



# Csendről a zajongó világban – Csend, hallgatás, liturgia

KISS ENDRE

Papnevelő Intézet, Gyulafehérvár (RO)  
endre.kiss@romkat.ro

„Zajra vagyunk ítélve.”<sup>1</sup> Bármennyire is bántóak az idegesítő reklámok és az ostoba tévéműsorok, a szemünket be tudjuk csukni; ha bűzt érzünk, vissza tudjuk tartani a lélegzetünket, de a fülünket nem igazán tudjuk megkímélni. Mindig nyitva van, úgy tűnik, hogy mindig hallani akar. A lárma és a fecsegés világában érdekes módon még nincs elegünk a külső zajokból. Annyira hozzászoktunk, már szinte ki sem bírjuk, hogy ne halljunk valamit, azt pedig még kevésbé, hogy ne beszéljünk. Végláthatatlan fölösleges telefonbeszélgetések fecsegő kultúránkat gyarapítják. Korunk közönyössé vált mindennel szemben, ami nem kelt zajt, aminek/akinek nincs hangja. Korunk mottója: „Zajongok, tehát vagyok”. Akinek viszont van mondanivalója, az hallgatni is tud.<sup>2</sup> Hallgatni ugyanis csak az tud, aki beszélni is tud, és az értelmes beszédre is csak az képes, aki képes a hallgatásra. A beszédet megakasztó, feltartóztató vagy szüneteltető csend eleve az élet jele: lélegzetvétel nélkül nem lehet beszélni. A szavak és a hallgatás elválaszthatatlansága akkor is egyértelműen megmutatkozik, ha ellentéteiket vesszük szemügyre.

1 Pleșu, Andrei: *Despre frumusețea uitatã a vieții*, Bukarest 2014, 192.

2 Vö. Wolf, Notker OSB: *Ne nyugtalanodjék szívetek! Hogyan élhetünk teljes életet?* Budapest 2015, 38–42.

A hallgatást nélkülöző beszéd éppoly eltorzult, mint a szóra már nem nyitott hallgatás. Az előbbit fecsegésnek nevezzük, az utóbbit süket csendnek mondhatnánk.<sup>3</sup>

A külső zaj következménye a belső zaj. Amikor lelassítunk, minden tevékenységet abbahagyunk, akkor döbbenünk rá, hogy micsonda csetepaté zajlik bennünk. Ennek a belső hangzavarnak néhány fő forrása lehet: a visszamaradó visszhangok, amelyek a folyamatos háttérzaj maradványai; az akédia állapota, amikor bármilyen komoly és kitartó tevékenységre képtelennek érezzük magunkat, mert valami izgatottá és nyughatatlanná tesz minket; a külső ügyekben való túlzott elmerülés, az időnk és energiánk állandó kifele fordítása; a megosztott szív, az egyháztól való elidegenedés és a tudattalan tényezők, belső ellenállások.<sup>4</sup>

A csend az az állapot, amelyben semmiféle hang nem hallatszik; valakinek vagy valaminek nesztelen, mozdulatlan állapota; háborítatlan, nyugodt, állapot; békesség és nyugalom.<sup>5</sup> A csend, hallgatás „vesztegséget” is jelent. Ellentéte a fecsegés.<sup>6</sup>

A csend fontos szerepet játszik a vallások világában és történetében. A teljesség igénye nélkül támasszuk ezt alá pár példával. Az ókori görögöknél és rómaiaknál az áldozati szertartás szent csendet írt elő. Az áldozati cselekmény kezdetén a rómaiaknál „Favete linguis”<sup>7</sup> vagy „Parcito linguae” felszólítás, mintegy némasági parancs megszüntetett minden zavaró hangot és minden oda nem illő szót, amellyel az istenek előtti szent cselekményt hatástalanná tehatték volna. Az áldozat bemutatása közben az áldozó a tógáját fejére húzta, hogy minden zavaró hangot távol tartson magától, és hogy osztatlan figyelmét a szent cselekménynek szentelhesse. Ennek alapja az a félelem, hogy egy veszélyes erővel terhelt szó tönkretelheti a kultikus cselekményt és annak jótékony hatását. A hellenisztikus

3 Vö. Görföl Tibor: *A szavak és a hallgatás. A beszéd határai és a csend végtelen terei.* in Pannonhalmi Szemle 27 (2019/1) 14–23, 14.

4 Vö. Casey, Michael: *Szent olvasás. A Lectio Divina ősi művészete,* Budapest 2022, 156–164.

5 *A Magyar Nyelv Értelmező Szótára I.,* Budapest 1966, 862.

