

A tudatosság és a fal

Valami nem stimmel a világgal: háborúk, szenvedések, önzés vesz körül bennünket, mikor Jézus azt mondja, hogy „az Isten országa közöttetek van.” (Lk 17,21) Hol van ez az ország Uram? Nem látjuk! - tesszük fel a kérdést. - Persze, hogy nem látjátok, mikor falakkal veszitek körül magatokat. - jön a válasz.

A test, a lélek és a szellem karbantartása önmagában még nem ad megoldást az életünkre. A világ, amely körülvesz bennünket olyan hatalmas és összetett, hogy abban önmagunk megtalálása az első nagy válasz életünk miértjeire. Ki vagyok? Miért vagyok? Miért itt és most? Mi a küldetésem?

Erre a válaszok rajtam kívül vannak: Istennél. Hogy hozzájuk férjek, csak egyetlen dolgom van, megérteni azt, hogy mi választ el tőle: a Fal, amit én magam építettem. Jézus éppen azért jött el, hogy ettől a faltól szabadabbá tegyen bennünket.

„Készítsétek az Úr útját, egyengessétek ösvényeit!” (Mt 3,3)

Alapvetések:

Az első, amit meg kell értenünk, hogy minden két ember között két fal van. Az egyik az, amit én építék, hogy védjem magam a másiktól, a másik az, amit a másik épített, hogy védje magát tőlem.

A második alapvetés, hogy annak ellenére, hogy a másik fala sokkal nagyobb, vastagabb és vérlázítóbbnak tűnik, nem nyúlhatok hozzá. Csak a saját falamat bonthatom. Mindenki a maga falát bontja és építi.

A harmadik alapvetés az, hogy az Isten oldalán nincs fal! Ez hatalmas erőt adhat ahhoz, hogy nekiálljak a falbontásnak. Jézus teljesen kiszolgáltatta magát az embereknek. Ezt csak úgy tehettem meg, hogy hiánytalanul lebontotta a falat. Utána még hozzá tette: „Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit cselekszenek” (Lk 23,34)

Negyedik alapvetés: a fal meggátol abban, hogy boldog legyek. Ezért szeretném lebontani. Első megközelítésben azt hiszem, hogy a fal boldoggá tesz, mert véd engem. Az a gond ezzel, hogy valójában a fal bezár, rabbá tesz és gátol a szabadságban. Krisztus a szabadságra hívott el bennünket. Ebben pedig nincs benne a fal. Isten országa tehát úgy jöhet létre közöttünk, ha lebontjuk a falat.

1. Van falam

Sok ember számára az a legmeglepőbb felfedezés, hogy van fala. Először úgy látszik, hogy ez a fal jelentéktelen és csupán egy természetes önvédelmet szolgál. Szálgának tűnik csupán. Jézus azt mondja: „Miért nézed a szálgát atyádfia szemében, a magad szemében pedig miért nem veszed észre még a gerendát sem?” (Mt 7,2)

A falbontásnak akkor lehet csak nekiállni, ha belátom, hogy van falam. Mindaddig, amíg tagadom, vagy jelentéktelennek tüntetem fel, értelmetlennek tűnik az egész. A falbontás első lépése ezért az kell, hogy legyen: belátom, hogy van falam. Falam a kollégám felé, a párom felé, a gyermekem felé. Ez a fal a konfliktusaink forrása, a bizalmatlanság, a szeretetlenség forrása. Ez a fal áll kettőnk közé. Amíg közöttünk van, Isten országa nem valósulhat meg köztünk. Ha szeretnék lépéseket tenni ezért, akkor neki kell állnom, hogy lebontsam. Szembe kell néznom vele. Csak ekkor értem meg, hogy mekkora. Lehet, hogy hosszú évek alatt felépített hatalmas erőd. Lehetetlennek tűnik lebontani. Ha boldog akarok lenni, mégis neki kell látnom! Lám! Isten oldalán nincs fal. Ő olyannyira szeretett, hogy teljesen lebontotta. Teljesen kiszolgáltatta magát az embereknek, mert olyannyira szeretett minket. Akkor hát engem mi tart vissza? Fontos a sorrend! Elsőként az Istennel szemben állított falnak kell nekiállnom, majd utána annak, amit az emberek felé építettem.

