

I. Indítók

1. Történelmileg ható okok

a) Az ősi büntudat.

Az emberiség büntudattal járta sorsa útját. E büntudat legősebb öröksége is volt, de saját szerzeménye is, hiszen nemcsak Ádámban bukott el az embertermészet, hanem az egyedek is buktak. — Minél szellemibb volt egy-egy pogánynak is öntudata, annál világosabban élte meg önmagában az ellentétet: a helyes és helytelen, a jó és rossz szembenállását és küzdelmét — s minél jobb volt lelke, annál inkább készletve érezte magát arra, hogy küzdjön rosszrahajló természete ellen, fegyvelje azt, ha kell, kemény kézzel és eszközökkel is.

Ez az ősi vonás élt a kereszténységben. Habár a büntudat lényegesen enyhült, mert a megkereszteltek Krisztus megváltásában részesültek, tudták mégis, hogy az emberi természet rosszrahajlása megmaradt.

b) A keresztények hivatása.

A keresztény új öntudata, nagy vállalkozása, fönséges világnézete az első századokban a *keresztség* szentségének értelmezésével és értékelésével volt életerős kapcsolatban (amint az egyedül helyes). Ebben volt kifejezve tárgyilag is, alanyilag is az új életszemlélet és új élet. Erre esküdött föl a keresztény és pecsételtette meg lelkét a Krisztussal kötött örök életszövetség jelével. Ennek az új életnek a keresztesség szemlélete, fogalmazása és a benne megjelölt feladat szerint egészen sajátos stílusa és teendője volt: 1) Ellentmondani a sátánnak és minden pompájának, 2) Krisztussal együtt meghalni a világnak, 3) a feltámadás diadalmas szellemében élni az új életet az újszövetség, az evangélium magas erkölcsi színvonalán, 4) így nőni meg Krisztus teljeskorúságáig.

A keresztesség értelmezése a szertartási szövegen kívül legvilágosabb Szent Pálnál. Sem a szertartási szöveg, sem a szentpáli fogalmazás nem hagy semmi kétséget az iránt, hogy a keresztességben Krisztussal kötött életszövetség, Krisztus életének mintájára, hősiesség és küzdelem és bajvívás az örökké tartó isteni élet győzelméért.

De nemcsak a tan, hanem az élet is megtanította az első keresztényeket erre az igazságra. Megélték magukban is, közösségekben is, hogy a keresztesség nem alakította át bűnre hajló természetüket. Ma-

radtak a hajlamok, ösztönök, szenvedélyek, csak velük szembeállt a keresztség és bérálás erejében Krisztus *atlétája*. Maradt pedig mindekenél a világ csábító és erőszakos régi jellege, amellyel szemben csak a hősi lemondás győzhetett.

c) *Az Eszmény.*

A keresztyénység, christianizmus: Krisztus-egység, Krisztus-követés, Krisztus életének élése. Minél keresztyénibb valaki, annál inkább Krisztusban él. Krisztus életének hangsúlya, stílusa pedig kétségtelenül a betlehemi születés szegénységével kezdődő és a kereszt haláltusájában befejeződő hősie, legmagasabbrendű aszketizmusban van.

Öntudatos keresztyén nem tudja, nem is akarja megkerülni ezt a stílust. A keresztyén az aszkézis eljegyzetteje.

Másodlagos, relatív eszményként szerepeltek az egyháztörténelemben az aszkézis számára a szentek. Ezekben sokszorosodott és világosodott meg kézzelfoghatóan a krisztusi példa az aszkézis vonalán. Nagy hatók a keresztyénekben a szentek aszketizmusa.