6 Puskely Mária: *A keresztény szerzetesség történeti fogalomtára,* Gyula 2006, 146.

7 Horatius Flaccus, Quintus: *Carmina* III. 1. 1–4.

misztériumkultuszokban a csend betartása központi jelentőséggel bírt. A kívülről elűzött titokban tartott misztériumünnepeket előszeretettel tartották távoli, gyakran földalatti kultuszhelyeken (barlangokban), és az ünneplés idejeként az éjszakai csendet részesítették előnyben. A misztérium-liturgia csúcspontján, amikor az istenség jelenlétét nagyon közel érezték, a közösség áhítatos és imádó félelemmel hallgatott el.<sup>8</sup> Az iszlám imádkozó tiszteletteljes hallgatásba merül; az ortodox keresztények ünnepélyesen hallgatnak, hogy „Istennek megadják a szót”; a kínaiak csendes pillanatokat iktatnak istentiszteletükbe; a hinduizmus, de még inkább a buddhizmus kedveli a csendes elmélyülést; az egyiptomiak vallásában, Plotinosznál, az újpitagóreusoknál és minden vallás misztikusainál megtalálható a csendes elmélyülés. Ősrégi felismerés, hogy a hallgatás imádság lehet.

Az Ószövetségtől sem idegen a csend vallási jelentősége. A kozmosz csendje, a teremtés nagysága Istenről beszél. A zsidó vallás, melyre általában a szó jellemző, ismeri az Isten színe előtti hallgatást.<sup>9</sup> A sivatag csendes magányában Jahve kinyilatkoztatta magát Mózesnek (Kiv 3); a silói szentélyben az éjszaka csendjében Isten szólt Sámuelhez (1Sám 3,1-18). Isten önközlése, amelyről az Ószövetség könyvei beszámolnak, felülmúlhatatlan módon történelmi valósággá vált: „Mert mialatt mély csend borult mindenre, s az éjjel sietős útja közepén tartott, mindenható igéd az égből, királyi trónodról, ott teremtett a pusztulásra szánt föld közepén” (Bölcs 18,14-15). A római liturgiában ezt a szentírási kijelentést a megtestesülés eseményére alkalmazzák.<sup>10</sup> Kezdetben az Ige Isten volt (Jn 1,1), de olyan misztériumként, amelyre „örök idők óta csend borult” (Róm 16,25), mindaddig, amíg az fel nem tárult az ember előtt. Van azonban Istennek egy másfajta csendje is, amely úgy tűnik haragtól terhes. Isten hallgat, nem felel a zsoltáros könyörgésére, sem Jób imájára. A párbeszéd azonban nem szakad meg véglegesen, mert Isten

8 Vö. Heinz, Andreas: *Schweigen-Stille*, in Meyer, Hans Bernhard u.a. (Hrsg.): *Gottesdienst der Kirche. Handbuch der Liturgiewissenschaft III*, Regensburg 1990, 204-248, 240.

9 Vö. Schütz, Christian: *A keresztény szellemiség lexikona*, Budapest 1993, 117.

10 Heinz: *Schweigen-Stille*, 241.

csendje türelmének megnyilvánulása is lehet az ember hűtlensége idején.<sup>11</sup> Jézus a hallgatásból keletkezett Ige, egész lénye a hallgatásból, a csendből tört elő. Az ember lényegileg a zajból jön. A csend megbízatás számára, sokszor csak hosszú fáradozás révén érhető el. Jézus viszont a csendből jött és a szóhoz kellett átküzdenie magát. A hallgatás bőségéből lépett az emberek közé.<sup>12</sup> Ő a teremtő értelem, amely a szóban közöltetik. Másrészt, ahogy Antióchiai Szent Ignác megfogalmazza, az Atya Igéje a csendben nyilatkoztatja ki önmagát. Ha mi nem értjük meg a csend helyét, akkor félő, hogy Isten Igéje mellett elmegyünk úgy, hogy nem vesszük észre.

\*

A nem keresztény és a keresztény aszkézis a belső szemlélődéshez vezető útként és a megsemmisülés eszközeként nagyra értékeli a csendet. A szerzeteseknek alapvetően mindig hallgatniuk kell, ajkukat suttogás sem hagyhatja el. Különösen érvényes ez éjszaka, a visszatérő Úr várásának és Isten kijelentéseinek idején, valamint étkezéskor. Kivételt jelentett ez alól a felolvasás ideje.<sup>13</sup> Ezzel fékeztek meg a fölösleges, hiábavaló beszélgetéseket és a veszekedéseket. Az egyiptomi szerzeteseknél különösen nagy csend uralkodik. Annyira megtartják a csendet, hogy étkezéskor, ha valamire szükségük van, egy kis zörejjel jelzik; csuklyájukat pedig egészen a szemükig lehúzzák, hogy tekintetük el ne kalandozhasson.<sup>14</sup> Szent Benedek regulája (6. kk.) nyomatékosan előírja a szerzetesnek a csendet, elsősorban a nyelv bűneinek félelme miatt.<sup>15</sup> Benedek jól megkülönbözteti a hallgatagságot mint a csend alaplelkületét a csendben-lét gyakorlásától. A Regula 6. fejezetében a belső csendesség és összeszedettség magatartásformájáról beszél. A monostorban helyet készít a csendnek, melyben az ember megnyílnak Isten és Igéje jelenléte előtt a liturgiában és a mindennapok sokféle találkozásában. A tanítvány

11 Ridouard, André: Art. *Csend*, in Léon-Dufour, Xavier (szerk.): *Biblikus teológiai szótár*, Róma 1972, 203–205, 203–204.

