

## Himnusz a csendességhez

**E**gy testvér megkérdezte az egyik öreget: Mi a csendesség, és milyen haszon származik belőle? Az öreg pedig így felelt neki: A csendesség az, amikor a kunyhónkban ülünk eltelve az ismerettel és Isten félelmével, s közben távol tartjuk magunktól az elszenvedett sértések emlékét és a felsőbbrendűség érzését. Az ilyen csendesség minden erény szülőanyja, s megőrzi a szeretetet az ellenség tüzes nyilaitól (Éf 6,16), nem engedve, hogy azok megsebezzenek őt.

Ó, csendesség, magányban élők előrehaladása!

Ó, csendesség, mennyei létra!

Ó, csendesség, a Mennyek Országába vezető ösvény!

Ó, csendesség, a töredelem anyja!

Ó, csendesség, bűnbánat szerzője!

Ó, csendesség, bűnök tükre, aki megmutatod az embernek hiányosságait!

Ó, csendesség, aki nem állítasz akadályt a könnyek és a sóhajok útjába!

Ó, csendesség, aki megvilágosítod a lelket!

Ó, csendesség, szelídség szülőanyja!

Ó, csendesség, alázat lakótársa!

Ó, csendesség, aki a béke nyugalalmát nyújtod az embernek!

Ó, csendesség, aki angyalokkal társalogsz!

Ó, csendesség, aki a gondolkodást fénnel töltöd el!

Ó, csendesség, aki egybefonódsz az istenfélelemmel, a gondolatok védelmezője, a megkülönböztetés munkatársa!

Ó, csendesség, minden jónak forrása, a bőjt támogatója, a nyelv féken tartója, a falánkság béklyója!

Ó, csendesség, az imádság és az olvasás iskolája!

Ó, csendesség, szélcsend a gondolatok tengerén, és biztos kötő!

Ó, csendesség, Isten megindítója, fiatalok páncélja, aki olyan gondolatokat táplálsz, amelyek miatt nincs bánkódás, s aki minden zaklatástól megőrzöd azokat, akik a cellájukban akarnak élni!

Ó, csendesség, édes iga és könnyű teher (Mt 11,30), aki nyugalmat adsz azoknak, és hordozod azokat, akik felvesznek téged!

Ó, csendesség, lélek és szív öröme!

Ó, csendesség, aki csak azzal törődsz, ami a sajátod, aki Krisztussal beszélgetsz, aki szüntelenül a halált tartod szemed előtt!

Ó, csendesség, a szem, a hallás és a nyelv megfélékezője!

Ó, csendesség, aki minden nap és minden éjjel Krisztusra vársz, és őrzöd a ki nem alvó lámpást (vö. Mt 25,1-3), mert órá vágyakozva szüntelenül ezt a dalt énekled: „Kész az én szívem, Isten, kész az én szívem!” (Zsolt 56,8)!

Ó, csendesség, aki megszüntetted a szeleburdiságot, s a nevetés helyett sírást ajándékozol azoknak, akik szert tesznek rád!

Ó, csendesség, jámborság anyja!

Ó, csendesség, szemérmertlenség ellensége, bizalmaskodás gyűlölője, aki mindig Krisztusra figyelsz!

Ó, csendesség, szenvedélyek börtöne!

Ó, csendesség, Krisztus szántóföldje, melyben jó gyümölcs terem!

Igen, testvér, a halálra emlékezve szerezd meg a csendességet!

(Baán Izsák fordítása)

A szöveg a szisztematikus apoftegma-gyűjtemény görög változatában maradt fenn (II, 35). A tanítvány kérdése a csendesség, görög nevén *hészükhia* mibenlétére irányul. A szó eredetileg a hallgatást, a csendességet jelentette, de már az egyiptomi szerzetességben, később pedig Gázában egyre inkább magát a remete vagy *reclusus* életformát kezdte jelölni a sajátos belső, szívbeli nyugalommal egybefonódva, ami a Jézus nevével való imádság gyümölcse. Bizánban végül az ún. *hészükhaszta* mozgalom és az egész bizánci spiritualitás egyik legfontosabb fogalma lett, a Jézus-ima és a magányos élet gyümölcseként megtapasztalható lelkiállapot elnevezése. A himnusz valószínűleg egy eredetileg jóval rövidebb apoftegma utólagos, lírai elemekkel történő kibővítéséből jött létre. A fordítás az alábbi kritikai szövegkiadás alapján készült: J.-C. Guy (ed.): *Les apophtegmes des pères. Collection systématique I-IX* (SC 387), Cerf, Paris 1993, 142–146. (A ford.)