2. Megnevezem a téglákat

A falbontás fontos stratégiája, hogy nem ledönteni akarom. Persze ritka, kivételes esetekben van ilyen is. Legtöbbször azonban egyesével, hosszú,

tudatos, fáradtságos munkával kell kivennem a téglákat. Szembe kell néznem azzal is, hogy ez a szenvedésemmel járhat. Mégis abban a tudatban kell megtennem, hogy tudom: a fal boldogtalanná tesz!

A téglák első csoportja a ragaszkodásaim. Ezeknek a tégláknak a jelei a félelmeim és a haragjaim. Ezek boldogtalanná tesznek. Minden tárgy, személy, vagy eszme, amihez ragaszkodom, haragot, vagy félelmet válthat ki belőlem. A ragaszkodások jelei még az irigység és a féltékenység is.

A téglák második csoportja az elképzeléseink. Ezek miatt hisszük többnek, vagy kevesebbnek magunkat annál, amik vagyunk. Ezeknek jele, amikor megsértődünk, vagy okosabbnak hisszük magunkat Istennél, vagy másoknál.

A téglák harmadik csoportja az elvárásaink. Minden olyan elvárás, ami a másoknak szinte teljesíthetetlen terhet jelent, belőlem pedig haragot vált ki. Mert ugye biztosan nem szeret, ha képtelen megcsinálni.

Az utolsó téglacsoport pedig az önsajnálát. Emiatt menekülök a semmittevésbe, vagy a munkába, TV nézésbe, számítógépezésbe. Mindegy, csak ne kelljen a másikkal foglalkozni. Hasztalan folytatok karitatív munkát, ha otthon hiába vár a családom. Az önsajnálát jele minden szenvedélybetegségem is. Mindaz, amiről úgy gondolom, hogy nekem az jár a boldogsághoz és anélkül boldogtalan vagyok.

3. Elhatározom magam és nekiállok a bontásnak

A döntés az enyém. Valóban boldog akarok lenni, vagy maradok a szenvedésfüggő életemnél, amiben biztonságban érzem magam? Valóban szeretném az Isten országát építeni? Ha igen, akkor rá kell lépnem erre az útra. Nincs önsajnálát, siránkozás. Egy csodálatos kaland a téglák kiszedegetése a falból. Egyenként! A „most rögtön, de azonnal” világában, ahol inkább felveszünk egy banki kölcsönt semmint kivárjuk amíg összegyűlik a pénzünk, nehéz a türelmet gyakorolni. A fal bontása kitartást igényel. Lehet, hogy a falam lehetetlenül nagy. Amolyan kínai nagy fal. Mégis neki kell állnom. A kaland része az, hogy minden téglát felismerése és kivétele egyre szabadabbá tesz és ezért egyre boldogabbá is tesz. Rabságom, ami mögé

bújtam, megszűnik és egészen szabad leszek. Először Isten szeretete számára, majd egyre jobban az emberek számára is.

Néhány téglát fájdalmas kivenni. A hiány fájdalma és a kihívás nagysága azt sugallja majd, hogy nem érdemes tovább mennem. Ez a küldetés túl reménytelen, túl nagy, túl késő. Isten országa azonban nem így működik. A boldogságom kulcsa nem a tárgyakban, eszmékben, emberekben van, hanem a saját kezemben. A döntés az enyém. Erre magától Istentől kaptam hatalmat. Csak kezembe kell vennem és élnem vele.

4. Szeretem a falam

Ez a szint a visszaesésről szól. Az a helyzet, hogy a falakat azért építjük, mert szeretjük őket. Szeretjük a bűnt, szeretjük a frusztrációnkat levezetni, szeretjük a szenvedélyeinket, a lustaságunkat, szeretjük dédelgetni a haragunkat. Ha ezt nem látjuk be, akkor a fal észrevétlenül fog visszatanóni az életünkbe. A fal lebontásához először meg kell értenem önmagamot. Azt, hogy miért is építettem. Mi elől védtem magam és mi az, amit szeretek benne.

Emellett azt is be kell látnom, hogy a fal a magány és az önzés útja. Az elszigetelt boldogtalan ember vára. A kettő látszólag ellentmond, de ezt az ellentmondást napról napra megéljük összezavarodott életünkben. Csupán akkor válik kínossá, mikor visszatérek a gyóntatószékbe és újra meggyónom. Akkor úgy teszek, mintha megbánnám, mintha lebontanám. Aztán ahogy kiléptem a fülkéből, pillanatok alatt felépítem. Mi keresztények ebben nagyon jók vagyunk. Mintha „mise” történt volna, úgy jövünk ki a templomból.