12 Vö. Boros László: *A köztünk élő Isten*, Eisenstadt 1970, 140–154.

13 Lanczkowski, Johanna: *Szerzetesség lexikona*, Kalocsa 2000, 98.

14 Vö. Cassianus, Johannes: *A keleti szerzetesek szabályai*, (IV. 17.) Pannonalma-Tihany 1999, 57; Továbbá: Báán Izsák: *Az atyák életszabályai. Korai latin szerzetesi regulák*, Budapest 2020.

15 Heinz: *Schweigen-Stille*, 240.

feladata a hallgatás és a figyelem.<sup>16</sup> Jóannész Szkolasztikosz (vagy: Klimakosz Szent János) fő művében, a Paradicsom létrájában külön fejezetet szentel a némaság kérdésének. Szerinte a csendnek három fajtája van: a testé (magány), az ajkaké és a léleké. Egyesek az utóbbit az értelem vagy a szív csendjének is nevezik. A csend első két fajtája csak feltétele az állandó, szívből fakadó értelmi imának, míg a harmadik egyszerre feltétele, eszköze és célja is. Azért eszköze, mert a szív csendje teszi lehetővé az imádságra való összpontosítást, s azért célja, mert csak az imádság által valósítható meg a szív és az értelem csendje, illetve csak a csendes értelem és szívben lelhet magára a tiszta, odaadó ima. Ezért beszél némely aszkéta a „szent csendről”, az állandóan imádkozó szerzeteseket pedig „szent csendet fogadóknak” is nevezik.<sup>17</sup>

A karthauziak<sup>18</sup> és a trappisták állandó csendet tartanak. Minden idők misztikusai a lélek „csendes nyugalmát” (Keresztes Szent János) keresik Istenben. Az aszketikus indíttatású csend és az istenséggel való egyesülésre irányuló misztikus csend mellett a vallástörténet az istentiszteleti ünnepek elemeként ismeri a szent csendet.

A szent csendnek tehát több formája ismeretes:

a) *A kultikus-mágikus csend.* A varázsló elrejtí Isten nevét és a szent formulát, mert attól fél, hogy hatalmát mások bitorolhatják. A csend a mágikus koncentráció eszközeként is szolgál, az önmegtartóztatás rítusaihoz hasonlóan. A csendnek az is a célja, hogy biztosítsa a mágikus cselekvés zavartalan és hatékony lefolyását.<sup>19</sup>

b) *Kultikus-vallási csend.* Hallgatni a kultuszról, a kultuszon kívül. A primitív népeknél, az ősi misztériumvallásoknál tilos a kultikus titkokat nem beavatottaknak, különösen nőknek, továbbadni. Ugyanezt a kötelezettséget megtaláljuk a fiatal keresztény közösségekben is. Magában a kultuszban tehát a csend a legmélyebb

16 *Szent Benedek Regulája. A Regula lelkiségének alapelemei*, Pannonhalma 2005, 127.

17 Valerij, Lepahin: *Ikon és ikonikusság*, Budapest 2010, 83–84.

18 Puskely Mária: *Kétezer év szerzetessége I.*, Budapest 1998, 621–625.

19 Vö. Heiler, Friedrich: *Erscheinungsformen und Wesen der Religion*, Stuttgart 1961, 334.

tisztelet kifejezése. Isten természete kifejezhetetlen, ő nagyobb minden beszédnél; fensége előtt az embernek hallgatnia kell.

c) Az *aszketikus csend* összefügg az igétől, szótól és a bűnök-től való félelemmel, amelyben ott van a felimerés, hogy a csend az istenség egyik eleme. A szerzetesi hagyományban az aszketikus csend által elkerülhetők a bíráló megjegyzések, mások megszólása, az előljáró vagy egy testvér kritizálása, valamint az illetlen és botránkoztató beszéd. A szerzetesnek előbb a hallgatást kell megtanulnia, hogy aztán beszélni tudjon.<sup>20</sup>

d) Az *egyéni jámborság szavak nélküli imádságos csendje* még mélyebb jelentéssel bír. Isten kimondhatatlanságára és felfoghatatlanságára a lélek számára nincs más nyelv, csak a csend nyelve. A csendes imát különösen a misztikusok gyakorolják.

e) Az imádságos csend elvezet a hallgatás teológiájához, a *misztikus csendhez*, melynek alapja a negatív teológia.<sup>21</sup> Isten természete nem enged meg semmilyen kijelentést. Ő, aki „egészen más” (ganz Anderes), minden fogalom és szó fölött áll. Ennek a teológiai csendnek az alapja a kontemplatív-ekszztatikus csend. Bár a nagy misztikusok többsége pozitív fogalmakkal is körülírja Istent, mégis viszsztatérnek a kimondhatatlan hangsúlyozásához. Az ember megérti, hogy Istent egyetlen szó vagy fogalom nem képes kifejezni.

