

A biblikus meditálás

Lekció: Jn. 14, 1-11 / Textus: Zsolt. 119, 1-16.

2013. június 23.

A 119. zsoltár nem csak a leghosszabb zsoltár, hanem egyben a Biblia leghosszabb fejezete is. Nem olvastam fel végig, nehéz lett volna a gyülekezetnek egy ültőhelyében végighallgatni figyelemmel, befogadni az egész zsoltárt. De nem csak a hosszúsága miatt okozott volna nehézséget, hanem azért is, mert a szöveg hamar azt az érzést keltene bennünk, hogy a dolgok ismétlődnek, újra és újra ugyanazokkal a képekkel, ugyanazokkal a fordulatokkal találkozunk. Kis módosítások vannak, de alapvetően egy idő után már nem hoz semmi újat a szöveg. Minden, ami előjön, szerepelt már korábban is, már mindent tudunk, mindent hallottunk, minden megfogalmazott gondolatával és érzésével ismerősek vagyunk. Bizonytalanság születik az emberben, mikor ezt tapasztalja: miért beszél ilyen furcsa körökben a zsoltáros?

A feszültség abból adódik, és a megoldás is abban van, hogy fontos, miért és hogyan olvasunk egy szöveget. Ez pedig abból fakad, hogyan élünk, hogyan működünk, hogyan gondolkodunk. A mai ember információért olvas. Ha megkaptuk és megértettük a kívánt információt, az a mienk, akkor készen vagyunk. A zsoltáros azonban nem azért ismétli magát a 119. zsoltárban nagyon-nagyon hosszan, mert nem tudja, hogy mindezt már elmondta, hanem azért, mert valami egészen mást tesz, mint pusztán információt közöl. Nem is az a cél, hogy ezt a zsoltárt a belőle nyerhető információkért olvassuk. A zsoltáros elmélyül egy témában. Azt célozza, hogy ha valaki végigolvassa ezt a zsoltárt, akkor ugyanazokban a gondolatokban egy idő után egyre mélyebbre jusson. Elmélkedjen, meditáljon, kóstolgassa az igazságot, és amit ebből ért, az így kezdjen egyre inkább részévé lenni az életének.

Máshogy kell tehát olvasni. Ebben az igehirdetésben erről a másként olvasásról, a bibliai értelemben vett meditációról, elmélkedésről szövegek, mint ami a bölcsesség gyakorlásához tartozik.

Sokat beszélünk a Példabeszédek könyve alapján a bölcsességről, és egyszer az elején beszéltem a meditálásról. Arról, hogy ha nincs meg az ember életében ennek a helye, ennek a tere, ennek a bibliai értelemben vett meditálásnak, elmélkedésnek a gyakorlata, akkor elég nehezen fogunk előre jutni azon az úton, amit a Biblia az élet bölcsességének nevez. A 119. zsoltár ugyanúgy bölcsesség-irodalom, mint a Példabeszédek könyve, de mégis más. Mert a példabeszédek könyvében bölcs mondásokat hallottunk, amelyek megfontolásra, átgondolásra, egymással való összevetésre, tanulásra valók. A zsoltár azonban imádság. Nagyon személyes nyelvezetet használ. Istent szólítja meg, Istennel beszél. Mert az egész bölcsesség-kérdés személyes kérdés.

Három dologról szeretnék beszélni azzal kapcsolatban, mit tanulhatunk a 119. zsoltárból a biblikus meditálásról.

1. Miért fontos a zsoltáros szerint az elmélkedés, a meditálás? Mi ennek a helye az Istennel való életben? Miért elengedhetetlen, hogy ezt kialakítsuk és begyakoroljuk magunkban?
2. Micsoda valójában a bibliai értelemben vett meditálás?
3. Hogyan léphetünk be ebbe? Hogyan gyakorolhatjuk magunkat ebben?

1. Miért fontos a bibliai értelemben vett meditálás, elmélkedés?

Azért, mert Isten élete csak a meditáláson, az elmélkedésen keresztül jelenik meg bennünk és érkezik el belénk.

