



IMA-KATEKÉZIS 2023-2026

FELKÉSZÜLÉS A VÁCI EGYHÁZMEGYE EZERÉVES JUBILEUMÁRA

I. év: SZEMÉLYES HITEM, MEGTÉRÉSEM

IGEI ALAPVETÉS: 2PÉT1,3-11

„Mindazokat a javakat, amelyek az élethez és az istenfélelemhez szükségesek, az isteni hatalom ajándékozta nekünk azért, hogy **megismertük őt**, aki minket saját dicsőségével és erejével **meghívott**. Ezek által nekünk ajándékozta az értékes és rendkívül **nagy ígéreteket**, hogy általuk **részeseivé legyetek az isteni természetnek**, és **megmeneküljete a világban uralkodó vágyak okozta romlottságtól**. Fordítsátok tehát minden gondotokat arra, hogy hitetekkel szolgáljátok az **erényt**, az erénnyel a **tudományt**, a tudománnyal a **mértékletességet**, a mértékletességgel a **béketúrést**, a béketúréssal az **istenfélelmet**, az istenfélelemmel a **testvérek iránti jóindulatot**, a testvérek iránti jóindulattal pedig a **szeretetet**. Mert ha ezek megvannak, és bőven vannak meg bennetek, **nem lesztek télenek, sem meddők** a mi Urunk Jézus Krisztus megismerésében. Akiben viszont nincsenek meg ezek, az vak és rövidlátó, s megfélekedett a régi bűneiből való megtisztulásáról. Ezért annál inkább legyetek rajta, testvérek, hogy biztossá tegyétek hivatásotokat és kiválasztásotokat, mert ha ezt teszitek, soha nem fogtok elbotlani. Így ugyanis **tágas bejárat nyílik nektek a mi Urunk és üdvözítő Jézus Krisztusunk örök országába.**”

AZ ELSŐ ÉV TÉMÁJÁNAK RÉSZLETES FELDOLGOZÁSA

- 1. Marton Zsolt:** Megtérés, isteni természet
- 2. Görbe József:** Imádság
- 3. Gáspár István:** Istenismeret, szentháromságos szeretet
- 4. dr. Kovács Lajos:** Jó hívőnek lenni– Kapcsolat Istennel
- 5. dr. Fejérdy Áron:** Isten a szeretet; hogyan szeret az Isten?

4. JÓ HÍVŐNEK LENNI– KAPCSOLAT ISTENNEL

dr. Kovács Lajos atya

I. Tudatos kapcsolat

Legszebb gyermekkori emlékeim közé tartozik egy kép, amint nagymamám a kályha mellett ül és hosszan imádkozik. A kezében tartott imakönyv hozzátartozott ehhez a szokásához, pedig a tartalmát kívülről tudta. Amikor imádkozott, a szeme mindig becsukódott, az arca kissé elmosolyodott és végtelen nyugalom sugárzott belőle. Évekkel később, már jezsuita tanuló szerzetesként, amikor azt hittem, hogy én is tudok egyet s mást az istenkapcsolatról, egy ilyen elmélyedt imádsága után megkérdeztem tőle, hogy **“Milyen az Isten?”** - mire csak annyit válaszolt, hogy *“Oh, sokkal jobb, mint amilyennek beállítjátok.”* Aztán még egy kérdéssel bátorkodtam: **“És mi történik, amikor imádkozik?”** Mire valami ilyesmit mondott, hogy *“Elcsendesedsz, és egy kis idő múlva érzed, hogy az Isten jelen van, hallgat rád és te hallgatsz rá és egymás jelenlétében lélegeztek.”*

Nagymamám egészen biztosan az élő Istent ismerte: nemcsak tudta, de érzékelte is, hogy a láthatatlan Isten nem egy távollévő Isten. Azóta is ő a példaképem az imádságban. Mindig erre a mély meghittsége vágyom a saját istenkapcsolatomban. És vigyáznom kell, hogy a papi képzés során elsajátított tudás ne halványítsa el ezeket a pillanatokot, az elemző kíváncsiság, a kritikus kételkedés vagy a racionális diszkurzív gondolkodásom ne írja felül mindezt.

