

Kírie, Jiszú Hriszte, eleiszon me!

Dr. OROSZ Atanáz püspök

A keleti keresztényeknek az a szép szokásuk, hogy nem is csak a templomban vagy otthoni imaszámolyukon, hanem úton-útfélen szakadatlanul Jézus Krisztus nevét hívják segítségül. A hitvallást is jelentő rövid Jézus-ima szerzetesi eredetű, de több ortodox egyház „világi” hívei körében is közsímet és sokféle szinte a legtöbbit gyakorolt imádság: „Uram, Jézus Krisztus, Isten Fia, könyörülj rajtam bűnösön (vagy: irgalmazz nekem)!” Ennek a fohásznak minden eleme bibliai eredetű, és gyökerei az Ószövetségbe nyúlnak, legrövidebb analóg formulái pedig már az evangéliumban is megtalálhatók (például a kánaáni asszony vagy Bartimeus fohászában).

A Jézus név segítségül hívása az egyiptomi remeték között másfél évezrede egyértelműen sűrűn ismétlődő imádsággá vált, és minden ellenvetés és dogmatikai támadás ellenére is a mai értelemben vett „szüntelen ima” lett belőle. Persze ez az állandó ismételtetés nemcsak pszichológiai vagy lelki hatással járt, hanem mindig bizonyos ellenállást is váltott ki az Egyházban – emiatt az imádkozók ajkán viszont hitvallássá is vált!

Figyelemreméltó, hogy a VI. századtól már a liturgikus imákban is gyakran közvetlenül szólítjuk meg Jézus Krisztust, mint az Atya Egyszülött Fiát. A bizánci egyházban is vannak olyan kánonok, amelyekben egészen túlsúlyba kerültek a Jézust segítségül hívó himnuszok és fohások.² Erre közvetlen bizonyítékok a mai nap liturgikus imái, vagy akár a holnapicé, a tékozló fiú vasárnapjának énekei: „Egész életemet hanyagul töltöttem

1 Vö. *A Katolikus Egyház Katekizmus* 2667.

2 Ilyenek például a húsvéti időszak kánonjai, amelyek többnyire a föltámadott és megdicsőült Krisztushoz szólnak. Ilyenek a szent liturgián belül az „Istennek egyszülött Fia” himnusz és például az evangélium előtti (Gyűjtsd föl szívünkben...) illetve az adományok átvitele előtt csöndben elvégzett papi ima: „Senki sem méltó...”, továbbá az áldozás előtti utolsó papi imák. Az I. és a IX. imaóra végén szintén Krisztushoz imádkozik a görög pap és a közösség, s minden más szertartásban is hozzá intézi a „Ki minden időben...” kezdetű imát. Az alkonyati zsolozsmából főként a 3–4. századi „Enyhe világossága...” kezdetű ének tanúsítja a Jézus Krisztus iránti vallásos tisztelet ősiségét, továbbá a doxológiából a „mindennap áldunk téged és dicsérjük nevedet...” fohász. Nem ritka az Úr imádságának Krisztusra vonatkoztatása sem. De S. Salaville: *Un office grec du „très doux Jésus” antérieur au „jubilus” de saint Bernard. Revue d’Ascétique et de mystique* 25 (1949), 246–259. kiadásából ismeretes olyan bizánci szertartás (talán még az első ezredforduló előtti évszázadból), amely elejétől végig az „édes Jézushoz” szól.

[...] Jézus Isten! De megtérésemkor, mint a tékozló fiút, fogadj vissza engem!” Nagyböjt közepén aztán így fogalmazódik meg ez: „Tékozlóként a gonoszság vidékére költöztem, s gonoszul elszórtam a gazdagságot, melyet te adtál nekem, irgalmas Atyám, s most a jótettek hiányától sorvadok, mivel a kegyelemből kivetkőzve engedetlenségem szégyenébe öltözködtem. Ezért így kiáltok hozzád: Vétkeztem! – Ismerem azonban jóságodat. Könyörületes Krisztusom, fogadj be engem szolgálid közé!” Meglepő ezekben a szövegekben a megszólítás: hogy éppen *Krisztustól kérjük a visszafogadást az atyai házba*. „Hittel menekülök irgalmadhoz, üdvözítő Krisztusom; fogadj magadhoz, mint hajdan a tékozló fiút” – kezdődik nagyböjt második vasárnapjának kánonja. A bizánci egyház liturgiájában sokszor valóban maga az Üdvözítő állítja elénk a megbocsátó apa képét. Azét, aki a hosszú útról hazatért fia felé két kézzel pazarolja szeretetét, aki elébe fut a tékozló fiának, s végül a legféltettebb kincseivel is elhalmozza: „Egyedül te ellened vétettem, én szerencsétlen; egyedül csak a te jóságos természetedet haragítottam meg, Isten Igéje! Hozzád térek újra, fogadj vissza, mert egyedül csak te vagy jóságos és irgalmas.” Vagy a tékozló fiú vasárnapjának tömör megfogalmazása szerint: „Te, Krisztusom, fogadj vissza engem, miként a tékozló fiúval tetted!”