Az első részben a zsoltáros a boldogságról, az áldott, irigylésre méltó életről beszél. Azt mondja: *„Boldogok, akik az Úr törvénye szerint élnek.”* Nem csak általánosságban mondja ezt, hanem nagyon személyes hangon: *„Te megparancsoltad, hogy utasításaidat pontosan megtartsák.”* A boldogság, az áldott, irigylésre méltó élet, az Istennel való élet kulcsának ezt tartja: az Ő rendelkezései, az Ő törvénye szerint élni. Sok szinonimát használ erre: törvény, parancsolat, rendelkezés, intelem, utasítás, döntés, a Te Igéd, a Te beszéded – mind ugyanarról szól.

Mikor azt mondja a zsoltáros, hogy az igazi boldogság az az Úr törvénye szerint élni – akkor nem egy etikai kódexre gondol, amit pontról pontra meg kell tartani, mert Isten azt úgy követeli meg. Sokkal inkább úgy beszél a törvényről, mint Tóráról, azaz útmutatásról, ahogy Isten vezetni akarja az ember életét. Ebben az van benne, hogy Isten kijelentette önmagát, megmutatta, hogy ki Ő és útmutatást adott az élethez. Aki boldogan, harmóniában szeretne élni - mondja a zsoltáros – az odaszabhatja az életét Isten útmutatásához, törvényéhez, az Ő rendjéhez, intelmeihez, döntéseihez, beszédéhez.

Az egyik oldalon tehát egy objektív kijelentés áll: *„Boldog, aki Isten törvénye szerint él.”* S lehet, hogy meglepő a másik oldal, amit magáról vall a zsoltáros: *„bárcsak állhatatosan járnék utadon, megtartván rendelkezéseidet! Akkor nem vallanék szégyent.”* Érzékeljük ezt? Miután megvallotta, hogy *„boldog az az ember, aki így él”,* nem azzal folytatja, hogy *„és én pedig így élek és boldog vagyok”* - hanem egy nagyon mély vágyat fogalmaz meg: *„bárcsak!”* Bárcsak tudnék a te utadon járni! Bárcsak tudnék a rendelkezéseid szerint élni! Azt mondja: *„tisztá szívből hálát adok Neked tanulva igazságos döntéseidet.”* Tanulnom kell ezen az úton járni.

Van tehát Istennek egy rendje, egy kijelentése, de az eszerint való élet nem magától értetődő. Van egy nagy lehetőség és a zsoltárosban ott ég a vágy élni ezzel a lehetőséggel, de ez mégsem olyan egyszerű. *Bárcsak tudnék járni az úton!* S ezen a ponton léphetünk most be mindannyian ebbe a zsoltárba, ennek a sodrásába. Ezen a ponton fogjuk majd megérteni, hogy miért fontos az elmélkedés, a meditálás.

Ha Jézus követői, keresztények vagyunk, akkor ismerjük azt, amit a zsoltáros megfogalmaz. Nem kérdés számunkra, hogy a boldog élet az az Isten útmutatása és törvénye szerint való élet. De azt is tudjuk, hogy ez nagyon gyakran nem megy. Hányszor megszületik a sóhaj a mi szívünkben is: *Ó bárcsak tudnék az Ő útjain járni, sokkal inkább, sokkal többet!* De nagyon sokszor nem sikerül. Szégyent vallunk.

Annak pedig, aki még nem lépett be a Jézussal való közösségbe, a keresztény életbe, de szimpatizál, keres, gondolkodik - ugyanolyan fontos ez a „bárcsak”. Mert benne az a kérdés munkál: *„hogyan működik a keresztény élet? Mi lesz, ha én belépek ebbe a világba, ha odaadom magamat Jézusnak? Mi óv meg attól, hogy képmutató legyek?”* Vagy éppen: *„mi segít, hogy ne valljak kudarcot? Hogyan változhat meg ilyen mértékben az életem?”* Mert sok emberben az van, hogy *„mennék én, csak hát annyira nem érzem magam késznek, képesnek arra, hogy majd úgy fogok élni, ahogy gondolom, hogy élni kell, vagy élnék azok, akik már követői Jézusnak.”*

Akármelyik igaz is ránk, bátorítson most bennünket az, hogy a zsoltáros, Isten embere is ezt mondja: *„bárcsak tudnék ezen az úton járni!”* Ebben lehet növekedni, ez biztathat, bátoríthat: *„menj csak tovább előre az úton!”*