Szembe kell néznünk ennek a kettősségnek az álnokságával. Csak úgy arathatunk végső győzelmet, ha belátjuk a gyengeségünket, az ostobaságunkat. Mikor belátjuk, hogy képtelenek vagyunk rá, nem vagyunk elég okosak és valóban oda térdelünk Isten elé: „Uram, okosabb vagy nálam! Szeretném, ha átvennéd az irányítást! Küldd el Szentlelkedet! Én gyenge és ostoba vagyok, csak Te vagy a reményem!

5. A végső döntés a fal ledöntése mellett

Ha beláttam, hogy a fal bezár, hogy nem a barátom és védelmezőm többé, hanem a börtönöm és az ellenségem, akkor tudom csak meghozni azt a döntést, hogy le akarom dönteni. Ez az utolsó lehetőségem arra, hogy beengedjem az életembe Isten szeretetét és végre ablakot nyissak mások felé is. A körülöttem levő emberek, főleg a gyerekek rajtam keresztül ismerik meg Istent. Ha csak a falat látják, egészen torz képet kapnak az Istenről. Nem csak a saját életem miatt fontos tehát a fal ledöntése, hanem azokért is, akik körül vesznek, akiket szeretek. Az én falaim az ő életükre is ránehezednek. Egy mogorva keresztény falán keresztül nézve a gyermeknek mogorva istenképe lesz. Egy bűnökben élő keresztényen keresztül szemlélve az Istent olyan kép alakulhat ki az emberben, ami teljesen elferdíti a valóságot. Jézus hiába bontotta le a falat, ha én nem teszem meg felé ezt a gesztust és ráadásul mások felé sem vagyok hajlandó nyitni.

Ezért kiáltotta János a pusztában: "Készítsétek az Úr útját, egyengessétek ösvényeit!" (Mt 3,3)

Mikor a falat bontjuk, nem csak a saját boldogságunkat építjük, hanem egyengetjük az Úr útját. Először a saját szívünk felé, azután a többi ember felé. A kapcsolatunk megerősödik Istennel és a többi emberrel is. Isten országa végre közénk jöhet és megvalósulhat közöttünk. Hát ez az, amiért érdemes belefogni.

6. A haragot felváltja a hála

Ha valaki megízleli azt az állapotot, amikor sem harag, sem félelem nincs az életében, akkor oda szeretne minél többször visszatérni. Fontos, hogy nem a szenvedésről beszélek. Ahogy Krisztus szenvedett a falbontás teljes kiszolgáltatottságában, úgy az én életemben is ott lehet a szenvedés. Senki nem ígérte, hogy a keresztények útján nincs szenvedés. A lebontott fal mellett azonban mindenképpen ott van a szabadság és a boldogság. A harag és a félelem pedig nem bírják ezeket.

Tulajdonképpen annak köszönhetem, hogy eljutottam erre a felfedezésre, aki miatt nekiálltam a falbontásnak. Elsősorban Istennek, utána pedig a másik embernek. Hiszen éppen azért fogtam neki ennek a lehetetlen feladatnak, mert a másik falát már nem bírtam elviselni. Gerendaként ülte meg az életemet. Most mégis hálás vagyok ennek az én nehéz emberemnek. Nélküle nem álltam volna neki a falbontásnak, nélküle még ma is abban élnék, hogy okosabb vagyok Istennél és a többi embernél is. Nélküle még ma is azt hinném, hogy legyőzöm, megváltoztatom és uralmam alá hajtom majd ezt a világot. Hálás vagyok a falért, amit megmutatott nekem és ami térden állva tart Krisztus előtt. Már nincs bennem harag, félelem, ragaszkodás és elvárás efelé az ember felé. Szabad vagyok és ez csodálatos érzés. Neki köszönhetem és már-már szeretem ezért. Pedig ő eközben egy csepp sem változott.

7. A másik nem a tulajdonom

Ha eljutok addig, hogy nem azért kaptam magam mellé a másik embert, hogy kiszolgáljon, szeressen és kényeztessen, hanem azért, hogy én kezdjem el szeretni végre, akkor megfordul a világ. Mikor belátom végre, hogy a másik falával nem kezdek semmit, csupán a magamét bonthatom akaratom szerint, akkor belátom, hogy a másik ember nem a tulajdonom. Nem úgy mozdul és cselekszik, ahogy én azt szeretném. Nem azért van mellettem, hogy uralkodjak rajta, hanem azért, hogy szeressem.

