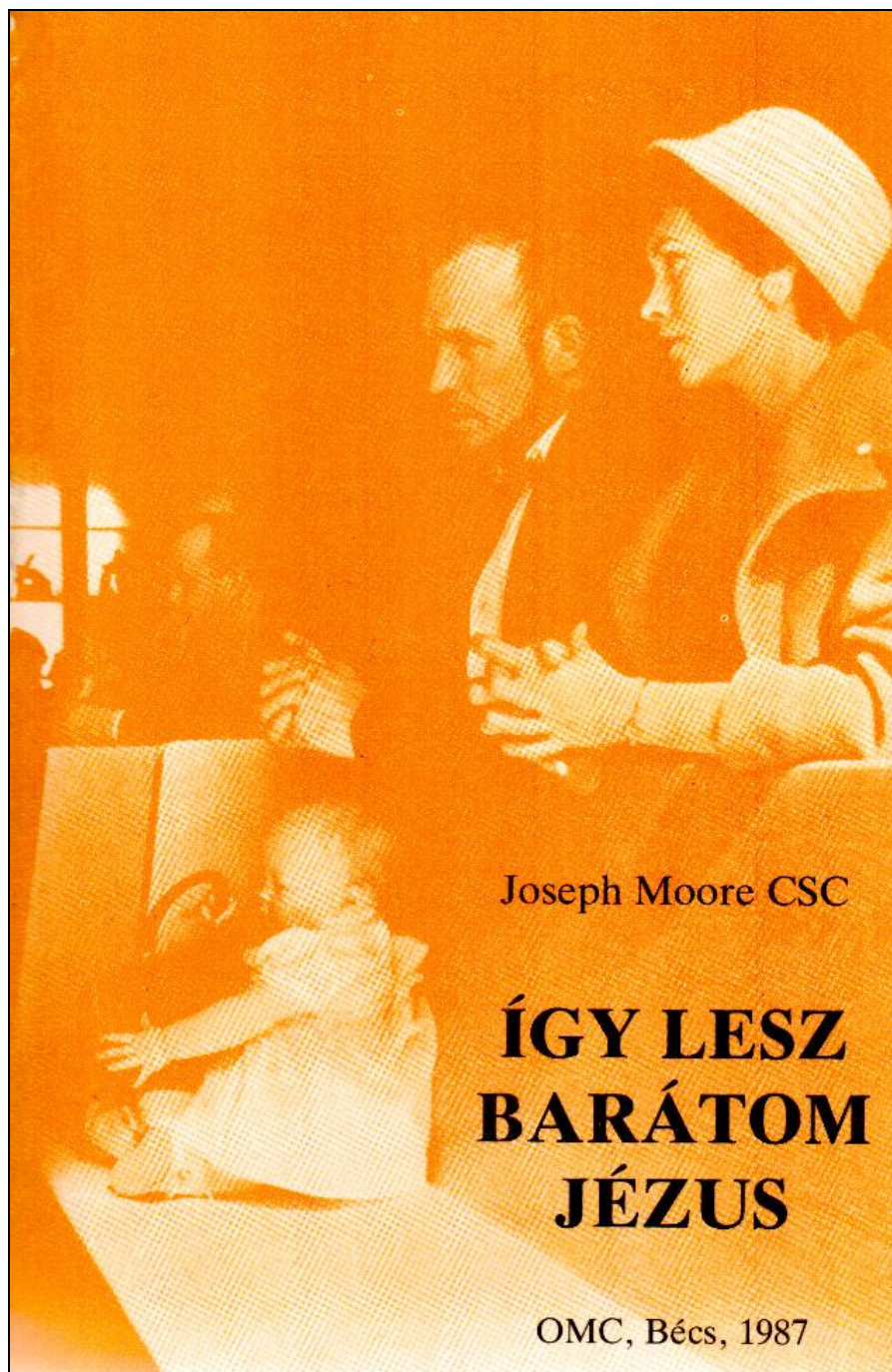


Joseph Moore Így lesz barátom Jézus

mű a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár (PPEK)
– a magyarnyelvű keresztény irodalom tárháza – állományában.

Bővebb felvilágosításért és a könyvtárral kapcsolatos legfrissebb hírekért
látogassa meg a <http://www.ppek.hu> internetes címet.



Impresszum

Joseph Moore, CSC
Így lesz barátom Jézus

Egyházi jóváhagyással

Fordította: Istvánffy Kata

A mű eredeti címe és kiadója: Joseph Moore, CSC: Getting Touch with Jesus, Liguori Publications, Liguori, Missouri, 1980.

A könyv elektronikus változata

Ez a publikáció az azonos című könyv elektronikus változata. A könyv 1987-ben jelent meg az Opus Mystici Corporis kiadásában. Az elektronikus változat Valentiny Géza prelátus úr, az Opus Mystici Corporis vezetője, engedélyével készült. A könyvet lelkipásztori célokra a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár szabályai szerint lehet használni. Minden más szerzői jog az Opus Mystici Corporisé.

Tartalomjegyzék

Impresszum	2
Tartalomjegyzék	3
A Kiadó előszava	5
Bevezetés	6
1. Velem kezdődik	7
Hol kezdődik Istennel való kapcsolat?	7
Hogyan lettünk azzá, amik vagyunk?	7
Védekezési szokásaink csökkentésének eszközei.....	7
A nagy „ÉN” – önmagunk alábecsülése	8
„Az alázatosság = igazság!”	8
A bizalom fontossága.....	8
Lelki gyakorlatok	9
2. Ki a te Istened?.....	10
Isten, mint szigorú rendőr	10
El kell hagyni a téves elképzeléseket!	10
Hol található az én Istenem?	11
Lélekben és igazságban ismerni.....	11
Nagyszüleid nemzedéke.....	11
Istent felfedezni az emberben	12
Istent felfedezni az imacsoportban.....	12
Isten felfedezése a másik személyében.....	12
Isten felfedezése önmagunkban	12
Isten felfedezése a Bibliában	13
Lelki gyakorlatok	13
3. Jézus a te testvéred.....	14
Találkozz Jézussal az evangéliumban!	14
Találkozás Jézussal a szentségekben	14
A keresztség szentsége.....	15
A bűnbánat szentsége.....	15
A bérmlás szentsége.....	15
A betegek szentsége (Szentkenet).....	16
Az Eucharisztia szentsége (Oltáriszentség)	16
A házasság szentsége	16
Az egyházi rend szentsége	17
Találkozás az ember-Jézussal	17
Találkozás Jézussal, a jóbaráttal	18
Lelki gyakorlatok	19
4. Hogyan imádkozzunk személyes módon?	20
A szavak mögötti értelem jelentése	20
Imádság és hangulat.....	20
Imádkozás csoportban.....	20
Kérőima.....	21
Más megfontolások.....	21
A bizalom imája	21
Elmélkedés.....	22
Az evangélium imája	22

Elmélkedés egy evangéliumi jelenetről	22
Márk, Máté, Lukács és János	22
Szemlélődő ima	23
Kérdések a szemlélődő imáról	23
A rózsafüzér	24
Lelki vezetés	24
Imanapló	24
Lelki gyakorlatok	24
5. Jézus vonzásában	25
Az elsőszámú akadály	25
Emberi kapcsolatok	25
Kapcsolatunk JÉZUSSAL	25
Az ár, amit fizetni kell	26
Rajtunk áll a választás	26
Lelki gyakorlatok	27
6. A ma kihívása	28
Erősség és gyengeség	28
Gondolkodás és érzelem	28
A „kemény-fickó”	28
A vallás csak nőknek való?	29
Az igazi erő	29
Érték és teljesítmény	29
Légy önmagad!	30
Elkötelezettség	30
Az elkötelezettség hiánya	30
Családi élet	31
A legközelebbi felebarát	31
A szexualitás kihívása	31
Odafigyelés	32
Mennyország és pokol	32
Lelki gyakorlatok	32
7. Lépj túl önmagadon!	33
Az énközpontúság ellenszere	33
A dél (latin)-amerikai szemlélet	33
Magasztos célok	33
Az észak-amerikai szemlélet	34
A kapzsiság vétke	34
Felelősség vagy közömbösség	35
Az egyéni szenvedés	35
Ahogy érzem	35
A szenvedés titka	35
Elmélkedés a szenvedésről	36
Beszélgetés egy jóbaráttal	37
Lelki gyakorlatok	37
Következtetés	38

A Kiadó előszava

Bevezetés a lelki életbe, fiatalok számára. Ezt az alcímet adta az eredeti amerikai kiadás könyvünknek. Egyre inkább a tapasztalat is felismerteti minden Istent kereső fiatallal, hogy vallásossága nem merülhet ki világnézeti tájékozódásban vagy jótékony, segítőkész munkálkodásban. Bármennyire is jogos igénye a fiataloknak, hogy közösségben találjanak Istenre, nem feledkezhetünk meg arról sem, hogy a vallásosság, az Istennel fenntartott állandó kapcsolat személyes jellegű is. Ha nem is fogalmazza meg mindenki saját maga számára, mégis tény marad, hogy a közösségben megtalált vagy megélt vallásosság révén is legszemélyesebb kérdéseire keres választ minden fiatal Istennél. Hogy meg is találja, szüksége van bizonyos gyakorlatra az Istennel folytatott párbeszédben.

Ezért tartjuk szükségesnek ezt a kis művet, amely az imaélet, a személyes Isten-kapcsolat elemeivel ismerteti meg a fiatal olvasót. Nem logikai rendben, mint a rendszeres aszkétikák teszik, hanem a személyből kiindulva, a lélektan törvényszerűségeit figyelembe véve tárgyalja témáját. Minden fejezet végén lelki gyakorlatokat is ad, vagyis a továbbgondolkodást elindító kérdéseket tesz fel olvasójának.

Sokan úgy vélik, a szektáknak azért van olyan sikerük, mert vallásos légkörük egészen személyes. Pedig csak közösségi életük olyan, amelyben az egyén megtalálja önmagát. A személyes ima elkerülhetetlen kiegészítője a közösségi életnek, különben pusztán emberi szinten marad. Ugyanakkor igényli is a közösségi életet, amely megóvjá az egyént saját tévedéseitől, egyéni ötleteinek Isten akaratával történő összetévesztésétől.

Vannak magatartások, amelyek mintegy összeegyeztethetetlenek bizonyos más viselkedéssel. „Nevető ember nem lö le senkit” – szokták mondani. A rendszeres személyes ima is olyan cselekvés, amely szinte magától kizár sok olyan viselkedési formát, amelyek nemcsak az örök üdvösséget veszélyeztetik, hanem az emberi együttélést is megmérgezik. Akinek gyakorlata van abban, hogy naponta helyre tegye önmagát, mert az abszolút Istennel elegyedik szóba, az végül is képtelen lesz az önzésre, gőgre, haragtartásra és minden egyéb olyan hibára, amelynek alapja önmagunk túlértékelése. Aki imáiban nemcsak kér, de Isten szívügye iránt is érdeklődik, annak emberi kapcsolata is melegebbek, kiegyensúlyozottabbak lesznek, mert a legjobb helyen gyakorolja a más személlyel összehangolt rezonanciát.

Könyvünk segít megtenni az első lépéseket az Istennel kapcsolatot tartó imaéletben. Adja Isten, hogy Olvasóink mihamarabb kinőjék ezt a gyerekcipőt, és egyre magasabbra kíváncsozzanak az örök élet előízet már itt képviselő személyes imaéletben.

Bevezetés

Jézussal kapcsolatba lépni... Jézussal kapcsolatban maradni... Jézust igazán megismerni! Ez a keresztyének célja 20 évszázad óta. Egy közvélemény-kutatás kimutatta, hogy ez a céljuk a mai fiataloknak is. A régi valóságokat új meglátásokkal kell szemlélni. Határozottan új formáink vannak az imádkozásra, valamint az Evangélium szerinti életre. De **Jézus az első életünkben.**

Mindez azonban nem könnyű! Az élet bonyolultabb, mint azelőtt volt. Több segítségre van szükségünk, hogy kibogozzuk a választ erre a döntő kérdésre: Honnan jöttünk és hová megyünk?!

Nagyon fontos, hogy jó legyen a kapcsolatunk! Csak akkor szerethetjük Jézust, ha **úgy szeretünk másokat, mint önmagunkat.** De önmagunk szeretete is nagy probléma lehet. Fel kell használnunk minden elérhető segítséget.

Erről szól ez a könyv! Kapcsolatainkról tárgyal, különösen Jézussal felvett kapcsolatunkról. Nemcsak beszél a Jézussal való életről, hanem segítséget is nyújt a tényleges kapcsolatteremtésre és az abban való megmaradásra.

Tehát ne csak **olvasd** ezt a könyvet, hanem váltsd életté tanácsait. Használd fel kapcsolataid elmélyítésre – magaddal, másokkal és JÉZUS KRISZTUSSAL. Ha igazán akarsz, közelebbi kapcsolatba kerülhetsz Vele. Ő maga mondta:

KERESSETEK ÉS TALÁLTOK!

1. Velem kezdődik

Hol kezdődik Istennel való kapcsolat?

Egyesek azt mondják, a magány pillanatában kezdődik. Mások azt, hogy csak akkor fordul elő, amikor lélegzetelállító élményünk van a természetben, vagy amikor annyira kiszolgáltatottak és tehetetlenek vagyunk, hogy szinte kiáltunk valaki után.

Az ilyen helyzetek háttérként szolgálhatnak az Istennel való kapcsolat kialakulására. De a kiinduló pontok nem ezek. A kapcsolat valójában a magamról alkotott véleménnyel kezdődik.

Miért? Nagyon egyszerű. Jézus megmondta nekünk, hogy az egész keresztény életet két dologban foglalhatjuk össze: „Szeresd Istent és szeresd felebarátodat”. Azután a pszichológiából és saját tapasztalatunkból tudjuk: ha nem szeretjük önmagunkat, nem nagyon szerethetünk másokat. Ha magamat nem szeretem, számolhatok vele, hogy más sem fog szeretni. Félek másokkal kapcsolatba kerülni, s ha valaki felfedezné igazi énemet, egyáltalán nem lennének barátaim. Nem engedhetem, hogy kitudódjék: alapjában véve nem vagyok jó...

Hogyan lettünk azzá, amik vagyunk?

Bizonyos mértékig mindnyájan így állunk, – egyesek jobban, mások kevésbé. Némelyikünkénél az önlebecsülés abból ered, hogyan bántak vele kisgyermek korában. Hatással lehet még erre helyzetünk a családi közösségben, viszonyunk más gyerekekkel iskolás korunk kezdetén és általában felnőtt környezetünk.

Olyan sok tényező van, hogy nehéz megmondani: miért van olyan szegényes véleménye valakinek önmagáról. Pl. egy ilyen önmagát lebecsülő fiatalembernek lehetett nagyon jó gyermekkor. De bármilyenek is az okok, az a tény, hogy nincs jó véleményünk magunkról, ez bizonyos mértékben rontja mások rólunk alkotott véleményét is.

Védekezési szokásaink csökkentésének eszközei

Sok dolgot csinálunk, hogy elrejtjük önmagunk lebecsülését. Ezeket a dolgokat nevezzük „védelmi mechanizmusnak.” Egyik ilyen védelem a féltékenység. Egy másik védekezés a tartózkodó és független magatartás. Az állandó ragaszkodás egyetlen barátunkhoz és mások állandó mellőzése, szintén kifejezője lehet kisebbségi érzésünknek.