Van tehát az objektív kijelentés: „Boldog az az ember, aki az Úr törvénye szerint él.” Mellette ott van a szubjektív vágyakozás: „Bárcsak úgy tudnék élni!” A kettő között van a meditálás, az elmélkedés. Mert az Istennek engedelmes élet kulcsa a szív - és a szív az nem változik meg csak azért, mert valamit már értesz. A szív nem változik meg csak azért, mert egy törvény valamit mond. A zsoltáros azt mondja, hogy „hogyan tartja tisztán életútját az ifjú?” Hogyan változik meg? Hogyan lesz az életem olyan, ami tényleg Istennek kedves? A válasz így hangzik a zsoltárban: „úgy, hogy megtartja az ígédet.” A második egységben végig erről beszél a zsoltáros, hogy ez mit jelent. Nem tesz semmi mást, mint végig elmélkedik, végiggondolkodja, imádkozza, begyakorolja az Isten igazságát.

Miért fontos tehát a meditálás? Tudod jól: boldog az az ember, aki Isten szerint él. Ott van a szívedben a vágy: bárcsak ilyen lennék! De tudod, hogy nagyon sokszor nem megy és nem sikerül. Ha komolyan mondd, hogy ott van a szívedben ez a vágy, akkor a kettő között van az, hogy megtanulunk egyre mélyebben, egyre valóságosabban elcsendesedni, elmélyedni Isten törvényében, rendelkezéseiben, döntéseiben, beszédében, igazságában – azaz elmélkedni. Mert evvel gyakorlod be magadba az Isten igazságát. Enélkül nem megy.

2. Mi a meditálás?

A zsoltár második nyolc verséből néhány képet szeretnék kiemelni, ami leírja ezt. .

„Szívembe zártam beszédedet, hogy ne vétkezzem ellened.” – mondja a zsoltáros. Hogy fogok tudni úgy élni, hogy ne vétkezzem ellened? Azaz a Te törvényed szerint? Úgy, hogy a szívembe zárom a beszédedet. Nyilván nem kell magyarázni, hogy egészen más a szívünkbe zárni Isten beszédét, mint meghallani és értelemmel felfogni azt. Legtöbbünk életében nem azon múlik az Isten törvényeinek megtartása, hogy még újat kellene hallanunk arról. Nem kell újat hallanunk, mindent tudunk. Majdnem. Az hiányzik, hogy begyakoroljuk, szívünkbe zárjuk, megéljük.

„Szívembe zártam beszédedet” – a kifejezés, ami itt szerepel, azt jelenti: valamit el kell rejteni annak az érdekében, hogy azt megőrizzük és megvédjük. Amikor az egyiptomi fáraó kiadta a parancsot, hogy Egyiptomban minden héber fiúgyermeket meg kell ölni, akkor Mózes édesanyjáról azt olvassuk, hogy gyermekét három hónapig rejtegette. Ugyanez a kifejezés szerepel ott: elrejtette, hogy megóvjá, megvédje a pusztulástól. (Ex.2.2.) Aztán számos másik helyen olvasunk arról, hogy Isten elrejtí a Benne bízót a veszedelem idején. (Zsolt.27.5.)

De nem csak elrejtésre utal a kifejezés, hanem gyűjtésre, felhalmozásra is. Tudod úgy látni magadat egy pillanatig, mint olyan embert, aki gyűjti, bezárja, elrejtí a szívében Isten igazságait, ígétjét, akaratát? Aki annyira azonosul Isten beszédével, hogy azt lényé mélyébe zárva meg akarja őrizni? Mert erről beszél a zsoltáros, ezt jelenti Istennel jární, elmélkedni. Bezárni, megóvni, elrejtíni, felhalmozni a kincset.