Végeláthatatlanul hosszú a sor, amely arról tanúskodik, hogy a bizánci és a kopt, sőt sok más egyházban is nemcsak szabad, hanem szükséges is rendszeresen imádkozni Jézus Krisztushoz, mint minden ember Üdvözítőjéhez.

Az első század fordulóján Antiokhiai Szent Ignác püspök-vértanú gyakran imádkozott Jézushoz. Erről tanúskodnak levelei is. A római keresztényeket például megkéri arra, hogy imádkozzanak érte Krisztushoz: „Kérleljétek Krisztust érettem!” (4,2).

Az ókeresztény kor legsajátosabb imáit közvetlenül Jézus Krisztushoz intézte, amint erről ifjabb Pliniusnak Traianus császárhoz intézett levele is tanúskodik: Krisztusnak mint Istennek himnuszt énekelnek.³

Az alexandriai katekéta, Kelemen *A pedagógus* című művének III. kötetében csodaszép imát intézett a legelső és legigazibb Pedagógushoz: „Légy irgalmas, (isteni) nevelőnk, a te szolgálidhoz – Atyánk, Izrael szekere, Fiú és Atya, kettő és egy, Urunk, s add meg, hogy tanításodat követve Képed hasonlóságát is betölthessük...!”⁴ Az Atyának és a Fiúnak az összekeverése azonban a gnosztikusoknál és a római modalistáknál olyan programszerű lett, hogy ez érthetővé teszi a következő nagy alexandriai katekétának, Órigenésznek a negatív reakcióját. Ő is érez ugyan magában „valami ellenállhatatlan igényt arra, hogy állandóan Jézusra hivatkozzon”,⁵ és rendkívül nagy szeretettel beszél róla szinte minden művében, de *Az imádságról* írt

3 „*Carmen Christo dicere quasi deo secum invicem*” (X, 96)

4 III, 12,101,1.

5 F. Bertrand: *Mystique de Jésus chez Origène*. Párizs, 1951, 143.

könyvében komoly érveket sorol fel a Jézushoz intézett imádsággal szemben: (1) aki helyesen akar imádkozni, az nem imádkozhat olyan személyhez, aki maga is imádkozott (15,2); (2) sőt még ahhoz sem, akit az Atya főpapunkká és szószólónkká tett, (3) illetve aki bennünket testvéreinek nevezett. A Hérakleidésszel folytatott párbeszédben viszont⁶ a vitapartnernek így felel: „Csakis olyan imát szabad följánlani (*proszphora*), amelyet a Fiú közvetítésével intézünk az Atyához, tehát ami Istentől jut el Istenhez.” J. A. Jungmann szerint ezek az alapelvek a liturgikus és közösségi imádságra vonatkoznak.⁷

Az Atya és a Fiú közötti éles megkülönböztetés ugyanis az arianizmus számára készítette elő a talajt. Mert ha a Fiúra nem vonatkoztatható ugyanaz az imádás, mint az Atyára, akkor ebből Áriusz és követői érvet kovácsolnak arra, hogy az Igét, illetve a Fiút alárendeljék „az Istennek”. Bátran idézhették Órigenésznek azokat a fejtegetéseit, amelyek szerint az Ige (Logosz) valamiféle közvetítő lény az Atya-Isten és az első (még nem anyagi) teremtés között.

Ezzel az egyre elterjedtebb véleménnyel fordultak szembe a korabeli nagy görög egyházatyák, mindenekelőtt Athanasziosz, aki már legelső körleveleiben is úgy említette Jézus Krisztust, mint aki „Urunk és Üdvözítőnk és Istenünk, [...] aki által az Atyaé a dicsőség és hatalom a Szentlélekben”⁸. 335-ben írt húsvéti levele végén már valószínűleg „a Fiúval együtt” dicsőítette az Atyát, mert őt „mindig Krisztus által imádjuk, aki által és akivel együtt övé a dicsőség és hatalom a Szentlélek által.” 356-ban egy szerzetesnek írt levelében úgy szól Jézusról, mint aki „a mi Urunk, akivel az Atyának dicsőség és hatalom a Szentlélekkel együtt”⁹. Ugyanekkor kezdi megírni Antal remete életrajzát, akiről rögtön följegyzi, hogy a vallásos élet akkori példaképeit végiglátogató fiatalember „volt, akinek a szelídségét, s volt, akinek a türelmét figyelte meg: de mindegyiküknél egyaránt a *Krisztus iránti vallásos tiszteletet* és az egymás iránti szeretetet jegyezte meg magának”¹⁰.

6 Ennek a századunk közepén a túrai tekercsek között fölfedezett iratnak a második része egy közvetlenül 250 előtt lefolyt zsinat anyagát rögzíti.

7 J. A. Jungmann: *Die Stellung Christi im liturgischen Gebet*. Münster, 1925, 140.

8 PG 25,593. Ebből hamarosan „az egyszülött Fiú” szerepét kiemelő liturgikus formula lett, amely a húsvéti leveleken kívül például a Szerapion-féle egyiptomi *Eukbologion*ban maradt ránk.