f) A szent szó és a *misztikus szent csend* között párhuzamosság áll fenn. A próféták a szót hangsúlyozzák mint Isten kinyilatkoztatásának kifejeződését. Ezzel szemben a misztika a csendet tekinti az isteni egyetlen megfelelő kifejezésének. A két típus között látszólag éles ellentét feszül: a próféta az, aki Isten helyett beszél, a misztikus az, aki „becsukja száját és szemét”. E kettő közti feszültséget feloldja Isten belső élete, aki egyszerre *deus absconditus* és *deus revelatus*. Az Igében kinyilatkoztatott Isten, a *deus revelatus* mögött ott áll a rejtett Isten, a *deus absconditus* a maga áthatolhatatlan

20 Vö. Puskely: *A keresztény szerzetesség történeti fogalomtára*, 147.

21 A negatív teológia teológiai ismeretszerzésnek azt az útját jelöli, amelyen járva a teológus tagadja Isten korlátozott, nem tökéletes voltát (via negativa vagy via negationis) és engedi, hogy Isten megmaradjon végtelen és tökéletes titoknak. Vö. Vorgrimler, Herbert: *Új teológiai szótár*, Budapest 2006, 460.

misztériumában.<sup>22</sup> E két pólusnak állandóan taszítania és vonzania kell egymást. Az ember Istent csak tökéletlen módon tudja megragadni. Az Istenről szóló beszédben az ellentétes állítások elveszítik kizárólagosságukat (*coincidentia oppositorum*).<sup>23</sup> A szó és a csend tehát nem ellentétei egymásnak, hanem szétválaszthatatlanok és titokzatos egységet alkotnak.

## A szent csend

„Sok beszéd szegénység” – tartja a mondás. A sok beszéd kiüresíti a szakralitást. Isten közölni akarja magát velünk, de ő csak annyiban léphet közel hozzánk, amennyiben az ember helyes és igaz magatartásban megnyílik számára. Ez a helyes magatartás az alázat, amely nélkül nem lehetséges az Istennel való barátság. A csend ezt a kapcsolatot nyilvánvalóan fejezi ki. Az igazi keresztény csendnek előbb szakrális csenddé kell válnia, hogy az Istennel való közösség csendjévé alakuljon. A szakrális csend lehetővé teszi, hogy az ember örömmel Isten rendelkezésére bocsássa magát, ezzel magunk mögött hagyhatjuk a profán világot és annak minden zűrzavarát, hogy Isten megragadhasson minket. Olyan hely ez, ahol találkozhatunk Istennel, mert feléje megyünk annak az embernek az igaz magatartásával, aki megremeg és távolságban marad, mégis bizalommal reménykedik. A szakrális csend tehát az egyetlen valóban emberi és keresztény magatartás. Az imádott jelenléttel teli szakrális csend pedig megnyílik a misztikus csönd felé, amely tele van szerelmes intimitással, szemlélődéssel. A szakrális csend minden liturgikus ünneplés alaptörvénye.<sup>24</sup> A liturgikus kommunikáció egyik legfontosabb „kelléke” a csendes szemlélődés. Isten arcának meghitt, nyugodt szemlélése. Ez a csendes szemlélés érteti meg velünk, hogy

22 Vö. Heiler: *Erscheinungsformen und Wesen der Religion*, 334.

23 Sattler, Dorothea-Schneider, Theodor: *Istentan*. in Schneider, Theodor (szerk.): *Dogmatika kézikönyve I*, Budapest 2002, 55–128, 93.

24 Vö. Sarah, Robert-Diat, Nicolas: *A csönd ereje. A zaj diktatúrájával szemben*, Budapest 2019, 183–188.



Isten igazi képe nem-láthatóságából táplálkozik.<sup>25</sup> A titok, ami minden szót meghalad, hallgatni hív bennünket. Ennek természetesen egy olyan, belső tartalommal rendelkező hallgatásnak kell lennie, ami több, mint a beszéd és a cselekvés hiánya.<sup>26</sup>

