

A Xanthopuloszok a tiszta imáról

BAÁN István

A görög *Filokália* 4. kötetében található Kallisztosz és Ignatiosz Xanthopulosz szerzetesek műve, melynek címe *Pontos módszer és szabály, mely Isten segítségével készült, és tartalmazza a szentek tanúságtételeit is, s azokról szól, akik azt választják, hogy csendes és szerzetesi életmódot éljenek.*¹

Mit tudhatunk a szerzőkről? Nevükből ítélve a konstantinápolyi Xanthopulosz-monostor szerzetesei voltak. A szerzetesház nevét vélhetőleg az alapító vagy újjáépítő, birtokos Xanthopuloi-családról kapta, akik kegyurai voltak, valódi titulusa azonban nem ismeretes. Okiratokban a 14. század második felében találkozhatunk a monostorral, amely korában az egyik legjelentősebb lelki központ volt: kapcsolatban állt Szent Kavaszilasz Miklóssal (1322/23–1391 után), Thesszaloniki Szent Simeon érsekkel (1416–1429), Szent Markosz Eugenikosszal (1394–1445), de az unióbarát, majd katolizált Démétriosz Küdónésszal (1324–1398) és Manuél Kalekasszal (+1410) is, aki élete végén belépett a domonkos rendbe.² Kódexmásoló műhelyében szép számmal készültek a különféle aszketikus és lelki tartalmú írások példányai, és ebből a központból terjesztették Kavaszilasz műveit.

Ehhez a monostorhoz tartozott a szerzőpáros, akikről művükön kívül csupán annyit tudunk, hogy közülük az első II. Kallisztosz néven élete végén pár hónapig, 1397 májusától augusztusig ült a főváros patriarchai trónján. A Szenthegyi Nikodémus által szerkesztett gyűjtemény végén álló, száz fejezetből álló florilégium tematikus rendben tárgyalja mindazt, amit a hészükhaszta életmódot folytatóknak feltétlenül tudniuk kell az imádságról. Bőven idéz a megelőző évezred nagy lelki atyáitól, Nazianzoszi Szent Gergelytől, Aranyszájú Szent Jánostól, Márk szerzetestől, Létras Szent Jánostól, Szír Szent Izsáktól, egyúttal azonban beolvasztja a kortársak: Sínai és Palamasz Szent Gergely, valamint Kallisztosz Angelikudész műveit is.³

Melyek azok a lényegesebb pontok, amelyeket a szerzők az imával kapcsolatban hangsúlyoznak? Az imádkozó egy „természetes módszert” al-

1 Φιλοκαλία τῶν ἱερῶν νηπτικῶν. Athinai, 1974–1976,⁴ IV. kötet, 197–295 (= PG 147, 636–812).

2 R. Janin: *La géographie ecclésiastique de l'empire byzantin. Première partie: Le siège de Constantinople et le Patriarcat Oecuménique. T. III. Les églises et les monastères.* Paris, 1969, 378–379.

3 A. Rigo (szerk.): *Mistici bizantini.* Roma, 2008, 667–668.

kalmaz, „amelynek révén az orron keresztül vett lélegzettel a szív belsejébe ki-behatol a lélegzést kísérő imánk, amely így szól: Uram, Jézus Krisztus, Isten Fia, könyörülj rajtam. Az ilyen módszer bizonyos mértékben arra törekszik, hogy egybegyűjtse az értelmet” (19. fejezet).⁴ „Aki lélekben józan akar lenni, különösen pedig a kezdő az ima idején üljön le egy csendes és homályos szobácskában, hogy így – hacsak részben is – természetesen összeszedhesse értelmét és gondolatát” (23. fejezet).⁵ „Az értelmet mindenkéltől a szívben való fohászkodás szabadítja meg minden szétszórtságtól, ha hittel hívja segítségül Urunkat, Jézus Krisztust és szent nevét. Ebben segít egy kissé a szív bensejében végzett természetes lélegzési módszer, a csendes és homályos helyen való üldögélés és az ehhez hasonlók” (24. fejezet).⁶ Kallisztoszék, akik maguk is gyakorolták a „módszert”, tisztában vannak azzal, hogy a külső körülmények segíthetnek ugyan az összeszedettség elérésében, ugyanakkor nem tartják elengedhetetlennek, mint amely nélkül ne lehetne elkerülni a szétszórtságot. A kezdő számára azonban lehetőleg optimális körülményeket kell biztosítani, nehogy a külső, zavaró tényezőkkel folytatott küzdelem elvonja figyelmét az imától.