9 PG 26, 676.

10 4. fejezet (a Migne PG 26 kötet kiadása alapján). Aztán a kipróbált aszkéta tanításában is Krisztus tisztelete és szeretete kerül a középpontba: „S ehhez mindenkinek azt tette még hozzá, hogy a világon semmit se becsüljenek többre Krisztus szereteténél” (14. fejezet)

A Jézus-ima körüli vita teológiai háttere

Az egyiptomi Fehér-kolostor 5. századi archimandritájának, Senuténak nemrég fölfedezett „katekézise bizonyos apokrif szövegek ellen”¹¹ rámutat a Jézus-ima körül folyó viták 5. század eleji hátterére.

Senute botránkozva idézi a szerzetesek között is széltében-hosszában terjesztett eretnek iratok szólamait, többek között az egyik ilyen „apokrifon” felhőborító címét: „Jézusnak, Isten Fiának (angyalok nemzedékének) evangéliuma, akit angyalok nemzettek”. A gnosztikus könyv címében felismerhető angyal-krisztológiát a szerzetes-elöljáró az újszövetségi Szentírás kánonja és a Nagy „Athanasziosz atya” tekintélyes írásai alapján utasítja vissza. Akik Krisztust angyaloktól származtatják, azok eretnek téveszméket követnek. A Fehér-kolostor 5. századi archimandritája már dogmatikai alapon is elszántan védelmezi a Jézushoz intézett ima létjogosultságát. Itt mindenesetre már a Jézus-ima teológiai megalapozásáról olvashatunk:

„Áldott légy te, Istenünk, és a te egyszülött Fiad, akinek neve egy és ugyanaz a tieddel annak az ajkán, aki szembeszáll mindazokkal, akik ezt az új istentelenséget [...] támogatják. Az ő gazdagsága és reménysége ez:

(A házba) belépve (ezt mondani): Istenem,

s azt elhagyva: Jézusom,

lenyugváskor: Istenem,

fölkeléskor: Jézusom,

áldás közben: Istenem,

kérő imádságban: Jézusom!

S hogy ennél le ne ragadjak: világos, hogy amikor azt mondjuk: »Jézusom«, az egylényegű Szentháromságot nevezünk meg.”¹²

Az archimandrita teológiai elmélete szerint tehát Jézus nevének emlegetése már a Szentháromság megnevezését is jelenti.¹³ A végkövetkeztetés: „Világos tehát, hogy amikor azt mondjuk: »Jézusom«, az egylényegű Szentháromságot nevezünk meg, persze az Atyát mint Atyát, a Fiút mint Fiút, és a Szentlelket mint Szentlelket. S ne kutassunk még tovább ezek után!” Szerinte össze lehet kapcsolni Jézus nevének segítségül hívását az egész emberi élet minden gondjával-bajával és örömeivel:

11 A Catechesis against Apocryphal Texts by Shenute and the Gnostic Texts of Nag Hammadi. *Harvard Theological Review* 75 (1982), 85–95.

12 A bécsi Nemzeti Könyvtár akkor még közreadatlan K 9206, 160. papiruszlapjának hozzátétele fordítását közölte A. Grillmeier: Das „Gebet zu Jesus” und das „Jesus-Gebet”. Eine neue Quelle zum »Jesus-Gebet« aus dem Weissen Kloster. In *After Chalcedon*. Leuven, 1975, 187–198. (ennek a szövegnek a fordítása a 195–197. oldalon található).

13 K 9206, 160. Senute számára ezt bizonyítja Mt 28,19 keresztelési/missziós parancsa, továbbá pedig Szent Pál mondatai a keresztségről (Róm 6,3; Gal 3,27) illetve ApCsel 8,16b.

„Keresd ezeknek a szavaknak az értelmét, és ezek lesznek majd ajkatokon és fiaitok ajkán: Ha ünnepeltek és örvendeztek, (mondjátok ezt): Jézusom!
Ha gondban-bajban vagytok: Jézusom!
Ha nevetnek a fiúk és leányok: Jézusom!
Akik a vizet érintik: Jézusom!
Akiknek barbárok elől kell menekülniük: Jézusom!
Akik szörnyeteget vagy más szörnyüséget látnak: Jézusom!
Akik fájdalommal kínlódnak vagy betegek: Jézusom!
Akiket foglyul ejtettek: Jézusom!
Akiket igazságtalanul ítéltek el és jogtalanságot szenvednek: Jézusom!
Egyedül csak Jézus neve legyen ajkukon, és ő az üdvösségük és életük: ő és Atyja! Hallgassátok csak Szent János apostolt: »Ő az igaz Isten és az örök élet« (1Jn 5,20b), és Tamás apostolt, aki ezt mondja: »En Uram és Istenem« (Jn 20,28). Ha tehát ő a te Urad és Istened, ugyan miért ne imádkoznál hozzá?»

