

## 23. LELKIISMERETVIZSGALAT

Az ember szellemi természetének egyik legközvetlenebb megnyilvánulása a reflexió, a cselekedetekre való visszapillantás. Ez a visszapillantás ugyancsak az ember természeténél fogva sokszor bíráló, megítélő jellegű. Ha ehhez hozzávesszük azt, hogy az ember egyik legmélyebb adottsága és Istentől természetünkbe írt törvényszerűség az erkölcsi gondolkodás, önbírálat és saját cselekedeteink fölött kimondott értéktétel, — természetesnek találjuk, hogy nemcsak a kereszténységben, hanem a pogányságban is gyakorolták a tágabb értelemben vett lelkiismeretvizsgálatot.

### 1. A lelkiismeret

A szavak összetétele világos. Eredetije a latin conscientia szó. A conscientia közvetlen jelentésében a lélektani tudat világa.

A conscientia erkölcsi értelemben ennél sokkal többet mond. Jelenti a tudatvilágot is természetesen, mert tudati tényekről van szó. E fölött azonban jelenti az emberi léleknek, tehát emlékezetnek, értelemnek és akaratnak Istentől kapott sajátos hajlandóságát és könnyedségét az erkölcsi elvek fölismerésére, megjegyzésére és azok szerint való gondolkozásra és cselekvésre. De nemcsak ezt a hajlandóságot és relatív (személyek szerint különböző) könnyedséget jelenti, hanem bizonyos abszolút elkötelezettséget is az erkölcsi renddel szemben. Ebből az elkötelezettségi érzetből és tudatból fakad az a megföllebbezhetetlen helyeslés vagy rosszalás, amely tetteink jó, ill. rossz vonatkozásával kapcsolatban tudatvilágunkban fölmerül. Az aztán természetes, hogy a lelkiismeret ezt a jóváhagyó, ill. rosszaló ítéletet ki is mondja. Az ember szinte hallja belső világában a lelkiismeret megföllebbezhetetlen szavát, amely elől még kitérni is alig lehet.

Megértjük az előbbiekből a „lelkiismeretfurdalás“ fogalmát és tényét is. Lelki képességeink berendezettsége olyan, hogy a lelkiismeret vádló beszédje zavarólag, nyugtalanítólag, furdalólag, marcangolólag hat. Minél érzékenyebb egy ember lelkiismerete, annál inkább hat így. Elalattatni a lelkiismeretet nehéz. Inkább lehetséges az egész tudatvilág figyelmét elterelni erkölcsi szempontokról, és odatapasztani a világ különféle „kincseihez“. Ez alapon lehetséges, hogy a lelkiismeret „el-tompul“.

Mínthogy a mondottak értelmében a lelkiismeret az ember végső boldogulásának, sőt már e földi nemesebb kiteljesedésének igen hatékony eszköze, nagy kegyelem Istentől is, de nagyértékű teljesítmény

az emberi közreműködés részéről is az egészséges és ugyanakkor finoman érzékeny lelkiismeret. A szentség vonalán való haladásban a lelkiismeret mindinkább kifinomul, és csodálatos eligazító lesz az Isten szent akarata vonalán való haladásra.

Lelkiismeretünk helyes alakításában és teljes kifejlesztésében nagy szerepe van az alkalmas lelkivezetőnek.

## 2. A lelkiismeretvizsgálás

Arról a tudatos gyakorlatról van szó, amellyel cselekedeteink fölött erkölcsi szempontból vizsgálatot tartunk.

Mínthogy cselekedeteinknek jelentős része hibás, érthető, hogy az emberek nem szeretik a lelkiismeretvizsgálatot, mint ahogyan nem szeretik azt sem, ha valaki hibáikra figyelmezteti őket, főleg pedig nem, ha hibáik miatt el is ítéli őket, legkevésbé pedig, ha a hibák miatt még egy kis gyötrő vezeklésben is részesíti őket. Már pedig a komoly lelkiismeretvizsgálattal kapcsolatban mindezek a megélés kisebb vagy nagyobb fokán szerepelnek.

Világos ezekből a lelkiismeretvizsgálás aszketikus jellege. Nemcsak abban az értelemben, hogy a lelkiismeretvizsgálat célja hibáink kiküszöbölése, rossz hajlamaink visszafejlesztése, hanem abban az értelemben is, hogy komoly aszkézis, igazi akarati elszántság, sokszor nem kis önmegtagadás kell ahhoz, hogy valaki rendszeres lelkiismeretvizsgálatot gyakoroljon.