Mely tevékenységeket kell a kezdő hészükhasztának szüntelenül folytatnia? Öt olyat sorol fel, melyekkel imádja Istent:

- imádkozik, vagyis Urunk Jézus Krisztusra emlékezik, s ezt „az emlékezést az orron keresztül a lélegzetvétel vezet be szüntelenül a szívbe, mégpedig lassan, majd újból kilélegzik összepréselt ajkakkal anélkül, hogy közben bármi másra gondolna vagy valamit képzelne. Ez azáltal érhető el, hogy
- szigorúan megfékezi gyomrát, alvását és a többi érzékeit, cellájában őszinte alázatossággal végezve ezt;
- zsoltózik, olvassa a Szentírást és a szentatyák írásait (különösen azokat, amelyek az imádságról szólnak),
- fájdalommal emlékezik vissza bűneire, elmélkedik Isten ítéletéről, a halálról, a büntetésről és a jutalomról,
- egy kevés kétkezi munkát végez, hogy fékezze tunyaságát, majd visszatér az imához” (45. fejezet).⁷ Az alapok felsorolása után rátérnek magára az imára. Kiderül, hogy a „monologisztosz” ima többféleképp is végezhető, s ennek megválogatásában fontos szerep jut a lelki atyának, aki mérlegeli, mennyire haladt előre az imádkozó a lelki életben. „Nem minden szent atya javasolta, hogy mindig az egész imát mondják, hanem az egyik az egészet, a másik a felét, a harmadik az egyik részét, ismét más pedig azt, hogy ettől eltérően aszerint, hogy az

4 Φιλοκαλία IV, 221.

5 uo. 223.

6 uo. 224.

7 uo. 244–245.

imádkozó mennyit bír és milyen állapotban van” (49. fejezet).⁸ „A kezdőknek szabad egyszer az ima összes szavait mondaniuk, máskor csak egy részét, de ne váltogassák gyakran az ima szavait... A gyakran átültetett fa nem hoz gyümölcsöt” – amint Sínai Szent Gergely mondja (51. fejezet).⁹ A Xanthopulosz-pár tapasztalatból tudja, hogy egy olyan folyamatba akarja bevezetni olvasóit, amely kitartást követel, hiszen nem lehet rövid idő alatt eljutni a tiszta imához. „Ahhoz, hogy az imádság meghozza gyümölcsét a szívben, hosszú időre, küzdelemre és erőfeszítésre van szükség” (52. fejezet).¹⁰ A lelki atyára nemcsak azért van szükség, hogy útmutatást nyújtson, hanem hogy bátorítsa a hészükhasztát, amennyiben lankad buzgósa, és nehogy azt gondolja, hogy hiábavaló küzdelmet folytat.

Itt érünk el addig a pontig, amikor a szerzők a tiszta imával kapcsolatos forráságról kezdenek beszámolni, amely kiúzi a szívből azt, ami akadályozza a tiszta imát.¹¹ A hiteles forrás az isteni jelenlétből fakad, mivel „a mi Istenünk emésztő tűz” (MTörv 4,24). Amíg a centuria aránylag szűkszavúan számol be erről a jelenségről,¹² addig egy rövid írásból alaposabban megismerhetjük, mit is él át ebben a szakaszban az imádkozó. A Kallisztosz neve alatt fennmaradt beszámoló címe: *Az értelem és a szív imájának hatásairól*.¹³ Arról árulkodik, hogy szerzője nem mások tapasztalatát ismétli vagy összegzi, hanem a sajátját. A személyes beszámoló szenvedélyes hangvétele is ezt támasztja alá, amikor az elragadtatásban megtapasztaltakról szól. A centuriától eltérően, amely bőségesen ontja a patrisztikus citátumokat, e glossza-szerű művecskében csupán egyetlen idézet szerepel, Létrás Szent Jánostól. Ugyanakkor józanságra int a látottakkal kapcsolatban, és mindent alávet a lelki atya ítéletének.

„Akik az imádságnak szentelik magukat és figyelmüket, mindenekelőtt remegést kezdenek érezni testükben, mintha reszketne a bőrük – ez egyesek számára a tévedés jelének tűnik. Forráság jelentkezik mélyen a vesékben, amely övként veszi körül őket: van, akinek ez is a tévedés jelének tűnik. Ezek valójában nem a tévedés, hanem a természet jelei, olyan hatások, amelyek ebből a gyakorlatból erednek. Ha valaki úgy magasztalja őket, mint amik a kegyelem, nem pedig a természet következményei, akkor ez valóban tévedés. Mindenesetre ezeket a jelenségeket, bármilyen okból is eredjenek, az aszkétának vissza kell utasítania, nem szabad vágynia rájuk.

8 uo. 247.

9 uo. 251.

10 uo.

11 54–58. fejezet, uo. 253–255.

12 60–63. fejezet, uo. 256–257.

13 Nikodémosz Hagioreitész: *Κήπος χαρίτων*. Venezia, 1819, 221–222. Az eredeti görög szöveg elérhetetlen volt számomra, a fenti fordítás A. Rigo olasz fordítása alapján történt (*Mistici bizantini* 789–790.).