A második kép, ahogyan a zsoltáros a meditálásról fogalmaz: **„ajkam felsorolja szád minden döntését”**. Ez a kifejezés elsősorban egy általános matematikai tevékenységre utal: valamit számba veszünk, végigszámolunk, újra és újra megszámloljuk, hogy megvan-e? Van valamid, tudod, hogy az mennyi, odamész, újra és újra felsorolod, így mondták a régiek: megolvasod, megszámlolod, végignézed: mind-egyik megvan. Vannak emberek, akik rendszeresen írják a havi kiadásait, a hónap végén végignézik, megszámlolják, összeadják: megvan – erről van szó. Mások, akik gyűjtenek valamit, bármit: bélyeget,

különleges borokat – mindenről katalógust vezetnek. Melyik évjárat, mikor adták ki, hogyan született, mit kell tudni róla. Ez is ugyanaz a kép. A zsoltáros ezt a képet használja: tudatosan újra és újra végigveszi, számba veszi Isten cselekedeteit, ígéreteit, útmutatásait. Semmi nem maradhat ki! Ezáltal tartja azokat élő és frissen a maga számára. Hány és hány olyan üzenete, szívünket elérő, akár megrendítő ígéje, cselekedete volt Istennek az életünkben, amelyekről megfeledkeztünk? Nem zártuk a szívünkbe, nem soroltuk fel. Kikopott, feledésbe vészett. Maradt a szív egy megindulása, de nem teremte meg az áldott élet gyümölcsét. El tudod magadat képzelni, amint leírod Istennek nagy tetteit, szabadításait, igazán meghatározó ígét, döntéseit (akár egy imanaplóban), és azokat újra és újra előveszed?

Ezt lehet, hogy nehezebb megragadni, mint a havi költségeket, vagy egy gyűjtemény darabjait, vagy bármit, ami konkrétan és objektívan számolható. Isten ígéreteit, beszédét hogy lehet pontosan végigszámolni, felsorolni? De mégis azt mondom, hogy igenis, ha te komolyan akarod venni az Istennel járást, az elmélkedést, akkor az életedben vannak olyan helyzetek, Istennek a szabadításai vagy éppen intései, üzenetek, bibliai ígék, amiket tudnod kell! Rögzítened kell, és ezekhez tudnod kell visszatérni. Tudnod kell végignézni: mit mondott nekem Isten.

Mikor azon gondolkodom, azt keresem, hogyan vezet Isten, akkor van, hogy beugrik, hogy igen, ez az ige, ami most megszólított, két-három-négy éve már ott volt egyszer az életemben. Tudom, hogy szólt. Megnézem az imanaplómban. A fontos dolgok benne vannak. Megnézem, elolvasom, hogy akkor mit imádkoztam, mit írtam erről. Mert Istennek van egy története velünk. Ő valamit munkál az életünkben. Csak a mi emlékezetünk sokszor kihagy, és fogalmunk sincs, hogy mit mondott, és hogyan vezetne tovább.

Van, akinek ez könnyen megy, mert amúgy is így működik az agya, és mindent megszámol, van, akinek meg nehezebb, mert soha életében nem csinál ilyeneket. Mindegy. A meditáláshoz hozzátartozik, hogy számba veszed, felsorolod, elmondod magadnak, hogy mit tett Isten veled, mit mondott Isten neked. Nem megy nélküle.

Harmadik kép, és ebben jelenik meg az „elmélkedés” kifejezés konkrétan is: **„utasításaidon elmélkedem.”** A szó jelentéséhez tartozik, hogy valamit ismét, újra végiggondol. Ez gyakran belül történik: Isten jelenlétében csendesen reflektálunk Isten munkájára és a velünk történt eseményekre.

Ez lehet kétségekkel és kérdésekkel teli. A 77. zsoltárban ezt olvassuk: *„Eszembe jutnak énekeim éjjelente. Szívemben elmélkedem, és ezt kutatja lelkem: vajon végleg eltaszít az Úr és nem tart tovább jóakarata?”* Felébred éjjel valamilyen nyomorúságos, szorongatott helyzetben, s azt mondja: emlékszem énekeimre, amikor dicsértelek Téged. Ezen elmélkedem, ezen gondolkodom most, hogy végleg eltaszítottál, Uram? Aztán ahogy tovább olvassuk a zsoltárt, ezt találjuk: *„végiggondolom minden tettetdet, elmélkedem dolgaidon: van-e olyan nagy Isten, mint a mi Istenünk?”* (Zsolt. 77.7-8, 13.14.) Egy folyamat zajlik le abban, aki elmélkedik. Rá mer nézni a nyomorúságára, Isten előtt gondolkodik rajta, forgatja, vissza mer nézni arra, amikor minden más volt - és utána ebből az elmélkedésből fakadóan meg tudja fogalmazni, ki bírja mondani az imádságot, hogy „hatalmas Isten vagy! Nem hagysz el.” Aki ezt nem ismeri, azzal mi történik? Felébred éjszaka, elborítja a szívét a jeges rémület. Nem gyakorolta be magát abba, hogy ezeket a helyzeteket Isten jelenlétében, Istennel együtt magában megbeszélve, átgondolva tudja hordozni – és ezért Isten kiszakad abból a belső monológból, ami ilyenkor zajlik a szívében. El tudod képzelni, hogy szorult helyzetben úgy elmélkedsz, úgy „beszélgetsz magaddal” ,