A „vizsgálás” szót nem kell kizárólagos értelemben vennünk. A vizsgálás nem öncél, nem is állapotodik meg annál a lelkiismeretvizsgálat, hanem továbbmegy az elkövetett hibák és bűnök megbánására, sőt megjavítási föltételeire. És ezeket a föltételeket nemcsak értelmileg fogalmazza, hanem akaratilag is átkarolja.

Mínthogy pedig ehhez a nagyjelentőségű aszketikus gyakorlathoz, hogy igazi siker koronázza, Isten sok kegyelme szükséges, természetes, hogy ez az egész lelkiismeretvizsgálati gyakorlat az imádság keretébe lesz beágyazva: elején a Szentlelket kérjük, hogy világítsa meg értelmünket és indítsa jóra akaratunkat, a végén pedig Istennek ajánljuk javulási jószándékunkat és erre a jószándéokra az ő szent áldását kérjük.

Nagy különféleség van az Egyház történetében a lelkiismeretvizsgálás időbeli elosztására, ill. rendszeres végzésére vonatkozólag. Föltétlenül megköveteli az Egyház minden kereszténytől évenként egyszer a szentgyónást, s azt megelőzően a lelkiismeretvizsgálatot. Ezt az előírást az Egyház a szerzetesekre, papnövendékekre, papokra nézve a heti szentgyónás s azzal kapcsolatos lelkiismeretvizsgálat köteleességévé terjesztette ki (természetesen a kötelezettségnek nem azzal a súlyával,

mint az évenként egyszer történő szentgyónást). Tudjuk azonban az Egyház történetéből, hogy minél érzékenyebbek voltak lelkük büntelenségére nézve a keresztyének, annál többször, s annál készségesebben foglalkoztak lelkiismeretük megvizsgálásával. Nincs ebben semmi hibáztható. Még abban sem, ha a szerzetek tagjaiknak előírják, a világban élő hívek önmaguk számára feladatul tűzik ki, hogy naponkint, akár többször is, de főleg este lelkiismeretüket megvizsgálják. Csak maradjon mindig józan ez a vizsgálat, vagyis ne legyen soha sem önkínzás, főleg az emlékezet túlfeszített erőltetésével, legyen becsületes, vagyis nemcsak szokásszerű mechanizmus, és eszközi jellegét sohase tévessze el, vagyis el kell vezetnie a lélek bűnöktől, hibáktól való relatív (a kegyelmekhez mért) megtisztulására.

Van a lelkek történetében ezen az ún. „rendszeres“ lelkiismeretvizsgálaton kívül egy másik gyakorlat, amely hasonló jellegű a lényegét illetően, de szinte pillanatnyi gyakorlata a léleknek, egy tekintet a cselekedetre, egy áttekintés, megítélés, megnyugvás, vagy elítélés. Ezt lehet úgy tökéletesíteni, hogy nemcsak a cselekedet elmúltával, hanem már annak lefolyása alatt, sőt lehetséges, hogy szabadakaratunk választása előtt közvetlenül, vagyis mielőtt a cselekedet szabadakaratunkból megszületik, már megtörténik ez a felülbírálás, s amennyiben a cselekedet erkölcsileg nem lenne kifogástalan, meg sem születik a szabadakaratból. Ez a reflexió magaslati foka, amelynek az ember szellemiségét tekintve nincs lényeges nehézsége, de jelen állapotunk bizonyos lefokozottsága miatt Isten sok segítő kegyelme kell hozzá.

A lelkiismeretvizsgálat végső tárgyi célja tehát a büntelenség, végső alanyi célja pedig az a lelki érzékenység és könnyedség, amely az előbb vázolt tökéletes reflexió segítségével a bűnös lélektani megmozdulásokat már az akarat választása előtt leleplezi és ellene mond.

Így lesz az életszentség egyik legnagyobb jelentőségű tényezője.

### 3. Általános lelkiismeretvizsgálat

Ebben a lelkiismeret egész területéről szó van és mindenre kiterjed, ami bűn. Amikor pedig a lélek a bűnökből kiemelkedik, akkor a hibákra, ill. a hibák ösztöni, szenvedélyi gyökereire is.

Ennek módszerét szinte minden imakönyv közli.

A nem gyónások előtt végzendő, ill. végezhető általános lelkiismeretvizsgálás hasonlít a kötelezőhöz, azonban kevesebb időt fordítunk rá és egyénileg megfelelő módszereket lehet alkalmazni. E módszereket tanulmányozhatjuk megfelelő könyvekből, saját tapasztalatunkból, kaphatjuk esetleg lelkivezetőtől. Mindenesetre elég fontos annál, aki lelki-

életet él, hogy megállapodottnak vélt általános lelkiismeretvizsgálati módszerét lelki vezetője ítélete alá vesse.