2. Közvetlen megélésünkben működő okok

Kezdjük legalul.

a) *Egészség.* — Olyan indítóok ez, amellyel szemben átlag minden ember fogékony, különösen pedig az, aki már az ellenkezőjét tapasztalta. Az egészség céljából sok önmegtágadást, sok komoly aszketikus gyakorlatot hajlandók, sőt kénytelenek is vállalni az emberek. Itt nincs egyéb teendők, mint a természetes életöztönnek ezt a megnyilatkozását fölhasználni a keresztyén aszkézis javára. Nem is kell sok ehhez: legyünk a kegyelem állapotában és védjük ki az egészség ápolásának túlzott és ferde szándékát, úgyszintén kevésbé józan gyakorlatait.

Az egészséggel látszólag ellentétben álló fordított módszerrel is sokat használhatunk végeredményben magának az egészségnak. A keresztyén aszkézis egy kis hősieiségével tegyük egészségünket egészen Isten kezébe és ne gyakoroljuk lépten-nyomon a félelmet vele kapcsolatban. Esetleges betegségek föllépésekor ajánljuk meg magunkat akármire — szintén Isten kezébe. Félelmünk esetleg egészségünk és életünk elleni merényletnek tünteti fel ezt a megajánlásunkat, pedig nincs ennél jobb orvosság testünk és lelkünk számára, nincs erősebb támpontja egészségünknek, mert a belső megnyugvás, a lélek és az idegek békéje lesz ennek gyümölcse, ami pedig szakértő orvosok szerint sokszor többet jelent, mint maga az orvosi beavatkozás.

b) *Tisztesség.* — Alig van ember, aki semmit sem adna saját tisztességére, becsületére, esetleg már meglévő jó hírnevére. Ilyesminek a

fönntartása azonban nem megy magától. Sok önfegyelmzésre, az emberi ösztönök gondos felügyeletére, nagy körültekintésre van szükség egyes cselekedetekben is és az egész életnek viselkedésében, magatartási stílusában. Gyakorolta ezt rengeteg ember ezen a földön kereszténység nélkül is. Pedig azok komoly aszketikus gyakorlatok. Kereszteljük meg ezt a hajlamot, kb. ugyanúgy, mint az előbbire vonatkozólag mondtuk.

c) *A belső rend igénye.* — Van bizonyos párhuzam, ha nem is azonoság külső és belső világunk között. Alig van ember, aki bármilyen nagyfokú rendetlenséget hajlandó volna önmaga körül eltérni. A legtöbb ember pedig kisebbfokú rendetlenségeken is fönnakad. És szép számmal vannak emberek, főleg nők, akik nem is bírják elviselni a rendetlenségeket anélkül, hogy mindjárt hozzá ne lássanak a rendezéshez, a tisztogatáshoz, kezük alatt hamarosan ragyognia kell mindennek! — Valahogyan így van ez belül a lélek világában is, habár a személyeket tekintve nem azonos a párhuzam a külső rend igénye és a belső rend igénye között.

Minél inkább öntudatosodik valaki keresztény megfontolásokkal és lelki étellel, főleg pedig minél inkább imádságos lesz és lelkét eltölti Isten kegyelmének világossága, annál élesebben meglátja lelkében is a rend hiányait, a hibákat, a foltokat, a szennyet, sőt lassan a por-szemeket is.

Nagyszerű motívuma ez a komoly aszketizmusnak. Jelentősen fokozódik az istengyermekség öntudatával és Krisztus szeretetével. Nehéz volna az ilyen személynek Krisztust fogadni szívébe, ha ott nincsen rendben minden.

d) *Jellemességi igény.* — Nem azonos az előbbivel, de annak alapján könnyen fejlődik. Lesz erről még bővebben szó, azért itt csak annyit, hogy az etikailag egészséges emberben igen erős tud lenni ez az igény még akkor is, ha nem keresztény. Ugyanakkor ez igény kielégítéséhez, illetve a jelenség fönntartásához sok aszketikus gyakorlat kell, nem ritkán hősies gyakorlat. Nagy előnye aszkézis szempontjából a komoly jellemigénynek, hogy könnyedén vállalkozik a hősies teljesítményekre is. Igen rugalmas.