Vannak eszközök a védelmi viselkedés legyőzésére és önbecsülésünk növelésére. Itt van néhány lehetőség:

- Egyik mód: Beszéljess az önmagadról kialakított képről az iskolai tanácsadóval vagy tanárral, esetleg valamilyen más felnőttel, akiben megbízol!
- Barátainkkal való beszélgetés is segíthet. Ez akkor is segíthet, ha csak azt tudod meg, hogy ez nemcsak a te problémád.
- Egy lelki gyakorlat kitűnő segítség lehet önértékelésünk érzésének megszerzésére.
- Egy másik lehetőség, melyet sok ember hasznosnak talál: az olvasás.

A nagy „ÉN” – önmagunk alábecsülése

Régen arra tanították az embereket, akik közelebb akartak kerülni Istenhez, hogy értékeljék le magukat. Ennek a megközelítésnek egyik példája megtalálható a XV. században élt Kempis Tamás: KRISZTUS KÖVETÉSE című könyvében:

„Ha pedig őszinte vallomást teszek és magamat semminek sem tartom, és felhagyok minden dicsekvéssel, és magamat pornak ismerem, aminthogy az vagyok: kedves lesz hozzám a te irgalmad, és szívemhez közelít világosságod.” (III. könyv, 8. fejezet) Bár ennek a könyvnek sok jó tulajdonsága van, mégsem ajánlják manapság a fiataloknak. Kempis Tamás kora óta jobb módokat fejlesztettünk ki Istennel való viszonyunk megértésére. Kempis Tamás célba talált, amikor azt mondta, hogy a „felfújt ÉN”, vagy a felsőbbrendűség érzése akadályozza a lelki növekedést. De ő csak egy védelmi mechanizmusig jutott el, nem a probléma gyökeréig. A valódi eredmény az, hogy szívük mélyén azok az emberek, akiknek felfújt énjük van, valóban nem gondolják többé, hogy egyáltalán érnek valamit. Mert ők rendszerint választanak maguknak egy szemléletet, jó megjelenésüket vagy valamilyen ügyességüket, pl. sportban vagy észbeli tehetségüket. Ezt az egy dolgot próbálják felhasználni, hogy megszerettessék magukat az emberekkel, és hogy felnézzenek rájuk. Ha igazán jónak és biztonságosnak éreznék magukat, nem kellene dicsekedniük.

Alázatosság – a teljes igazság. A probléma nem az, hogy túl nagy az önbecsülésünk; a probléma az, hogy túl kicsi. Istenhez való közelebb kerülésnek a módja nem az, hogy rosszakat gondolsz magadról, hanem inkább jobbat, egész lényedet, nemcsak ezt vagy azt az oldaladat veszed tekintetbe. Ahogy Avilai Szt. Teréz szokta mondani:

„Az alázatosság = igazság!”

Alázatosnak lenni nem azt jelenti, hogy lefokozod magadat. Ez magába foglalja gyenge pontjaid elismerését. Sokkal inkább jelenti alapvető jószágod és szépséged Isten képére teremtett emberként való meglátását.

Az alázatosság valójában annak elismerését jelenti, hogy „Isten nem csinál selejtet”. Ezt a tényt nagyon komolyan kell venni – **MAGADRÓL!**

Az ALÁZATOSSÁG = IGAZSÁG! És az igazság rólad ez: Élő bizonyítéka vagy annak, hogy Isten szeret téged. Ami közelebb hoz minket Istenhez, az az alázatosság, amely mondja: „Köszönöm Uram, hogy magad visszatükröződését akarod látni bennem. Segíts, hogy értékeljem magam, és így téged jobban szerethesselek.”

A bizalom fontossága

Egy másik kulcs-érv, amiért jó önbecsülésre van szükségünk, az az *intimitás* (bizalom). Az intimitás (bensőséges kapcsolat) az a valóság, amelyet akkor tapasztalunk, amikor elbeszélgetünk mély és jelentőségteljes szinten egymással.

Gyakran barátunk vagy ismerősünk csak arra vár, hogy megosszunk velük valamit magunkról, hogy elég szabadnak érezze magát saját részéről is ugyanezt megtenni. Valakinek vállalni kell az első kockázatot. Mikor kockáztatunk, nemcsak a beteljesedés érzését nyerjük el, de mások lelkiéletét is elősegítjük, mint emberi személyek. Amilyen mértékben nyitott vagyok mások felé, olyan mértékben vagyok képes megnyílni Isten felé.

Egyik mód a jó önbecsülés növelésére (és Istennel való közelebbi kapcsolat kialakítására) az, hogy megkockáztatjuk másoknak beszélni arról, hogy kik vagyunk, min töprengünk – problémáinkról, kétségeinkről, félelmeinkről és reménységünkről.

Ez nem azt jelenti, hogy lemeztelenítjük magunkat lelkiileg mindenki előtt, akivel találkozunk. A kockázatvállalás olyan emberek számára való, akik felépítették a kölcsönös

bizalom bizonyos szintjét. A legtöbb kapcsolat sohasem éri el ezt a szintet. De fontos, hogy legyen valaki, vagy keressünk legalább egy közeli barátot, aki úgy ismer, ahogy egy másik ember képes megismerni valakit. Ilyen kapcsolatban önértékelésed erősebbé válik. Jobban kezded értékelni magad, hiszen az emberi elfogadás melegének sugaraiban sütkérezel. Az elfogadás élménye fokozza az önelfogadást, mely nagyon fontos az Istennel való bensőséges bizalomteli kapcsolathoz.

Lelki gyakorlatok

1. Gondolj arra az emberre, akit ismersz (családtagoktól eltekintve), aki legjobban szeret. Most írd le: **mi az a fő dolog, amiért ez az ember szeretetére méltónak lát engem...**
2. Eltekintve az intelligencia hányadostól, megjelenéstől, tehetségtől, gondolj arra a fő tulajdonságra, amit magadban igazán jónak láatsz. Most írd: **Uram, te adtad nekem saját lényed visszatükrözésének képességét, mint személyes ajándékot. Köszönöm, hogy ennyire szeretsz. Kérlek, segíts meg, hogy...**
3. Szent Lukács evangéliumának 15. fejezetében Jézus ellenfelei szigorú, merev emberek. Szigorúbb bírák, mint Isten. Ezzel ellentétben Jézus megismerteti a szerető Atyát, aki majdnem túl jó ahhoz, hogy igaz legyen. Olvasd el a helyes útról letérő tékozló fiú történetét (Lk 15,11–33). Gondold el saját magadat, mint tékozló fiút és Istent, mint Atyádat, aki szeret „pontosan úgy, ahogy vagy!” Aztán írd egy rövid levelet: **„Drága Atyám”...**

2. Ki a te Istened?

Amikor kisgyermek voltam, olyan könyveket kaptam kézbe, amikben lengő, fehér szakállal ábrázolták Istent. Olyan volt, mint egy kedves nagyapa. A művészek ilyen képeket festettek Istenről. Gondolom azért, hogy a gyermekek egy jóságos, gyöngéd, szeretetteljes lény fogalmát alakítsák ki magukban. Amikor Jézus képét próbálták megfesteni, hasonlóképpen ezt a szelídséget emelték ki. Ez önmagában helyes próbálkozás lett volna, ha nem követtek volna el ezzel akaratlanul egy nagy tévedést.

A mi kultúránkban a szelídséget (helytelenül) elsősorban „női” tulajdonságként szemlélik. (Erről még szólni fogok a [6. fejezetben](#).) Mert hogyan is ábrázolták Jézust ezeken a festményeken és szobrokon? Gyakran mint egy fizikailag gyenge, érzelgős embert. Az igazságtól semmi sincs távolabb, mint éppen ez!

Jézus egy vidéki kisvárosban nőtt fel. Egyszerű életkörülmények között élt, mint kézműves, egészségileg jó kondícióban. Amikor 30 éves lett, képes volt gyalogosan végigvándorolni az országon, rögös, sziklás utakon. Közben a szabad ég alatt aludt, és volt, hogy egész napon át tanította a tömeget, késő éjszaka pedig még órákon át imádkozott. Nem tudta volna ezt megtenni, ha nem lett volna átlagon felül erős és fizikailag edzett. Ennél fogva vissza kell utasítanunk minden olyan ábrázolást, amely Üdvözítőnket testileg gyengének mutatja be, mert nem felel meg az igazságnak, és nekünk is ártalmas lehet.

Isten, mint szigorú rendőr

Egy másik hamis ábrázolása Istennek, a figyelő szem egy háromszögben. Eredetileg arra figyelmeztette a keresztényeket, hogy Isten mindig jelen van, szerető gondviselésével körülveszi őket. De a mai emberben már nem ezt a gondolatot kelti, hanem éppen az ellenkezőjét. Isten azért figyeli őket, hogy megbüntethesse rossz tetteikért. Gyakran a szülők is hibásak abban, hogy kialakult ez a helytelen szemlélet. Hogy gyermekeiket jó cselekedetekre neveljék, úgy beszéltek Istenről, mint aki állandóan figyeli tetteiket. Nem lehet elrejtőzni előle. A rosszat – bármennyire is titokban csinálják – észreveszi és megbünteti. A megfélemlített kisgyerekek erre a gondolatra talán megteszik, amit parancsolnak nekik, de hosszú ideig magukkal viszik ezt a félelmetes istenképet. Isten, mint szigorú bíró vagy rendőr mindig lesben áll, hogy azonnal lecsapjon rájuk, ha hibát követnek el.

Ha kiragadunk egy bibliai történetet a szövegösszefüggésből, hasonló módon helytelen képet adhat Istenről. A gyermekek, ha magyarázat nélkül hallják ezeket a történeteket, azt képzelik, hogy Isten bosszúálló, mindenféle szerencsétlenséget okozó lény.

El kell hagyni a téves elképzeléseket!

A gyermekeknek általában téves, hiányos, részleges elképzeléseik vannak a dolgokról. De ahogy fejlődnek, fogalmaik is kitágulnak, és egyre valóságosabbá válnak. Ez a fejlődés azonban néha megakad, egyes dolgoknál teljesen elmarad. Ez nagy baj, – különösen, ha Istenre, Jézusra vagy a Vele való kapcsolatra vonatkoznak a téves fogalmak. Lehet valaki fejlődésben lévő „tizenéves” és még mindig úgy gondol Istenre, mint egy 6 éves. Azt képzelem, hogy Isten megtört, öreg, szakállas ember, vagy lesben álló rendőr, aki a legkisebb hibát is azonnal büntetni akarja.

Ezek közül a képek közül egyik sem vonzó. Ha ezt gondoljuk Istenről vagy Jézusról, nem lehet csodálkozni azon, hogy nem óhajtunk vele kapcsolatba lépni.

Az első fejezet arról szólt, milyen fontos, hogy helyes képünk legyen saját magunkról. Mivel az Istennel való kapcsolatunk mindennél fontosabb és értékesebb, ezért nagyon fontos, hogy helyes képünk legyen Róla.

Amikor ezt fontolóra vesszük, eszünkbe jut, hogy más nehézségeink is vannak Istenről való elképzelésünkben. Felmerül bennünk néha ez a kérdés: Hol van az Isten?

Hol található az én Istenem?

Amikor térbeli kifejezésekkel beszélünk Istenről, sok probléma vetődik fel. A mai tudományos világkép kialakulásáig az emberek úgy beszéltek az égről, mint valami titokzatos birodalomról. De még a mai csillagászati ismeretek és a világűr kutatásának eredményei mellett is bizonyos titokzatosság tapad az ég vagy a menny fogalmához. Különösen, ha a vallással van kapcsolatban.

Sokan, amikor Jézus születésére gondolnak, valahogy úgy képzeli el, hogy Jézus „lejött az égből” és azután született Máriaától Betlehemben. Mennybemenetelét pedig úgy képzeli, hogy élete végén „visszament az égbe”, ahonnét jött. Az ilyenfajta elgondolásnak az a nagy problémája, hogy az eget nagyon távolinak képzeljük. Ha Istent, Jézust távollevőnek képzeljük, akkor egy lényeges igazságot veszítünk el. Hisszük ugyan továbbra is, hogy Isten mindenütt van – tehát közöttünk is –, de úgy érezzük, hogy nagyon távoli módon. Úgy érezzük, hogy messze van tőlünk. Ennek a távolság-érzésnek nagyon rossz következményei vannak. Úgy érezzük, mintha Isten közömbös volna velünk szemben, vagy nem értene meg bennünket. Úgy érezzük, túlságosan elfoglalt a világ fontos dolgaival, mintsem hogy éppen a mi kis ügyeinkkel foglalkozzon.

Lélekben és igazságban ismerni

A kereszténység kezdete óta különböző hangsúlyt kaptak ezek az elgondolások, hogy milyen az Isten és hol található. A szamariai asszonnyal folytatott beszélgetésében Jézus azt mondta el az asszonynak – és nekünk is –, ami a legfontosabb az Isten imádatával kapcsolatban. Hogy Istennel való kapcsolatunk igazi és értékes legyen, annak „lélekben és igazságban” (Jn 4,23) kell történnie.

Századokon keresztül próbálták felfedezni az őszintén hívő keresztények, hogy melyik az a Lélektől sugallt és igazsággal teljes tiszteleti forma Isten iránt, amelyik legmegfelelőbbnek látszik dicséretünk kifejezésére. Minden nemzedéknek alakult a szemlélete a körülmények változása miatt. Mert a körülmények sohasem maradnak változatlanok. Egyes igazságok elhalványulnak, mások újra előtűnnek.

Ennek az odaadó igyekezetnek kétezer éves története folyamán sokféle értelmezés jelenhetett meg: a római Colosseum vérfoltos homokjától kezdve a középkori katedrálisokig; vagy a missziók őserdei oltárától az ingyenes szeretet-kórházakig; a csendes kolostori folyosóktól a karizmatikus imacsoportokig; a fiatal szülőktől, akik gyermekeik kezét estéknként imára kulcsolják, a te öreg plébánia templomodig az utcátok végén.

Nagyszüleid nemzedéke

A régi plébánia templom volt az, ahol nagyszüleid nemzedéke legjobban otthon érezte magát Istennel. Ez felelt meg nekik legjobban. A latin liturgia ünnepélyessége, imádságos légköre elégítette ki szívük vágyait. Hűségük és állhatatosságuk jutalmául kegyelmeket kaptak, amelyekkel túléltek minden változást életük folyamán. És a mostani változások idején se feledjük, és ne becsljük le annak a nemzedéknek gazdag istentiszteleti formáit, amely olyan kedves volt Isten előtt.

Istent felfedezni az emberben

A mai ifjúságnak most ugyanazzal az igyekezettel kell megtalálni, hol és hogyan tudják Istent legjobban imádni és szolgálni „Lélekben és igazságban”. Úgy, mint akik előttük jártak, ők is elfogadták a kihívást egy régi igazság újrafelfedezésére: Istent felfedezni az emberben. Ez a hit bizonyos mértékig mindig megvolt a keresztények között (beleértve nagyszüleitek nemzedékét is), de egyesek jobban felfogták, mint mások. Ez most – úgy tűnik – újból erősebben felszínre kerül. A belátás, hogy Isten az emberben lakik, jó jel lehet a modern világ számára, mivel ennél aligha adhatna más jobb bizonyítékot az Evangéliumhoz. Gyakorlatilag ez az Evangélium összefoglalása.