A gyakran ismételt „fohász-ima” Jézushoz

Antal remete életrajzából derül ki, hogy az első szerzetesek az Egyiptomban mindenkit foglalkoztató démonokkal szemben is „Urunk Jézus Krisztus nevét” sűrűn hívták segítségül.¹⁴ Szent Antal egyik leghíresebb tanítványa, Makariosz a következő sokatmondó apoftegmát hagyta az utókorra *Az atyák mondásai* ábécés gyűjteményében: „Egyesek megkérdezték Makariosz atyát: »Hogyan kell imádkozni?« Az időse atya így szólt hozzájuk: »Nem kell a szavakat szaporítani, hanem tárjuk ki a kezünket és ezt mondjuk: Uram, ahogy akarod és ahogyan tudsz, könyörülj rajtam! Ha pedig (démoni) küzdelem támad: Uram, segíts rajtam! Ő pedig irgalmaz nekünk, hiszen tudja, hogy mire van szükségünk.«”¹⁵

Az apophtegmában nemcsak a hegyi beszédre való utalásokat, hanem a legkorábbi imádságok két fajtáját is egyszerre találjuk meg. A Mt 15,22.25 szakaszban a kánaáni asszony is ezekkel a szavakkal fordult Jézushoz: az „Uram, könyörülj rajtam!” azóta is a bűnbánat kifejezője, az „Uram, segíts rajtam!” pedig a segélykérő imának legklasszikusabb formája.¹⁶ Ehhez kapcsolódik a sivatagi atyáknál az ősi „orante” gesztus, a kitért karok sajátos testtartása.

Mindenesetre a Makariosz által adott válasz nem pontosan egyezik meg Jézusnak az evangéliumban¹⁷ ugyanerre a kérdésre adott válaszával. S ezt a

14 63. és 71. fejj.: PG 26, 933A; 944A.

15 *A szent öregek könyve. A szerzetesatyák mondásainak ábécé sorrendes gyűjteménye.* Ford. Baán István. Bizantológiai Intézeti Alapítvány, 2001, 205.

16 Vö. *A Katolikus Egyház Katekizmus* 438, 448 és 2629–2631.

17 Lk 11,2–4 illetve a hegyi beszéd: Mt 6,7–12.

környékbeli szerzetesek is hamar észrevették. Ezzel kapcsolatos aggályukat tükrözi az a (140.) kérdés, amelyet gázai Barszanuphiosz kapott az egyik szerzetestől: „Hogyan kell imádkozni? Ahogy az Úr mondja: »Mi Atyánk«? Vagy ahogy a Szkétiben élt Makáriosz atya mondta: »Uram, ahogy akarod, könyörülj rajtam« [...] S akkor a Miatyánk csak a tökéleteseké lenne?» Válasz: A Miatyánk egyaránt elő van írva a tökéleteseknek és a bűnösöknek. Az pedig, hogy „ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a Gonosztól!”, egyenértékű a Makáriosz atya által javasolt imákkal, aki azt mondta: „*Könyörülj rajtam!*” illetve: „Segíts rajtam!”

A Barszanuphiosszal együtt Gázában remetéskedő János „proféta” következő (143.) levelében a kánaáni asszony jól ismert evangéliumi szavai azonban félreérthetetlenül Jézus felé hangzottak el, s így például az etióp nyelven ránk maradt apoftegma már ebben a kibővített formában tartalmazza a sivatagi „Jézus-imát”: „Jézus, könyörülj rajtam; Jézus, segíts rajtam!”

Barszanuphiosz egyik leghíresebb tanítványának, Dorotheosznak írta elő a következő két fohász gyakori elimádkozását: „Jézus, segíts rajtam! – Uram, Jézus Krisztus, ments meg engem szégyenletes szenvedélyeimtől!” A kísértések idején pedig: „Uram, Jézus, védj meg engem, és segítsd meg gyarlóságomat!”¹⁸ Egyébként ő volt az, aki Gázában a két nagy öreg hagyományát igyekezett tovább ápolni monasztikus oktatásaiban (*Instructiones*). S egyik fiatal tanítványának (Doszitheosznak, akinek életrajzát is ő hagyta ránk) azt a tanácsot adta, hogy „folyton Istenre emlékezzen; továbbá azt hagyta meg neki, hogy mindig ezt mondja: »Uram, Jézus Krisztus, könyörülj rajtam!«, illetve időközben azt is, hogy »Isten Fia, segíts meg engem!« Ő pedig mindig ezt imádkozta.” Csak amikor már nagyon beteg lett, akkor engedte el neki ezt a szüntelenül gyakorolt ima-formát: „Akkor hát hagyj el az imát: csak emlékezz mindig Istenre, és tekintsd rá úgy, mint aki előtted van!”¹⁹

A Jézus-ima gyökerei tehát nemcsak az evangéliumi csodatörténetekig, hanem az Istenről való elmélkedés (illetve az egyházatyák nyelvén: „Istenre gondolás/emlékezés”²⁰) ősi eszméjéig vezetnek el. A Jézus-ima továbbfejlődésének szövegtanúit a *Szent Makáriosz erényei* című gyűjteményben, illetve a „Kellionok sivatagában” talált régészeti emlékek között kereshet-