Mínthogy ezeknél a gyakori lelkiismeretvizsgálatoknál főnnforog a veszély, hogy az elmúlt idő cselekedetei között keresgélve egyrészt eltelik a kiszabott idő, aztán az illető elszórakozik, tehát végül nem lesz belőle célszerű lelkiismeretvizsgálat, azért ha már begyakoroltuk magunkat a cselekedeteink fölött való áttekintésbe, egyszerűség kedvéért az elmúlt idő tényei fölött való emlékező szétterülést pótoljuk bizonyos megállapodott önismereti vázlatl. Összeállítjuk magunknak, miben szoktunk hibázni? Esetleg készíthetünk egy másik vázlatot is, amely pozitív jellegű: milyen tetteket, ill. magatartásokat tartok ellenőrzendőnek egyéniséggemmel, kötelességteljesítésemmel kapcsolatban? Ennél a módszernél a lelkiismeretvizsgálat ezen, ill. ezeken a vázlatokon való figyelmes végigvonulás lesz. Ez sokat könnyít, és ha lelkiismeretesen végezzük, célravezető.

#### 4. Részleges lelkiismeretvizsgálat

Egy dolog, esetleg a dolgok egy csoportja körül forog.

Célja az, hogy egy bűnt, hibát, szenvedélyt elővegyünk, és azt a lehetőséghez mérten kigyomláljuk. Erényre is vonatkozhatik ugyanúgy. Tehát egy jelentős erényt gyakorlatba veszünk azért, hogy azt minél jobban elsajátítsuk.

Ha igazán célhoz akarunk jutni, akkor a célkitűzést komolyan kell venni, figyelmünket és lelki készségünket pedig kellően összpontosítani. Ennek az összpontosításnak sokféle módja és eszköze lehet. Szent Ignác ajánl lelkigyakorlatos könyvében ilyen támpontokat. Aki gondolkozik, maga is rájöhet személyének megfelelő mozzanatokra és módszerekre. Lényeges a cél, vagyis azt a hibát küszöbölje ki minél előbb, azt az erényt gyökereztesse meg minél előbb!

Ez a „minél előbb“ legyen azonban lélektanilag és személyileg mindenkor józan, egészséges mérték. Mert épp a részletes lelkiismeretvizsgálat az, amivel rendkívüli akarati erőfeszítésekre vállalkozva a lélek, esetleg megerőlteti magát, vagy eredménytelensége miatt elveszti kedvét. A dolgoknak ui. lélektanilag, erkölcsileg és kegyelmileg is megvannak a maguk törvényei; szabadakaratumknak pedig nincs abszolút átütő ereje, mindenhatósága.

További problémája a részleges lelkiismeretvizsgálatnak az, hogy milyen tárgyat vegyen föl gyakorlásul.

Kezdőknél fontos a feltűnő külső hibák, rossz szokások ellen való küzdelem. Ezeket minél előbb el kell távolítani. Fontos később is mindaz, ami kiütöközik, ami mások számára bántó. Ezeket vegyük komolyan. Főleg az igazán antiszociális, szeretetlenségi hibákat.

Második nagy csoportja az egészen lényeges tárgyaknak: jellemiségünk. Kellő önismeret alapján meg kell ragadnunk fő jellemgyöngéinket. Lehet ebből több is. Egyébként minden komoly jellemhiba, bármilyen rejtett is, igen méltó tárgya a részleges lelkiismeretvizsgálatnak.

Ezekkel a jellemgyöngékkal rendszeresen szembenállnak a mi legfontosabb kialakítandó jellemvonásaink. Az előbbieket után ezeket külön is sorra vehetjük.

A csalódás az eredményt illetően további komoly problémát jelent. Nagyon könnyen megesik ui., hogy kellően begyakoroltnak látszott erények mellett az ellenkező hibák újra felütik fejüket, néha nem kisebb életszerűséggel, mint valaha. Ennek magyarázata az, hogy a gyökerek halálunkig nem pusztulnak ki, tehát ha figyelmünket elvontuk róluk és ezek a gyökerek közben megfelelő táplálékhoz jutottak, újból életerős sarjadásba törnek. — Nem kell tehát csodálkoznunk, hanem kezdjük előlről a velük szemben való gyakorlatot. Űgyis katonáskodás az ember élete ezen a földön. És a jó katonának is mindegy nagyjából, hogy hol harcoltatják, mert tudja, hogy a lényeges űgyis a győzelem.

A részleges lelkiismeretvizsgálat hosszú ideig gyakorolva, ill. egész életen keresztül, rendkívüli odaadást igényel, az életszentségnek igen komoly eszköze. Nem mindenkinek való azonban egyformán, s azért ne erőltessük olyanoknál, akik ilyesmire nem hajlamosak. Űgysem hoznak ki vele komoly eredményt.