hogy az legyen, aki ő valójában, hogy merjen az lenni, aki ő valójában. A barátság megőrzése miatt sokszor megfelelni akarunk

egymásnak, álarcot veszünk fel, hogy ne veszítsük el egymás szeretetét. Az igazi alázatba és tiszteletbe bele kell, hogy férjen az is, hogy elhisszük a másoknak, hogy a legjobb lelkiismerete alapján hiszi azt, és teszi azt, amit hisz, és amit tesz. Ami ezen felül van, azt pedig bízzuk az ő bűnbánatára.

Amikor a lábmosás szertartására gondolunk, és elsősorban az egymást szolgáló szeretet- küldetésünkre gondolunk, óhatatlanul eszünkbe jut egy másik evangéliumi rész is, ahol látszólag Krisztus magasabb rendűnek mondja az aktív, cselekvő, szolgáló állapotnál a passzív figyelmi állapotot. Mária Márta történetére gondolok. Ennek a történetnek (mint a többinek is) van többszintű értelmezési lehetősége. Az egyik – ami számomra sok éven keresztül oly kedves volt: hogy a Jézus lábához odaülő Mária a jobbik részt választotta – szemben a sürgő forgó Mártával.

Persze itt nem rossz és jó van szembe állítva, hanem jó és jobb, de mégis úgy érezheti az ember, hogy a szolgáló szeretetre buzdító Jézus mintha nem értékelné kellőképpen Márta szolgálatát. Persze ezt is tudjuk jól értelmezni: mert fontos az adott helyzet, az adott szituáció, és nincs általános recept arra, hogy mikor kell az embernek tenni és mikor kell lenni, és az adott evangéliumi szituációban valószínűleg tényleg Mária választotta a jobbik részt.

A mi életünkben mindkettő jelen van – ránk-szabott arány szerint, de nem kevés szerzetesrend vallotta a lenni állapotot értékesebbnek, hiszen eszerint élte életét. És ennek az értelmezésnek is van figyelmeztető üzenete a számunkra, mert rengeteg dolgot csinálunk, és megvan a veszélye, hogy elhanyagolódik az életünkben a levés, a töltekezés. Milyen érdekes, hogy sokszor mondjuk azt, hogy sok a tennivalóm, de nem mondjuk azt, hogy sok a lennivalóm. Pedig az ember belső fejlődéséhez épp úgy szükséges a „lenni” állapot, mint ahogy az ember külső fejlődéséhez a „tenni” állapot.

Ma már egy másik értelmezési lehetőség szerint közelítem meg ezt a történetet. Hogy is szól ez a történet? „Mária leült az Úr lábához, és hallgatta szavait. Márta ellenben sürgött forgott a sok házi dologban. Egyszer csak megállt: "Uram, méltatlankodott, nem törődsz azzal, hogy a nővérem egyedül hagy szolgálni? Mondd hát neki, hogy segítsen!" Az Úr azonban így felelt: "Márta, Márta, sok mindenért aggódsz és nyugtalanoksz, pedig kevés a

szükséges, valójában csak egy. Mária a jobbik részt választotta, amelyet nem vehetnek el tőle."

Jézus nem azt teszi, amire Márta kérte, hanem éppen Mártát figyelmezteti, és Máriát dicséri meg. Mi baj volt a szolgáló Mártával? Nem azzal volt baj, hogy tevékenykedett, szolgált, hanem azzal, hogy nyugtalanzkodott, aggódott, zaklatott volt a lelke. Nem volt jelen a pillanat számára. Nem volt jelen önmaga számára, a tevékenysége számára, Krisztus számára sem. Márta tevékenykedett, de nem arra figyelt, amit tett, nem is arra, amit Krisztus mondott – azzal foglalkozott, hogy Mária mit csinál, mit nem csinál, hogy Krisztus ezt miért nem veszi észre... Amikor az ember aggódik, nyugtalanokdik, zaklatott, akkor biztosan nincs jelen – nem képes fogni a jel-et. Mária jelen volt Krisztus számára.