18 268. és 255. levél (Barsanufio e Giovanni de Gaza: *Epistolario*. Roma, 1991, 297. és 283.) Vö. a hasonló fohászt tartalmazó 39. levél: „János testvérem, egyáltalán ne félj ezektől a kísértésektől, amelyek éppen a kipróbálásod véget érkeznék, hiszen nem szolgált ki nekik (nem hagy cserben) az Úr. Amikor tehát valamelyik ilyen (kísértés) megkönyékezik, ne kinlódj az okának a megállapításával, hanem kiáltsd Jézus nevét: *Jézus, segíts rajtam!*, és ő meghallgat. Hiszen közel van ő azokhoz, akik segítségül hívják”. (uo. 109.; *SC* 426, 240.)

19 Doszitheosz élete 10; *SC* 92, 138.

20 Vö. Nagy Szent Baszileiosz: Bővebben kifejtett szabályok 5: „Nagy gonddal kell megőrizni a szívünket, hogy soha el ne feledjünk Istenre gondolni. [...] Ha azon fáradozunk, hogy munkánkat pontosan az Isten akarata szerint végezzük el, akkor emlékezetünkkel Istenhez kell kötődnünk” (Nagy Szent Bazil: *Életrajzabályok* I, 56).

jük. A *Szent Makáriosz erényei* című későbbi kompiláció²¹ mindenekelőtt a Jézus neve iránti hallatlan nagy tiszteletet és vallásos szeretetet tükrözi például a következő apophtegmban. „Nagy Makáriosz mondta: »Figyelj csak töredelmes szívvel a mi Urunk Jézus Krisztus e nevére, ajkaidról való kiárasztására és magadhoz vonzására. És ne formáld meg őt külső megjelenés(é)ben értelmében, hanem az ő megszólítására figyelj: Uram Jézus, könyörülj rajtam! (Így) nehézség nélkül megláthatod istenségének nyugalját magadban; és ő kiűzi a benned lakó szenvedélyek sötétségét, s – Ádám paradicsomi tisztasága szerint – megtisztítja a belső embert. Ez az áldott név az, amit János evangélista úgy hívott: a világ világossága (Jn 8, 12), édesség, mellyel nem lehet betelni, s az élet igaz eledele (6,55; vö. 6,35)!«²²

Jézus szent nevét eszerint töredelmes szívvel és a juhokéhoz hasonló kérdéssel kellene újra meg újra „az élet igazi eledeleként” ismételni, és szinte a lélegzetünkhöz kapcsolva elmélkedni róla: „A hajó a szíved; örködj felette! A kötél az értelmed; kösd azt a mi Urunkhoz, Jézus Krisztushoz, ő a cövek, aki megragadja az összes árt és az ördögi hullámokat, amik a szentek ellen támadnak. Mert mi könnyebb, (mint) azt mondani a légzésnek megfelelően: »Uram Jézus, könyörülj rajtam; áldalak téged Uram Jézus!« Ha valaha is elcsüggednél az emberek és e világ csapásai miatt, mondd azt: »Uram Jézus segíts rajtam!«²³

„Ugyanaz a testvér újra csak megkérdezte őt: »Atyám, oktass ki arra, hogy mi is az édes és mi keserű!« (vö. Jak 3,11) Makáriosz atya ezt mondta neki: »Azt mondják a kisgyermekről, hogy ha az édesanyja ledobja őt a földre, egy édes dolgot ad a kezébe, hogy nyalogassa azt, és ne zargassa édesanyját. A zavart a bűnhöz és a gyönyörhöz hasonlítják. Az édes dolog pedig a mi Urunk Jézus Krisztus, az áldott név, az igazgyöngy. Meg van írva ugyanis a szent evangéliumban, hogy »hasonló a mennyek országa egy kereskedőhöz, aki drágaköveket keresett: miután talált egy nagyon értékes ékkövet, elment, és eladta, amije volt, és megvette azt!« (Mt 13,45–46). Ami az övé volt: szívének vágyai, melyeket maga mögött hagyott; és a drágakövet akarta, ami (pedig) a mi Urunk, Jézus Krisztus, »a királyok királya, s az uralkodók uralkodója!« (1Tim 6,15)«²⁴.

Ez a két rövid párbeszéd világosan rávilágít arra, hogy miért is hívták segítségül a sivatagban egyre sűrűbben Jézus szent nevét. S ez annyira általánossá vált, hogy még a kopt egyház hivatalos mindennapi zsolozsmájába is így került be a Jézusra, illetve szent nevére való utalás: „Szívem mélyéből

21 A mai kutatók szerint valószínűleg csak 8–10. századi gyűjteményről van szó, amelynek részei természetesen évszázadokkal korábbi apophtegmbákra vezethetők vissza.

22 E. Amélineau kopt szövegkiadásában az *Annales du Musée Guimet* 25. kötetének (a továbbiakban: AMG) 160. oldaláról fordította Parlagi Gáspár.