A II. vatikáni zsinat után megújult római egyház istentiszteletét néha bírálták, hogy nem fordít kellő figyelmet az istentiszteleten belüli csend fontosságára, amely a vallástörténetben és a bibliai ki nyilatkoztatásban oly világosan megmutatkozik. Igaz, hogy a „teljes, tudatos, tevékeny és gyümölcsöző részvétel” kifejezés a liturgiáról szóló – *Sacrosanctum concilium* – konstitúció egyik legfontosabb vezérmotívuma. A cselekvő részvétel hangsúlyozására tizenötször tér vissza a konstitúció, ebből is látszik, hogy milyen nagy jelentőséget tulajdonít neki. De a *participatio actiosa populi* megvalósulási formái között kifejezetten megemlíti (30. cikk) a „szent csendet” is<sup>27</sup> mint a részvétel csúcspontját.<sup>28</sup> „A maga idejében meg kell tartani a szent csendet, mint a szertartás szerves részét.” (RMÁR 45.)<sup>29</sup> A *Sacrosanctum Concilium* szándéka az volt, hogy mindenki vegyen részt a szent liturgiában megjelenő misztériumban. Hogy megértsük ezt a szándékot, feltétlenül emlékezni kell, hogy a szent csend az egyik eszköz, amelyet a zsinat javasol. Arról van szó, hogy résztvevőként lépünk be a szent misztériumba, amely felülmúl minket. A zsinati atyák gondolatvilágában a liturgia isteni cselekvés, *actio Christi*. Ezen isteni cselekvés előtt megragad minket a csodálkozás és a hódolat csendje. Csendünk minősége méri le aktív részvételünk minőségét.<sup>30</sup> Mivel valóban a rítus részét képezi, kiegészíti a szavakat, az imádságot, az éneket, a mozdulatokat. A csend tehát a liturgikus élet alapelve; a hallgatás és a szemlélődés magatartása pedig elengedhetetlen feltétele a liturgián való gyümölcsöző részvételnek.<sup>31</sup>

25 Diósi Dávid: *Bepillantás a liturgiátheológiába. Az emberkereső Isten felragyogása a liturgiában*, Budapest 2022, 86–88.

26 Ratzinger, Joseph: *A liturgia szelleme*, Budapest 2002, 188–189.

27 Vö. Heinz: *Schweigen-Stille*, 243.

28 Bux, Nicola: *Mélyülő hittel a szentmisén*, Budapest 2011, 165.

29 Vö. II. Vatikáni Zsinat: *Sacrosanctum concilium* 30; Rítuskongregáció, *Musiam sacram* instrukció 1967. március 5., 17: AAS 59 (1967), 305.

30 Vö. Sarah – Diat: *A csönd ereje*, 202–203.

31 Vö. Schneider, Athanasius: *A katolikus szentmise*, Budapest 2023, 146.



A teljesítménykényszer és a zaj jellemezte világból érkező emberek ma is igénylik a csend oázisait a liturgiában. Ez jóval több, mint pusztán lelkipásztori indíttatású válasz a hívek ezen elvárásaira, amikor a II. vatikáni zsinat utáni liturgikus törvénykezés kifejezetten legitim helyet biztosít a „*sacrum silentium*”-nak a liturgikus ünneplésben. Emögött semmiképpen sem az a szándék állt, hogy az istentisztelet ünneplésében a közösségi tevékenység menetét időnként megszakítsák, hogy a résztvevőket egy időre magánáhítatukba engedjék. Ha így értelmeznénk a csend alkalmait, ez ellentmondana a liturgia alapvetően közösségi jellegének. Az istentiszteleti csend mindig csak közösségben lehet csend. A csend tereinek célja, hogy az egyént mélyebben bevezesse Isten népének közösségébe, amelyet a Szentlélek gyűjtött össze az üdvösség közös ünneplésére. Az egész gyülekezet együtt, csendben kiteszi magát a megváltó Isten misztériumának, aki az Igében és a szentségben jön el hozzájuk (vö. Tit 3,4). A csend helyei szervesen és értelmesen illeszkednek a közösségi ünneplés átfogó szerkezetébe. Ezért nem lehet önkényesen megszabni és változtatni annak helyeit. A hívek így nem válnak a liturgikus cselekmény néma nézőivé, hanem mélyebben bevonódnak az ünnepelt misztériumba.<sup>32</sup> A híveknek joguk van a csendhez, ezért nem szabad őket megfosztani tőle. A liturgiától éppen azt várjuk, hogy olyan csendet ajándékozzon, amelyben az ember megtalálja saját magát, olyan csendet, amely nem valamiféle szünet vagy a „nem tudjuk, mi következik” érzése, hanem belső békét ad, amelyben fellelegezhetünk és ami a betemetett lényegről lefújja a rárakódott hamut.<sup>33</sup>

32 Vö. Heinz: *Schweigen – Stille*, 243–244.

33 Vö. Ratzinger: *A liturgia szelleme*, 189.

## A csend és hallgatás lehetőségei a liturgiában – gyakorlati megfontolások

Az új Római Misekönyv Általános Rendelkezései (RMÁR) a következő pontokban foglalják össze a szentmisében megtartandó szent csendre vonatkozó utasításokat. A szent csend jellege az egyes szertartások természetéhez igazodik: a bűnbánati cselekményben, az olvasmányok vagy a homília befejeztével és áldozás után (RMÁR 45.). A szentmise egyes részeinek magyarázatánál külön felhívja a figyelmet a szent csendre való odafigyelésre.