„Ahol ugyanis ketten vagy hárman összejönnek nevemben, ott vagyok közöttük” (Mt 18,20). „Szeressétek egymást! Amint én szerettelek benneteket...” (Jn 13,34). „Bizony mondom nektek, amit e legkisebb testvérem közül eggyel is tettetek, velem tettétek” (Mt 25,40).

Istent felfedezni az imacsoportban

Istent felfedezni az emberben gyakran azt jelenti: „Istent felfedezni egy embercsoportban”. Ez is a mai idők egy másik különleges kegyelmének tekinthető: az Úr jelenlétének felismerése, amikor ketten vagy hárman összejönnek az Ő nevében. Amikor a fiatalok megtapasztalják Krisztusnak ezt a majdnem kézzelfogható jelenlétét, nem kell már nekik mondani, milyen kincset fedeznek fel. Hogyan tudná elmulasztani valaki ennek a drágagyöngynek az észrevételét? Ki akarna kimaradni az ilyen kincskeresésből? Ebből következik, miért akar a mai ifjúság olyan buzgón részt venni imacsoportokban, dolgozni szociális munkacsoportokban, a liturgikus szolgálatban: a szentmisékben, amennyire lehetséges.

A lelkesedés, amivel ők együtt imádkoznak, és ilyen módon megosztják egymással hitüket, új reményt kelthet bennünk, hogy végül is lehetségesek valódi keresztény közösségek. Hogy megértsük, mit jelenthetne ez a világ számára, mindnyájunknak emlékeztetnie kellene idézni azt a drámai hatást, amit az első keresztény közösségek gyakoroltak azokra, akik őket megfigyelték. Az ókeresztény író, Tertullianus írja, hogy még pogány kritikusai sem tudták elmulasztani, hogy meg ne jegyezzék, milyen bensőséges szeretettel viseltetnek egymás iránt a keresztények. Ebben odáig mentek, hogy forradalmi benyomást keltettek, most a modern világ érettnak látszik már a keresztény szeretet ilyenfajta tanúságtételére.

Isten felfedezése a másik személyében

Ezt a kort a „perszonalizmus korának” hívják. Minden egyes személyiség értéke a ma értékei közül a legértékesebb. A felmérések megmutatták, hogy a mai fiatalok céljaik közül a személyes kapcsolatok kialakítását tartják legtöbbször. Egy intenzív én-te kapcsolat két ember találkozása, ahol a védekezés megszűnt, és mindkettő igazsága és szépsége nyilvánvaló – valóban lehet olyan hely, ahol az Istent „megérezzük”. Könnyen érthető, miért kell kísérnie a szentség érzésének minden őszinte szeretetmegnyilvánulást. János evangélista így fejezi ki: „Szeretteim, szeressük egymást, mert a szeretet Istentől van”. (1Jn 4,7)

Isten felfedezése önmagunkban

A mai ember már nem a világegyetemben keresi Isten jelenlétének jeleit, hanem saját magában. Figyelmét már nem a távoli Teremtőre összpontosítja, aki a világot kormányozza,

hanem sokkal közelebb akarja felfedezni. Istent – lelke mélyén. Ezért fogalmaz így egy vallásos író: **Isten sokkal közelebb van hozzád, mint te saját magadhoz.** Jézus nyilvánvalóan erre gondolt, amikor a bennünk lévő „Istenországáról” beszélt. (Vö. Lk 17,21)

A 16. század nagy misztikusa – Avilai Teréz – leírja könyvében, hogyan vette észre ezt a csodálatos jelenléte elmélyült ima közben. Ez a felfedezés az első pillanatban megrendítette őt: „Milyen hihetetlen kiváltság az áldott Szentháromság jelenléte bennem.” – Ezután kezdett magában kételkedni. Nem csalta-e meg önmagát?

Amikor meghallotta, hogy egy közismert hittudós utazik át a városon, hozzá sietett, hogy választ kapjon kérdésére. Főképpen ez a kérdés foglalkoztatta: Isten jelenlétének megtapasztalása valóság volt-e vagy öncsalás? A tudós azonnal megnyugtatta, hogy tapasztalata megalapozott. Jézus szavait idézte neki: „*Én pedig kérni fogom az Atyát, és más vigasztalót ad nektek: az Igazság Lelkét, aki mindörökké veletek marad.*” (Jn 14,15–16) – és „*Aki szeret engem, megtartja tanításomat, Atyám is szeretni fogja őt, hozzá megyünk és benne fogunk lakni*” (Jn 14,23). Ettől kezdve Teréznek nagy vigasztalást jelentett Isten benne lévő jelenléte.

Isten felfedezése a Bibliában

A mai keresztények (mai idők) egészséges fejlődésének jele a Biblia újra-felfedezése. Az emberek többen olvassák a Szentírást, jobban érdeklődnek a bibliai témájú könyvek iránt, úgy, mint még soha. Ami különösen reményt adó jel, az, hogy Isten Igéje iránti nagy érdeklődés nem tudományos jellegű (jóllehet, ez is fontos), hanem lelki indíttatású. Azért érdeklődnek annyira a Biblia iránt, mert ezen keresztül akarnak megtanulni imádkozni (ami fontosabb is). Hogyan tudja valaki egyénileg vagy csoportosan ezt a csodálatos imamódszert megtanulni? Hogyan tud ebben kitartani? Erről tárgyalunk majd a [4. fejezetben](#), ami a személyes imáról szól.

Lelki gyakorlatok

1. Mi a véleményed arról, ha egy úrhajós visszatérve a Földre azt mondja, hogy nem látta Istent a világűrben, ennél fogva Isten nem létezik?! Mit mondanál neki, ha találkozna vele?
2. Az emberek közül, akikkel eddigi életed folyamán találkoztál, ki hasonlít leginkább Jézushoz? Írd a bal oldalra a nevet és a jobb oldalra azt a tulajdonságot, ami a legmélyebb benyomást tette rád!
3. Volt-e életed folyamán olyan Isten-élményed, amit konkrétan le tudnál írni? Ha igen, akkor írd le pontosan azt a napot, amikor történt; a helyet, ahol történt, és azt is, hogy milyen hatással volt rád? Milyen érzéseid voltak?

3. Jézus a te testvéred

Sokféle mód van annak kutatására, hogy ki az Isten és hol van. Ezekről fogunk tárgyalni a következő fejezetekben. De mindenekelőtt már itt szeretnénk kijelenteni, hogy Isten Jézusban – a te testvéredben – nyilatkozta ki magát a legteljesebben. Bizonyára olvastad már az evangéliumokat. Talán ismered is Jézus alapvető mondanivalóját az emberi étellel kapcsolatban. Tudott, hogy az újszövetségi Szentírás szövegei Jézus tevékenységéről, tanításáról, egyszerűen földi életéről szólnak. Amikor ezeket olvassuk, keresnünk kellene egy nekünk szóló üzenetet, amely jelenlegi problémánkra vonatkozik. Például, amikor Jézus azt mondja (Mt 5), hogy ne álljunk bosszút, ha sérelem ér bennünket, meg kell vizsgálnunk közelebbről ezt az általános megállapítást. Próbáljuk meglátni; hogyan és hol vonatkozik ez ránk. Vagy amikor azt mondja Jézus (Mt 6), hogy ne aggódjunk a holnap miatt, nekünk személyesen meg kellene vigasztalódnunk arra a gondolatra, hogy Isten gondot visel ránk.

Ezzel a célkitűzéssel írtam: **„Az örömhír Máté nyomán”** című könyvem, itt bemutatok egy mintát a fejezetek közül, amely megmutatja neked, hogyan tedd személyessé (a saját életedre vonatkoztatva) az evangéliumot.

Találkozz Jézussal az evangéliumban!

„Egy alkalommal odalépett hozzá (Jézushoz) valaki és megkérdezte tőle: «Mester, mi jót kell tennem, hogy eljussak az örök életre?» – «Miért kérdezel engem a jóról – válaszolta: Csak egy valaki jó, az Isten. Ezért ha el akarsz jutni az életre, tartsd meg a parancsokat». Az megkérdezte: «Melyeket?» Jézus felsorolta: «Ne ölj, ne paráználkodj, ne lopj, hamisan ne tanúskodjál, tiszteld atyádat és anyádat, szeresd felebarátodat, mint önmagadat.»

«Mindezt megtartottam» – válaszolta az ifjú. – «Mit kell még tennem?» «Ha tökéletes akarsz lenni – felelte Jézus – menj, add el, amid van, az árát oszd szét a szegények között, így kincsed lesz a mennyben. Aztán jöjj és kövess engem!»

Ennek hallatára az ifjú szomorúan távozott, mert nagy vagyona volt. Jézus ezután tanítványaihoz fordult: «Bizony mondom nektek, a gazdagnak nehéz bejutnia a mennyek országába. Újra azt mondom: könnyebb a tevének átmenni a tűfokán, mint a gazdagnak bejutni az Isten országába.» (Mt 19,16-24)

Bizonyára csodálkoztok, hogyan mehet át a teve a tűfokán. Vannak, akik azt mondják, a „tűfoka” egy szűk kapura vonatkozott, amely a városfalba vagy sziklafalba volt építve. Jézus az akadályra utal ezzel, hogy milyen esélye van a tevének a keresztüljutásra.

Első pillanatban úgy tűnik, mintha Jézus rossznak tartaná a gazdagságot. Az evangélium további tanulmányozásával azonban felfedezzük, hogy Jézus nincs a gazdagság ellen, több alkalommal is felkeresi a gazdag embereket. A szentek között (akiket szentté avatott az Egyház) szintén sokan gazdagok voltak (pl. magyarországi Szt. Erzsébet). A gazdag ifjú esetében Jézus nem a gazdagság miatt volt szomorú, hanem azért, mert az ifjú a gazdagságot tette az első helyre. Ez visszatartotta őt attól, hogy Jézust tegye az első helyre életében.

Van valami a te életedben is, ami visszatart attól, hogy Jézust tedd az első helyre?

Találkozás Jézussal a szentségekben

Egy másik út a Jézussal való találkozáshoz az Egyház szentségeiben van. Gyermekkorunkban megtanultuk, mit jelent a szentség: Látható jel, amely láthatatlan kegyelmet közvetít. Elmondták nekünk, hogy hét van belőle, és próbáltuk megérteni, mit

jelentenek számunkra. Úgy tekintettünk az Egyházra, mint egy élelmiszeráruházra, ahol bevásárolhatunk lelki szükségleteink kielégítésére.

Ma már természetesen másképp látjuk a szentségeket. Ezek isteni találkozások Krisztussal, rajta keresztül pedig az Ő láthatatlan Lelkével. Nem dolgok ezek, hanem történések, amelyek létrehozzák vagy növelik bennünk Istennel való személyes barátságunkat, és ébren tartják bennünk a közösségi kapcsolatot Isten népével.

A keresztség szentsége

Első találkozásunk Jézussal a keresztségben jön létre. E szentség által válunk Isten fogadott gyermekeivé. A keresztség megtisztít a bűntől, keresztények leszünk. – Isten népének tagjai. De nem egyedül kezdjük meg hitünk útját. A keresztség ajándék az Egyház (közösség) számára és az Egyháztól (közösségtől). Papjaink, szüleink, keresztszüleink és a plébánia összes tagja meghívtak bennünket, hogy csatlakozzunk hozzájuk. Hívásukra válaszolva megtanulunk tőlük mindent, ami katolikus hitünkre vonatkozik. Örök hálaival segítségükért, fokozatosan magunkba szívjuk hitünk igazságait, amíg azok egészen sajátunkká nem válnak. Azután jön a nagy pillanat életünkben, amikor teljesen tudatára ébredünk hitünk döntő fontosságának. Visszatekintve örömmel emlékezünk keresztelésünk napjára.

A bűnbánat szentsége

Dicséretreméltó lenne, ha megőriznénk keresztségi ártatlanságunkat egész életünkön át. De Isten, aki a választás szabadságával teremtett bennünket, tudja, hogy néha a rosszat választjuk a jó helyett. Ezért adta számunkra a bűnbánat szentségét. Az Ő Fia Jézus, kiárasztja irgalmát számunkra isteni megbocsátásában. Megszabadít a bűn szolgaságából, és újra lehetővé teszi, hogy isteni életét megossza velünk. Ez természetesen feltételezi részünkről a megtérést. Megvalljuk bűneinket, nemcsak, hogy a bajból kikerüljünk, hanem hogy visszaforduljunk (megtérjünk) a szeretet Istenéhez, akit elhagytunk. Természetesen ez magába foglalja a szívből jövő bánatot múltbeli szeretetlenségünkért és az erős elhatározást, hogy elkerüljük az újbóli visszaesést, az igaz őszinte ígéretet, hogy ami rosszat okoztunk, jóvá tesszük.

De fennmarad még a kérdés: miért kell papnak gyógnunk? Miért nem mondhatjuk el csak Istennek, hogy bánkódunk és ennél maradnánk? A felelet ezekre a kérdésekre: Isten terve szerinti ez az út. Az evangéliumban (Jn 20,20–23) Jézus megbízást ad az apostoloknak a bűnök megbocsátására vagy annak megtagadására, ha a készséges jóakarát hiányozna. (Például nem mondhatjuk őszintén, hogy szeretjük Istent, miközben szívében még gyűlöletet táplálunk. A papnak ezért tudnia kell, mi a bűnöm, mielőtt tanácsot, figyelmeztetést adna és megbocsátana Jézus nevében.)

Egy másik ok a papnál való bűnbevallás mellett ez is: „Ez jó a lélek számára”. Átadjuk bűneinket Istennek szívünk csöndjében, de sokkal jobban érezzük, ha szavakba foglaljuk hibáinkat, és biztosítékot kapunk egy másik embertől afelől, hogy bocsánatot nyertünk. Ilyenfajta biztosíték, amikor alázatosan és őszintén megvalljuk vétkeinket Isten földi helyetteseinek.

A bérmálás szentsége

Mindnyájan elnyertük a Szentlelket a keresztségben, de a bérmálásnál a Szentlélek pecsétjét kapjuk. Ez azt jelenti: most már Krisztusnak igazolt tanúi vagyunk. Elérkezve a keresztény érettségre, egy új felelősséget vállalunk. Amikor tizenévesen kapjuk ezt a

szentséget, alkalmunk van megújítani a hitünk iránti személyes elkötelezettségünket, amit a keresztségnél is tettünk. Mint Krisztus tanúi és üzenetének hirdetői a Szentlélek különleges ajándékait kapjuk. Mindezt tudtuk kívülről évekkel ezelőtt is, de talán a legvonzóbbat és legszükségesebbet számunkra, az erősséget és jámborságot nem gondoltuk végig. Az erősség fontos, hiszen szükségünk van bátorságra, hogy új felelősséget vállaljunk. A jámborságot inkább szeretetnek és hűségnek tekinthetjük, mivel keresztyén életünk szolgálat, amely az Isten és a felebarát hűséges szeretetét kívánja.

A betegek szentsége (Szentkenet)

Akár várjuk, akár nem, egy napon meg fogunk halni. Mivel ez az utolsó lehetőség Jézussal – a mi testvérünkkel való találkozásra itt a földi életben – az Egyháznak van egy külön szentsége erre az alkalomra. Betegek szentségének hívják, vagy betegek kenetének. Célja, hogy megkönnyítse szenvedéseinket (sőt időnként helyreállítsa egészségünket), megbocsássa bűneinket, és eljuttasson az örök üdvösségre. Ha halálveszélyben vagyunk, akár betegség miatt, akár idős korunk miatt, ne halogassuk e szentség föl vételét. Ez a szentség alkalmat ad, hogy teljesebben részesüljünk Krisztus keresztségében, s így előkészít minket a Krisztus feltámadásában való teljesebb részesedésre. Mint megkeresztelt és megbérmált fiatal keresztyéneknek, alkalmunk van, hogy felkutassuk a betegeket, időseket és gondoskodjunk róluk. A lelki vigasz, amit ezzel a szentséggel kapnak – amivel gondoskodtunk róluk – nem marad elfeledve a mennyben.