23 Uo. 160. és 161. oldaláról a kopt eredetiből fordította Parlagi Gáspár. Itt a lélegzetvételt valószínűleg még nem sajátos pszichoszomatikus technikát jelöl.

24 12. – AMG 132. oldaláról fordította Parlagi Gáspár.

kerestelek, Uram Jézus, segíts rajtam! Minden térd meghajlik jelenlétedben, Uram Jézus Krisztus, segíts rajtam!”²⁵

Phótikei Diadokhosz *Száz fejezetének*²⁶ középpontjában „az Úr Jézus” nevéből való szüntelen elmélkedés és ennek a szent névnek gyakori segítségül hívása áll. Véleménye szerint az emberi elmének leginkább Istennel érdemes foglalkoznia. Tehát „Jézusnak” kell átadnia magát teljesen, mivel ez felel meg leginkább a végtelenre ráhangolt természetének. „A Szentírás szerint ugyanis »senki sem mondhatja: Jézus az Úr, csak a Szentlélek által«. [...] ha szívünk heves buzgósága folytán elménk kitart ebben az elmélkedésben, ez a dicső és hűn szeretett név kialakítja bennünk azt a készséget, hogy most már semmilyen akadályt nem ismerve szeressük az ő jóságát. Ez ugyanis az értékes igazgyöngy, amelyet érdemes minden vagyónunk árán megvenni, hogy így szert tehessünk a kimondhatatlan örömré.”²⁷

Bizonyára nem véletlen, hogy Evagriosz és a többi egyiptomi aszkéta gondolatai mellett rögtön kétszer is megjelent a drágagyöngy evangéliumi motívuma, amellyel az imént foglalkoztunk. Ezt a gondolatsort folytatja a Jézusra való emlékezésnek szentelt 61. fejezet: „Akkor aztán a lélek elnyeri azt a kegyelmet, amely vele együtt elmélkedik és kiáltja az »Úr Jézus« imát, ahogy az anya is tanítja és addig gyakorolja kisgyermekével az apa szót, amíg az akkora készségre nem tesz szert ennek kiejtésében, hogy a csecsemők minden gagyogása helyett most már – akár álmában is – érthetően szólítja meg az apját.” Ebben a fejezetben érdekes módon torkollik az „Úr Jézus”-hoz intézett szüntelen imádság a „Mi Atyánk” bibliai megszólításába, amely ezen a helyen elképzelhetően Krisztushoz szól.

Jézusról elmélkedő szerzetesek és a Jézus-ima indoklása

Jóannész Klimakoszt legtöbbször csak a *Paradicsomba vezető létra*²⁸ című művéről ismerik, és ennek alapján szokták „Létrás” Szent Jánosnak nevezni. Amikor 6 éve február 11-én XVI. Benedek pápa általános kihallgatásában Klimakosz Szent Jánosról tartott tanítást, külön is hangsúlyozta *A létra* imádságról szóló részét. „A nyugalom, a belső békesség állapota készíti fel a »hészükhasztát« az imádságra, amely János számára kétféle lehet: a »testi imádság« és »a szív imája«. Az első azé, akinek még a testtartás segítségére van szüksége: kezét kitárni, hangosan fohászni, mellét ver-

25 Ez a vasárnapi zsolozsma kezdete. A befejező vers pedig mindig így hangzik: „Amikor tehát imádságra gyűlünk össze, áldjuk Uram Jézus nevét. Igen, áldunk téged, Uram, Jézus, üdvözíts minket neved által, mert benned remélünk!”

26 Diadoque de Photicé: *Oeuvres spirituelles*. Paris 1966 (SC 5bis).

27 59 (SC 5, 119.).

28 Árkosy M. fordításában: *A létra*. Moreno Valley, 2001. A továbbiakban saját fordításban idézem.

ni, stb. (15,26; PG 88,900). A második önkéntelen, mert a lelki érzék fölébredésének a hatása, Isten ajándéka annak, aki a testi imádságot gyakorolja. János művében ennek elnevezése a Jézus-ima (»Jészu eukhé«) és egyedül Jézus nevének segítségül hívását jelenti, a lélegzetvételhez hasonló állandó segítségül hívást: »Jézusra emlékezz, valahányszor csak lélegzel, és akkor majd megtudod mi a nyugalom haszna!« (27/2,26; PG 88,1112), mármint a belső békességé (27/2,26; PG 88,1112). Végül az imádság egészen egyszerű lesz: a »Jézus« szó egyé válik lélegzetvételünkkel.”