Isten folyamatosan kapcsolatban van velünk: Ő a mi Teremtő Atyánk, Jézus a mi testvérünk, a Szentlélek a közösségi életadónk - valljuk. Minden egyes kijelentés a kapcsolati jelleget húzza alá. Isten az, aki folyamatosan hívja az embert a vele való meghitt kapcsolatra, hogy feltárja nekünk önmagát és jóságát, és rádöbben a saját magunkban rejlő jóságra is. De az istenkapcsolat nem olyan valami, amit egyszeri nagy erőfeszítések árán lehet elérni. Ő mindig személyesen van jelen, a mi válaszuk erre a kapcsolatra pedig a tudatosság, amely nem egy távoli cél. Az „itt és most”-ban ébredünk rá, hogy Isten mindig jelen van számunkra.

Az istenkapcsolat tehát egy **tudatos döntés** Valaki mellett. Egy olyan kapcsolatnak az építése, elmélyítése és megőrzése, amelyre a legjobb analogia a meghitt emberi kapcsolat, legyen az házastársi vagy baráti. Bármelyiket alapul vehetjük. Azzal a nagy különbséggel, hogy Isten soha nem erőlteti ránk magát. Sokkal inkább a figyelmünket

akarja felhívni önmagára: amikor váratlanul lenyűgöz egy napkelte vagy napnyugta, amikor a szülők megérintik újszülött gyermekük kezét és rácsodálkoznak benne az új életre, amikor egy közeli családtag vagy barát megbetegszik és kétségbeesés közepette együttérzést tapasztalunk, amikor a barátunk vagy párunk mellett ülve eltölt a hála, vagy amikor egy menekültáradat közben meglátva egy édesanyát három gyerekével, szinte leáll a szívverésünk és azon gondolkodunk, hogy mit tehetnénk.

Ilyen és hasonló helyzetek mindannyiunkkal megtörténnek, és ha ezek után azt a mély belső vágyat érezzük, hogy elmélyítsük a kapcsolatunkat Istennel, akkor tudhatjuk, hogy nemcsak a hívogató Istentől jön ez az indíttatás, de azt is megtapasztalhatjuk, hogy valami hiányzott eddig az életünkben. És ha a felszín mögé nézünk, rádöbbenhetünk, hogy a mélyen húzóató vágyunk nem más, mint annak a megtapasztalása, hogy Isten jelen van, gondunkat viseli, együttérez velünk és számíthatunk rá. Mint a legjobb barátokra.

De hogyan történik Isten megismerése? Pontosabban: hogyan ismerünk meg valakit?

Számtalan formája van ennek, de ha valaki felkelti az **érdeklődésünket**, először is megkérdezhetünk valakit az illetőről. Ha híres vagy történelmi személy, akkor "utánajárhatunk", "utánaolvashatunk". Istenre vonatkoztatva jó kezdet a Biblia, a szentek vallomásai, a lelki könyvek. Olyan ez mintha, messziről figyelni, követni valakinek a mozgását, a viselkedését, az életútját. A Szentírás rendszeres olvasása pl. arra enged reflektálni, hogy Isten hogyan működik a történelemben, mások életében, de különösen Jézus életében. Az evangéliumok abba engednek betekintést, hogy Jézus életében hogyan volt jelen az Isten. Szemlélve az Ő életét engedjük, hogy felfedje magát nekünk az emberekkel való kommunikációja során, hogy a történetek elragadják a képzelőerőnk és érzelmeinket, hogy megismerjük az Ő értékrendjét, mindazt, amit szeret és amit elutasít.

Ebben az érdeklődésben, a találkozásokban kulcsfontosságú az **idő**, amit akár valósan, akár gondolatban a másikkal töltünk. Enélkül lehetetlen közeli kapcsolatot kialakítani.

De ha igazán meg akarunk ismerni valakit, akkor a **találkozás** elkerülhetetlen. És nem az a fontos, hogy ilyenkor mit teszünk, hanem az, hogy időt szánunk egymásra. Ami lehet egy séta, egy vacsora, egy filmnézés. Hasonlóan történik Istennel is. Kezdetben kiindulópont lehet egy jó beszélgetés valakivel, olvasmányaink megválasztása, de úgyszintén egy erdei séta, vagy a zenehallgatás. A lényeg, hogy tudatában legyünk Isten jelenlétének ezekben a pillanatokban.