Az Eucharisztia szentsége (Oltáriszentség)

Legmélyebb találkozásunk Jézussal, a mi testvérünkkel az Eucharisztia szentségében van, ami a szentmisében válik jelenvalóvá. Jézus van jelen ott a pap személyében, aki bemutatja, az Ige és az Eucharisztia liturgiájában. A szavakra: „Ez az én testem” és „Ez az én vérem” Jézus szentségileg jelenvalóvá válik a kenyér és bor színe alatt. És amikor magunkhoz vesszük, bennünk lakik lényünk mélyén. Az anyák szeretik mondani kisgyermeküknek: „Úgy szeretlek, majd megeszlek”. Jézus megengedi ezt nekünk, hogy „megegyük” az Eucharishtiában.

Igaz, hogy sokan talán inkább kötelességérzetből vesznek részt a misén, mint abból a vágyból, hogy megmutassák Isten iránti szeretetüket, és másokkal együtt imádják őt. Erre mutat, hogy hiányoznak a vasárnapi istentiszteletről, és nem vesznek részt a plébánia életében. Sok oka van ennek a problémának, amit nem fontos itt most kutatni. A tizenévesek gyakran nagyon kényesek ebben az ügyben és bírálják is. Talán jobb lenne a figyelmet a pozitívumra összpontosítani, és tudatára ébredni, hogy vannak felnőttek, akik valóban keresik a közösség megtapasztalását. Mindazonáltal, mivel az ő nemzedékük majdnem szigorúan csak személyes és egyéni istentiszteletnek tekintette a szentmisét, nehézséget találnak abban, hogy közösségi élményre váltsanak át.

Nos, itt tudnának a tizenévesek ma valóban segíteni. Sok plébánián alakult imacsoport tizenévesekből, akik élővé tették a liturgiát. A fiatalokat most meghallgatják az Egyházban. A liturgia olyan közösséget kíván, amelyben aktív részt vesznek tagjai. Ahelyett, hogy panaszkodna az ifjúság a hiányokról, – belevetheti páratlan vitalitását és lelkesedését, hogy megváltoztassa a helyzetet.

A házasság szentsége

A házasság szentségében nagyon személyes módon találkozunk Jézussal. A keresztyén házasság tükrözi Krisztus Egyházával való egységné. Ez hivatás az Egyházban és az

Egyházért. Sokkal több, mint egy magán megállapodás két ember között – olyan kapcsolat, amely arra szólít fel, hogy férj és feleség szeressék egymást Krisztusban. Egymás rendelkezésére állnak legszemélyesebb szükségleteikben. Meghallgatják egymást, és párbeszédben állnak egymással úgy; hogy egységük mindig eleven és növekvő legyen. És nyilvánvaló, bensőséges kapcsolatuk kihatással van mások életére – gyermekeikre és mindazokra, akikkel kapcsolatba kerülnek – Krisztus szeretete miatt, mely szívükben van. Hogy megőrizzék az ilyen egység szépségét, az érvényes katolikus házasság **kizárólagos** (egy férfi egy nővel) és **felbonthatatlan** (csak a házastársak egyikének halála szakíthatja el ezt a köteléket).

Természetesen az ilyen élet-állapot választása sok meggondolást kíván. A házasság melletti döntés nem olyan jelentéktelen döntés, mint például a viselendő ruháink divatjának vagy színének megválasztása. A házasság sokkal jelentősebb vállalkozás. Ehhez ki kell kérnünk először mások tanácsát, és imában a Szentlélek vezetését. Belesodróni egy házasságba céltalanul, vagy megházasodni, mert „legtöbb barátom már házas”, az érettség hiányát mutatja. A házasság szentsége megkívánja az érett megfontolást.

Az egyházi rend szentsége

Nem minden katolikus fiú vagy leány választja a házasság szentségét mint hivatást. Egyesek egyedül akarnak maradni, különböző okokból. Van, aki azért, hogy így jobban tudja követni választott hivatását. Mások egyedül maradnak, és életüket Isten szolgálatának szentelik, mint nővérek vagy testvérek a szerzetesrendekben. Mások pedig (a férfiak) választhatják az egyházi rend szentségének felvételét, hogy egyházmegyés vagy szerzetes papokként szolgáljanak Krisztusnak.

Természetesen mindnyájan részesülünk Krisztus papságában. A keresztséggel váltunk „a királyi papság” tagjaivá. A bérmálás ennek a kiválasztásnak a megerősítése. Mint a hívők papságának tagja, csatlakozunk a szolgálattevő paphoz, és gyakoroljuk papságunkat, amikor magunkhoz vesszük a szentségeket, és tanúságot teszünk szent életünkkel. A felszentelt pap arra van kiválasztva, hogy a szentmise felajánlásában jelenvalóvá tegye Krisztust az Egyházban, és részt vegyen Krisztus szolgálatában mint tanító, megszentelő és vezető. Hirdetnie kell Isten Igéjét, lelkipásztorként szolgálni a hívőket, bemutatni a szentmisét és kiszolgáltatni a szentségeket.

A házasság hivatásához hasonlóan az egyházi rend is egy társadalmi (szociális) szentség, amit Krisztus alapított, hogy biztosítsa az idők végéig a keresztény közösséget. Ez komoly megfontolást követel és előkészületet a döntés megtételére. Ilyen választást nem lehet könnyen megtenni, mivel a papi élet nőtlenséget kíván. De a cölibátus, amit a mennyek országáért vállalnak, nagy jutalmat nyerhet. (Mt 19,12) És végül könnyebb az elhatározás, ha a cölibátust nem áldozatnak tekintjük, hanem kegyelemnek, nem kötelességnek, hanem kiváltságnak, nem keresztrefeszítésnek, hanem isteni áldásnak.

Találkozás az ember-Jézussal

Különösnek hangzik, ha azt mondjuk, hogy találkozhatunk az ember-Jézussal „játék közben”. Pedig ez jutalomra érdemesítő találkozás. Sajnálatos módon a mi technikailag fejlett társadalmunk elvesztette a játék és a gondtalanság (felszabadultság, oldottság) iránti érzékét. Századunk első felében a józan ész és az értelem túlhangsúlyozása beárnyékolta emberségünk érzelmi irányát. Ez utóbbit az alsóbbrendűség és a gyengeség jelének tekintették. Századokon át a nyugati társadalom bizalmatlanná vált az emberi test és annak örömeire való képessége iránt. Újabban a növekvő amerikai materializmus tompítja el az élet

rejtett titka iránti érzéket. És a mai tizenévesek áldozatai mindezeknek a társadalmi befolyásoknak.

Mostanában fölbukkant egy különös jelenség. A technológia fejlődése a napi munka-órák számának szükségletét annyira lecsökkentette, hogy több szabadidő áll rendelkezésünkre, mint valaha az emberi történelem folyamán. Életünk könnyebb lett, és a mindennapi fárasztó házimunkánk messzemenően lecsökkent. Ennél fogva alkalmunk van, hogy felfedezzük újra a játékosságot. Sok fiatal azon egyszerű oknál fogva, hogy fiatalabb s jobban tud játszani, mint a legtöbb felnőtt. Az alig pár éve elterjedt sportjáték, a „Frisbee” népszerűsége – gondolom – szimbóluma ennek az egészséges magatartásnak.

Jézus emberi természetében mintakép volt minden szabad ember számára. Az ilyen emberek élvezik az „itt és most”-ot, mivel tudatára ébredtek, hogy nem lehet élni a múltban vagy a jövőben, hanem csak a jelenben. A felszabadult ember bízik az élet alapvető jóságában, és nem táplál lelkében szomorúságot és aggodalmat a jövőt illetően. Ráeszmélnék arra, hogy emberek lévén, sok dolog ellenőrzése az életben meghaladja képességeiket. Figyelembe veszik, hogy az emberi test – szép teremtés –, aminek megtapasztalása ebben a tekintetben nem szégyen. Önmagukról alkotott elképzelésük jó és nem sokat törődnek azzal, mit gondolnak mások. Jézus megtestesítette mindezeket a tulajdonságokat. Azt mondta nekünk, hogy az aggodalmaskodás (nyugtalanzkodás) felesleges, és azért jött, hogy teljesebbé tegye életünket. Azt kérte tőlünk, bízzunk az Atyában mindennapi kenyerünket illetően. Olyan társadalomba született, amely nem állított sok akadályt az emberi testtel kapcsolatban.

A mai ifjúságnak általában jó érzéke van a „játékosság” iránt. Ezt a magatartást az egész életre meg kellene őrizni, mint igazi kincset. Mindamellet nem kell elfelejtenünk, hogy különbség van érett és éretlen játékosság között. Az előbbinek adva van minden jótulajdonsága, amiről az imént beszéltünk. Az utóbbi hajlamos arra, hogy ne legyen tekintettel sem másokra, sem saját magára vagy bárkire a környezetében. Ezért bár csodás dolog élvezni egy jó baráti összejövetelt, de nem játékosság a mi értelmezésünkben „bevedelni” sörből, és így versenyezni autóval. Bár nagyon szép dolog az emberi szexualitás, és nem kell félni kifejezést adni külsőleg is az érzelem tüzeinek, de nem igazi játékosság felelőtlen szexuális kalandokba bocsátkozni. És – ámbár mulatságos dolog egy baráti összejövetelen meztláb a fűvön vadul kergetődni, mégsem tartozik a játékossághoz végig szemetelni barátunk kertjének pázsitját.

Nézzük Jézust, mint a gondtalan emberi lélek modelljét. Olvassuk el Lk 9,10–17 evangéliumi részletet.

Találkozás Jézussal, a jóbaráttal

Egyik végső módja Jézussal való találkozásunknak a barátság. Ismerjük Istent azáltal, hogy Fiára nézünk, mivel Jézus, Istennek legtökéletesebb kinyilatkoztatása. Amikor Jézusról olvasunk az Evangéliumokban, láthatjuk, hogy nagyon könyörületes, mindig elér a másik emberig. Talán csodáinak történetei szemléltetik ezt legjobban.

Mint egy igazi barát, azt akarja, hogy bizalommal legyünk iránta (Jn 6,56). Azt kéri tőlünk a János evangéliumban, hogy éljünk benne, amint ő él mibennünk. Elmondja, hogy azt akarja, bízzunk benne és kérjünk tőle bármit, amire szükségünk van (Jn 14,13–14). (A [következő fejezetben](#) tárgyaljuk ezt.) Azáltal, hogy táplálékként nekünk adja magát az Eucharishtiában, tudatára ébredünk, milyen közel akar vonni magához. Szüntelenül adja magát a barátságban. A mi válaszuk attól függ, hogy milyen barátai vagyunk.

Holman Huntnak van egy híres festménye. Jézust ábrázolja, amint kopog egy ajtón, amelynek kifelé nincs kilincse. A művész szerint az ajtó az emberi szívet ábrázolja, és csak belül van kilincse. Nekünk magunknak kell azt kinyitnunk. Ez nagyon jól szemlélteti a gondolatot, hogy rajtunk áll, beengedjük-e Jézust életünkbe, mint jóbarátot, vagy nem.

„Nézd, az ajtóban állok és zörgetek. Aki meghallja szavamat, és kinyitja az ajtót, ahhoz bemegyek és vele étkezem, ő meg velem.” (Jel 3,20)

Lelki gyakorlatok

1. Menj egy csendes helyre, ahol egyedül lehetsz. Aztán képzelj magadat, amint ülsz a tengerparton naplementekor. Magad előtt látod a tengert és az eget. Hallgasd a hullámok csobogását. Most észreveszed, hogy valaki hosszú fehér ruhában feléd jön. Hosszú haja és szakállá van. Neve: JÉZUS. Amikor megáll melletted, nézz fel az arcára, és tanulmányozd. Hívd őt, hogy üljön le melléd. Oszd meg vele azt, ami ebben a pillanatban foglalkoztat.

2. Előbbi életében Szent Pál (akkor Saul néven volt ismert), üldözte a keresztényeket, és fogságba vetette őket. Amikor a híres megtérési élménye volt, hangot hallott: „Saul, Saul miért üldözöl engem? – Ki vagy, Uram? – kérdezte Saul. A hang válaszolt: „Én vagyok Jézus, akit te üldözöl.”

Felelj írásban:

– Miért mondta Jézus, hogy Pál őt üldözi, amikor a keresztényeket üldözte?

– Mit mondanak Jézus Pálhoz intézett szavai neked arról, **hol** él ma Jézus?

3. Amikor szentáldozáshoz járulsz, a pap ezt mondja: „Krisztus teste”, és te mondod: „Amen”. Szent Ágoston mondja nekünk, hogy „Krisztus teste” jelenti Jézus feltámadott testét, **az Egyházat** és eucharisztikus testét. És a te Amen-ed azt jelenti: „Igen, mi vagyunk Krisztus teste”. Mit mond ez neked arról, hogy **hol van** Jézus?

4. Hogyan imádkozzunk személyes módon?

A mai tizenévesek igazi szomjúságot éreznek a vallásos élményre. Az Egyesült Államok 25 millió teenageréből nyolc millió Bibliát tanulmányozó csoportokba tömörül. Másik 17 millió különféle ténykedésének célja, hogy elmélyítsék Isten iránti fogékonyságukat. Tíz amerikai fiatal közül kilenc imádkozik. Tíz közül négy gyakran imádkozik. Egyes felmérések szerint az amerikai teenagerek nagyon vallásosak.

A szavak mögötti értelem jelentése

A fiatalok egy része őszinte vallásosságra törekszik, és próbálja megérteni a dolgok igazi értelmét. Példaként megemlíthetjük: az engedelmességnek több értelme van, ha bizonyos szabályok célja világosan áll előttünk.

Ez az értelem-keresés vonatkozik az imára is. A legtöbb fiatal nem szereti a gépies szavalást. Kritikusan nézi azokat, akik hangosan mondják a hagyományos imákat, és nem figyelnek a kimondott szavak értelmére. Lehet, hogy valaki egy téves fogalom miatt riad vissza az ima-tapasztalattól, azt gondolva, hogy az ilyen „ima” az igazi ima. Ez valóban nem az, és jó, ha tudjuk, hogy van egy tökéletes, érvényes, fáradságot megérő módja az imának, amely semmiképpen nem olyan, mint ez. Mindig lehetséges beszélni Istennel vagy Jézussal valakinek a saját módján, saját szívéből. Valóban, ezt az imát igazán kár volna visszautasítani.

Imádság és hangulat

Isten azt akarja, hogy ott beszéljünk Vele, ahol éppen vagyunk. A hangulatot nem kell tekintetbe vennünk. Ha valaki dühös vagy szomorú, levert, csalódott, akkor így jelenjen meg Isten előtt. Ha valaki szükségét érzi a segítségnek, kérje az Úrtól! Ha áldásban volt valakinek része, akkor fejezze ki háláját. Nem kell megpróbálni „szent” hangulatba kerülni. Isten elfogad bennünket úgy, amint vagyunk – akkor is, ha a legsötétebb hangulatba kerültünk.