Vagyis nemcsak úgy értelmezhetjük ezt a részt, hogy Krisztus a külsőleg látható állapotunkról (tenni-lenni állapot) szól, hanem úgyis, hogy a belső tudatállapotunkról. A figyelem, a jelenlét, a tudatos lét jobb, mint a szétszórtság, a nyugtalanlás, az aggodalmaskodás. Márta sok mindenért aggódott, ezért megosztott volt a figyelme. Mária egyetlen dologra figyelt, Krisztusra, ezért osztatlan volt a figyelme. A „sok” – a szétszórt tudatot, a megosztott tudatot szimbolizálja, az „egy” pedig az összeszedett, fókuszált tudatot. Mária ülhetett volna Krisztus lábánál szétszórt tudattal (ahogy mi is tesszük sokszor imáinkban), Márta pedig tevékenykedhetett volna összeszedett tudattal, akkor Krisztus Mártát dicsérte volna meg. Nekünk is törekednünk kell a jelenlétre, tudatosságra – mert ez a jobbik rész. Csak a személyes jelenlétemen keresztül fedezhetem fel az isteni jelenlétet – az állandóan jelen lévő Istent. Mi az egy szükséges?

A jelenlét – az imában, a munkában, és a másik emberrel való kapcsolatban. De a jelenlét önmagában nem elég, ha nem hatják át a szereteterők. A tudat éberségét át kell hogy hassák a szív szereteterői. Mert „egy” a szükséges, és ez nem más, mint ez a szeretetteljes jelenlét, az Isteni jelenlét álélése – melyben összekapcsolódik a figyelem, tudatosság, jelenlét a szeretettel. Ez nyilvánul meg egyszer lábhoz kuporodással, máskor szolgálattal, lábmosással.

És visszaértünk oda, ahonnan elindultunk: Isten minden pillanatban hírt ad magáról – ez a „jel”. Aki jelen van, az a „jel”-en van. Aki pedig jelen van, az a valóságban van (a múlt már nincs, a jövő még nincs, csak a jelen VAN). Aki jelen van, az figyel az isteni jelre, az figyel

a másik emberre, felismeri a benne lévő istenit, így képes tisztelni, szolgálni...

Befejezésül szeretnék feleleveníteni néhány régebbi elmélkedésemet, mert úgy érzem összetartoznak, és talán egy olyan összképet adnak, amiben elmerülhet az ember a csendben.

2014-ben gondolatban egy templomba hívtalak titeket – a saját belső templomotokba. Most is térjünk be ebbe a templomba, hiszen ott minden szükséges megvan arra a csendre, amelyben átélheti az ember az isteni jelenlétet, amelyben megcsendülhet az Ige, az isteni szó. Talán hasonló ez a templom, mint az a jeruzsálemi... Van egy külső része – a pogányok csarnoka. Sok hétköznapi imánkban csak ide jutunk be. Majd a csendben lépünk be ebbe a templomba, annak külső csarnokába. Vajon mit találunk itt? Lehet, hogy ugyanolyan zibvásárt, zajt, káoszt, rendezetlenséget, mint ami abban a jeruzsálemiben...

Talán pénzváltó asztalok is vannak benne – kérdés, hogy ott mire váltom be a talentumaimat? Talán állatok is vannak benne – kérdés, hogy mit kezdek a bennem lévő állatias ösztönökkel, vágyakkal? A csendben talán átéljük azt, hogy egyszer csak megjelenik Krisztus a mi templomunkban is, és a Belőle áradó fény világosságot, rendet teremt. Talán megmossa a mi lábunkat és szívünket is minden nem oda való dologtól – ha engedjük, ha megvan bennünk a bűnbánat – és feleleveníti szívünkben az alázat és a szolgálat lelkületét.