A találkozás egy pontszerű esemény. De valakinek a megismerésére időre van szükségünk. Ez felelősség és kihívás.

A minőségi időnek ugyanakkor nem kell mindig hosszúnak lenni. Egy rövid telefonhívás a nap sűrűjében, amikor nincs lehetőség mélyebb beszélgetésre, sokkal jobban erősítheti a kapcsolatot, mintha azt egy alkalmasnak vélt időre halasztanánk, mert arról szól, hogy a másik fontos nekem, gondolatban vele vagyok. Az imában ilyen lehet egy rövid fohász.

Ha tehát tudatos kapcsolatnak fogjuk fel az Istennel való kapcsolatunkat, akkor tanulhatjuk/taníthatjuk saját magunkat, hogy újra és újra hogyan “emelhetjük fel szívünket és értelmünket Istenhez”.

A kérdés azonban mégis megmarad: Hogyan tudunk odafigyelni a láthatatlan és titokzatos Istenre, amikor még az is nehezünkre esik, hogy a körülöttünk élő emberekre, akiket szeretünk, odafigyeljünk? Hogyan tud Isten megnyilvánulni számunkra?

Újra csak a házastársi vagy baráti **meghitt kapcsolat** a legjobb analógia rá, hiszen ugyanaz a dinamika érvényesül. A kapcsolat kezdetén a benyomás, a megérezés van, majd megszületik egy érdeklődő figyelem. Ahogy közelebb kerülünk és lehetőség adódik, elkezdődik egy hosszan tartó beszélgetéssorozat először hétköznapi dolgokról, majd egyre mélyebben a gondolatainkról, nézeteinkről, később a belső érzéseinkről, a legmélyebb vágyainkról, néha a kimondhatatlanokról is.

Az évek elteltével két ember azonban már szavak nélkül is kiismeri egymást. Tudják, hogy mi okoz örömet és mi okoz bánatot (ezzel vissza is élhetnek, amikor játszmákba kezdenek). És eljön az idő, amikor már elég a másik jelenléte. Pontosan tudják, hogy a másik mit érez, hogyan gondolkodik, mit hogyan csinálna. Egyszóval, már nem két fej és két szív gondolkodik és érez, hanem egy szív és egy lélek. Az együtt töltött hosszú évtizedek azt mutatják, hogy az egyedüllétet a másik nélkül nem is bírják. Ha az egyik hamarabb távozik az életből, a másik is hamar utánamegy.

Ha két barát vagy házastárs nem a meghittségben és az áttetszőségben növekszik, hanem észrevétlenül mindenki elkezd a maga dolgával foglalkozni. Nem vonja be a másikat, nem lesz részese az életének, elkezdnek titkolódzni. Pár év után a két ember már nem egyé válik, nem növekszik, hanem párhuzamosan élnek egymás mellett. Nagyon nehéz ilyenkor ezt a szakadékot áthidalni.

Az istenkapcsolatunk is hasonló: időt, érzelmet, energiát kell befektetni. Ha Isten nélkül kezdjük el tenni a dolgainkat, megszűnik az őszinteség, az intimitás, elveszik az áttetszőség. Már nem akarjuk Őt bevonni semmibe, nem akarjuk vele megosztani az életünket és ez a Vele való kapcsolatunk végét jelentheti.

Ahogy egyetlen emberi kapcsolat sem statikus, úgy - ha tudatosan építjük és ápoljuk - az istenkapcsolatunkban ugyanazokat a **belső folyamatokat** fedezhetjük fel, mint a meghitt kapcsolatunkban. Ugyanúgy megjelennek az érzelmek amplitúdói a mélységtől a magasságig, az önfeláldozó szeretettől egészen a neheztelésig vagy a haragig. Vannak jó napjaink és vannak rossz napjaink. Lehetnek hosszan tartó elmélyülési időszakok, de benne lehetnek a nagyobb érzelmi távolságtartások is. A közeli kapcsolatok - bárhol is tartanak -, nagyon mélyen érintenek, ezért fontos, hogy figyeljünk a másokra. Az önmagunkba fordulás a legnagyobb ellensége mind az emberekkel, mind az Istennel való kapcsolatnak. Más szóval: az **én-központúság** nem segíti a kapcsolat elmélyítését, ezért biztatni kell önmagunkat és a másikat, hogy fedjük fel önmagunkat, adjunk időt egymásnak. Adjunk időt Istennek is.