Fontos, hogy már a *liturgikus ünneplés előtt* csendet tartsanak a templomban, sekrestyében, a közeli helyiségekben, hogy mindenki áhítatos lélekkel készülhessen fel a szent cselekményre (RMÁR 45.). A csend segíti az összeszedett részvételt a pap és a hívek számára, segít tudatosítani, hogy Isten jelen van templomában, és magunk is készek vagyunk befogadni az ő jelenlétének titkát;<sup>34</sup> lehetőségünk van olyan hallgatásra, amely a kimondhatatlant engedi felcsendülni.<sup>35</sup> A legszentebb áldozat a csendből lép ki. Ezért fontos, hogy a gyülekező ének és a szentmise *Introitusa* között csendet tartsunk. Ez természetesen megkívánja azt is, hogy már a sekrestyében a pap és a szolgálattevők csendben, imában, összeszedettségben készüljenek megünnepelni az Úr szent titkait. A papnak is el kell hallgatnia. A szentek által megfogalmazott imák segíthetnek a felkészülésben.<sup>36</sup>

A *bűnbánat szent csendje*, amikor ki-ki magába száll, kilépve a fényre, megmutatva igazi önmagát, megmártózik Isten végtelen irgalmában. Ezért a bűnbánatra való felszólítás után rövid csendet tartunk (RMÁR 51.). Ebben a rövid csendben alávetem magam Isten

34 Verbényi István–Sztankó Attila: *Mysterium fidei. A szentmise katekézise*, Budapest 2016, 31.

35 Ratzinger, Joseph: *Új éneket az Úrnak. Krisztushit és liturgia korunkban*, Budapest 2007.

36 Ehhez lásd: Pákozdi István, *A szentmise előkészületi és hálaadási imádságai*, Budapest 2014.

tekintetének. Ez a csend egyetlen imádságba foglalja mindenki legbensőbb titkát; elismerjük, hogy nem vagyunk képesek saját erőnkől megszentelődni, szükségünk van az irgalomra. Ebben a rövid csendben lehetetlen a lelkiismeret mélyreható vizsgálata. Komoly lelkiismeretvizsgálathoz sokkal hosszabb csendre lenne szükség, mint amennyit a szentmise bűnbánati része lehetővé teszi. Másrészt amikor az eucharisztikus ünneplésre összegyűlt közösség az ünneplés küszöbén csendben megáll, a résztvevőknek nem annyira az egyéni bűnökre kell gondolniuk, hanem inkább tudatosítaniuk kellene saját elégtelenségüket, tökéletlenségüket, bűnösségüket.<sup>37</sup> Hasznos lehet ilyenkor rövid, Szentírásból vett imádságos felkiáltásokat, például a vámos imáját vagy Péter felkiáltását ismételni magunkban: „Isten, irgalmazz nekem, bűnösnek!” (Lk 18,13); „Uram, menj el tőlem, mert bűnös ember vagyok!” (Lk 5,8) – kifejezve ezzel azt a vallásos alapérzést, amelyet Isten szentségének és misztériumának közelsége váltott ki a Szentírás szereplőiből.

A *collecta* könyörgésre való felszólítás után is rövid csendet tartunk. Mindnyájan csendben vannak a pappal együtt egy kis ideig, hogy tudatosítsák: Isten színe előtt állnak és hogy kéréseiket magukban megfogalmazzák (RMÁR 54.). A bevezető szertartások imaívének tetőpontja az „összegyűjtés, összegzés” (*precem colligere*). Évszázadok óta eltemetett hagyományt éleszt föl a zsinat, hiszen korábban mielőtt a pap elimádkozta a szentmise főkönyörgését, a felszólítás után a jelenlévő közösség egy percig csendben, térden állva imádkozott.<sup>38</sup> Ennek „a rövid közösségi csendnek” az a célja, hogy a közösség felismerje, mi történik ebben a néhány pillanatban: az élő Isten színe előtt áll, akinek jelenlétében minden lény elhallgat az imádatban, és akinek nagysága előtt „elhallgat az egész föld” (Hab 2,20; vö. Zak 2,17). Ez a csend tere, ahol a Lélek kimondhatatlan sóhajtásokkal közbenjár a szentekért (Róm 8,26 f.), és megadja nekik a szabadságot és a felhatalmazást, hogy Istent Atyaként szólítsák meg (vö. Róm 8,15).<sup>39</sup>

37 Vö. Heinz: *Schweigen–Stille*, 245.

38 Vö. Jungmann, Josef A.: *A szentmise. Történelmi, teológiai és lelkipásztori áttekintés*, Eisenstadt 1977, 169–170.

39 Vö. Heinz: *Schweigen–Stille*, 244.

Az *Ige liturgiájában* Isten szavát a nép csendben vagy énekével fogadja be. Az igeliturgiát úgy kell végezni, hogy elősegítse az elmékedést, ezért kerülni kell a sietség minden formáját, amely az összeszedettséget akadályozná. Az ige liturgiájában, a közösség összetételét figyelembe véve, rövid szent csend tartható, hogy Isten igéje a Szentlélek indítására jobban gyökeret verjen a szívekben és előkészítsen az imádságos válaszra. A csendnek ilyen pillanatait lehet tartani például az igeliturgia kezdete előtt, az olvasmány és a szentlecke, illetve a homília után (RMÁR 56.). Az ígére adott válaszuk a csend lehet. Ez elsősorban nem az a csend, ahol arról gondolkodunk, amit az imént hallottunk, bár természetesen ezt is tartalmazza. Leginkább a csodálattal vegyes tisztelet csendje ez Isten jelenléte előtt, aki most szól hozzánk. Ebben a csendben Istennek a közösség számára kimondott Igéje, maga Jézus Krisztus ereszkedik a közösség szívébe. Ebből az Ige által megérintett és átformált szív csendjéből indulhat ki az ember válasza. Válaszuk kifejezésére a zsoltár szavait használjuk.<sup>40</sup>