A keresztény aszkézisben nagyszerű motívum. Fordítsunk is komoly gondot rá. Elsősorban azzal, hogy mi keresztények is őszinte, mély igényt hordunk lelkünkben a jellemességre vonatkozólag. Ezt azért kell hangsúlyoznunk, mert a lelkiélet művelői igen gyakran fönt kezdik és bizony megeshetik, hogy alulra el sem jutnak. Pedig tragikus, ha az ilyen alap hiányzik.

e) *Büntől, büntetéstől való félelem.* — Természetes vonalon, a kereszténységen kívül is van aszkézisre ösztönző értéke, azonban sokkal

inkább a kereszténységben, ahol a bűnnek roppant jelentősége és az örök büntetésnek megrázó ereje lényeges indítékul szolgál az emberi ösztönök, szenvedélyek fegyelmezésére. — Használjuk fel ezt a motívumot akkor is, ha nincs közvetlen bűnveszély. Sok szent is igen szívesen elmélkedett a pokolról. Nagy Sz. Teréz életszentségére roppant hatással volt, amikor egy látomásban Isten megmutatta neki az ő helyét a pokolban. (Ahová ti. jutott volna halálos bűn esetén Isten irgalmának híján.)

f) *Az örök javak érdemlése.* — A keresztény élet az örök érdemszerzés roppant lehetőségével rendelkezik. Krisztus egy pohár vízzel, mint jótékony tettel kapcsolatban (ez a zsidóknál szárazság idején nem volt kis dolog) örök jutalomról beszél. Sok kereszténynek van érzeke az örök jutalmak iránt. Ilyeneknek igen hatékony motívum lehet aszketikus tények gyakorlására.

g) *Jézus szeretete.* — Itt arról a szeretetről van szó, amely már fölemelegítette a szívet, sőt lassan az élet és cselekvés lángjává gyúlt benne. Ez a szeretet akkor is áldozatokra készítetne, ha Krisztus maga nem hozott volna nagy áldozatokat értünk, mert a szeretetnek az áldozatos szolgálata a törvénye. De hát Krisztus szeretetének is ez volt a törvénye, s Ő Maga meghozta a legvégső áldozatot is értünk, odaadta életét. Az áldozatos szeretet tehát csodálatos lendítést és kitüzesítést kap Krisztus szeretetének eszményi példájától.

h) *Közvetlen példák.* Roppant jelentőségű motívum a körülöttünk kemény lélekkel gyakorolt aszkézis. Ha egy kis becsületesség van bennünk, nehéz ellenállni vonzó hatásának.

3. Társadalmi okok

a) *Viselkedési műveltség.* — Nem kell nagy képzettség ahhoz, hogy magában hordozza valaki az igényt ilyen és hasonló emberi nyilatkozatokra: Ez rendes ember, ez jólnevelt gyermek, ez művelt, ez jómodorú, ez tapintatos, ez ismeri az etikett szabályait, ennek megvolt a gyermekszobája, stb. Vagyis az átlagember igen sokat ad arra, hogy őt művelt embernek lássák és ezért mások szeme előtt meg is hoz szinte minden áldozatot, ill. elvégez minden önfegyelmezést, ami az ő hozzáértése szerint szükséges. Minél műveltebb pedig valaki társadalmilag, nemcsak annál több önfegyelmezési szempontot vesz észre, hanem annál inkább megéli annak igényét is, hogy a műveltség nemcsak kirakat, nemcsak ruha, hanem akkor valódi, hogyha a belső tartalomnak, sőt az egész személyiségnek vetülete, kisugárzása. Hatalmas motívumrendszere tehát az aszketikus gyakorlatoknak. Csak meg kell keresztelni ezeket is saját kereszténységünkkel: Krisztus-viszonyunkkal, tiszta szándékunkkal, a műveltségi balfogások (ezekből is akad elég)

türelmes elviselésével és főleg bizonyos szerénységgel és természetességgel, amely az érett műveltségnek mindenkor velejárója, a keresztény műveltségnek pedig, ha nem is érett még, követelménye.