Egy másik szempont, amire az imával kapcsolatban emlékeznünk kell, hogy a hosszabb, nem szükségszerűen egyenlő a jobbal. Sokkal fontosabb, hogy őszinte legyen. Vannak még más szempontok is ezzel az ima-idővel kapcsolatban. Erről a [következő fejezetben](#) fogunk tárgyalni.

Jelentékeny az eltérés olyan kérdésben is, hogy hol lehet megtalálni a legjobb helyet az imádsághoz. Vannak, akik jobban tudnak imádkozni kint a természetben. Egyesek a csendet kedvelik, mások előnyben részesítik a háttér-zenét. Vannak, akik a magányos imát szeretik teljes visszavonultságban. Ismét mások a csoport keretében találnak erőt és indítást. Látszólagos ellentmondásnak hangzik, de a tapasztalat azt mutatja, hogy éppen egy nagy csoportban válhat valakinek az imádsága egészen személyessé.

Imádkozás csoportban

Ha van alkalmad, hogy részt vegyél egy imaösszejövetelel, ragadd meg! Mivel fogsz ott találkozni? Az emberek közösen énekelnek. Áhítattal hallgatják a Szentírásból való felolvasást. A felolvasást és az imát rövid csend szakítja meg. Bizonyos idő elteltével valaki spontán-imát mond. Ezután még néhányan követik. Valaki elkezd egy ismert éneket, vagy improvizál egyet egy régi ének nyomán, vagy éppen egy egészen újat dúdol. Ketten, hárman tanúságot tesznek arról, hogy mit tett Isten az ő életükben.

Ezek az imamódokon kívül mit tapasztalhatunk még? Adódnak alkalmak, amelyek a béke és nyugalom légkörét árasztják egy majdnem elfojthatatlan örömteljességgel. Légy óvatos: a fentieket ne vidd túlzásba!

Kérőima

A kérő imát Jézus szavaira alapozhatjuk, amit megtalálunk Lukács evangéliumában, a 11,9-ben:

„Mondom tehát nektek: Kérjétek és adnak nektek, keressetek és találtok, zörgessetek, és ajtót nyitnak.”

Sok más evangéliumi részlet beszél még az ilyen fajta imáról és tartalmáról. Több példabeszéd csoportosul e téma köré. Minden történet alapfeltétele: Isten gondunkat viseli, Ő meghallgat, amikor segítségért fordulunk hozzá. Ha emberek felelnek a segítség-kérésre a példabeszédekben (igazságtalan bíró, erőszakos szomszéd és az anyagi kereskedő) bizonyosan nem ők, hanem Isten az, aki a mi szerető Atyánk, aki azt adja majd nekünk, ami legjobb számunkra.

Más megfontolások

Itt még van néhány megfontolás, amit szem előtt kell tartani, mikor bizonyos dolgokra kéred imában Istent.

- Isten rendszerint nem fordítja vissza a természet folyását, ami már megkezdődött.
- Amikor imádkozunk, őszintén szükségét kell éreznünk. Isten nem fogja teljesíteni egy pillanatnyi szeszélyből felmerült kérésünket.
- Emberi igyekezet kísérje az imát ugyanazzal a szándékkal. Isten nem fogja teljesíteni a sikeres vizsgáért mondott kérő imát, ha nem igyekeztél tanulni: „Segíts magadon, az Isten is megsegít.”
- A hit mellé Isten kitartást is kíván. Olvasd el Lk 11,5–8-at a tolakodó barátról.
- Néha, mivel Isten céljai mások, mint a mieink, egyes imák – úgy tűnik – meghallgatás nélkül maradnak, (mert mi csak a saját szempontjaink szerint nézzük a dolgokat.)
- Végül fontos, hogy tudatában legyünk, nem vagyunk csupán bábuk itt a földön. Isten nekünk a választás csodálatos képességét adta. Legtöbbször mi magunk teremtjük meg saját „isten gondviselésünket”, mikor hisszük, hogy minden egészen rendben van nálunk, és ennek megfelelően cselekszünk.

A bizalom imája

A kérő és Istenben bízó ima kéz a kézben jár. Ha ez így van, az élet lelki kalandhoz hasonlít. Mintha repülőgépen ülnénk az utazás célpontjának ismerete nélkül, de egész idő alatt bízunk abban, hogy biztos helyen fogunk földre szállni. Eljutni az ilyen bizalomteljes imáig azt jelenti, hogy biztosan tudatában vagyunk: Isten minden időben és minden körülmények között velünk van. Nem kell félnünk semmitől, magától a haláltól sem. Isten jelenlétének és gondviselésének ez a mindenre kiterjedő tudata több vigasztalást jelent számunkra, mintha mindig meggyőződve lennénk ennek vagy annak a kérésünknek fogható eredményéről.

Elmélkedés

Az elmélkedés az imának egy másik fajtája. Különleges módja annak, amikor valamiről elgondolkodunk. Nemcsak értelmünket használjuk, hanem hitünk reflektorfényébe állítjuk a témát. Így elmélkedhetünk egy jó meglátásunk áttekintésével, visszaemlékezhetünk minden helyzetre, amelyben Isten segítségét tapasztaltuk meg életünkben, vagy figyelmünket egy gondolatra irányítjuk, amit az ima alatt kaptunk. Az elmélkedés legjobb eszköze lehet egy könyv, az abban írottak szem előtt tartása. Ez a módszer segít figyelmünket összpontosítani. Talán sikerül gondolatainkat visszatartani az elkalandozástól. Ha lassan olvasunk, gyakran szünetet tartunk, hogy beszélgessünk Istennel, segítségét kérve – mindez fontos kegyelemhez vezethet. Elmélkedéshez használhatsz éppen valamilyen imakönyvet, verseket vagy lelkesítő olvasmányt, mígnem ezek hozzásegítenek Istennel való beszélgetésedhez. (Vö. OMC kiadásában: Vallomások, vélemények, válaszok).

Az evangélium imája

A legjobb elmélkedési könyv szokott lenni a Biblia. Mivel ez több könyvből álló gyűjtemény, lehetőségünk van választani. Ez az Újszövetség felé irányít. Kezdők számára különösen alkalmas a négy evangélium. Ezek közül bármelyik kitűnő elmélkedési anyag lehet, mivel Jézus szava mindig élő, nekünk és hozzánk szól, éppen úgy, mint az akkori idők emberéhez. Az evangéliumot, úgy, mint más könyvet – sohasem lehet kimeríteni. Mindig tudunk újat és mélyebb értelműt felfedezni abban, amit Jézus mondott.

Elmélkedés egy evangéliumi jelenetről

Olvassunk át egy példa-elmélkedést az evangéliumból, hogy lássuk, hogyan történik ez. Nyisd ki a Bibliát Márk 4,35–41-nél. Olvasd át lassan, és aztán képzeletben merülj el a részletekben. Este van, és te ott állsz a tömegben a Galileai tenger partján. Jézus egy most induló csónakban áll. A másik partra akar átkelni. Képzeld magadat, amint ellököd a csónakot a parttól, s aztán beleugrasz néhány tanítvánnyal együtt. A Mester nagyon fáradt, a hajó hátsó részébe megy, hogy kissé megpihenjen. Nemsokára álomba merül. Időközben szél támad. A hullámok egyre jobban fodrozódnak. Még a tapasztalt halászok is aggódnak. A víz becsap a csónakba –, de Jézus alszik. Ha a vihar erősödik, mindnyájan elsüllyednek. Te és a tanítványok közül néhányan felébresztik Jézust e szavakkal: „Mester, nem törődöl azzal, hogy elveszünk?” Jézus feláll, szól a szélnek, hogy nyugodjon el, és lecsendesíti a hullámokat. Ez történik. A tenger sima, mint a tükör, csak egy gyenge szellő érinti az arcotokat. Ő megfordul, és rátok tekint. „Mit féltek annyira? Még mindig nem hisztek?” Milyen érzés fogott el, amikor Jézus ezt kérdezte? Miért nem vagy nagyobb bizalommal iránta életedben? Ő Megváltónk akar lenni mindegyikünk számára **éppen most** –, ha engedjük neki.

Márk, Máté, Lukács és János

Marilyn Norquist írt egy nagyon hasznos könyvecskét : „**Hogyan olvassuk és imádkozzuk az Evangéliumot**” címmel. (Ligouri Publication). A szerző számos hasznos imamódszert ajánl mindegyik evangéliumhoz. Márknál a jelenet-alkotó módszer mellett, amit éppen használ, a személyes párbeszédet is ajánlja, amely a történetből indul ki. Azt mondja: Beszélj Jézushoz közvetlenül. Nézd, hogy fordul feléd és válaszol. Figyelj rá...

M. Norquist szerint a Mátéval való imádkozás aktív ima. Kezdjed kéréssel és bensőséges magatartással. Vizsgáld meg tetteid indítóokait. Helyezd ezeket az evangélium indítékai

mellé. A második fajta imádság Máténál a magatartás-ima. Játssz el: „Követem a vezetőt” Krisztus mögött. Például Máténál: 7,1–2-ben mit mond Jézus a másokat megítélőkről? Legtöbbünkben ott van a kritizáló hajlam. Ha szemünk előtt tartjuk Jézus szavait és példáját, képesek leszünk elkerülni azokat a csapdákat, amelyeknek ki vagyunk téve.

Ha őszintén imádkozzuk Lukács evangéliumát, növekedhet befogadóképességünk. Mindig rá tudunk hangolódni arra, amit Isten kíván tőlünk. Ez szokott rávezetni bennünket egy másik fajta imára, amely Lukács stílusából ered: a **dicsérő imára**. Olvasd Lk 1,46–55 vagy 1,68–79 részeket! Kutass az evangélium minden örömteljes szava után, mint amilyen az **örvendezés, áldás, magasztalás, dicsőítés, boldogság**.

János evangéliuma különbözik az első három hangjától. Emelkedett és költői. Ez a legmagasabb teológiai szinten tanít. Mindazonáltal emelkedett stílusának hangja ellenére vonzereje majdnem általános. Valamiképpen szívünket érinti, úgy, ahogyan semmi más. Ez a természetes út vezet a *szemlélődő* imához.

Szemlélődő ima

Mi a szemlélődő ima? Ez nem ugyanaz, mint az elmélkedés, bár néha a szavak használatát felcserélik. Amikor az emberek transzcendentális elmélkedésről és keleti meditációról beszélnek, valójában olyan valamiről szólnak, ami inkább a szemlélődéshez hasonló. A szemlélődésben benne van az igyekezet a gondolkodás felfüggesztésére. Így a hangsúly nem a gondolkodáson, hanem annak elhagyásán van. Megpróbáljuk magunkat lecsendesíteni. Ebben az ima-stílusban nem próbálkozunk jeleneteket elképzelni vagy párbeszédben részt venni. Ténylegesen ez nem annyira az Istennel való beszélgetés kérdése, mint inkább elmerülni a csendben és hagyni, hogy Isten beszéljen hozzánk.

Emberi kapcsolatainkban fontos, hogy tudjuk, hogyan kell hallgatni. Ugyanez áll Istennel való kapcsolatunkra is. A szemlélődő imában megpróbáljuk levetni egész életünk nyomasztó terhét, hogy így meghallhassuk, amit Isten mond nekünk magáról. Ezért van az, hogy a szemlélődést úgy határozzuk meg, mint „Isten tudomásulvételét, akit felismertünk és szeretünk lényünk legmélyén.” (**Father James Borist: Contemplative Prayer**). És ezért a szemlélődés az egyik legjobb ima-forma. Nem meglepő, hogy olyanok, akik néhány órát naponta szemlélődnek, igen nyugodt emberek, akikről látszik, hogy nagyon szoros kapcsolatban vannak Istennel.

Kérdések a szemlélődő imáról

- Hol imádkozzunk? Lehetőleg, ahol egyedül lehetünk – bárhol, ahol nem zavarnak.
- Milyen hosszan imádkozzunk? Egy kezdőnek eleinte elegendő 5 perc naponta az elcsendesedéshez. Ez kialakul 20 perces vagy félórás imáig is. Ezen túlmenően kérj tanácsot valakitől, aki gyakorlott az imának ebben a típusában.
- Mikor imádkozzunk? Attól függ, mit engednek meg körülményeink, és mikor a legalkalmasabb számunkra. Amit egyszer elhatároztál, próbálj ahhoz hűséges maradni.
- Milyen testtartás a legjobb? „Kényelmes, de nem túl kényelmes” – ez a szokásos tanács. Ne görnyedj meg, tartsd hátgerincedet egyenesen – egy pihentető, de mégis figyelő helyzetben. A jó testtartás fontos. Ritmikus légzési mód is hasznos lehet.
- Mi az ismétlődő ima? Ajánlatos egy szóra vagy kifejezésre összpontosítani a figyelmet. Jézus az „Abba, Atyja” szót használta imájának középpontjául. Választhatod magát a szent nevet: JÉZUS, vagy az ilyen kifejezést: „JÉZUSOM IRGALOM”. Híres Jézus-ima: „JÉZUS, az élő ISTEN FIA, irgalmazz nekem bűnösnek.” Használhatod még az Úr imádságának egy részét hasonló módon. (Jöjjön

el a Te országod!) A szempont : Bármilyen szót vagy kifejezést használhatsz, ami segít, hogy kapcsolatba kerülj és maradj a bennünk lakó Atyával, Fiúval és Szentlélekkel.

A rózsafüzér

Vannak fiatalok, akik újra felfedezték a rózsafüzért. Ez a nagyon régi, nagyon becsült imaforma tartalmazza a fent említett imatípusok lehetőségét. Telve van könyörgéssel. A tizenöt titok magasrendű szentírási elmélkedés. És ezeknek a kulcs-szavaknak az ismétlése – Jézussal a középpontban – elvezethet a szemlélődő imába való elmélyülésre. Ne becsüljük le a rózsafüzér gazdagságát!

Lelki vezetés

Ez a könyv önmagában nem elegendő sokak számára, hogy elkezdjen imádkozni saját maga. Sokunknak szüksége van úgynevezett „lelki vezetésre”.

Lelki vezetés azt jelenti, hogy valaki, aki tapasztaltabb az imádságban, segíti a másikat vagy egy csoportot, amely az imában kevésbé tapasztalt. Ha egészen komolyan veszed az imádságot, meg kell kérned néhány megbízható felnőttet, akik a hitben érettek, hogy segítsenek neked. Az illető nem kell, hogy olyan valaki legyen, aki állandóan a templomban van. Inkább legyen olyan valaki, akinél érzed a Jézusban való igaz hitet és bizalmat, akinek harmonikus egységben van vallásos élete a természetes emberi élettel. Hasznos lehetne eltölteni egy félórát az illetővel egyszer hetenként, vagy havonként egy estét, vagy ami a legjobbnak látszik mindkettőtök számára.

Beszélgetések témája legyen az imádságod, bármilyen jól vagy szegényesen végezted, igyekezve kipróbálni a fenti módszerek valamelyikét. Mivel idősebb barátodnak tapasztalata van az imában, képes lesz a legeredményesebb irányítást adni neked.

Imanapló

Lehetne még egy javaslat: Imanapló vezetése. Ez egyszerűen egy jegyzetfüzet, amelybe naponként vagy alkalmanként pár perc alatt feljegyzed a gondolatokat, amiket imában kaptál, vagy kérdéseket, amelyek eszedbe jutottak. A napló segíthet neked, valamint a lelki vezetőnek megfigyelni Istennel való kapcsolataid indítékait.