A *homília után* lehetőség szerint szent csendet kell tartani (RMÁR 66.). Annak érdekében, hogy a hallgatás termékennyé váljék, nem egyszerű tevékenységi szüneteket kell beiktatni a liturgiába, hanem a hallgatásnak a történések valódi belső alkotóelemévé kell válnia. A szentbeszéd, homília utáni hallgatási szünet kevéssé sikerültnek bizonyult, mesterkéltnek tűnt. Egy hosszú homília után a csend nem tanácsos, mert igazából a jelenlévők csak arra várnak, hogy mikor folytatódik tovább a szent cselekmény. Ajánlatos inkább a szentbeszédet imádságra való felhívással zárni, ami a kis szünet számára talán tartalmat adhat, de nem válik magának a hallgatásnak liturgiájává.<sup>41</sup>

Az *egyetemes könyörgéssel kapcsolatos csendre* is lehetőség van. Az egész közösség szándékát kifejező kérésekre vagy közös fohászt mond, vagy csendben imádkozik (RMÁR 71.). Az imaszándék felolvasása után a közösség csendben imádkozhat a megnevezett

40 Vö. Driscoll, Jeremy: *Ez történik a misén*, Pannonhalma 2010, 48–49.

41 Vö. Ratzinger: *A liturgia szelleme*, 189–190.

szándékokért, és azt egy akklamációval erősítheti meg.<sup>42</sup> Lehetőséget kell adni a személyes kérések megfogalmazására is.

Az *adományok előkészítése* is a hallgatás idejének kínálkozik. Ez akkor lehet hasznos, ha az adományok előkészítését nemcsak külső cselekvésnek fogjuk fel, hanem saját magunk felkészítésére és belső folyamatokra is figyelünk. Útra készítjük magunkat, az Úr elé állunk, hogy az átváltoztatásra felkészítsen minket. Útonlét mindennapjaink helyéről az Úr felé.<sup>43</sup>

Az *átváltoztatás csendje* az úrfelmutatás alkalmával olyan pillanatot, amely meghív, hogy tekintetünket Krisztusra vessük, olyan pillantással, amely egyszerre nézés, köszönet, imádás. Azt, aki az Eucharishtiában hívó módon és imádkozva részt vesz, mélyen meg kell hogy rázza az a pillanat, melyben az Úr leszáll hozzánk, a kenyeret és a bort úgy változtatja át, hogy azok az ő testévé és vérévé válnak. Nem tehetünk mást, minthogy e történés előtt térdre hullunk. Az átváltoztatás Isten értünk való nagy tettének a pillanata a világban. Ez magasba ragadja pillantásunkat és szívünket. „Föltekintenek arra, akit keresztülszúrtak” (Jn 19,30; Zak 12,10). Ez a világtörténelem legkiváltságosabb pillanata, a magasba ragadja tekintetünket. Egy pillanatra elhallgat a világ, és ebben a hallgatásban benne van az örökkévalóval való érintkezés. Egy szívdobbanásnyira kilépünk az időből az Istennel való együttlétbe.<sup>44</sup>

Az *Eucharisztikus imádság*, különösen a római kánon, lehetőséget ad a csendes, figyelmes hallgatás mellett arra, hogy csendben imádkozzunk azokért az élőkért, akikről külön is meg akarunk emlékezni, valamint elhunytjainkért. A híveknek igényük van több imádságra, a mélyebb meditáció lehetőségeire a kánon azon részeinél, ahol különösen is személyessé válhat a kapcsolódás.

A *szentáldozásra* a pap a hívekkel együtt csendes imával készül elő (RMÁR 84.). Miután a pap magához vette a szent színeket, egy pár pillanatra csendben köszöntse az Urat. Ez lehetőséget ad arra, hogy mindenki egyénileg készüljön fel a szentáldozásra. Visszazárító e szent találkozás után a sietős, kapkodó magatartás.