Ezzel a lelkülettel és az Általa tisztára mosott lábunkkal lépünk be a szentek szentjébe, az oltár elé. Az oltáron ott van a kenyér és a kehelyben a szőlőlé – ahogyan az Utolsó Vacsora asztalán. Krisztus az oltárunkhoz lép. Mi fog most történni? Az Utolsó Vacsorán „Jézus kezébe vette a kenyeret, áldást mondott, megtörte és tanítványainak adta...” 2013-ban arra hívtalak titeket, és most újra ezt teszem, hogy a csendben, a belső templomunk mélyén éljük át azt, amit az Utolsó Vacsorán Krisztus tett.

Éljük át azt, hogy Krisztus kezébe vesz minket – ahogy akkor a kenyeret. Próbáljuk átérezni, milyen az Isten tenyerében lenni. Aztán éljük át azt is, hogy megáld minket, és mi fogadjuk, befogadjuk az áldás szavait és erejét. Éljük át, hogy minden gyengeségünk ellenére méltók vagyunk arra, hogy befogadói legyünk az áldásnak. Ezután jön a kikerülhetetlen megtöretés, ami oly sokszínű formában jelentkezik az életünkben, de mindannyiunk életében megjelenik. Gondoljuk végig,

most éppen mit élünk át, ami a mi sajátos, fájdalmas megtöretésünk, ami ellen talán lázadunk is. Ahogy fogadtuk az áldást, fogadjuk a megtöretést is, mert nemcsak az áldás, az összetörtség is segítheti az embert. Mindkettő célja a szétosztásra való alkalmassá tevés, a megsokszorozódás. Minél jobban megtisztulok a megtöretések által, annál jobban képes leszek szétosztani magam másoknak. Hogy én magam is tiszta, tápláló, élő kenyérré váljak mások számára – ahogyan ezt Krisztus tette magával a mi számunkra.

Végül 2017-ben a kehely, életünk kelyhe is a kezünkbe került. Megvizsgáltuk tartalmát, melyben az örömeink csillogása mellett fájdalmainkkal, szenvedéseinkkel is szembenéztünk. Most is vegyük kezünkbe belső templomunk mélyén az oltár asztaláról Életünk kelyhét, az egyedi, rám szabott, nekem adott kelyhet, melyet nem cseréhetek el más, csillogóbb kehelyre. Az elfogadás lelkületével vegyem kezembe Életem Kelyhét. Ha szeretettel és bizalommal vagyunk Isten felé – akkor bármi is van az Életünk Kelyhében számunkra, tudjuk, hogy ez a legjobb nekünk. Akkor a legnagyobb mélységben is rátalálunk arra, ami abból képes kiemelni.

Nem elég a kelyhet kézbe venni – meg is kell tartani. Mit jelenthet a kehely tartása? Kitartani a meglátott jóban, kitartani Krisztus mellett akkor is, amikor sokan elhagyják Őt, akkor is, amikor mi is zúgolódunk és nekünk is felteszi a kérdést a mi belső kafarnaumi zsinagógánkban: „hát te is el akarsz menni?” Kitartani a keskeny úton, minden nehézség ellenére.

Mit tehetek még a kehellyel? Emeljük fel Életünk Kelyhét az Ég felé. Ajánljuk fel, mint a magunk áldozatát az Ég felé. Majd emeljük testvéreink felé, érintsük össze – jelképezve vele azt, hogy a lelkünk összeér, hogy képesek vagyunk segíteni, biztatni, erősíteni egymást, hogy megosztjuk magunkat, az életünket egymással. Ha így teszünk, átélhetjük az Ég áldását törekvéseinkre, szándékainkra. Ha így teszünk, átélhetjük a kapcsolódást, az egységet a közös Ég alatt a közösségben. Ezután már nincs más hátra, mint megfogalmazni, papírra vetni mindazt az új gondolatot, új érzést és új akarati impulzust, ami előre vihet minket az elkövetkező évben.

(Lelkigyakorlat 2019.07.13. Tar)