Akkor is, ha egy ostoba, lusta, hájas szenvedélybeteg alak. Akkor is, ha megbújik szépen a saját falai mögött és amíg én a tégláimat szedegetem, neki egy jó szava sem volt hozzám.

Tudatosítanom kell magamban, hogy azért, mert lebontom a falamat, a másiktól nem várhatok semmit! Az életem nem a másik embertől lesz jobb, hanem attól, hogy végre szabaddá és boldoggá váltam. Már nem tud megkeseríteni a másik ember fala. Én az én részemem megtettem és ez elég. Már csak azért is, mert semmi mást nem tehetek. A boldogságom végre nem függ senkitől. Az én kezemben van, mert ezt a döntési lehetőséget kaptam Istentől. Nincs szükségem viszonzásra, hanem arra van szükségem, hogy szerethessem. A lebontott falamon keresztül pedig olyan tisztán látom az

Istent, mint soha azelőtt. Ez pedig kárpótol mindenért még akkor is, ha ez az Istenkép még mindig homályos egy kicsit.

8. A szeretet cselekedetei

Mindaddig, amíg viszonzást várok a másiktól, addig nem szabad a szeretet cselekedeteit gyakorolni. Ennek az az oka, hogy amikor szeretet cselekedetet teszek a másik felé, akkor átnéz a falán az én falamra. Ha még mindig falat lát, akkor nagyobbra építi az övét, mert a tetteim mögött meglátja a hátsó szándékot. Ha viszont azt látja, hogy lebontottam a falat és egyszerűen csak szeretni akarom, akkor elcsodálkozik. Valószínűleg nem fog egyből a nyakamba ugrani, de szép lassan sürgősségi szükségletnek érzi majd a kis tégláit, amit felém rakosgatott és amik valójában megfojtják az ő életét is.

A legtöbb ember ott rontja el, hogy a szeretet cselekedeteivel kezdi. Odszánja az idejét, ajándékozik, kedveskedik, megtesz valamit valakinek, aztán várja a viszonzást. Utána pedig mindketten ráhúznak még egy kicsit a falukra, mert az ajándékozó megsértődik, a másik pedig látja, hogy az előző önérdékből volt kedves, ezért védekezésül tovább építkeznek.

Csak a valódi, önzetlen szeretet képes arra, hogy megindítson valamit a másikban. Abban, aki nem is volt részese a programnak, aki nem is akart kibújni a várából. Mindegy, hogy házastárs volt-e, egy régi haragosom, a szomszéd, vagy a tanítványom. Falak nélkül Isten országa köztünk költözik. Szép lassan, szinte észrevehetetlenül egyengettük az Úr útját, építettük ösvényeit.

Ahol mégis csak építeni kell

Van egy része az életünknek, ahol az előzőekkel ellentétben építkeznünk kell. Nem minden út az Úr útja, ezért ahol arról letérhetünk, ott magunknak is védőfalat kell építenünk. Az a lelki harc, amiben részt veszünk mindenkire érvényes, ha akarja, ha nem. A sátán mindenkit el akar téríteni az üdvösségtől, tehát mindenki ki van téve kísértéseknek, ha akarja, ha nem.

Ennek függvényében kell szavaznunk a választásokon. A legrosszabb választás az az ember, aki mindennek ellen tud állni, csak a kísértésnek nem. Ennek az embernek ugyanis nincs fala a kísértések felé. Isten azért adott törvényt számunkra, hogy a keskeny úton tudjunk maradni. Azon az úton, ami az Ő országába visz. Akármennyire is rugdalózunk ez ellen, a törvény - ha megértjük - tulajdonképpen minket véd. Megmutatja, hogy hol vannak azok a pontok, ahol falat kell építenünk.

Emiatt kell jól ismernünk a testünket! Azokat a dolgokat, amik a testi szinten befolyásolják az életünket. Visszatérő bűneink pontosan elárulják azt, hogy mi az, ami nincs rendben. Hol nem építettük ki a védőfalat az üdvösség felé vezető úton. Van, akinek a lopás, van, akinek a hiúság, van akinek a szexualitás jelent kitérőt. Ha nem építünk ezeken a pontokon tudatos falat az életünkben, akkor nem vagyunk biztonságban. Boldogságunk nem Krisztusi alapokra, azaz kősziklára épül, hanem homokra. Vannak határok, amiket nem volna szabad átlépnünk!