b) *Közösségi feladatok.* — Lévéen az ember társas lény, sohasem kerülheti meg azt, hogy valamelyes közösségi feladatot ne kellene vállalnia. És minél inkább emberies valakinek a gondolkozása, annál inkább érzi, hogy kollektív szellemre, testületi érületre kell szert tennie, az embertestvériség bizonyos szolgálatait kell vállalnia. Nagyarányú történelmi kiképződése ennek a kereszténységen kívül, sőt vele szemben: a szabadkőművesség. A kereszténynek méginkább éreznie kell, hogy hivatva van testvériségre, közösségi tények készséges gyakorlatára.

Ezekhez nem kis önlegyzés kell. Aki igazi keresztény akar lenni, annak vállalnia kell ezeket, Viszont főnséges motívum a keresztény testvériség és annak Krisztus szemében való nagy hordereje.

c) *Szociális korigények.* — Volt már előbb is szó róla. Itt csak annyit, hogy nekünk, Krisztus követőinek igazán első helyen illik szociálisnak lennünk. És nemcsak illik, hanem rajtunk van a legsúlyosabb felelősség is korunk keresztény vagy kereszténytelen irányban való haladásáért. Roppant felelősség ez, amelyből az egyeseknek kijutó rész sem elhanyagolható tétel örök számadásainkban. — Aki pedig szociális, annak sajátos érzéke is van a részletek iránt. Viszont ez számára az aszkézis rengeteg apró gyakorlatát jelenti. Bárcsak ne torpannának meg ezek a szociális lelkek.

d) *Egyházunk és a kereszténység becsülete.* — Idevesszük ezt is, mert nagy botránya az emberiségnek, ha látják a keresztények bűneit, lelkiismeretlenségeit, jellemtelenségeit, talán egészen primitív becsületesség-hiányait és kötelességmulasztásait. Értsük meg jól, hogy Egyházunk és a kereszténység becsülete forog itt kockán. Sőt Krisztus becsülete, hiszen Övé ez az Egyház és ez a kereszténység. — Hozzuk meg azért a szükséges és illő önlegyzés áldozatait olyan körülmények között is, amikor egyébről nincs szó, csak arról, hogy ha ezt nem teszem, vagy másként teszem, Egyházunk és a keresztény vallás becsületét sértem.

4. Végső okok

Ismerősek az „utolsó dolgok“: halál, ítélet, pokol és mennyország. Mindegyike egyenként is igen nagy indítéka a keresztény aszkézis gyakorlatainak, főleg azokon a pontokon, ahol az önmegtágadás hiánya, ill. valamely szükséges gyakorlat elmulasztása bűnhöz vezethet. — Pillanatnyi és könnyű, — mondja Sz. Pál, — és hozzáteszi, hogy számba sem jöhet az, amit itt e földön nehézségekben, keresztviselésekben

gyakorolhatunk, ahhoz képest, ami örök viszonzásban vár reánk. Sz. Alajos halála után úgy nyilatkozott az egyik szent látomásában, hogy nem gondolta akkora jelentőségűnek az önmegtagadásokat az örökkévalóság számára. De nemcsak odaát a mennyországban, hanem már a halálban is szinte túlboldogítóan éli meg a keresztyény, hogy fölhasználta az önmegtagadások kínálkozó alkalmait, vagy legalábbis nem mulasztotta el kötelező tényeit. — Mekkora vigasztalás lesz ez az ítéletben is az örök Bíró előtt! — Nem is szólva a pokolról, ahol ilyen irányú mulasztásaink döbbenetes súllyal gyötrik a lelket.