A tapasztalat ugyanis azt mutatja, hogy a legönzetlenebb szándékunk ellenére az imaidőnk nagy részében önmagunk körül forgunk, magunkkal foglalkozunk és nem Istennel. A múltba való visszarévedés (pozitív és negatív tapasztalatával) és a jövő

(reményekkel és szorongásaival) folyton elszakít a jelentől, aminek következtében sem önmagunk, sem a másik, sem Isten számára nem vagyunk jelen. Ezt tanulni és gyakorolni kell.

Az erőlködés sem célravezető, mert az arra való törekvés, hogy elmélyüljünk Isten jelenlétében és uraljuk az elkalandozásainkat, még inkább önmagunkra irányítja figyelmünket és saját magunk leszünk a figyelmünk középpontjában. A “Jól csinálom?” vagy a “Helyes így? - kérdések frusztrálnak és elbátortalanítanak. Ha megvan a mély belső vágy az együttlétre, akkor kezdetnek elég kialakítani az odafigyelő-befogadó magatartást a fent említett zenehallgatással, egy erdei sétával, vagy szép emlékek felelevenítésével. A lényeg, hogy megosztom Istennel ilyenkor az érzéseimet és gondolataimat, ahogy egy baráttal is szívesen tenném, aki fontos nekem, és akit nagyon szeretek. Istent észrevenni az életünkben nem igényel mást, mint alkalmazni a világra vonatkozó érzékszervi ismereteinket: a nézést, a hallgatást, a szaglást, az ízlelést, az érintést.

II. Valóság talaján

Hadd osszak meg egy másik szempontot. Sok prédikációt hallottam életem során, de egy sem volt rám akkor hatással, mint a Jálics Ferenc atya által kidolgozott 10 napos lelkigyakorlata kezdetén egy, amikor a **hármaskapcsolatról** beszélt. Máté evangéliuma 25. fejezetét értelmezte, amelyben Jézus arról beszél, hogy párhuzam van az Isten és az emberkapcsolat között. Jézus maga mondja, hogy *“aki beteget látogat, Jézust látogatja, aki az éhezőnek enni ad, az Úrnak adja azt, aki a hontalant befogadja, Istent magát fogadja be, aki elmegy a raboskodókhoz, Jézus Krisztussal találkozik.”* Mindezzel azonosítja az emberekkel való kapcsolatunkat a vele való kapcsolattal. Jézus azt mondja, hogy mindazzal egy időben, amit az emberi kapcsolatokban megélünk, ugyanazt éljük meg Istennel is. Ha látni akarjuk, milyen fokon állunk a Jézus Krisztussal való kapcsolatunkban, csak le kell azt olvasnunk emberi kapcsolatainkon. Istennel való kapcsolatunk pontosan olyan, mint amilyen az embertársainkkal való kapcsolatunk.

Jálics atya ezzel a felütéssel, már a lelkigyakorlat kezdetén világossá akarta tenni, hogy azon túl, hogy fontos a helyes **istenkapcsolat** kialakítása, könnyen becsapjuk önmagunkat, ha azt valami elvont, csak a szándékban létrejövő gondolati aktusnak gondoljuk, és nem vesszük számításba, hogy egész lényünk, érzelmi megnyilvánulásunk és tudatalattink (akár a személyiségünk sötét oldala) is szerepet játszik benne.

Éppen ezért az Istennel való kapcsolatunk sem mentes az illúzióktól, állítja Jálics atya.

Egy példával illusztrálva: ha Istent szeretni akarjuk, úgy gondoljuk, hogy már szeretjük is. Ugyanígy gondolkodunk kezdetben meghitt emberi kapcsolatainkról is. Ha például türelmetlenek voltunk, úgy véljük, ez csak véletlen volt. Könnyen meg tudjuk győzni magunkat, hogy ez nem fog többé megisméltódni. Szándékunk ellenére azonban megtörténik másodszor, és harmadszor is. Olyan sokszor előfordul velünk, hogy a tények nyomására végül elfogadjuk, hogy tudatalattink befolyásol bennünket az

emberekkel való kapcsolatainkban. Sőt, befolyásol bennünket Istennel való kapcsolatunkban is, még ha hajlamosak vagyunk is azt hinni, hogy tudatalattinknak semmi köze nincs a Vele való kapcsolathoz. Átadjuk magunkat inkább annak az illúzióknak, hogy kizárólag szabad elhatározásunk határozza meg Istennel való kapcsolatunkat.

