

ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΓΕΡΟΝΤΙΚΟΝ

Κεφάλαιον ε'.

1. ΠΡΟΣΕΥΧΗ

Ο ΜΕΓΑΣ Αρσένιος, λέγουν οι βιογράφοι του, ύψωνε τα χέρια του, σαν άλλος Μωϋσής, στην προσευχή, ενώ ο ήλιος έδυε πίσω του και τα κατέβαζε, όταν έλαμπε πάλι στο πρόσωπο του.

Ο ΗΓΟΥΜΕΝΟΣ ενός Μοναστηριού που είχε ιδρύσει ο Άγιος Επιφάνιος, ο Επίσκοπος Κύπρου, επισκέφθηκε κάποτε τον Άγιο και του είπε με κάποια ικανοποίηση:

- Με την ευχή σου, Δέσποτα, δεν παραμελούμε τον κανόνα της προσευχής που μας έδωσες. Διαβάζομε με προθυμία την πρώτη ώρα, την Τρίτη, την έκτη και την ενάτη.

- Και τις άλλες ώρες τί κάνετε; Ρώτησε με έκπληξι ο Άγιος Ιεράρχης. Δεν ασχολείσθε με την προσευχή; Τότε δεν είσθε Μοναχοί.

Και βλέποντας την απορία του Ηγουμένου, εξήγησε:

- Εκείνος που ανήκει στην τάξι του Μοναχού έχει καθήκον ν' ασχολήται διαρκώς με την προσευχή και την ψαλμωδία. Ο προφήτης Δαυίδ, αν και βασιλιάς μαζί και πολεμιστής, το βράδυ προσευχόταν, τα μεσάνυχτα σηκωνόταν από το στρώμα του – το ομολογεί ο ίδιος – για να δοξολογήσει μαζί με τους Αγγέλους το Θεό. Πριν από τα ξημερώματα τον βρίσκομε ακόμη να δέεται. Μόλις ξημέρωνε, ύψωνε την καρδιά του για να ευχαριστήσει τον Πλάστη του. Το πρωί παρακαλούσε και πάλι, το μεσημέρι και το βράδυ έκλινε το γόναυ για να ικετεύση τον Θεόν. Γι' αυτό μας βεβαιώνει πως επτά φορές την ημέρα αινούσε τον Κύριο.

Ο ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΣ, που θυμάται να συνομιλήσει με τον Θεόν μόνον όταν φθάση η ωρισμένη ώρα της προσευχής, δεν έχει ακόμη μάθει να προσεύχεται, λέει ένας από τους Πατέρας.

ΑΠΟ ΤΟΥΤΑ τα τέσσερα έχει πιο πολύ ανάγκη η ψυχή, έλεγε κάποιος Γέροντας: Να φοβάται την κρίσι του Θεού, να μισή την αμαρτία, ν' αγαπά την αρετή και να προσεύχεται αδιαλείπτως.

ΟΤΑΝ ήμουν νέος, έλεγε στους αδελφούς ο Αββάς Ισίδωρος, ο Πρεσβύτερος της σκήτης, δεν είχα ωρισμένο καιρό για προσευχή. Προσευχόμουν χωρίς διακοπή όλη την ημέρα και το μεγαλύτερο μέρος της νύκτας.

ΑΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΗ ο Θεός την αμέλεια μας στην προσευχή και τον σκορπισμό του νου μας στην ψαλμωδία, είναι αδύνατον να σωθούμε, έλεγε ο Αββάς Θεόδωρος.

ΟΙ ΝΕΩΤΕΡΟΙ μοναχοί μιας σκήτης επισκεφθήκανε έναν από τους Γέροντας για να τον συμβουλευθούν. Εκείνος τους υποδέχθηκε με χαρά κι αφού είπε την συνηθισμένη προσευχή, κάθισε μαζί τους κι απαντούσε σ' όλες τις ερωτήσεις τους. Όταν πια σηκώθηκαν να φύγουν, είπαν στον Γέροντα να κάνει προσευχή.

- Δεν προσευχηθήκαμε; Είπε μ' απορία εκείνος.

- Προσευχηθήκαμε, Αββά όταν ήρθαμε· ύστερα όμως αρχίσαμε την συνομιλία.

- Συγχωρήσατέ με, παιδιά μου, αλλά ξέρω καλά πως ένας από μας είπε εκατό ευχάς στο διάστημα της συνομιλίας.

Ο ΑΒΒΑΣ ΗΣΑΙΑΣ, ο Πρεσβύτερος του Πηλουσίου, μάλωνε τους αδελφούς, όταν συνωμιλούσαν στην τράπεζα.