E motívumok szellemében és erejében alakul ki az askézis lélek-tana, hangulati színezettsége és szilárdsága, főleg az egyedileg hatékony motívumok helyes csoportosításából, rendszerével, s ezek alapján az akarat odaadásán fordul jelentősége.

II. A gyakorlás módszere

1. Önismereti alapon

Még akkor is, ha alkalmas lelkivezetője van valakinek, fontos az önismeret. Maga a lelkivezető is, ha tervszerűen jár el, mindjárt kezdetben igyekszik önismeretre vezetni növendékét. — Nem lehet csak úgy vaktában asketizálni. Mint ahogyan nem lehet orvosságokat sem, sőt még erősítő tápszereket sem csak úgy vaktában szedni.

Ez természetesen nem jelenti azt, hogy mindaddig nem kezdhetek semmit, amíg nincsen teljes önismeretem. Így aligha kezdem el valaha, mert teljes önismeret nemigen létezik ezen a világon. Nem a teljességről van itt szó, hanem bizonyos lényeges önismereti tényekről. Az első kérdés: mi a főbajom? Ezt tudnom kell. S aztán hogyan aránylanak ehhez a többi bajaim. Aztán tudnom kell, mik erre a valódi ellenszerek. S milyen mértékben kell azokat szedni.

Legfontosabb pedig az *elv*, hogy amilyen mértékben képes vagyok, önismereti alapon mozogjak. Ha sem alkalmam nincs, sem értelmem nem nagyon képes arra, hogy legalább alapvető önismeretre tegyek szert, elégedjem meg a tiszta szándékkal, hogy én Isten akarata szerint akarok askézist gyakorolni, s aztán amit imám alapján világosan helyes gyakorlatnak látok, az tegyem nyugodt lelkiismerettel.

2. Alkalmazkodás

Az askézisben sokféleség, de egyben nagy rugalmasság is van. Anélkül, hogy lényeges szerepét elvesztené, képes mindenféle alanyokhoz alkalmazkodni. Kell is ez, mert a célt csak azon az alapon lehet

elérnie minden embernek, amelyet adottságai és körülményei jelentenek.

Alkalmazkodnia kell az egyedi aszkézisnek az egyedi természethez, az egyedi hivatáshoz, előljáráshoz, lelkivezetőhöz, kegyelmi indításhoz, és ha szerzetben él valaki, mindenképpen a szabályokhoz és a kialakult szokásokhoz.

A módszernek problémája ebből a szempontból nem az, hogy az aszkézis objektíve képes-e mindeme szempontok szerint alkalmazkodni, mert ebben nincs probléma, hanem az alanyi helyes látásban. Éppen azért legjobb, ha *engedelmességi* alapon, hozzáértő lelkivezető ítélete szerint igazodik el a keresztény az alkalmazkodás nagy szempontja irányában. Azért is lényeges az engedelmesség, mert az emberi természet titkos hajlamával könnyen ráveszi az értelmet és akaratot arra, amit az ösztönök ill. bűnre hajló szenvedélyek, vagy legegyszerűbb formában a kényelemre hajló vagy az erőltetésektől irtózó lelki alkati igényel.

3. Organikusan

Az utóbbi idők irodalmában az aszkézissel kapcsolatban szívesen hangoztatják az „organikus“ szót. Azt akarják mondani, hogy az aszketikus gyakorlat kapcsolódik pontosan a fejlődésnek ahhoz a fokához, a léleknek ahhoz az állapotához, amelyben éppen van. Itt tehát az aktuális állapot pontos ismerete a fontos. Alapvetően pedig a képességeknek az a belső természete, amelyhez életszerűen kapcsolódnia kell az aszketikus gyakorlatnak, mint valami beoltásnak. Organikus szempontból igen fontos az időbeliség is. Pl. télen hiába végez valaki oltást.

Fő kérdések a módszer organikus jellegénél: mit? mennyit? és mikor?