Továbbá egy másik forráság jelentkezik a szívben: ha akkor az értelem beleegyezik a sóvárgás gondolataiba, akkor ez valóban a tévedés jele. Ha viszont az egész testet felhevíti a szív, az értelem tiszta és mentes a szenvedélyektől, és mintegy hozzátapad a szív bensőbb mélyéhez, ez valóban a kegyelem, nem pedig a tévedés sajátsága. Olykor aki ilyen állapotban van, előnti a verejték, mivel nagy forráság támad a testben, és akkor a szívből kiindulva mozgásba jön a szent tevékenység.¹⁴ Felemeli a szív – úgyszólván – burkát, az értelmet a »belső« felé mozdítja, egyesíti az isteni tevékenységgel, és arra serkenti, hogy gyakran kiált: »Jézusom, Jézusom«. A szív kinyílásakor az értelem csak annyit kiált: »Jézusom«. Nem képes ugyanis az egész (imát) kiáltani: „Uram, Jézus Krisztus, Isten Fia, könyörülj rajtam!”, mert olyan gyorsan nyílik ki egymás után a szív, hanem csak annyit: »Jézusom«. Akik ragaszkodnak ahhoz, hogy az egész imát ismételjék ebben az állapotban, azok tévednek. Amikor ugyanis az értelem – amint mondtuk – hozzátapad az isteni tevékenységhez, és behatol a szív legmélyére, csak annyit tud kiáltani: »Jézusom«. Akkor születik ebből az imádságból az is, hogy a szív elcsodálkozik, akkor a szent tevékenységből nagy vigasztalás fakad.

Édességgel telt könnyek buggyannak ki és áradnak a szívből, és gyönyörűséggel telten patakanak a szemekből: ez az örömdetes szomorúság.¹⁵ Akkor a szív felhevül ettől a szent tevékenységtől, és lángra gyújtja az egész testet, az értelem pedig csodálkozva kiáltja: »Uram, irgalmazz!« És ahogy a tűztől nagyon felhevített edényben levő olaj a nagy hőségtől ki is fut, úgy a szív is: mivel felhevíti a szent tevékenység, forráságot támaszt a testben is, és tűzzé alakítja. Akkor aki ezt tapasztalja, úgy érzi, mintha a belső részek kipattannának (belőle). Aki ilyen állapotban van, annál más rendkívüli dolgok is tapasztalhatók. Belül olyan ragyogást lát, amely a napnál ragyogóbbnak látszik, és kibuggyantja a fényt a szívéből.¹⁶

A szív bensejében más titkok is történnek, amelyeket nem írhatok le. Az értelem ugyanis az egész teremtést szemléli, és mivel átadta magát a csodálkozásnak, amely a szent tevékenység és az isteni titkok szemlélésének lendületéből fakad, szívének mélyéből dicshimnuszokat zeng, melyeket nem írhatok le. Akkor az embert ez az isteni lendület teljes egészében isteni módon sugalmazza, minden anyagi és érzékelhető dolgon túl maga alá gyűri az öröm, mint azt, aki megrészegült, mert sok bort ivott.

14 Az isteni *energeia*, Istennek a teremtményekkel kapcsolatos tevékenysége, amely különbözik ugyan az isteni lényegtől, de teremtetlen, és azonos Istennel.

15 Vö. Létra 7. PG 88, 804B

16 A centuria 62. fejezetében azt olvashatjuk, hogy a látomás hitelességének mérlegeléséhez olyan mesterre van szükség, aki nem csupán a Szentírásból ismeri ezt, hanem Isten kegyelméből maga is megtapasztalta. Ha nincs ilyen mesterünk, inkább utasítsuk el a látomást, nehogy hamis illúzió áldozataivá váljunk! *Φιλοκαλία* IV, 257.

Később pedig az értelem isteni szemlélésekkel foglalkozik, és olyan félelmetes titkokat lát, amelyekről nem tudok részletesen beszámolni. Az értelem ugyanis meglátja az igazak gyönyöreit és a paradicsom szépségeit. Még magasabbra ragadtatva ijesztő és rendkívüli titkokat lát a mennyben. Minél inkább megszabadul az ember az ellenség sugallataitól, annál inkább lát még ezeknél is magasabb rendű titkokat, annak mértékében, ahogyan a Szentlélek kegyelmét kapja. Neki legyen dicsőség mindörökké. Ámen.”

Felmerül a kérdés, vajon a fenti kis beszámoló önálló írásnak készült-e, vagy pedig egy „cédulagyűjtemény” egyik darabja, amely mintegy előtanulmány a tervbe vett nagyobb lélegzetű *Pontos módszer és szabály*hoz. Véleményünk ez utóbbi felé hajlik, bár kéziratos hagyománnyal nem támasztható alá. Talán nem véletlen, hogy ezt az igen személyes és mély titkokat sejtető vallomást nem csatolta a Filokáliához Szenthegyi Nikodémus. A mű végén – minden óvatosságra intő figyelmeztetése ellenére is – túlságosan csábított volna a misztikus élményekre, amelyek elérése nem „módszer” kérdése, hanem egyedül a kegyelemet nyújtó Szentlélek ajándéka.