Ha tehát meg akarjuk állapítani, hogy is állunk Istennel, akkor annak a legbiztosabb módja, ha számot vetünk összes **emberi kapcsolatunkkal**. Ami ezekben a kapcsolatainkban jelen van, az van meg az Istennel való kapcsolatunkban is. Ha kb. 100 emberből, akivel rendszeresen kapcsolatban vagyok, 20-at szeretek, sokat teszek értük, az ő érdeküket akár az enyém elé is helyezem, akkor az Istenre is igaz, vele szemben is így érzek. Ha a körülöttem lévő emberek 20 százalékát nem szeretem, neheztelek rájuk, haragszom, netán gyűlölöm, akkor egyben az Istenre is neheztelek és haragszom, aki azokat az embereket teremtette, és mellém állította. És ott van az a 60%, amelyet "normálisnak" szoktunk nevezni, ahol a kapcsolat felszínes, érzelmileg nem mozgat meg. Ugyanez elmondható az Isten kapcsolatomra is. Van az életnek egy olyan rétege tehát, ahol az Isten mintha nem is létezne, ahol nem tartom fontosnak a Vele való kapcsolatomat.

Jálics atya nagyon világosan, szinte ijesztően fogalmaz: *"Ameddig egyetlen embert is lenézek, Istent is lenézem. Ameddig egyetlen emberre is dühös vagyok, Istenre is haragszom. Ameddig akár egyetlen embert is kiközösítek vagy irigylek, Istent sem veszem észre vagy irigylem. Ameddig akár egyetlen embertől is félek, Istennel szemben is félelem tölt el. Ha féltékeny vagyok, Istennel szemben is az vagyok. Az ember- és istenkapcsolatnak ez a tökéletes azonossága a biztosíték arra, hogy hitünk teljes mértékben az életben gyökerezzen. Sokan magasabbra értékelik istenszeretetüket mint az emberek szeretetét. Ez egyértelműen önámítás."*

Sokan azt a kérdést teszik föl, hogy hogyan tudnám a hitemet az életbe átültetni? A válasz: *"Nincs szükséged arra, hogy a hitedet a hétköznapiakba átültetted. Egyszerűen nézd meg a hétköznapijaidat, és meglátod, mekkora a hited. Csak így lehetünk biztosak abban, hogy hitünk élet-közeli. Csak ezután fáradozhatunk azon, hogy kettős kapcsolatunkat, mely valójában egy, egymáshoz egyre inkább közelítsük. Ez nem egy könnyebb út, de mindenestre megszűnik az önámítás, hogy hitünket már éljük, de a felebarát szeretetét még nem."* Istennel szemben ugyanúgy viselkedünk, mint embertársainkkal szemben.

Ha még jobban odafigyelünk, egy további párhuzamról is beszélnünk kell. Embertársainkkal való kapcsolatunk, mely lényegében tükrözi Istennel való kapcsolatunkat is, a **saját magunkhoz** való viszonyunkkal is egyenértékű. Amilyen mértékben elutasítjuk embertársainkat, olyan mértékben utasítjuk el Istent és egyúttal önmagunkat is. Aki saját magát nem szereti, nem képes szeretni Istent sem, aki számára az életet ajándékozta. Ha önmagunkat nem tudjuk szeretni, honnan vegyük a szeretetet embertársaink számára? Egyidejűleg nem lehetséges önmagunkat gyűlölni és teljes szívvel Istent és embertársainkat szeretni. Csak egy szívünk van, amellyel Istent, az embereket és saját magunkat is szerethetjük. Ezek a kapcsolatok elválaszthatatlanul összefonódnak egymással.

Ha ezek közül bármelyikben hiányosságot érzünk, az előbb-utóbb a másik kettőben is megjelenik, de ha bármelyiken tudjuk javítani, akkor szinte magától fog javulni a másik kettő is minőségileg.