Itt az okosság szerepe döntő. Még ha engedelmességi alapon áll is valaki, neki magának kellő okossággal kell megítélnie ezeket a mélyebb és diszkrét szempontokat. A legkevesebb az, hogy képességei és lélektani tényei aktuális állapotát okosan tudja feltárni. Meglepő az még igen egyszerű lelkeknél is (világi műveltség szempontjából egyszerű lelkeknél), hogy igen pontosan tudják fölfedni aktuális állapotukat, ha valóban tiszta szándékkal és a Szentlélek iránt való hűséggel élnek lelkiéletet.

4. A célirány és a végső mérték

Mindenekelőtt van *kötelességeink teljesítése*. Képességeinkhez mértén minél teljesebb betöltése. Aszkézisünk helyességének, főleg okos-

ságának itt mindjárt könnyen le lehet vizsgáznia.

Nagy feladat a *jellemtökéletesítés*. Kötelességeink teljesítése mellett ennek semmiképpen sem szabad elsorvadnia, hanem ellenkezőleg a kibontakozás felé menetelnie. Maga a kötelességteljesítés lényeges támpontot nyújt a jellem tökéletesedéséhez.

Lényeges nagy föladat a *Jézus-követés*, hiszen a keresztény aszkézis főként innen forrászik. Nem jelent ez szükségképpen új, főleg pedig nagy területet. Az aszkézis egész területét ebbe a végső célirányba lehet és kell állítani. S az egész területre ráhullanak ennek az egységes ragyogó szempontnak és célnak sugarai.

Az így fölvázolt módszer gyümölcse lesz az egyedileg eltalált, helyes, okos, igazán Isten szándéka szerint való aszkézis.

III. A problémák föloldása

Nagyobb problémák:

1. Testi gyöngülés

Mint hogy lélektanról van szó, nem a testi szempont itt a fontos, hanem a gyöngüléssel összefüggő idegyöngülés, érzelmi feszültség, hangulati eltolódás, sőt esetleg patológikus nyugtalanság, vagy egyéb beteges tünetek.

A testi gyöngülés nem védhető ki teljesen az aszkézisben, habár nem tartozik szükségképpen a dolog természetéhez. Hiszen az egyetemes aszkézis testi egészség és élethosszabbítás szempontjából is sokat használt az emberiségnek. Ha az aszkézis módszere helyes lélektanilag is, akkor nem lehet szó oktalan öngyöngítésről.

Az idegesség, érzelmi feszültség, stb., főleg pedig a patológikus jelenségek szintén nem védhetők ki teljesen. De nem azonos okból, mint a gyöngülés. Valamelyes gyöngülés a testi erőkből komoly önmegtagadások alapján következményképpen áll elő, de nem idegesség vagy patológia. Mégsem védhető ki az utóbbi sem teljesen, ha már előbb megvolt a szervezetben legalább csírája, mert bizonyos testi gyöngüléssel kapcsolatban az egyedben meglévő adottságok és lehetőségek könnyebben bontakoznak ki. Így van ez a fertőzés veszélyénél, ill. a kórokozó élősdiek elhatalmasodásánál is a szervezetben.

Van-e itt megoldás?

Kétségtelenül már a módszerei megfontolásnál nagyon tekintettel kell lenni arra, hogy a testi erők mennyit bírnak el *jól*, nem pedig a kimerülésig. És méginkább tekintettel kell lenni arra, van-e az egyedben alap patológiára. Ha igen, a lehető legmérsékeltőbb aszketizmus felé lehet csak irányítani, amely őt egészségesebbé teheti, nem pedig betegségre veszélybe sodorja.