42 Vö. Berger, Rupert: *Lelkipásztori liturgikus lexikon*, Budapest 2008, 86.

43 Vö. Ratzinger: *A liturgia szelleme*, 190.

44 Vö. Ratzinger: *A liturgia szelleme*, 191-192.

A *szentáldozás után* a pap és a hívek egy ideig együtt maradhatnak csendes hálaadásban (RMÁR 88.). Csendünk még mélyebb, mert hitünk egész misztériuma koncentráldódik abban, ami éppen az imént történt, vagyis hogy az örök Fiú megtestesült, és a legbensőbb módon megosztja velünk önmagát. Ez tölt el minket szent félelemmel és tisztelettel. Ebben a csendben azon elmélkedünk, ami most valóra vált: szívünkben mélységesen személyes módon társalgunk Krisztussal, „aki szeretett engem, és feláldozta magát értem” (Gal 2,20).<sup>45</sup> Ezt a pár pillanat szent csendet ne hagyjuk el soha, ne zavarjuk meg és ne helyettesítsük semmivel. Ha a szentáldozás után a hívő rögtön a következő heti hirdetésekét kénytelen hallgatni, ezt tiszteletlenségnek érezheti önmaga és a hozzá érkezett Úr iránt.<sup>46</sup>

\*

A liturgiát végigkíséri a csend és a szent hallgatás. A zsinat liturgikus reformjának egyik fő célja a hívek aktív részvételének megvalósítása a liturgiában. A csend jelenléte segít, hogy nehogyan túlzásokba essünk a külső cselekvések tekintetében. A csend tehát a liturgia építőelemei közé tartozik és fontos eszköz az egyház liturgikus életére való nevelésben.<sup>47</sup> A világban élő keresztény ember számára a liturgia olyan tér és lehetőség lehet, ahol találkozhat a csenddel és a csendben Istennel. A jövő egyházának liturgiáján azok fognak részt venni, akik a szent cselekményekben nem csupán önmagukat és nemcsak az egyházat, hanem magát Istent tapasztalják meg. Így válik a *participatio actuosa* a létből fakadó csendes és mégis oly sokat mondó hálává.<sup>48</sup> A liturgikus imádságokból az egyszerű hívő ember minden bizonnyal nem ért meg minden szót. Nem kell mindent megérteni. Helyet kell engednünk a misztérium vonzásának és az isteni kegyelem működésének. Viszont nagyon lényeges, hogy megértse azt a szellemet, amelynek tágas összefüggésrendszerében a szavak elhangzanak. Nem elég, ha a liturgián az ember csak az egyházzal találkozik. Ezért van szükség liturgikus nevelésre katekéziseink során.

45 Vö. Driscoll: *Ez történik a misén*, 127–128.

46 Lustiger, Jean-Marie: *Értetek és mindenkiért... Bevezetés a szentmise liturgiájába*, Pannonhalma 1997, 134–135.

47 Vö. Dolhai Lajos: *A liturgia teológiája*, Budapest 2002, 317–318.

48 Vö. Diósi: *Bepillantás a liturgioteológiába*, 129.

Ezzel elkerülhető az a naponta elénk táruló igazság, hogy a hívek bizony egy teljesen ismeretlen közegbe kerülnek istentiszteleteink alkalmával. Szükség van egyszerre az egyház felől érkező liturgikus lelkiségre és a belső személyes elmélyítés folyamatára. Megtanulni és megtanítani, majd bátran belépni a csend mélységébe, amelyben közli magát az a misztérium, amely nagyobb minden emberi szónál. Aki hallani akar, annak hallgatással kell a befogadásra felkészülnie. Belső csendet, ürességet kell teremtenie magában, helyet készítenie annak, akit befogadni szeretne.<sup>49</sup> Isten főként a nagy csend. Fel kell hagynunk a szócsépléssel és feltalálni ismét a Szót a csend mélységeiben. Mai életformánk egyik alapszava a pörgés.<sup>50</sup> A magány és a hallgatás vágyának hiánya a mai ember betegsége. Sokan félnek a csendtől, az ürességtől, szavakra, élményekre van szükségük, hogy egyfolytában elfoglaltak legyenek és siessenek a dolguk után, hogy meglegyen a viharos és teljesen megélt élet illúziója. Az Istennel való élet és találkozás viszont akkor kezdődik, amikor a szavak és gondolatok elcsendesednek, az ember lelkében felszabadul egy hely, amelyet betölthet Isten.<sup>51</sup> Ez a pörgés és sietés sajnos beszívárgott nemcsak az életünkbe, hanem a liturgiánkra is jellemző. A gyorsan elvégzett liturgia egyik oka lehet a sok lelkipásztori munka, a megszokás vagy a pörgő világ gyorsaságát magába szívó ember magatartása. Levegőt sem veszünk, pedig a belégzés és kilégzés az élet ritmusára figyelmeztet. Igazi lelkipásztori feladat lehet a szent csend újra megtalálása és megtanítása, amely sokkal hasznosabb, mint a lelkipásztor liturgián belüli magánakciói, hosszúra nyúló igehirdetései és hirdetései, valamint olcsó kreativitásai.

49 Vö. Balthasar, Hans Urs Von: *A keresztény elmélkedés*, Budapest 1987, 172.

50 Fehérváry Jákó: *Hogy szívünk megegyezzék szavunkkal. Szempontok egy élhető liturgiához*, Pannonhalma 2020, 145.

51 Vö. Alfajev, Hilarion: *A hit titka*, Budapest 2018, 185.