

# GONDOLATOK ÉNÜNK GYENGE OLDALÁNAK SZERETETÉRŐL

Írta: Elliot Robertson

Fordította: Törökfalvy Edit

Megjelent: a The Quest 1991. tavaszi számában

Szalézi Szent Ferenc azt tanácsolja, hogy legyünk alázatosak és szeressük alantas állapotunkat. Tetszik nekem ez a tanács, mert oly sokszor épp ez az a lépés, amit meg kell tennünk, hogy „Krisztust magunkra öltjük”. Azután énünk alázatos, megtört részének szeretése olyan dolog, amit közülünk egyesek hajlandók figyelmen kívül hagyni, vagy egyenesen ellenezni; ezért e szavak fontos jelzőtáblaként szolgálnak, ámbár oda irányítanak bennünket, ahol inkább nem szeretnénk kutatni.

Feljegyzett beszédei egyikében Eckhart Mester azt mondja, hogy „Énünk lebontása által fogadjuk be Krisztust, Istent, az alázatosság állapotát, a szentséget”, vagy köznyelven szólva: ha az ént félretesszük, akkor Krisztust fogadjuk magunkba. A legbiztosabb módszerek egyike, amivel kicsiny énünk lebontását vagy félretevését elkezdhetjük, elesetségünk szeretése által történik.

Nemrég a büszkeségemmel küszködtem. Valamely hét folyamán a gögöm, hiúságom vagy alacsonyabbrendűségi/felsőbbrendűségi komplexusom számtalan körülményben mutatta meg csúf arcát. Azokban a pillanatokban, amikor a hibás, megtört énemmel álltam szemben, felfedeztem, hogy megválaszthatom a magammal szembeni reakciót. A múltban gyakran ösztönösen mindjárt megostoroztam és szidtam magam, hogy oly önző vagyok, hogy nincs bennem elég becsület. Amikor felhívták a figyelmemet egy bizonyos hibámra, amivel éppen küszködtem, megpróbáltam cserbenhagyni magamat, kimenni magamból. Ezt meg lehet kísérelni kábítószerek, vagy alkohol segítségével, kényszeredett nemi étellel, kedvszegő érzésekbe való eséssel, amelyek a vállalkozó kedvet ássák alá (ami mélyen belerögződött szokás), vagy esetleg érdekfeszítő regénybe vagy filmbe való elmeneküléssel.

Az önostorozásra vagy elmenekülésre, cserbenhagyásra adott alternatív válasz a nyomorult állapotunk szeretése. Társadalmunkban ez a másfajta reakció nagyon kevés támaszra számíthat, mivel az önmagukkal és velünk szembeni reakciókat illetően a szabványos viselkedési mintáink többé-kevésbé a két legkevésbé építő módszert választották.

Ez a harmadik módszer – önmagunk szeretése – feltétel nélküli elfogadásával jár annak, amik a jelen pillanatban vagyunk. Legnemesebb formájában ez abból ered, hogy egyetértünk a Legfelsőbb azon óhajával, hogy az eget és a földet saját lelkünkbe ültesse, az arra való hajlandóság, hogy meglássuk Istent a saját testünkben. Legmélyebbre süllyedt részünk szeretése által csökkentjük énünk önvédelmi igényét és fellazítjuk egyéniségünkre gyakorolt korlátozó markolását. Amikor elesett állapotunk önkéntes bevallásán túlmenően „Isten hatalma nagyobb dicsőségére” még aktív módon szeretjük és élvezzük is azt, akkor felszabadulunk azon szükség érzése alól, mely szerint saját tökéletességünk szerzőjének kellene lennünk, és így énünk levetésére elő van készítve az út. Ahhoz, hogy elesett állapotunkat szívesen láthassuk, bízunk kell az Isten végtelen bölcsességében, amellyel minket saját dicsőségére képes felhasználni, függetlenül attól, hogy milyen messzire távolodtunk el tőle. Még ennél is jobb ahhoz a bizonyossághoz tartanunk magunkat, hogy „Az Atya maga szeret téged” (Jn. 12:27) még elesett állapotodban is.

Matthew Fox, Eckhart Mester egyik meditációjának átírásában üdvösségként utalt a kicsiny énünkre vonatkozó ilyen reagálásunkra. „Amikor a teremtett dolgok szépségét csodáljuk, az maga az üdvösség” – írja. „A részvét által válik a lélek áldottá” – folytatódik a meditáció – „... a részvét akkor árad ki, amikor az emberiség és az istenség áramlik.”