hogyan az Isten jelenlétében, Isten igazságai, útmutatásai alapján történik? Így születik az Úr törvénye szerint élő ember.

Végül egy utolsó kép: „**gyönyörködöm rendelkezéseidben.**” Szívembe zárom, felsorolom, elmélkedem, megforgatom, átgondolom, gyönyörködöm. Gyönyörködöm! Aki végigmegy ezeken, az, nyilvánvaló, hogy gyönyörködni fog. Egyre világosabb, hogy amikor azt mondja a zsoltáros, hogy a boldog élet az Úr törvényei szerinti élet, az nem valamiféle kíméletlen, kegyetlen, megnyomorító, félelemből fakadó megfelelni vágyásról szól, hanem a szívnek, a bensőnknek odaadásából, megváltozásából, megújulásából fakad, gyönyörködtet. Aki gyönyörködik valamiben, az foglyul ejtett ember. Amikor az Isten rendelkezéseiben, törvényében, beszédében gyönyörködsz, Istennek foglyul ejtett embere vagy. És ha az vagy, akkor a helyeden vagy. Erre születünk. Erre teremtettünk, hogy Őbenne gyönyörködjünk, Őt dicsőítsük, az Ő dicsőségére éljünk.

A zsoltáros, aki szívébe zárta Isten útmutatásait, aki számon tartja és felsorolja azokat, aki elmélkedéseiben továbbgondolja és elmélyíti Isten ígését, végül gyönyörködik abban. Minél mélyebbre ment, annál elégedettebbé lett. Olyan szép ez a történet! **Miért olyan nehéz ez nekünk? Miért olyan ritka ez az életünkben?** Miért nem megy ez? Mert legyünk őszinték: néha kicsit megy, aztán sokat meg nem megy.

Az első oka ennek az, hogy városban élünk. Ahhoz, hogy a meditálás működjön, csend kell, és belső világ, belső tér, belső szabadság – ami a többségnek a városban nem adatik meg. Valamikor a mindennapi élet és munka megadta ezt. Aki a természetben dolgozott, egyedül, kemény fizikai munkát végzett, az közben akarva, akaratlanul csendben volt, meditált, imádkozott. Hosszú gyalogos utakon vagy lovas kocsin ment, ment az ember, és közben mindez zajlott a lelkében. De próbáljon meg valaki meditálni a tömött 139-es buszon, negyven fokban, amikor tapossák a lábát! Vagy a számítógép mögött, amikor percenként jönnek az e-mailek, a képek, üzenetek... Nem megy! Sokkal nehezebb ebben a világban egy belső teret kialakítani. Részben azért is, mert folyamatosan ezernyi információ zúdul ránk, és ebben az áradatban az új mindig kiüti a régit. Nagyon nehéz egy valamiben ott maradni. Másrészt egy hatékonysági és mennyiségi szemléletben vagyunk. Ha olvasunk, információért olvasunk, hogy újat halljunk, hogy többet tudjunk. Egy valamiben ottmaradni, csendben gondolkodni és elmélyülni, ez alapvetően nem fakad ebből az életritmusból, amit a városban élünk. Ezért ez nehéz. Csak akkor fog működni az elmélkedés, a meditálás, ha sokkal keményebbek, sokkal tudatosabbak vagyunk. Ha tudjuk, hogy belehalunk, ha nem tesszük.