Ki nem számítható, vagy akármilyen okok miatt ki nem számított ilyen nehézségek fölmerülésénél maradnak a következő szempontok:

Először is a földi próba ideje mindenképpen keresztes a test számára, melynek sorsa amúgyis a felozlás. Kényelmes élettel és testhízlalással lehet hogy még addig sem élnek, mint így, és még kevésbé volnék egészséges. Ez nagyon komoly lehetőség. Hitem pedig azt mondja, hogy adjam meg magamat teljesen Isten akaratának. Amit Ő jónak lát, tegye rám nézve. Krisztus keresztségével kapcsolatban pedig: vállaljam keresztségem rámeső részét! Ha imádságos lélek vagyok, akkor ezek a magatartási szempontok még sokkal inkább fönntartanak gyöngülésem ellenére is, mint ha a gyöngülés és ezen aszketizmus nélkül élném életem.

2. Voluntarizmus

Az aszkézis kétségtelenül erő kifejtés, akarati alapon, s minél inkább előrehalad, annál erőteljesebb akarati magatartást biztosít. Mint ilyen, igen könnyen forrássa lehet bizonyos cselekvő láznak, tevékeny nyugtalanságnak, merev és görcsös önakarathoz, ső kevésységben is elfuladhat; a magasabb kegyelmekkel szemben pedig elakaszt. Külön felelünk e szempontokra.

a) Aktivizmus

Nem szükségképpen hozza ezt létre az aszkézis. Főleg nem az Isten akarata szerint jól eltalált aszkézis. Természetesen nagyon könnyen beleesik ebbe a hibába a komolyan vett és nem kellően okos aszkézis. *Eltéved* pedig az aszkézis mint erő kifejtés természetesen alátámasztja az aktivizmust.

Akinek ilyen problémája van, hogy nála a cselekvés kissé túlteng, vagy elfajul, az helyes módszerbe iktassa még be a teendőket, hogy ezt a veszélyt ellenőrizi és kiküszöböli. Ez nála a helyes aszkézis egyik lényeges tétele.

b) Önakarathoz

Bizony a sok akarás és nagy akarás erős önakaratra vezethet, hiszen részben mindenkor önakarathoz. Az aszketizmusnak főleg kezdetén nehéz annyira Isten akaratához simulnia, hogy önakarata szinte föloldódik Isten akaratában. Ez már a tökéletesség állapota, nem kezdeti jelleg. Kétségtelen tehát, hogy ez a veszély fönntforog. Hiszen az aszkézis mélyén is az van, hogy ha akarok, képes is vagyok sok mindenre.

Kivédése elsősorban a krisztusi nagy elvvel történik, hogy ha megtettünk mindent, akkor is haszontalan szolgálóknak tartjuk magunkat. Aztán bizonyos egyenlítést, egyensúlyozást végezzünk magunkban: nagy önbizalmunkat valamelyes bizalmatlansággal gyöngítjük, a munka lázát fegyelmezővel és pihenéssel, erőink feszítését Istenre és

kegyelmére való hagyatkozással. Különben, ha szándékunk tiszta, Isten előbb-utóbb segíteni fog keresztekkel, amikor módunkban lesz a cselekvés láza helyett a küzdelem és türelem hűvös légáramát megtapasztalni.

c) *Merevedés*

Igaz, hogy a Szentlélek adományaihoz, a magasabb kegyelmekhez bizonyos belső béke, az alázat csöndje szükséges, de az is bizonyos, hogy már ezek felé is jelentősebb kegyelmek kelljenek. S ezek a kegyelmek lehetségesek, ha előbb is Isten akaratát kereste a lélek.

Egyébként a magasabb kegyelmekkel szemben az önkaratú erőlködés szellemében bizonyos megmerevedés könnyen lehetséges, de ennek föltétele lesz mindenkor, hogy valami hiba van a *tiszta szándék* és a *valódi aszkézis* gyakorlata körül. — A lényegét tehát az aszkézisben sohasem szabad feledni.

+

A problémák föloldásából áll elő az aszkézis lélektani *egyensúlya* és teljes alkalmassága arra, hogy egészértékű lelki fejlődés épüljön föl rajta.