Istenkapcsolatunknak a mindennapi élettel való szoros kapcsolata tehát jelzi annak hitelességét. Mert amikor az élet hat ránk, Isten hat ránk, és amint az életre, úgy reagálunk Istenre is, "akiben élünk, mozgunk és vagyunk".

János apostol levelében ezt így fogalmazza meg: „*Ha valaki azt állítja, hogy szereti az Istent, de testvérét gyűlöli, az hazug. Mert aki nem szereti testvérét, akit lát, nem szeretheti az Istent sem, akit nem lát*” (1Jn 4, 20).

III. Krisztuskövetés a mindennapokban

Az eddigiek után talán nem olyan nehéz levonni a következtetést, hogy tanítványnak lenni, Jézus Krisztus-követőjévé válni azt jelenti, hogy az ő értékrendje megjelenik a mindennapi életünkben. Nem bizonyos állítások elfogadása a mérvadó (habár ez is fontos lehet!), hanem a felebaráti szeretet tettekre váltása.

Ebben a személyes folyamatban fontos tapasztalati útmutató számunkra a tanítványok Jézushoz való viszonyának az alakulása és fejlődése. Ahogyan a názáreti Jézus iránti lelkesedő, kicsit önérdekű "rajongókból" - a szenvedés-történet kijózanító hatása és a feltámadással való örömteli találkozás következtében - tanítványokká válnak. Olyan mély belső átalakulást tapasztalnak meg, amely már mentes az illúzióktól és egzisztenciális elköteleződést kíván, egészen a vértanúságig.

Számunkra is nagyon fontos megérteni, hogy a názáreti Jézustól el kell jutni a hitben felismert, feltámadt Krisztusig. Nekünk is és minden kereszténynek ez a kötelessége. Van egy közösségi élményünk a vallásunkról, a hitünkről, Jézusról. De az igazi növekedés azt jelenti, hogy a vele való személyes kapcsolatunkat ápoljuk, mélyítjük, növekszik köztünk az intimitás. Más szavakkal: a csoport-élménytől és tudástól a személyes meggyőződésig és elköteleződésig kell eljutnunk.

Elköteleződni csak a szívével tud az ember. Jézus a tanítványok szívét akarta megnyerni. Nem szervezetfejlesztőket, jó menedzsereket hívott meg, még csak nem is okos teológusokat, hanem akik hisznek az Ő értékrendjében, abban, hogy jót tenni jó, jónak lenni jó, még akkor is, ha közvetlenül nem látszik az eredmény. De hiszünk, hogy csak a szépség, a jóság, csak a szeretet képes radikálisan átalakítani az embereket és az emberi közösségeket.

Jézus azt akarta, hogy tegyenek magukévá egy életcél, egy életideált, ami nem múlandó és esetleges (mint a pénz, a hatalom vagy a hírnév), hanem olyat, amelyért képesek az életüket is adni. A kulcsmondat számomra ez: "*Csak azért érdemes élni, amiért képesek vagyunk meghalni is*" - ahogy Nemeshegyi Péter atya is fogalmazott.

Jézus ebben volt példa számunkra, amikor Isten képmása lett. Azé az Istené, aki még az őt elutasító, megtagadó, sőt a halálát akaró embernek is újra és újra felkínálja a megbocsátását, atyai szeretetét, az örök életet. A Szentírás szavaival: "*aki fölkel*

napját jókra és gonoszakra, és esőt ad mind az igazaknak, mind a bűnösöknek". (Mt 5, 43-44)

Jézus nem erkölcsileg akar tökéletes társakat, mert az az embernek lehetetlen, hanem olyanokat, akik megtapasztalva és átélve Isten irgalmát és feltétel nélküli szeretetét az életükben, ők maguk akarnak ennek a személyes tapasztalnak a hirdetői és gyakorlói lenni. "Szeretett bűnösök" vagyunk, akik "sebzett gyógyítók" lehetünk embertársaink életében.

Ebben rejlik a keresztény ember alázata és küldetésstudata: felismerve saját gyengeségét, tudja, hogy Isten feltétel nélkül szereti és ezzel az esendőségünkkel együtt hívott meg bennünket a szőlőjébe, hogy az Ő munkatársai legyünk.

FELDOLGOZÁSHOZ JAVASOLT KÉRDÉSEK:

- Mi érintett meg?
- Milyen változásra ösztönöz Téged?