Van egy másik oldala is ennek, ami még mélyebb és ijesztőbb. Ez pedig az, amiről úgy beszél egy számon nagyon sokat jelentő lelkipásztor, Eugene Peterson, mint a képzeletünk elsivárosodása. Peterson elmondja, hogy egyszer a templomba bevitt a négyéves gyerekeket, és a közeledő tavaszról beszélgetett velük. Bevitt egy madárfészket, és ezzel kapcsolatban kezdett mesélni a gyerekeknek arról, mi minden fog történni tavasszal. Ahogy kezében a fészekkel beszélt, a gyerekeknek, azok látták lelki szemeik előtt az érkező költöző madarakat, hallották ezeknek a madaraknak az énekét. Látták a hamarosan kivirágzó bokrokat és fákat. Érezték ott együtt mindezeknek az illatát. Beláttak a föld alá, ahol mindenféle férgek kezdenek a tavasz közeledtével életre kelni. Ott a templom falai között mindezt átéltek - ahogy beszélt, a négyéves gyerekek el voltak varázsolva. És akkor, ebben a szent és csodálatos áhítatban egyszer csak az egyik gyerek megszólalt, és azt kérdezte: „neked miért nincsen haj a fejedén?” Peterson megdöbbszent és azon gondolkodott, hogy ez a gyerek miért nem látja, miért nem érzi

és hallja, amit a többi gyerek lát, hall és érez? Ez a gyermek miért nem látja a láthatatlant? Hogy lehet, hogy kívül maradt? Hogy lehet, hogy ennyire megnyomorodott a képzelete már négy évesen? Majd azt írja: „*a képzelet az a képességünk, ami által kapcsolatot teremtünk a látható és a láthatatlan, a menny és a föld, a jelen és a múlt, a jelen és a jövő között. A keresztények, akik a láthatatlanba fektették be a legtöbbet, számukra a képzelet elengedhetetlenül szükséges. Hiszen csak a képzeletünk által láthatjuk a valóságot a maga teljességében. A képzelet az emberiség legdicsőségesebb képességei közé tartozik. Amikor egészséges és élettel teli, imádásba és csodálatba sűrget. Isten titkaiba. Amikor beteg és tunya, emberek millióit teszi élősködővé, mások pusztá utánczóivá, tévé-függővé.*” /Subversive Spirituality, 132-133.)

Amiről beszélünk, az elmélkedés, a meditálás, az a képzeletünk munkája. Az az a képesség, hogy az Isten igéjét, a valóságos helyzetedet Isten jelenlétében, a Szentlélek által megújított, felfrissített, életre keltett képzeletben kötöd össze. Azáltal álmodod meg a jövőt, hogy hova hív Isten. Azáltal látod más-hogy azt, amit látsz abban a pillanatban. Azáltal lesz az élet sokkal több, és sokkal gazdagabb, mint hogy felülünk a buszra, bemegyünk a munkahelyre, bevásárló listát készítünk, elvégezzük, és éljük a mindennapi dolgokat, amiket élni kell. Szükséges ez a belső világ.

A keresztény meditáció az abban nagyon más, mint minden távol-keleti elmélkedés, hogy ez az Isten jelenlétéből, szavából, igéjéből táplálkozik. Nem kiüresítjük magunkat, hogy magunkban találjunk valamit, hanem lecsendesedünk, hogy az Isten gazdagságában gazdagodjunk meg. Isten törvényén, útmutatásán, életén, igazságain elmélkedünk.

Abban is más, miután a biblikus meditációból alapvető erkölcsi átformálódás fakad. Ez nem egy spirituális utazás, hanem megváltozott, Istennek kedves élet. „*Hogyan tartja tisztán életútját az ifjú? Úgy, hogy megtartja igéjét...*” Hogyan változik az életünk? Úgy, hogy begyakoroljuk az életünkbe Isten igazságát, Isten igéjét.

3. Végül: mi a biblikus meditálás titka? Hogyan léphetünk be és maradhatunk meg ebben, mint keresztény gyülekezet?

Ahogy eddig beszéltem az elmélkedésről és a meditációról, a fő hangsúly azon volt, hogy mit tehetünk mi, mire kell nekünk nagyon figyelni. És ez fontos! Van felelősségünk. Isten kijelentette az akaratát, az útmutatását, az élet ösvényét, a tórát - nekünk magunkba kell azt fogadni, életünkbe begyakorolni.