Lelki gyakorlatok

1. Fordíts az „Elméldedés egy evangéliumi jelenetről” című részletre a [41. oldalon](#). Elmélkedj az ott leírt módon. Aztán írd egy rövid levelet Jézushoz: **Drága Uram, az elmélkedés alatt ezt gondoltam és éreztem...**

2. Ugyanott M. Norquist hasznos imamódszert ajánl a négy evangéliumhoz. Tégy elhatározást, hogy elolvassod ezeket idővel elejétől végig, és tedd, amit sugallnak.

3. Adj komoly véleményt a „Lelki vezetés”-ben a [45–46. oldalon](#) ajánlott tanácshoz. Aztán írd le egy-két személy nevét, akikkel a lelki vezetés céljából szeretnél kapcsolatba lépni, és tűzz ki egy napot, amikor azok egyikével beszélni fogsz erről.

5. Jézus vonzásában

Nagyszerű dolog, ha az ember eljut önmaga igazi megértéséhez, felfedezi Istent az imában, megtapasztalja az Úr jelenlétét a másokkal való együttlében, személyesen találkozik az Úrral a szentségekben, és rá figyel, amikor a Szentírás által szól hozzá. Ez az, amit ma annyi fiatal keres. A való élet mégis azt mutatja, hogy ez korántsem ilyen könnyű. De miért? Mi ennek az akadály? Mi tarthat vissza bárkit is a komoly imától?

Az elsőszámú akadály

A tizenévesek, akár csak elődeik, komoly akadályba ütköznek, ha imaéletüket el akarják mélyíteni. Korunk rohanó életstílusa tartja vissza őket.

Nézzünk csak egy példát. Az amerikai életnek van egyfajta „instant” (pillanat) jellege. Van pillanatok alatt elkészíthető kávé és étel, mely nem mindig meleg, de garantáltan gyors. Hála az „instant” kommunikációnak, a távolsági beszélgetések alatt videó képernyőn szemtől szembe láthatják egymást az emberek.

A gyors közlekedés és a szolgáltatások olyan mértékben fejlesztették az életszínvonalat, melyről 50 éve még álmodni sem mertünk. Mindezekért az előnyökért azonban együtt és személyesen is nagy árat fizettünk: feladtuk a türelemre való képességünket.

Emberi kapcsolatok

Az egyik legnagyobb probléma épp a felgyorsított életstílusból következik. Ez az „instant” élet azzal kápráztat el és vezet félre, hogy ebben az életben minden azonnal elérhető, megélhető – az emberi kapcsolatokat is beleértve.

Ez persze teljesen téves elgondolás, és mi, akik szeretetteljes környezetben nőttünk fel, ezt nagyon jól tudjuk. De vannak emberek, akik nincsenek ennek tudatában. A meghittséget, amelyre vágynak, „instant” módon akarják elérni, és ezért behajszolják magukat felelőtlen szexuális kapcsolatokba. Ezek valóban gyorsak és könnyűek. De a szexualitás meghittsége – igazi emberi érzésekkel és szívből jövő gondoskodó szeretettel ápoltság – nem így jön létre. Ezek a gyors találkozások ritkán vezetnek jóra, utánuk legtöbbször depresszió, megbántottság és bizalmatlanság marad.

Kapcsolatunk JÉZUSSAL

Az emberi kapcsolatoknak növekedésre van szüksége, de ugyanez áll a Jézussal való kapcsolatra is. Sok fiatal keresi a találkozást Vele, mégis akadályba ütköznek. George Honison így énekel erről az „Én édes Uram” című dalban: „Én igazán akarlak látni... én igazán akarlak érezni... **de oly soká tart, Uram.**”

A Jézussal való meghitt kapcsolatnak is növekednie kell. Vannak, akik gyorsan el akarnak jutni a belső átélésre, ezért különböző gyógyszereket és kábítószereseket szednek. „Megtrágyazzák” a lelküket, mondván: Adj egy adag vegyszert a növénynek, és kétszer olyan gyorsan nő! Ez az eljárás valóban csodákra képes –, de csakis a növényeknél! Ha magadat is ezzel a módszerrel kezeled, átéléseidnek semmi köze nem lesz Jézushoz.

Kétségtelen, hogy léteznek igazi élmények. Egy naplemente, egy jó könyv vagy egy gyermek születése valóban mélyen megindíthatja az embert, de igenis van olyan benső átélés, mely öncsaláson alapul.

Jogosan vetődik fel a kérdés, hogy mi a különbség a kettő között. Az igazi élmény soha nem torkollik depresszióba, amikor „kijózanodik” az ember. Épp ellenkező a hatása: vágyat ébreszt benned, hogy Jézushoz egyre mélyebben és bensőségebben kötődj. Az igazi élmény jele, hogy utána az Úrra vágyakozol. Ha átélésed csak öncsalás volt, utána újabb extázisra vágysz.

Ebben a kérdésben hasznos irányadó az, amit Gamáliel mond az Apostolok Cselekedeteiben. Jeruzsálemben a főpapok azon tanakodtak, mit tegyenek a kivégzett „bűnöző”, a Názáreti Jézus híveivel. Gamáliel szólásra emelkedett, és egy igen bölcs tanácsot adott. „Ha ez az elgondolás vagy mozgalom emberektől származik, magától felbomlik. De ha Istentől van, nem tudjátok szétoszlatni őket...” (ApCsel 5,38–39).

Kövesd Gamáliel elvét! Ha megérintettséged nem ember-csinálta öncsalás – mely azzal kápráztat, hogy megnyit Isten számára –, akkor engedd, hadd változtassa meg egész életedet. Lelki élményeink elmélyülhetnek, ha engedjük, hogy az Úrhoz vezessenek.

Az ár, amit fizetni kell

Van egy régi közmondás: „Az idő pénz”. Az egész ipar ezen az alapigazságon nyugszik. Az üzleti vállalkozások állandóan keresik a módját, hogyan termelhetnének egyre több és több árut a lehető legrövidebb idő alatt. A mi életünket is ez határozza meg.

Ehhez a törekvéshez nagymértékben járult hozzá az az évszázados nézet, miszerint a munka jó, a pihenés azonban rossz. – „Tétlen kéz az ördög műhelye!” Egészséges korlátait áttörve ez a felfogás kényszeríti a fiatalokat arra, hogy szinte születésüktől kezdve állandóan teljesítményekre törekedjenek.

Sok probléma származik ebből a felfogásból. Elvonja az embert attól, hogy önvizsgálatot tartson. Az eredmények hajszolása és felmutatása menekülés, elhárító mechanizmus az olyan ember számára, akinek alacsony az önbecsülése; hiszen amíg az egyén ebben ilyen felfokozottan tevékenykedik, nem kell azzal a létének mélyét érintő problémával szembekerülnie és foglalkoznia, hogy „nem sokat érek.” Az érvényesülésért folyó hajsza következtében sok mai fiatal úgy éli le egész életét, hogy a lelke mélyén érzi: csak egy csavar a gépezetben.

A másik nagy probléma, mely ebből a „gyerünk haver!” életstílusban gyökerezik: a családok összeomlása. A családtagok az idő múlásával mind kevesebb és kevesebb időt töltenek együtt. Ennek aztán az az eredménye, hogy a családtagok nem érzik egy családba tartozónak magukat és egymást. Egy otthon eltöltött nyugodt vacsora időpocséklás számba megy, hiszen azalatt zajlik az élet odakint. Ennek az a következménye, hogy a családok, melyek soha nem is voltak igazán együtt: *szétesnek*.

Ugyanígy gond az imádság is. „Én igazán akarlak látni, Uram, – de nincs rá időm”. „Igazán szeretnélek érezni, Uram, de nem tudok kilépni a taposómalomból, hogy elcsendesedjem, és csak Rád figyeljek!” „Én meg akarlak ismerni, Uram –, de oly soká tart és annyi a dolgom!”

Rajtunk áll a választás

Az amerikai tizenévesek mélyen vallásosak. Igazán szomjazzák a vallásos tapasztalatot. A kérdés csak az, hogy engednek-e a társadalmi nyomásnak, mely kielégítetlen embereket, felszínes kapcsolatokat és lelki ürességet eredményez.

Egyikünknek sem kell engedni, szembeszegülhetünk vele. Élhetünk a régi muzulmán közmondás szerint is: „Semmit ne tégy elhamarkodottan, előkészület nélkül.”

Kapcsoljuk ki a rádiót, és figyeljünk inkább Isten halk szavára!

Zabolázzuk meg gondolatainkat, melyek már a következő program körül forognak, és figyeljünk inkább oda barátunkra, beszélgessünk kicsit nagyszüleinkkel, barangoljunk egyet az erdőben, ülünk le egy kis időre a verandán, és engedjük, hogy a teremtett világ átjárja egész tudatunkat.

A családi étkezéseket igazi együttlétekké tehetjük, és az Eucharishtiában megtanulhatunk Jézusra figyelni –, így érthetjük meg Szt. Pál szavainak mélységét.

„Mi ugyanis sokan egy kenyér és egy test vagyunk, mivel mindnyájan egy kenyérből részesülünk!” (1Kor 10,17)

Mindezt megtehetjük – és számtalan mást is, amittől a rohanó élet elszakít minket. Ennek az életstílusnak is megvan a célja, de annak is, ha ápolod emberi kapcsolataidat, ismered Jézust, és benne egy vagy a többi emberrel. A kétfajta életstílust szemlélve elcsodálkozol azon, vajon miért hagyjuk, hogy ez a rohanó világ elnyeljen bennünket?

Lelki gyakorlatok

1. Gondold át a múlt hetet. Gondolj vissza arra, amikor ideges voltál, mert valamit elszalasztottál, vagy mert valami rosszul végződött. Írd: Elkeseredtem a történetek miatt, mert... vagyok.

2. A családhoz fűződő szoros kapcsolatod attól függ, mennyi időt szánsz rá. Írd le:

– az a családtag, akihez sokkal közelebb kerülhetnék, ha több időt töltenék velem, a...

– az ok, amiért mégsem teszem...

– mától kezdve úgy tervezem, hogy... (Amennyire csak lehetséges, légy határozott az idő és hely kérdésében.)

3. Jézushoz való közelséged attól függ, mennyi időt töltesz vele. Írd le:

– azért nem töltök több időt Jézussal, mert...

– mától kezdve úgy próbálok ezen változtatni, hogy... (Határozd meg az időt és helyet és légy pontos!)

6. A ma kihívása

Van egy régi dal, melynek így szól az egyik sora: „Emeld ki a jót, és hagyd el a rosszat, mondj igent, és ne maradj közömbös!” Ez a fejezet épp ebbe az irányba mutat. Másképpen kifejezve: ahelyett, hogy a bűnről beszéljünk és arról, hogy hol lehet a zavar az egyén életében, inkább a növekedésre és jóságra való kihívást szeretnénk megvitatni, mellyel a mai fiatalok szembekerülnek.

Az egyik ilyen kihívás, hogy a fiatalok megfelelő bölcsességre tegyenek szert – ne essenek bele a divatos téveszmék csapdájába. Az egyik ilyen téveszme, hogy bizonyos fogalmakat állandó jelleggel összetársítanak: egyik sem létezhet a másik nélkül. Például: erő és férfiasság, gyengeség és nőiség.

Erősség és gyengeség

Tény, hogy a férfiak általában fizikailag erősebbek a nőknél. Gyorsabban futnak, magasabbra ugranak, súlyosabb terheket képesek felemelni. És mégis köztudott dolog manapság, hogy a nők jobban tűrik a fájdalmat, több a türelmük és a férfiaknál jobban viselik a hosszas megpróbáltatásokat. Mindenesetre az igazi erő nem az illető izmai méretével mérhető csupán, hanem sokkal inkább azzal, ahogy a teljes személyiség a kifáradással vagy bármilyen akadállyal szemben viselkedik, milyen bátorsággal képes szembenézni a dolgokkal, mennyire képes egy fontos kérdésre összpontosítani. Ahogy ezeket a tágabb ismerveket tárgyaljuk, rá kell döbbernünk, hogy az erő, mint olyan, egyik nemhez sem kapcsolható kizárólagosan.

Gondolkodás és érzelem

Egy másik, ugyancsak nem túl szerencsés képzettársítás a logikus gondolkodást és önuralmat a férfiaknak, míg az érzelmi beállítottságot és következetlenséget a nőknek tulajdonítja. Ez az általánosítás egyszerűen nem igaz. A nők éppúgy képesek szigorúan logikus és tiszta, elemző gondolkodásra, mint a férfiak. Az sem igaz, hogy az ésszerű gondolkodás képessége jobb, mint az érzelmi beállítottság. Ez két teljesen különböző megközelítés, és ily módon egyáltalán nem lehet a kettőt összehasonlítani.

Mindkét nem szenved ettől a téveszmétől. A nőket megfosztja bizonyos munkaköröktől, míg más hivatásokat egyoldalúan nőiesnek kiált ki. A férfiak viszont egyszerűen nem tudnak mit kezdeni az érzelmeikkel. Ennek az lesz a következménye, hogy a férfiak érzelmileg kielégületlenek. Mikor még kicsik voltak, arra nevelték őket, hogy „Egy fiú nem sír!” Ez mély nyomot hagyott bennük, és a düh kivételével minden érzelmi megnyilvánulást gyengeségnek tartanak. Ez kegyetlenséghez, keményszívűséghez és énközpontú önzéshez vezethet.

A „kemény-fickó”

A „kemény fickó” ennek az eltorzult férfiasságnak a szimbóluma. Sok tizenéves fiú úgy érzi, kemény legénnyé kell válnia, hogy elismerést vívjon ki. Mások nemi identitásukat keresve, megijednek önmaguktól, főleg, ha pillanatnyi homoszexuális érzéseket fedeznek fel magukban. (Ne értsd félre! Az átmeneti homoszexuális érzések nem abnormálisak a serdülőkorban és egyáltalán nem jelentik azt, hogy az illető homoszexuális.) A kemény fickó

szerepkör a legtöbb esetben védekező mechanizmus az első fejezetben tárgyalt rossz önismeret hatása ellen.

A Jézustól és a többi embertől függő személy épp a „kemény fickó” képlet ellentéte. Ez egészséges függőség, mert felismeri milyen nagy szüksége van az egyénnek Istenre és a többi emberre ahhoz, hogy éljen. Pontosan azt ismeri fel az egyén, hogy nem állhat meg egyedül. Ez azonban a társadalmilag rögzített magatartásformák miatt gyakran nehezebb a fiúknak, mint a lányoknak.

A vallás csak nőknek való?

A függőség az a szempont, mely miatt a vallást sokan főként a nőkre hagyják. Úgy tartják, hogy a vallásos élet tétlen befogadás, és a vallásos egyén erősen az érzelmek szintjén él és gondolkodik. A Galata levél felsorolja a Lélek gyümölcseit: „*Szeretet, öröm, békesség, türelem, kedvesség, jóság, hűség, szelídség, önmegtartóztatás!*” (Gal 5,22–23). Ezeket – mondanom sem kell, hogy hibásan – női tulajdonságoknak tartják. De ha az egész levelet végigolvassuk, nem ez lesz a benyomásunk. Szt. Pál szerint minden igaz keresztényt ezek a tulajdonságok kell, hogy jellemezzenek, férfi és nő egyaránt erős, kitartó szeretettel kell, hogy szeressen. Szt. Pál, aki tántoríthatatlanul kitartott, oly sokat szenvedett a hitért és végül vértanú halált halt, nem hirdethetett mást, mint elszánt, szigorú keresztény életet.