Aztán így folytatja: „Ne igyekezz mondatot mondatra halmozni, nehogy a mondatok keresésével elszórakozzon az elméd! A vámos egyetlen mondata kiengesztelte Istent; egyetlen bizakodó mondás megmentette a gonosztevő latort. A sokmondatos ima sokszor megtéveszti és elernyeszti, az egymondatos többnyire összpontosítja az elmét.” (28, 9)

Az „egymondatos” (*monologisztosz*) ima alapelveit fejtették ki ezek az utóbbi idézetek. És az evangéliumi utalások alapján lassan nyilvánvalóvá válik ennek az „egy mondatnak” a tartalma is. A szent név megszólításához rögtön kapcsolódik „a vámos egyetlen mondata”, amelyre Diadokhosz püspöknél még aligha találhattunk utalást: „Isten légy irgalmas nekem, bűnösnek (vagy: hozzám, bűnöshöz)!” (Lk 18,13), illetve az a bizakodó mondás, amely megmentette a Golgotán megfeszített latort: „Jézus, emlékezzél meg rólam!” (Lk 23,42). A szószaporítást megtiltó első mondat pedig a hegyi beszéd (Mt 6,7) alapelvét eleveníti föl: „Ne szaporítsátok a szót, mint a pogányok, akik azt gondolják, hogy sok beszédükért nyernek meghallgatást!” Az imádságról szóló fejezet itt is számos hasonló és elrettentő példát sorol fel, ezek után azonban Klimakosz János is a Phótikei Diadokhosz által említett képet eleveníti föl: „Ne okoskodj imádságod megfogalmazásában: hiszen gyakran épp gyermeki lelkek egyszerű, együgyű gagyogása érintette meg mennyei Atyjukat!” (28,8)

A „Jézus-imához” kapcsolódik az a négy évtizede föltárt régészeti emlék, amely ugyanennek az imádságnak a használatáról és némelyek által nemegyszer bírált formájáról őrzött meg beszédes tanúságtételt. Az A. Guillaumont által „a kellionok sivatagában” 1965-ben föltárt és 1968-ban közreadott felirat a Krisztus-ikon felé fordulva imádkozó szerzetes lelki-ségét védi.²⁹ Az imádságra szolgáló helyiség végében egy kis fülkében hagyományos módon egy kereszt jelöli a keleti irányt, rajta azonban kivételes módon megfestették a megdicsőült Krisztust. A dicsfényel körülvett Krisztus-fej mellett a bizánci Pantokrátor-ábrázolásokról már jól ismert IC – XC monogram tanúskodik. Ebben az imateremben feliratok is igazolják, hogy a 7–8. században olyan szerzetesek imádkozhattak itt, akik már jól ismerték és folyamatosan végezték a Jézus-imát. Az idézett szövegtől mintegy két méterre ugyanis további rövid feliratok olvashatók „Jézus Krisztus,

29 A. Guillaumont: Une inscription copte sur la prière de Jésus. *Orientalia Christiana Periodica* 34 (1968), 311–314.

megváltó Név” illetve „Uram Jézus Krisztus, segíts rajtam!” fohással.³⁰ Ezek és ehhez hasonló feliratok kézzelfogható bizonyosságai a Jézus-ima jelentőségének ebben a kopt szerzetesi környezetben.

Ugyanakkor a hosszú felirat arról is tanúskodik, hogy ennek az imaformának voltak ellenzői is, és hogy e téren hasonló ellenzékkel számolhatunk, mint a Senute által oktatott szerzeteseknél. A fő ellenvetés az, hogy ha valaki folyamatosan az Úr Jézust hívja segítségül, akkor (már csak idő hiányában is) nyilván nem imádkozhat a Szentháromság másik két személyéhez, az Atyához, illetve a Szentlélekhez. A ma már olvashatatlan nevű atya válasza azon alapul, hogy a Szentháromság szétválaszthatatlan, és amikor a Fiút segítségül hívjuk, általa és vele együtt szükségképpen az Atyát is imádjuk és a Szentlelket is ugyanúgy segítségül hívjuk.³¹

Egészen a 7. századig nem a Jézushoz intézett szavak rögzített formája volt a lényeges, hanem a korábban idézett szerzők szellemében az Istenre, illetve Jézusra való emlékezés. Az „azt kiabáld: Úr Jézus!” szavak Phótikei Diadokhosz szóhasználatához állnak a legközelebb.³² Az „akik Jézus nevében vannak, [...] akik az Ő nevében hisznek” kifejezések szentírási alapon teljes összhangban állnak ugyanezzel a már sokat idézett lelkiiséggel.³³

A második évezredben a „hészükhaszta” atyák figyelmüket a fohász-imákkal rögzíthető folytonos imádságra összpontosították, s azt Jézus nevéhez kapcsolták. Az ima formája az első ezredforduló táján még korántsem volt egységes, de a szentéletű atyákat ez nem különösebben érdekelte. Meg voltak győződve arról, hogy Jézus nevét azzal a kegyelemmel fejezzük ki, mely betölti a személyt, amennyiben ezt a szent Nevet hittel ejtjük ki. A hészükhaszta módszer, amely a „Jézus-imának” vagy „a szív imádságának” nevezett imádság igazi és sajátos metódusa, négy elemet foglal magá-

30 Részletes leírásuk: A. Guillaumont: *Une inscription copte* 321. Elemzésükhöz vö. E. Lanne: *La „Prière de Jésus” dans la tradition Égyptien. Témoignage des psaltes et des inscriptions*, 334–337.

