

Anselm Grün

# Út a szabadsághoz

*A lelki élet  
mint a belső szabadság  
begyakorlása*

BENCÉS KIADÓ  
Pannonhalma, 2014

## **Tartalom**

<b>Bevezetés</b> .....	5
<b>I. A szabadság az Újszövetségben</b> ...	9
„A fiak szabadok” – A szabadság a szinoptikusoknál ....	9
„Az igazság szabaddá tesz titeket” – A szabadság Jánosnál.....	22
A szabadság üzenete Pálnál.....	37
A szabadság tökéletes parancsa Jakabnál .....	56
<b>II. A szabadság a görögöknél</b> .....	61
„Az erényes ember szabad is” – Szókratész, Platón és a sztoa.....	63
„Ha akarod, szabad vagy” – Epiktétosz .....	65
A lélek megszabadít a világtól – a gnózis .....	68

<b>III. Az egyházatyák lelki útja</b> .....	71
„Senki sem sebezhet meg” – Jusztinosz .....	71
A keresztények szabadsága – Alexandriai Kelemen.....	74
Az akarat szabadsága – Baszileiosz .....	78
Az istenfélelem megszabadít az emberektől való félelemtől – Aranyszájú Szent János .....	85
<b>IV. Szabadság a szenvedélyektől –     a szerzetesatyák útja</b> .....	91
<b>V. A lelki élet mint     a szabadsághoz vezető út</b> .....	97
Az aszkézis .....	97
A gondolatok és szenvedélyek kezelése .....	103
Az ima.....	111
A szeretet útja .....	116
<b>Zárszó</b> .....	123
<b>Jegyzetek</b> .....	129
<b>Irodalom</b> .....	133



## *Bevezetés*

A szabadság az emberiséget ősidők óta izgató, vágyait kifejező fogalmak egyike. Lelke mélyén minden ember vágyik a szabadságra, a mások hatalmától és ítéletétől, belső kényszerektől, szorongásoktól, aggályoktól és függőségektől mentes életre. A legtöbb állam magának vindikálja a jogot, hogy biztosítsa állampolgárainak a szabadságot. A liberálisok a szabadságot gyakran az individualizmussal keverik össze. Úgy vélik, szabad az, aki mindent megtehet, amit akar, aki nem alkalmazkodik másokhoz, csak magára gondol. A „szabadság” fogalmát napjainkban sokan a francia forradalom óta létező szabadságmozgalmakkal azonosítják, az egyházzal azonban nem, holott a szabadság a Biblia központi kifejezése. Pál így ír a galatáknak: „A szabadságra Krisztus vezetett minket.” (Gal 5,1) A Jézus Krisztus általi megváltást szabadulásként, óriási meghívásként írja le, hogy Isten szabad fiaiként és leányaiként éljünk. A lelki életet pedig az ősegyház ideje óta a szabadság begyakorlásának tekintjük.

Ebben a könyvben nem a szabadság nagy teológiáját szeretném kifejteni, ahogy azt a filozófusok és teológusok az egyház kezdeteitől fogva tették. Nem foglalkozom a szabad akaratnak a teológiában széleskörűen tárgyalt kérdésével, a kegyelem és a szabadság viszonyával és a szabadság politikai dimenziójával sem. Nem tárgyalom a Dél-Amerikában oly népszerű felszabadítási teológiát, amely a szabadság bibliai üzenetét a jelenlegi politikai helyzetre alkalmazza, jóllehet abban személy szerint fontos és bátorító hozzájárulást látok korunk égető kérdéseinek megoldásához. Mondanivalómat az Újszövetség üzenetére, s annak néhány egyházatyánál és a szerzetességben fellelhető értelmezésére korlátozom. Nem annyira a szabadság teológiája érdekel, mint inkább a szabadság spirituális dimenziója, valamint a szabadsághoz vezető utak, amelyeket a szerzetesség lelki hagyománya járt be.

A teológiában *valamitől* és *valamire* való szabadságot különböztetünk meg. Ebben a könyvben főként az első szemponttal foglalkozom. Isten megtapasztalása megszabadít bennünket a világ hatalmától. Az istentapasztalat mindig összefügg a szabadsággal is. Már Angelus Silesius így fogalmaz: „Aki szereti a szabadságot, szereti Istent.”<sup>1</sup> A lelki út a függőségből és kényszerekből a szabadságra vezet. A külső és belső béklyóktól való megszabadulásnak azonban célja van. Életünk cél-

ja odaadni magunkat Istennek és az embereknek. Csak akkor adhatom oda magam és szerethetek igazán, ha megtaláltam önmagamat és megszabadultam az önközpontúságtól, az önmagamhoz és saját életemhez való görcsös ragaszkodástól.

Napjainkban sok ember szenved a szabadságérzet hiányától, bár országunkban minden párt politikusa azzal dicsekszik, mekkora szabadságnak örvendhetünk. Az emberek úgy érzik, életüket rengeteg kényszer határozza meg. Nem csak külső, gazdasági, a vállalkozókat munkahelyek megszüntetésére kényszerítő, vagy társadalmi, szabadságunkat korlátozó döntésekről van szó, esetleg politikai kényszerekről, amelyek az értelmes reformok bevezetését mint „politikailag kivitelezhetetlent” akadályozzák. Ma főként belső kényszerek fenyegetik az embereket. Szorongás lesz úrrá rajtunk, mások elismerésétől függünk, úgy érezzük, fogva tart múltunk, élettörténetünk, s nem engedi, hogy szabadon döntsünk.