Az igazi erő

Sokszor a kívülről gyengeségnek tűnő dologban van az igazi erő. Pl. nagyobb erő egy durva hivatalnokkal szemben kedvesnek és udvariasnak lenni, mint dühösen visszavágni. Nagyobb erő, ha a társaságban engeded társadat „csillogni”, és nem te akarsz az érdeklődés középpontjába kerülni. A jellem erejét mutatja, ha tudod a választ egy kérdésre az osztályban, mégis átengeded a válasz örömét valamelyik társadnak.

A gyengeségnek tűnő erő paradoxonát, ezt a látszólagos ellentmondást Lao Tsu ókori kínai filozófus fogalmazta meg nagyon találóan:

„Győzedelmeskedni a lemondásban;
 Fejet hajtani és tisztának maradni;
 Üresnek lenni, mikor telve vagyunk;
 Tudva, hogy van új, elnyűttet viselni;
 Kevéssel beérni szép haszon mellett;
 Soknak birtokában alázattal élni;
 Erről ismerik meg egymást a bölcsék és ezt a példát mutatják mindenkinek. Úgy ragyognak, hogy nem keresik a ragyogást!”
 „Nem keresik igazukat, mégis kitüntetik őket.
 Nem dicsekszenek, mégis elismerik őket.”

(22, Tao Te Ching)

Érték és teljesítmény

Hasonló kihívás, melyre szintén tudni kell a választ: „Mennyit ér egy ember?” Gondot okoz a válasz, mert újabb véget nem ismerő képzettársítással találjuk szembe magunkat a kérdés vizsgálatánál. Nehéz egy ember értékét önmagában megítélni. Rögtön az illető tevékenységét vagy legalábbis lehetőségeit kezdjük mérlegelni. Állandóan összekapcsoljuk a személyt és a teljesítményt. Thomas Merton beszél erről a „**Senki sem sziget**” c. művében:

„Hiába próbálunk békét teremteni önmagunkban, hacsak tetszelegni tudunk a tetteinkkel. Le kell mondanunk tevékenységünk eredményéről ahhoz, hogy saját belső nyugalomunkban megpihenhessünk. Bizonyos mértékig vissza kell húzódnunk munkánk már nem tőlünk függő eredményétől, és jószándékunkra kell bízni magunkat, meg arra, hogy benső életünknek megfelelően nyugodtan elvégeztük azt, ami tőlünk telik. Be kell érünk azzal, hogy élünk, anélkül hogy figyelgetnénk az életünket, hogy dolgozunk a közvetlen jutalom elvárása nélkül; szeretünk azonnali viszonzás nélkül; létezőnk különleges elismerés nélkül.”

Érdekes paradoxon: ha el tudunk szakadni erőfeszítéseink eredményétől, több erőtartalékunk marad magára a feladatra. Nem az eredmények elérése emészti fel így energiánkat, s ez gyakran jobb eredményeket hoz.

Légy önmagad!

A tizenéveseknek fel kell oldani azt a feszültséget, mely egyrészt saját személyiségük vállalása, másrészt azon vágyuk között húzódik, hogy társaik – főleg a velük egykorúak – elfogadják, elismerjék őket. Hányan belebuknak ebbe! Életüket megpróbálják társaik véleményéhez igazítani. A tizenévesek nyelvén ezt „csordaszellemnek” – együtt vonulni a csordával – vagy „gumigerincnek” hívják, mely enged mindenféle nyomásnak. Sok serdülő enged a nyomásnak és meghajlik. Szomorú, mert saját egyedülálló jóságuk és képességeik felismerését mulasztják el.

Elkötelezettség

Ez is egy kihívás. Manapság sok ember nem akar elkötelezettséget vállalni, inkább hagyják, hogy egész életükben a véletlenek sodorják őket. Az elkötelezettségnek ilyen hiánya az egész társadalmat áthatja, de különösen az ifjúságnál figyelhető meg. Hány olyan fiatal ismersz, aki megígért valamit, és nem tartotta be ígéretét? Olyan ez, mintha azt mondaná: „Rendben van, megcsinálom, ha nem jön közbe valami klassz program”, vagy „Oké, ha nem túl unalmas, vagy nem túl nehéz”. Bizonyos tizenéves körökben ez megszokott viselkedésmód.

Az elkötelezettség hiánya

Kétségtelen, hogy az elkötelezettség hiánya ebben a korban nagyon szegényes előkészület a későbbi életre. De nem csak a jövőre, hanem a jelenre nézve is nagyon rossz következményekkel jár. Nem az emberségükhöz méltón kezeli az embereket, ahogyan megérdemelnék, hanem lealacsonyítja a barátságokat, és aláássa az emberi kapcsolatokat. Már **William Shakespeare** is tudatában volt ennek, amikor sok évvel ezelőtt megírta a **CXVI. Szonettet**.

„Nem igaz: hű lelkek násza nem ismer akadályt!
Szerelem a szerelem,
amely hőfokot más hőfok szerint nyer,
vagy árapályt játszik készségesen?
Oh nem: az örök fárosz maga ő,
nézi a vihart s nem ing semmi vészben.
Minden vándor hajók csillaga ő,
magasságát mérhetik, erejét nem.
A szerelem nem az Idő bolondja,
bár romlás rabja arc és rózsajk,

szelmet nem merít ki hét vagy óra,
ítéletnapig szilárdan kitart.
Ha tévedek s én is hűtlen leszek,
sose írtam s szív sose szeretett.”

(Ford.: Szabó Lőrinc)

Családi élet

Az elkötelezettség egyik elfelejtett területe az ember saját családja. Amint egy fiatal éretté válik, nagyon is tudatában van azoknak a változásoknak, melyek bensejében végbementek. Azt is világosan tudja, hogy már egész más szemszögből figyelni korosztályának mindkét nembeli tagjait. Ez teszi szükségessé, hogy új kapcsolatokat hozzon létre. Mindez jó és helyes, de ezalatt a serdülő nem veszi észre azokat az átalakulásokat, melyek körülötte, saját családjában mennek végbe.

A családban a gyermek szükségszerűen állandó törődést és odafigyelést igényel. Adás és elfogadás két pólusa között mindig az utóbbin helyezkedik el, és ez így is van rendjén. Amikor azonban eléri a tízes éveit, már kellőképpen idős ahhoz, hogy ő is nyújtson valamit. Végül benne is ki kell alakulni a készségnek, hogy vállaljon valamit a családi élet felelősségéből.

Szüleid mindig a szüleid maradnak, és te mindig a gyermekük maradsz. De a szülő-gyermek kapcsolatnak meg kell változnia idővel. Ez az átmenet bizonytalan helyzetet teremt mindenki számára, de érdemes végigcsinálni, mert egy különösen szép, mély barátság születik meg a végén azokkal, akiket Papának és Mamának hívsz!

A legközelebbi felebarát

Hogy ez a fontos családi kapcsolat megszülessen, egy nyilvánvaló dolgot, az érintkezést nem szabad feladni. A tizenévesek néha elfelejtik, hogy akárcsak ők maguk, szüleik is emberek, akik szintén állandó szeretetre és támaszra szorúlnak. A főiskolai vagy egyetemi évek alatt a fiatalok szinte eltűnnek a szülők szeme elől, mert egyáltalán értetlennek tűnnek nekik. Az ifjúságot körülvevő szellemiség csak erősíti ezt az irányulást. Amikor Jézus a főparancsban azt tanítja nekünk, hogy szeressük Istent, és szeressük felebarátainkat, meg kellene értenünk, hogy a felebarát szó elsősorban azokra vonatkozik, akik a legközelebb állnak hozzánk. De ki áll közelebb hozzád, ha nem a családod? Jézus sehol nem mondja, hogy akár 4 vagy 8 évig is szüneteltesd a családod szeretetét.

A szexualitás kihívása

A keresztények és általában a komoly gondolkodású emberek mindig egybekapcsolják a szexuális érintkezést a mély elkötelezettséggel. A szexuális kapcsolatnak ez a típusa mind fizikailag, mind pszichológiailag annyira bensőséges, hogy törődés, bizalom, maradandó hűség kell, hogy jellemezze. Ha csak a fizikai öröm, a népszerűség vagy az egyén személyiségének kiteljesítése a cél, akkor a szexuális érintkezés mellőzi a már fent említett és elengedhetetlen irányelveket. Az ilyen érintkezés boldogtalanságba torkollik. Másrészt az, aki felismeri a szexualitásban rejlő ajándékot, a megfelelő időben képes lesz arra, hogy ezt a kincset a szeretett másikkal nagy örömben megossza. Ez a komoly elkötelezettség jutalma.

Odafigyelés

Az emberekhez való hűség egyik végső szempontja a helyes odafigyeléshez szükséges önfegyelem. Amikor arról beszéltünk, hogyan imádkozzunk, a ráfigyelésről beszéltünk, mely a kapcsolat felvételnek talán legfontosabb eleme. Vincent Duyer atya, trappista szerzetes beszélt erről napjaink egyik ifjúsági kongresszusán. Meglegyezte, hogy korunkban a legnagyobb bűnbánat és aszkézis nem a hosszú imában és az ételtől való tartózkodásban áll, hanem a másik ember figyelmes meghallgatásában.

Mennyország és pokol

Az élet tele van kihívásokkal. Szembenézhetünk velük, de meg is kerülhetjük őket. Ha az utóbbit választjuk, önmagunkba forduló emberek leszünk. Elismert teológusok megfogalmazták, hogy ez a befeléfordulás maga a pokol.

De ha bátran, legjobb tudásunk szerint válaszolunk ezekre a kihívásokra, akkor egyre szélesebb kilátásunk nyílik a világra. Az Úrral és embertársainkkal való kapcsolatunk olyan mély és gazdag lesz, hogy bennük már most a mennyországot ízleljük meg.

Lelki gyakorlatok

1. Vizsgáld meg magadban az igazi erő jellemzőit, mint türelem, kedvesség, önfegyelem, és ezek alapján írd le: mi a te legnagyobb ajándékod. Majd írd pár sort a Szentléleknek, melyben a legutóbbi időket áttekintve leírod, mikor és hogyan élted meg ezt az ajándékot és mi volt a legnyilvánvalóbb gyümölcse.

2. Az önmagadhoz való hűség azt jelenti, hogy legjobb szándékod és legjobb adottságaid szerint próbálsz cselekedni. Egy nagy pszichológus, Abraham Maslow írta:

„Ha előre leszögezed, hogy úgymint kevesebb vagy, mint amire pedig adottságaid képessé tennének, figyelmeztetlek: egész életedben boldogtalan leszel.” Olyan becsületesen és mélyrehatóan, ahogyan csak lehet, írd le: mit jelent a te hűséged felnőtt önmagadhoz.

3. Az emberekhez való hűséged lényege, hogy mennyire vagy képes odafigyelni rájuk. Írd le egyik társad nevét és azt a körülményt, mely miatt nem tudsz teljesen odafigyelni rá, valamint azt, hogy hogyan szeretnél változtatni ezen.

7. Lépj túl önmagadon!

A tizenéves kort tartják önmagunk felfedezése korának. Ekkor dolgozzuk ki magunkban azt, amit „identitás”-nak (önmagunkkal való azonosulás) nevezünk, és ekkor fedezzük fel egyéni tulajdonságaink nagyszerűségét. De ebben a magunk-felfedezésében veszély is rejlik. Az ember annyira magába fordulhat, hogy beszűkül a szemlélete, és ennek következtében nem tud megmaradni az igazság talaján. Kialakulhat bennünk egy nagyon szűk látókör, és nem vesszük észre, hogy rajtunk kívül egy hatalmas világ van. Ebben a világban rengeteg esemény történik – jó is, meg rossz is. Megízleljük a rossznak a keserűségét és a jónak az édességét, aszerint, hogy milyen esemény jön életünkbe. Ez hozzátartozik ahhoz, hogy teljes életet éljünk. De ha pusztán önmagunkra központosítunk, ezzel meggátoljuk életünk kialakulását. Egy valóságtól idegen és céltalan életet élünk, – ehhez pedig túl rövid az élet.

Az énközpontúság ellenszere

Jézus adott nekünk egy kitűnő gyógyszert a túlzott magunkbafordulás ellen. Ez egy világos és félre nem érthető parancs: hogy viseljük gondját a világ szegényeinek. Az evangélium úgy írja le Jézust, mint aki szívesen érintkezett a szegényekkel és a többi, a társadalom peremére szorított emberrel: leprásokkal, betegekkel, megszállottakkal, akiket a közösség kivetett magából. Ezt a tényt figyelembe véve vizsgáljuk meg élesebb megvilágításban az észak- és a dél-amerikai ifjúsági csoportok különbségét.

A dél (latin)-amerikai szemlélet

A dél-amerikai ifjúság nem lát problémát abban, hogy Jézus az evangéliumi leírás szerint együtt érez a szegényekkel, és törődik a társadalomból kivetettekkel. Az elítélő vádat, amit az Úr a gazdagok ellen emelt, alig lehet erőteljesebben kifejezni. „*Szegények mindig lesznek veletek*”. (Jn 12,8) Ez a megállapítás nyilvánvalónak látszik a dél-amerikai ifjúság előtt. Csak körül kell nézniük. Ezért választották a plébániai ifjúsági csoportok legfontosabb célkitűzésként a nyomor és a szegénység enyhítését.

Magasztos célok

Kétségtelen, hogy a dél- és közép-amerikai ifjúság hivatottnak érzi magát erre a küldetésre. Világos megfogalmazást nyert ez két új dokumentumban: „**Reflexiones JOC.3.**” (A limai és a perui katolikus munkás fiatalok kiadványa) és a „**Pastoral Juvenil en Chile**”, amit a chilei Nemzeti Bizottság adott ki az ifjúsági szolgálat számára. Az utóbbiból készítettünk egy kivonatot, amely megfogalmazza a magasztos célokat, és felszólít minden keresztény fiataalt, hogy kezdjen élni az evangélium szerint:

- A világon mindent, ami építő és jó, értékesnek tekintünk, függetlenül attól, hogy honnan ered;
- Mindent, ami előmozdítja az emberek boldogulását és jólétét, különösen támogatni kell;
- Adjuk oda magunkat egész szívvel Isten országa építésének, és próféta módon álljunk ellen mindennek, ami ezt akadályozza;
- Fedezzük fel, hogyan érhetnénk el a problémák gyökerét, amelyek a mai világ emberét sújtják;

- Csatlakozzunk a küzdő erőkhöz minden leigázott nép teljes felszabadításáért, szálljunk szembe magával a gonosszal is;
- Röviden: mi keresztény fiatalok, magától az Úrtól vesszük küldetésünket, hogy kovászai legyünk ennek a világnak; bátorítunk és előmozdítunk minden olyan tevékenységet, mely békességre, egyenlőségre, igazságosságra és testvériségre irányul.

Az észak-amerikai szemlélet

Az észak-amerikai ifjúsági mozgalmak nyilatkozataiból általában hiányzik ez az erős szociális érzés, az elnyomottakkal való rokonszenv, a modern társadalom igazságtalanságai fölötti felháborodás. Miért? Azt jelenti ez talán, hogy az észak-amerikai fiatalok természetüknél fogva kevésbé idealisták? Vagy kevésbé tudják magukat odaszánni fontos ügyek szolgálatára? Bizonyára nem! De talán azt jelenti, hogy valamennyiünket alakít az a kultúra, amelyben élünk. Bizonyos értelemben a minket körülvevő társadalomnak áldozataivá is válhatunk.