A védelmi rendszer kiépítése

Azon a csatamezőn, amin nap, mint nap akaratlanul állunk az üdvösségünkért vívott harcban, a saját döntésünkkel veszünk részt. A hitetlen ugyanúgy a csatamezőn áll, ahogy a hívő. Isten az üdvösségünkért harcol, a sátán pedig a kárhozatunkért. Egyetlen ember sem kivétel ez alól. Szerencsére Krisztus maga is ki volt téve a kísértésnek, ahogy a pusztában töltött negyven napja után olvashatjuk (Mt 4,1-11; Mk 1,12; Lk 4,1-13). Számunkra ez azért jó hír, mert pontosan megmutatta, hogy mit kell tennünk a kísértésben.

1. Felismerjük a kísértést
2. Ellene mondunk
3. Isten igéjét használjuk
4. Imádkozunk
5. Van küldetésünk, amitől nem akarunk eltérni.

A védőfalunk tehát a következő kövekből áll:

Először is pontosan tudnunk kell, hogy mik a gyengéink, azaz mik visznek a bűnbe. Ezek a bűnök többnyire kellemes, vagy jónak tűnő dolgok. Nyilvánvalóan nem jelentenének kísértést, ha nem tűnnének jónak. Ha nem tudjuk, hogy az adott bűn miért rossz a számunkra, akkor sokkal nehezebb ellenállnunk neki. Pontosán tudnunk kell tehát, hogy az adott bűn miért rossz a számunkra, a környezetünk számára és hogyan rombolja kapcsolatainkat, építi falainkat!

A második, hogy mondjunk ellen! Sokszor a kísértés úgy válik bűnné, hogy dédelgetjük, rágódunk rajta, szépítgetjük. Bemagyarázzuk, hogy tulajdonképpen nem is olyan nagy bűn az. Mások is megteszik és lám. Nem lesz semmi bajom, ha elkövetem. Nekem is jár ennyi. Úgysem tudja meg senki. Na, hát ez van, ha szóba állunk vele. Aztán a végén nézzük meg, hogy mit csináltunk. Semmi sincs csodálatosabb az embernél, de semmi sincs, ostobább nála. Az a pillanat, amikor belátom, hogy Isten okosabb, mint én és tudja, hogy mire van szükségem az üdvösséghez hatalmas erőt ad ahhoz, hogy ellen tudjak állni.

A harmadik erőforrásunk Isten ígéje. Az Ige ugyanis létté tud válni bennünk és ez erősíti a jót és gyengíti a rosszat. Jézus mintegy párbajozik a sátánnal, amikor Igével vág neki vissza. Ha az Ige az életünk részévé válik, az biztos védőfal lehet számunkra az Úton. Ezt mutatja az is, hogy a lelki béke sokszor a Szentírás olvasásától is helyre áll.

A negyedik erőforrásunk az imádság. Jézus felhívja a figyelmünket, hogy: „Virrasszatok és imádkozzatok, hogy kísértésbe ne esetek!” (Mt 26, 41)

Az ötödik erőforrásunk pedig a küldetésünk. Ha tudjuk, hogy mit akarunk elérni, az hatalmas erőt ad ahhoz, hogy ne térjünk le a célunkhoz vezető útról. Nem véletlen, hogy Jézus azzal kezdte a küldetését, hogy kiment a pusztába. Világosan kellett látnia azt az utat, amit be kell járnia, hogy üdvözítsen minket. E nélkül ma nem lenne reményünk és üdvösségünk.

Maradjatok meg szeretetemben!

Sem a falbontás, sem a fal építés nem könnyű abban az esetben, ha ezt önzetlenül, szeretetből tesszük. A sokszor évek alatt felépített falat percek alatt akarjuk ledönteni. Máskor pedig nagy fogadalmak mellett „szabadulunk” meg a bűneinktől, ami többnyire az első kísértésig ki is tart.

Jézus azt mondja, hogy „Maradjatok meg szeretetemben.” (Jn 15,9)

Éppen ezért pár jó tanács:

- Ha elestél, állj fel újra! Az Út rád vár, arra minden nap rá kell lépned.
- Légy állhatatos! Az út, amin végig kell menned hosszú. Pontosan a halálodig tart, tehát nem érdemes siettetned.
- Ne várj gyors változásokat! Engedd, hogy a változások megtörténjenek! Tanulj meg ugyanannyit akarni, mint engedni!
- A szenvedés az út része, ez ne tántorítson el!
- Egy pillanatra sem felejtse el, hogy Isten melletted áll a harcban. Kérd a Szentlélek segítségét!