De mégis: azt kell hallanunk végül, hogy mindez Jézus megváltó munkája által lesz lehetséges.

A meditálás nem valamiféle módszertan. Az elmélkedés nagyobb kontextusát kell látni, és ez nem más, mint Jézus. Azt olvastuk a lekciónban, hogy Jézus, amikor az utolsó éjszakán együtt van a tanítványaival, azt mondja: „*én elmegyek, az Atyához megyek, hogy helyet készítsek nektek... majd eljövök és magamhoz veszek titeket*”. Azt mondja egy ponton: „*én vagyok az út, az igazság és az élet.*” Ő az út, mondja magáról, amelyen járva megismerjük az igazságot az élettel kapcsolatban.

Hogyan lesz Jézus úttá nekünk? Hogyan járhatunk az úton, amit Ő készített? Emlékezzünk, mivel kezdődött a zsoltár! „*Boldogok, akiknek útja tökéletes, és az Úr törvénye szerint élnek. Boldogok, akik megfogadják intelmeit, teljes szívvel keresik Őt. Nem követnek el álnokságot.*” S mit mond a zsoltáros? „*Ó, bárcsak így menne! Bárcsak! Bárcsak!*” El tudod képzelni, hogy volt valaki, aki ugyanezt elmondja: „*Boldogok, akiknek az útja tökéletes.*”

El tudod képzelni, hogy van valaki, aki ugyanezt vallja: boldogok, akik teljes szívvel követik Istent, és nem követnek el álnokságot. És el tudod képzelni, hogy van valaki, aki nem a zsoltárossal és velünk együtt sóhajtja: bárcsak tudnék így élni? El tudod képzelni, hogy van valaki, akinek az útja tökéletes, aki mindenben Isten törvénye szerint élt, akiben nem volt semmi álnokság, semmi tisztátalanság. Aki teljesen tökéletesen betöltötte az Úr útmutatását, Tóráját, rendelkezéseit és parancsolatait? El tudod képzelni, hogy volt valaki, akinek a szíve csak arra vágyott, mindig, minden pillanatban, soha semmi másra, csak arra, hogy az Atya akaratát keresse? És minden szava és tette megfelelt ennek az életében. Ez Jézus. El tudod képzelni, hogy volt valaki, aki úgy magába zárta Isten beszédeit, aki úgy felsorolta újra és újra az Ő döntéseit, aki úgy elmélkedett akár a sötétség idején az Ő utasításain, aki úgy gyönyörködött az Ő rendelkezéseiben, hogy közben teljes volt, tökéletes volt? Ez Jézus! S amikor a tanítványainak arról beszél ez a Jézus, hogy elmegy, és azért megy el, hogy út legyen nekünk az Atyához, akkor tudjuk jól, hogy a haláláról beszél. Mert hogy megy el Jézus? Keresztre feszítették. Elmenetele az út - de elmenetele a kivégzés valósága. Meghalt és feltámadott.

Amikor elmélkedésről és meditálásról van szó, akkor erről a Jézusról van szó. Ő az út. Amikor elmélkedésre, meditációra hív, az Ő személyes jelenlétébe hív. Ő jött közel. Ő tett eleget minden bűnünkért. Ő általa van lehetőségünk újra és újra belépni ebbe a csodába. Mert ő Isten minden törvényének, minden rendelkezésének, minden útmutatásának teljes és tökéletes megtestesülése. Ő hív a Vele való közösségbe. Minden alkalommal, amikor azon gondolkodsz, hogyan alakíts ki egy rendszerességet, hogy meditálj, akkor azt lásd, hogy Jézus az, aki abban vár, Jézus az, aki abban hív. Aki szeret.

Ha az a kérdésed, hogy hogyan tudod ezt elkezdni: nagyon egyszerű. Kezd a 119. zsoltárral. Olvasd el versszakonként! 22 versszak. 22 nap. 22 hét. Remélhetőleg nem 22 hónap vagy 22 év, mire a végére jutsz. De ha akarod tenni, nagyon egyszerű! Csak olvasod és gondolkozol rajta. Annyira egyszerű, és annyira messze visz!

Isten áldjon meg bennünket ebben!

Amen

(Lovas András)