Egy gazdag országban élve, jó móddal körülvéve, olyan befolyás alá kerülhetünk, amely állandóan ösztönöz bennünket a fogyasztói társadalom által irányított önző életmódra. Ez olyan kényszerítő erőt jelenthet, amely annyira eltorzítja egyéniségünket, hogy képtelenné válunk Krisztus tökéletes és készséges követőjének lenni. Nem lenne meglepő, ha egy ilyen ember sötét foltokat fedezne fel magában, amikor az evangélium szigorú megállapításait olvassa. Hogyan tudná Krisztus következő szavait szó szerint venni: „Én vagyok az első”, és mégis folytatni önző életét. Vagy, amikor „*Jézus körülnézett, majd ezekkel a szavakkal fordult tanítványaihoz: „Milyen nehezen jut be a gazdag Isten országába!”* – A tanítványok megütköztek szavain, Jézus azonban megismételte: „*Bizony mondom nektek: A gazdag nehezen jut be a mennyek országába. Ismét mondom nektek: Könnyebb a tevének átmenni a tű fokán, mint a gazdagnak Isten országába jutni.*” (Mk 10,23–25)

A kapzsiság vétké

Michael Warren az író és tanár megjegyezte, hogy a fiatalok, akiket ma ez egyetemen tanít, egészen mások, mint a tíz év előttiéik. „A legnagyobb bűn, ami általánossá vált náluk: a kapzsiság.” Ezen azt érti, hogy életük legfőbb célja a gyűjtés, az anyagi javak megszerzése és a társadalmi emelkedés. Úgy tűnik, mindenre képesek, hogy ezt a célt elérjék.

Az 1960-as zavargások több fontosabb problémát hoztak felszínre: a faji megkülönböztetés problémáját, a polgári szabadságjogok problémáját és a békeharcosok tiltakozását. Az egy évtized előtti nyugtalan ifjúság viselkedése kevésbé volt anyagi, mint a maiaké. Ebben a tekintetben az ifjúság színe-java közelebb állt az evangélium tanításához, mint a mai ifjúság. Tragikus, hogy ez a lelkesedés olyan rövid életű volt. Tragikus, hogy visszakanyarodtunk az önző fogyasztói szemlélethez.

Ma úgy látjuk, mintha egy egész világra kiterjedő faluban élnénk, ami gazdaságilag a multimilliomosok részvénytársaságának ellenőrzése alatt áll. Sok ilyen társaság a gazdasági érdeket előnyben részesíti és mellőzi az alapvető emberi jogokat és keresztény igazságokat. A világ szegényei közben szenvednek ebben a kapitalista futó-homokban: minél keményebben küzdenek, annál mélyebbre süllyednek. Ideje, hogy mindnyájan szemügyre vegyük azt a világot, amelyben élünk. Utóvégre is ez a mi világunk. Krisztus azt mondta, nem azért jött, hogy elvegyen minket ebből a világból, hanem a világba küld, hogy tegyünk meg mindent annak megváltoztatására. Ahol igazságtalanság van, ott nincs jelen az Isten országa.

Felelősség vagy közömbösség

Archie Bunker: „All in the Family” című könyvében olvashatjuk ezt a megállapítást: „Oh, ne aggódj miatta. Ő egy jó katolikus, aki semmit sem fog tenni mások érdekében.” (1973. I. 15.) Gondoljuk meg, milyen tragikus ez a megállapítás! Ezt olvasva, az a kísértése támadhat egy fiatalnak, hogy föltegye a kérdést: Miért mulasztotta el az idősebb nemzedék a döntő cselekvést? Miért engedte meg, hogy megtörténjenek az igazságtalanságok a világban? Miért nem akadályozta meg kellő időben? – De, mit teszel te ennek érdekében? Azért hogy fiatal vagy, nem rázhatod le magadról a felelősséget ebben a dologban! Daniel Berrigan atya azt mondta, hogy a szeretet ellentéte nem a gyűlölet, hanem a közömbösség. A mulasztás vétkei, azok a rossz cselekedetek, amiket mi teszünk! Az elmulasztott jócselekedetek, amiket meg kellett volna tenni. Vagy ott vannak a behódolás vétkei, vagyis együtt menetelünk azokkal, akik behódoltak a mai fogyasztói kultúra téves irányvonalának. Eszerint mindent meg kell tenni a kényelmes életért, és kerülni kell minden kellemetlen helyzetet.

Nem helyes minden szenvedést a világban az emberi kapzsiságnak, előítéletnek és igazságtalanságnak tulajdonítani. Ha Krisztus igaz követői vagyunk, küzdenünk kell ezzel a valósággal szemben, és mindent megtenni, hogy megváltoztassuk a dolgokat.

Az egyéni szenvedés

Életünk másik valósága, amivel nehezen akarunk szembenézni, az egyéni szenvedés problémája. A tizenéves kor kezdetén búcsút kell vennünk a viszonylag boldog gyermekkortól. Nem mintha a gyermekek nem szenvednének – nekik is megvan a koruknak megfelelő szenvedésük. De csak az érettség korában jelentkezik a tudatos törekvés, hogy az ember megbirkózzon a szenvedés nagy titkával. Vannak „növekvő fájdalmak” a felnőtt kor felé haladva, amelyek nem fizikai sérülésekből erednek, hanem érzelmi és lelki problémákból (stressz-hatásokból). Ezek néha nagyon mély fájdalmat jelentenek. Íme egy 14 éves fiú költeménye, amely világosan megfogalmazza ezt:

Ahogy érzem...

Úgy érzem magam, mint a Nap, mely fényét veszítette,
mint a Hold, mely elé felhő tornyosult,
mint egy szegény fiú, ki elvesztette szeretett kutyáját,
mint egy elárvult kislány, kinek szüleit elragadta a kegyetlen halál.
Úgy érzem magam, mint egy üres bank, melynek minden kincsét elrabolták.
Úgy érzem magam, mint egy kiégett villanylámpa.
Úgy érzem magam, mint egy festmény, melynek színei kifakultak....
A fájdalom egészen átjárja szívemet.

(Mark Ferreira)

Mivel az élet állandó növekedés, a szenvedés lehetősége mindig előttünk áll. Ennél fogva szükségünk van a dolgok megértésére. Szükségünk van ennek az egész életet átjáró tapasztalatnak a közelebbi vizsgálatára.

A szenvedés titka

Sokféle vélemény hangzott már el az emberi szenvedés problémájáról. Ezek közül van, ami segítséget nyújt a tisztánlátáshoz, van ami nem. A szenvedés nem egy megoldandó probléma. Nem valami kérdés, amire felelni kell. A szenvedés titok (misztérium). Az ember

nem juthat el végleges megoldáshoz („egy az egyben”), nem találhat részletekbe menő magyarázatot, ami pontosan föltárná, hogy mi is az, ami történik. Mindazonáltal vannak olyan gondolatok, amik segíthetnek, hogy megbirkózzunk ezzel a titokkal. Keresztény hitünk, forrása lehet a vigasztalásnak. Jézus megígérte, hogy meghallgatja kéréseinket. Az újszövetségi Szentírásban sok hasznos tanácsot olvashatunk. Figyeld meg pl. ezt a két idézetet:

„Nagy örömmel tartásatok testvéreim, ha különféle megpróbáltatás ér. Hiszen tudjátok, hogy hitetek erőpróbája állhatatosságot eredményez, az állhatatosság pedig tökéletessé teszi a cselekedetet. Így lesztek minden fogyatkozás nélkül tökéletesek és feddhetetlenek.” (Jak 1,2–4)

„Áldott legyen az Isten, Urunk Jézus Krisztus Atyja, az irgalom Atyja és minden vigasztalás Istene. Ő vigasztal meg minket minden szomorúságunkban, hogy mi is megvigasztalhassunk szomorúságukban másokat azzal a vigasztalással, amellyel Isten vigasztal meg minket. Amilyen bőven részesedünk Krisztus szenvedéseiben, olyan bőven árad ránk Krisztus által a vigasztalás is. Ha szenvedünk, a ti vigasztalástokra és üdvösségetekre szolgál, ha vigasztalódunk, az is a ti vigasztalástokra van. Ez azoknak a szenvedéseknek türelmes elviselésére ad erőt, amelyeket mi is elszenvedünk, így erős a belétek vetett reményünk, mert tudjuk, hogy nemcsak a szenvedésben vagytok társaink, hanem a vigasztalásban is.” (2Kor 1,3–7).

Az irodalom által is bepillantást nyerhetünk az emberi szenvedésbe. Figyeljük meg **R. H. Bronning** kis költeményében mennyi bölcsesség van:

Az Örömmel bandukoltam,
Ő egész úton csevegett;
Semmivel sem lettem bölcsőbb
Amit fülembé csicssergett.

A Bánattal vándoroltam,
Ő egész úton hallgatott...
Oh, de mennyit megtanultam,
Mikor a Bánat társam volt!

Elmélkedés a szenvedésről

Íme néhány további gondolat a szenvedésről, amely segítségünkre lehet Máté evangéliumából.

1. Isten szándékosan ad egyes embereknek bizonyos szenvedéseket? Szándékosan megtervezi, hogy milyen bajok érjenek bennünket? Egyesek valóban ezt gondolják a gyermekkorukban kapott helytelen válaszokból, melyeket szüleiktől és tanítóiktól kaptak. De ez a felfogás nem egyezik azzal, amit Jézus nyilatkoztatott ki. Az Isten, akit Jézus saját személyében kinyilatkoztatott, maga a Szeretet. Egy szerető édesapa nem sújtja gyermekeit szenvedéssel. Emberi lényünk sebezhetősége miatt (amelynek oka az eredeti bűn) szenvedünk testileg és lelkileg. Egészen biztosan nem azért szenvedünk, mintha Isten kedvét lenné fájdalmainkban.

2. Vajon bűneink miatt kell szenvednünk ebben az életben? A felelet erre a kérdésre igen és nem. Nem úgy szenvedünk bűneink miatt, mint az ókorban a zsidók elgondolták. Például, amikor a választott népet éhség sújtotta, ezt a csapást úgy magyarázták, hogy az Isten büntetése engedetlenségük miatt. Ez a primitív gondolkodásmód túl egyszerű. Isten nem

cselekszik így. Hogy pontosabban megfogalmazzuk: egy indulatos szó miatt Isten nem akarja, hogy megbotoljunk és elessünk. Szenvedünk ugyan bűneink miatt ebben az életben, de olyan értelemben, hogy a bűnnek és a keményszívűségnek megvan a maga következménye. Nyomorúságot hoz az életünkbe. Igazság van abban a mondásban, hogy mennyországunk vagy kárhozatunk már itt a földön elkezdődik.

3. Milyen értéke lehet a szenvedésnek? Ezt a kérdést több szempontból is meg lehet közelíteni. Az érték nem a szenvedésben magában van, hanem a mi hozzáállásunkban. Két alapigazságot lehet itt felfedezni. Az első alapigazság: amikor imádkozunk, hogy megszabaduljunk a szenvedéstől, Isten gyakran inkább minket változtat meg, mint a körülményeket.

A második alapigazság Szent Ágoston tanácsa: „Fogadd el, amit el kell fogadni, változtasd meg, amit képes vagy megváltoztatni, és légy bölcs, hogy mindig fölismerjed, mikor melyiket kell tenned.”

Természetesen legnagyobb értékű emberi szenvedés az, ami a másik ember javát szolgálja. Jézus kereszthalála számunkra tanúságtétel erre.

4. Van-e értéke a magunkra vállalt szenvedésnek (önsanyargatásnak)? Az önsanyargatásnak önmagában nincs értéke. De olyan értelemben van értéke, amennyiben érettséget ad ahhoz, hogy el tudjuk viselni az elkerülhetetlen szenvedéseket.

Beszélgetés egy jóbaráttal

A legfontosabb, amikor a szenvedés belép az életedbe, hogy ne tarts mindent magadba zárva, hanem inkább beszéld meg egy barátoddal. Igaz ugyan, hogy a másik ember nem tudja megoldani problémádat (mert ahogy mondtam, a szenvedés nem megoldható probléma, hanem titokzatos valóság, amit át kell élnünk), de legalább segít felszínre hozni a problémát. Ez legalább ad némi távlatot, és azon felül talán egy kis jó tanácsot is. A barátok támogatására és bátorítására nagy szükség van a nehézségek idején. Ha nem beszéljük meg szenvedéseinket egy megbízható baráttal, akkor rendszerint felzaklatott lelkiállapotban maradunk, és talán hosszabb időre megmarad bennünk a lehangoltság.

Emlékezz vissza arra, amit a [4. fejezetben](#) írtam az imáról. Miért tétovázunk kiönteni szívünket Jézus előtt és miért nem bízunk abban, hogy Ő személy szerint szeret bennünket!

Lelki gyakorlatok

1. Olvasd el a keresztyén fiatalok célkitűzéseit a [66. oldalon](#). Használd fel ezt a listát, hogy felvázold saját célkitűzéseidet. Gépeld le és tartsd olyan helyen (pl. íróasztalodon), ahol gyakran rá tudsz pillantani.

2. A papírlapot oszd ketté A és B jelzéssel. Az „A” alá írd az életed kellemetlen dolgait, amit el kell fogadnod; a „B” alá azokat a kellemetlen dolgokat, amiken tudsz változtatni. Egyik vagy másik oszlopba sorold be dolgaidat. Azután írd egy levelet Jézushoz, és mondd el neki gondolataidat, valamint érzelmeidet a följegyzett dolgokról.

3. A világ gazdasági életét néhány óriási vállalat irányítja. Jobban, mint gondolnánk, ezek befolyásolják gondolkodásunkat és vágyainkat. De te légy inkább önálló egyéniség, és segítsd hozzá a társadalmat – erőd szerint –, hogy mindenütt az igazság és a becsület uralkodjon!

Következtetés

Ennek a könyvnek az alcíme lehetne: „Lelki útmutatás felnőtt fiataloknak”. Egy végső magyarázatot szeretnénk adni a „lelki” jelzővel kapcsolatban. Sokan azt gondolják, hogy bármi, ami „lelki”, csak a személyiség egy része, és hogy azt nem vonatkoztathatjuk a személy egész emberségére. Ez nem így van. Valódi meghatározása: személyes kapcsolat Jézussal, az Isten-emberrel.

Ha nem ismerjük el Jézust, mint valóságos embert az emberi nem felnőtt tagjának, akkor közeledésünk Istenhez nagyon sokféle nehézséggel találkozhat. Az út az Atyához Jézus, és csak egyedül Ő. Úgyszintén vigasztaló tudni, hogy olyan Megváltónk van, aki tökéletesen megért bennünket. Valamikor Ő is volt felnőtt fiatal. Ő is átélte ezt. Amikor vele beszélünk imáinkban, tudja miről van szó.

Talán a legfontosabb dolog, tudatában lenni annak, hogy az Istennel való kapcsolat: lehetséges. Nem valami múlthoz tartozó dolog. Nem valami papoknak, vagy szerzeteseknek fenntartott lehetőség. Nem jelenti azt sem, hogy csak szent emberek érhetik el vagy csak éppen a felnőttek. Ez lehetőség számodra is, **itt** és **most!** Ez jónak és igaznak látszik –, de a valóság mindazonáltal: *Kapcsolatba léphetsz Jézussal!* Miért ne?