Érzelmeink, szenvedélyeink, szükségleteink és kívánságaink befolyásolnak bennünket és korlátozzák szabadságunkat. A kérdés az, hogyan juthatunk el a belső szabadságra. A spirituális hagyomány régóta olyan utakat tár elénk, amelyek szeretnének elvezetni a külső tényezők hatalmától való szabadságra. A lelki ember egyben mindig szabad ember, akit nem kívülről irányítanak, hanem belülről él, függetlenül

mások véleményétől és elvárásaitól, megszabadulva saját szükségleteitől és vágyainak kényszerétől. A belső szabadság emberi méltóságunk lényege, hiszen csak a szabad ember egészen ember. Az Újszövetség iratai és a korai lelki hagyomány rámutatnak, hogyan járhatunk ma is a szabadság, s egyben az igazi emberré válás útján.



### III.

#### *Az egyházatyák lelki útja*

Leírásomat arra a hatásra korlátozom, amelyet a sztoikus filozófus, Epiktétosz néhány egyházatyára gyakorolt, és megjegyzéseikből következtetéseket vonok le saját lelki utunkra. Az egyházatyák a sztoa tanítását nem egyszerűen átvették, hanem a szabadságról szerzett, Jézus Krisztusban megélt tapasztalatukba állították bele. Ez nem a biblikus szemlélet meghamisítása, hanem Jézus felszabadító üzenetének lefordítása a kortárs gondolkodás szintjére. Ez az értelmezési kísérlet számunkra is döntő fontosságú, még ha manapság másképp gondolkodunk és érzünk is, mint az akkori emberek. A görög filozófiát azonban napjainkban korunk pszichológiai nyelvére kell átültetni.

#### *„Senki sem sebezhet meg” – Jusztinosz*

Jusztinosz, az első keresztény teológus, aki a Biblia üzenetét a görög filozófiával igyekezett összhangba hozni, akkortájt tanított Rómában,

amikor ott Epiktétosz hatása érvényesült. Marcus Aurelius császárhoz intézett levelében valószínűleg Epiktétoszt idézi: „Meggyőződésünk, hogy senki nem árthat nekünk, hacsak nem találunk minket gaztett elkövetőinek és gonosztevőknek. Megölhettek, de ártani nem tudtok nekünk.”<sup>53</sup> Ezt a szabadságot Jusztinosz keresztényként követeli magának, s mert Krisztusban találja meg valódi identitását, szabad minden külső hatalomtól. Bár a császár megölelheti, mégsem árthat neki, mert Krisztusban meghalt ennek a világnak. Már túl van a küszöbön, s ez megszabadítja őt e világ minden hatalmától.

Ez a magatartás nemcsak a mártírok korára áll. Jusztinosz ugyanis 165-ben hat társával együtt vértanúhalált halt. Magatartása ránk is érvényes. Vegyük például azt az alkalmazottat, aki kiegyensúlyozatlan főnökére panaszkodik, hogy önkényesen jár el, és sokszor igazságtalanul bánik vele. A főnökének természetesen hatalmában áll, hogy előléptesse őt, vagy csökkentse a bérét. A lelke felett azonban nincs hatalma. Nem rendelkezhet igazi énje felett, amely Krisztusban van, így énjének egyáltalán nem árthat, hiszen az Istené. Fájdalmat okozhat neki, bánthatja, érzékeny pontján találhatja el, úgyhogy az ember sírni kezd, vagy napokra megbénul. Ha azonban újból és újból tudatosítom magamban, hogy igazi énem Krisztusban van, túl e vi-

lagon, akkor lényem legmélyén nem árthat. Vagy vegyük azt a nőt, akit megrágalmaznak, s őt hibáztatják azért, hogy elhelyezték az alkoholista plébánost, aki tönkretette az egyházközséget. Képtelen védekezni. Teste átveszi az elszenvedett sérelmeket. Nyilván nem könnyű e bántásokkal szemben a belső magba visszahúzódnival, hiszen a tudat, hogy van az emberben egy belső tér, ahol sebezhetetlen, nem óv meg senkit attól, hogy érzelmileg sérüljön. Ha azonban ismételten felidézem, hogy van bennem egy hely, ahol Isten lakik, ahová nem jut el a sok-sok áskálódás, rágalom és sértés, akkor az érzelmi káosz közepette megsejtem, hogy mindez nem árthat nekem. Tönkreteheti szakmai karrieremet, aláaknázhatja helyzetemet az egyházközségben, de igazi lényemnek nem árthat.

Csak e szabadság megtapasztalásából tartatom meg emberi méltóságomat egy ellenes környezetben. Nem szabad azonban túl korán azonosulni a mártír archetípusával, mert az mazochizmus. Akkor viselhetek el bármilyen nehéz helyzetet, ha szabadnak érzem magam, és biztos vagyok méltóságom érinthetetlen voltában.

A korai mártírok hittek abban, hogy még a hóhérok sem árthatnak nekik, s ez az ellenes világ gyűrűjében a szabadság érzésével ruházta fel őket. Ezzel az eredeti keresztény szabadsággal győzték le a mártírhalál szörnyűségeit.

ges kínjaitól való félelmüket, és mentek a halálba emelt fővel, méltóságuk és szabadságuk teljes tudatában. A sztoikus Epiktétosz szabadságát is integrálták keresztény szabadságukba. Nem éreztek ellentmondást, még ha a sztoikus szabadságot egészen másképp értelmezték is, ha szabadságuk alapját Krisztusban látták, aki a szabadságra hívta meg őket, és szabad fiakként és leányokként e világ idegenségében választotta ki őket.

### **Jegyzetek**

1 Idézi Johannes GRÜNDEL, *Triebsteuerung? Für und wider die Askese*, München, 1972, 105.

53 *Reallexikon für Antike und Christentum* (RAC), I, szerk. Theodor Klauser, Stuttgart, 1950, *Epiktet*, 633.