Fox és őelőtte Eckhart, azt sejtetik, hogy lelkünk üdvössége abban rejlik, hogy emberiességünk szépségét minden tökéletlenségében és hiányosságában is csodáljuk. A meditáció arra emlékeztet minket, hogy kötelességünk az Isteni Munkás rendelkezésére bocsátanunk emberiességünket azért, hogy könyörületesekek vagyunk emberi énkünk iránt. Hasonlóképpen a meditáció – intés, hogy gőgösen ne vegyük magunkra azt a felelősséget, hogy saját isteniségünk forrása vagyunk.

Melyik ént bontjuk le, amikor esett énkünket szeretjük? Amikor gőgös éneket szeretem, akkor a gőgös éneket bontom le azért, hogy elolvastam fölöttem gyakorolt hatalmát. Amikor önostorozó éneket szeretem, akkor rosszhiszemű éneket bontom le azért, hogy fölém emelkedek, hogy nála nagyobb vagyok. Ily módon tapasztalhatjuk meg a mondás igazságát, hogy: „az, aki benned van nagyobb, mint az, aki a világban van.” Továbbá azért, hogy aktív módon elhatározzuk, hogy szeretni fogjuk önmagunk bármely, általunk észlelt, teremtett, tökéletlen arculatát, és akkor felszabadítjuk magunkat annak romboló körforgása alól, amely állandóan fogva tart saját kicsiny énkünkben.

Ugyanabban a fönt idézett beszédben, Eckhart a léleknek Istenhez való viszonyát így fejtegeti: „A lélek valóban eltávolodhat Tőle, de amíg az ember közvetlenül Isten alatt tartja magát, addig közvetlen fogékonysága van a tiszta isteni hatás felé, és nincs alávetve semmi másnak.”

„Amíg az ember közvetlenül Isten alatt tartja magát”, mondja Eckhart, addig a lelke Istennel, áldással és szentséggel telik meg. Úgy találtam, hogy a közvetlenül Isten alatt maradásnak egyik legbiztosabb módja, ha önmagunk legelesettebb részét szeretjük. Mert amikor elesett részem szeretem, akkor utat nyitok afelé, hogy Istenben jobban bízzak, mint magamban, és így szabadítom meg magamat attól, ami bennem nem akar közvetlen Isten alatt lenni; attól a részemtől, amely nem képes követni, és magát alávetni, hanem mindenhatónak képzelettel magát.

Szalézi Szent Ferenc az alázat szerepéről úgy beszél, mint ami a szív Isten felé való kinyílásához szükséges bizalom ápolása. „Isten akarata az, hogy azért váljunk tökéletessé, hogy vele egyesülünk és amennyire csak lehetséges, őt utánozzuk. Az önmagában bízó büszke embernek oka van nem megkísérelni semmit. Az alázatos ember annál is inkább bátrabb, mert felismeri saját tehetetlenségét. Minél nyomorultabbnak tekinti magát, annál merészebb lesz, mert teljes bizalmát Istenbe helyezi, aki gyengeségünkön át örömmel mutatja meg hatalmát és adja kegyelmét nyomorúságunkban.”

Az alábbi meditáció segíthet az esett én szeretése felé.

Először is keress szívedben valamit, amit sajnálsz, vagy amiért szégyelled magad – bármit, amit nem vagy képes elengedni, amivel a gyűlöletnek akár csak egy unciájával is vádolod magad. Ha ezt megtaláltad, képzelettel el az Égi Szülődet (Anya, Atya vagy kétnemű Szülő) égi fényével telt testben föléd tornyosulva, aki – a tekintélyről alkotott gyermekkori elképzeléseiddel összhangban – legalább két-háromszor nagyobb nálad. Képzelettel el, amint ez a Szülő figyel téged abban a pillanatban, amikor magát a hibát elköveted. Mi volt az Égi Szülő reakciója abban a pillanatban? Esetleg valódi, szeretetteljes, nem ítélkező, részvétteljes: „A gyermekem még mindig tanul.” Érezd a hatalmas, finom szeretetet, amit az Égi Szülő érzett esett éned felé abban a pillanatban és add át magad Égi Szülő reakciója követésének abban a részében, amelyben még van hely a fejlődésre azért, hogy Égi Szülő irántad érzett szeretetét utánzod.

Legyen bennünk elég alázat, hogy feladjuk érdemtelenységünkkel dicsekvő hajlamunkat és utunk minden részén önmagunk iránt érzett határtalan szeretetben érezzük a dicsőséget az Egy Megnevezhetetlen iránt.