31 Az érvelés Szent Maximosz Hitvallónak egy évszázaddal korábban talán épp szintén Észak-Afrikában megírt Miatyánk-kommentárjára emlékeztet, amely szerint ebben az imában az Atyával együtt az ő Nevét (vagyis a Fiút) és az ő Országát (vagyis a Szentlelket) is mindig segítségül hívjuk: „A Miatyánk imádságának említett szavai az Atyát, az Atyának a nevét és az Atya országát nyilvánítják ki, hogy aztán ilyen kezdéssel megtanuljuk az egységben élő Háromságot segítségül hívni és imádni. Hiszen Istennek, az Atyának az önmagában is létező Neve maga az egyszülött Fiú; s az Atya-Istennek az önmagában létező Országá maga a Szentlélek. Mert amit itt Máté »országának« mond, azt másutt egy másik evangélista Szentléleknek nevezte: »Jöjjön el a te Szentleked és tisztíts meg minket«”.

32 A 61. fejezet eleje szerint „a lélek elnyeri azt a kegyelmet, amely vele együtt elmélkedik és kiáltja az »Úr Jézus« imát”, a 85. fejezet (SC 5 bis, 144.) szerint pedig „szüntelenül kell segítségül hívni az Úr Jézust”. A kopt szövegben a folytonosságra utaló szó az ugyanitt szereplő görög *apansztoosz* határozószónak felel meg.

33 1Jn 3,23 és 5,13 alapján a Név titokzatos erejébe vetett hitet fejezik ki, amely nem is csak a zsidó és keresztény vallásosságban, hanem még az iszlám *dikibr*-szövegeiben is mérvadó maradt.

ba: 1) a mondat, mely Jézus nevének és az ő irgalmának segítségével hívását tartalmazza (például a görögöknél így: „Uram, Jézus Krisztus, Isten Fia, könyörülj rajtam!”); 2) ezen ismételtetés végrehajtása a belégzés és kilégzés ritmusát követve; 3) bizonyos megjegyzések a testhelyzetre vonatkozólag: például hogy egy alacsony zsámolyra ülünk, a fejet meghajtva; 4) az aszketikus élet együttese (nyugodt helyre való visszavonulás, hagyományos aszkézis, szent szövegek olvasása).

Sínai Szent Gergely szerint „a legbiztosabb ima a bensőséges Jézus-ima. Ez felemésztí a szenvedélyeket, mint a tűz a száraz töviseket. A léleknek örömet és gyönyört hoz, és nem enged balra vagy jobbra letérni, hanem egyedül az egyenes utat ismeri. Lelkében forrás zúg, amelyet az életadó Szentlélek tölt el.”³⁴

Az ima végzésének technikájáról a 14. századi hészükhaszta szent a következőket írja: „Ülj egy alacsony zsámolyra félig hajlott tartásban. Ebben a helyzetben engedd lélegzetedet mintegy szívedbe áramolni, és ott tartsd fogva. Mialatt fáradságosan görnyedve maradsz, a melledben, válladban és nyakadban lévő élénk fájdalmak ellenére is hívd lelkedben szünet nélkül az Urat: »Uram, Jézus Krisztus, irgalmazz nekem!«. Később, az erőltetett tartás és talán az időtartamból származó unalom miatt, fordítsd lelkedet az ima második felére: »Isten Fia, irgalmazz nekem!«. Az ima-hívást nem szabad az önmagával mindig azonos étel és a változatlan háromszoros név miatt megváltoztatnod, hiszen akik belőle táplálkoznak, éhezni fognak. Ismételd az ima-hívás második felét folyamatosan, és ügyelj arra, hogy türelmetlenségből ne változtasd helyzetedet, mert a fák, amelyeket túl gyakran átültetnek, nem vernek gyökeret. Urald a tüdő légzését úgy, hogy ne tetszé- se szerint lélegezz. A heves légzés, amely mint egy vihar vonul át a szí- ven, elhomályosítja a lelket, és nyugtalanítja a belsőt. Szétszórja és fogoly- ként kiszolgáltatja őt a feledékenységnek, vagy a legkülönbözőbb dolgokat engedi rajta végigvonulni, és érzékennyé teszi a tilosra. Ha érzed, hogy a gonosz ellenség bűnös gondolatai feltámadnak benned és fantáziaképeid sűrűsödnek, ne hagyj, hogy kihozzanak a sodrodból. Ha jó gondolataid jönnek, azoknak se tulajdoníts jelentőséget. Ameddig tudod, tartsd vissza a lélegzetedet, zárd keményen a szívedbe, és megszakítás nélkül imádkozd a Jézus-imát.”³⁵

Mindenesetre ennek az imának a gyakorlásához Sínai Szent Gergely szerint tapasztalt lelki vezetőre is szükség van. „Aki becsületesen fáradozik azon, hogy a tiszta imához eljusson, útját nyugalomban fogja járni, ha a belső megrendüléseit és nagy összeomlásait tapasztalt tanácsadó vezetése alá helyezi.”³⁶

34 *Kis Filokália. A szívbéli imádság könyve.* Filosz, Budapest 2004, 163.

35 Uo. 144–145.

36 Uo. 163.