- Μη μιλάτε, παιδιά μου, τους έλεγε. Η τράπεζα του μοναχού πρέπει να είναι δεύτερη Εκκλησία. Είδα κάποτε ένα φτωχό που ενώ έτρωγε εδώ μαζί με όλους, η προσευχή του σαν φωτεινή στήλη άγγιζε τον ουρανό.

ΠΕΡΑΣΑΝ κάποτε από το κελλί του **Αββά Λουκίου** οι λεγόμενοι **Ευχίται Μοναχοί**. Ο **Γέροντας** τους κράτησε και συνωμίλησε μαζί τους.

- Ποιό είναι το έργο σας, αδελφοί; Τους ρώτησε.

- Εμείς δεν ασχολούμεθα με καμιά υλική εργασία, αποκρίθησαν εκείνοι. Ακολουθούμε τη σύστασι του **θείου Παύλου**: αδιαλείπτως προσευχόμεθα.

- Δεν τρώτε καθόλου;

- Τρώμε.

- Δεν κοιμάσθε;

- Κοιμώμεθα λίγο.

- Όταν κοιμάσθε, ποιός προσεύχεται για σας;

- ...

- Μα τότε, αδελφοί μου, είπε ο **Αββάς Λούκιος**, δεν κάνετε ακριβώς αυτό που λέτε. Εμείς εδώ κάνομε εργόχειρο για να μη ζούμε εις βάρος άλλων και να πως τηρούμε το «αδιαλείπτως προσεύχεσθε»:

Όταν αρχίζωμε το πρωί τη δουλειά μας, λέγει ο καθένας μας: « ελέησον με, ο Θεός, κατά το μέγα έλεος σου και κατά το πλήθος των οικτιρμών σου εξάλειψον το ανόμημα μου». Δεν είναι τούτο προσευχή;

Όταν με το νου προσεύχωμαι, τα χέρια μου πλέκουν. Από την εργασία μου αυτή κερδίζω δεκαέξι νομίσματα. Ξοδεύω ελάχιστα για το καθημερινό μου ψωμί και τα υπόλοιπα τα δίνω ελεημοσύνη στους πτωχούς και αρρώστους αδελφούς μου, που δεν μπορούν να εργασθούν. Το ίδιο κάνουν και οι άλλοι αδελφοί. Όταν λοιπόν εμείς τρώμε ή κοιμώμεθα, οι πτωχοί προσεύχονται για μας και η καρδιά μας μας πληροφορεί πως έτσι εφαρμόζομε τη σύστασι του **Αποστόλου**.

.... σελ. 210

ΜΕΓΑΛΟ κατόρθωμα για τον άνθρωπο, γράφει ο **Αββάς Ευάγγριος**, να προσεύχεται με το νου συμμαζεμένο στα λόγια της προσευχής, πολύ μεγαλύτερο όμως να ψάλλη έτσι, χωρίς καθόλου να περισπάται.

ΠΩΣ ν' αποκτήσω κατάνυξι στην προσευχή, Αββά; ρώτησε ένας Αδελφός τον Όσιο Σιλουανό, που είχε μεγάλη πείρα στα πνευματικά. Και του εμπιστεύθηκε πως έκανε μεγάλη προσπάθεια να ψάλλη μελωδικά για ν' αντιστέκεται στον ύπνο που τον ενοχλούσε στην Ακολουθία.

- Η ψυχή, παιδί μου, δε συγκινείται τόσο από τη μελωδία, όσο από το περιεχόμενο του ψαλμού, εξήγησε ο Όσιος. Προσέχοντας μόνο να ψάλλης μελωδικά, κινδυνεύεις να πέσης σε κενοδοξία και να σκληρύνη πιο πολύ η καρδιά σου. Είτε προσεύχεσαι, είτε ψάλλεις, να έχης πάντοτε βαθειά συναίσθησι ότι βρίσκεσαι μπροστά στον Άγιο Θεό. Μην επιτρέπης στο νου σου να ρεμβάζη. Αγάπησε την ταπεινοσύνη, που γεννά την κατάνυξι. Μη θέλης να κάνης επίδειξη της σοφίας και των γνώσεων σου. Προτίμα να διδάσκεσαι παρά να διδάσκης. Κοντά στα παραπάνω, βλέποντας ο Θεός την αγαθή σου προαίρεσι, θα σου δώση το χάρισμα της κατανύξεως.

ΛΕΝ για τον Όσιο Σισώη τον Θηβαίο, πως, μόλις απόλυε η εκκλησία, έφευγε για το κελλί του σχεδόν τρέχοντας. Μερικοί νεοφερμένοι Μοναχοί στη σκήτη, που δεν τον γνώριζαν ακόμη, βλέποντας τον, έλεγαν πως είχε δαιμόνιο και τον κυνηγούσε. Οι παλαιότεροι όμως τους εξήγησαν πως μ' αυτό τον τρόπο συνήθιζε ο Όσιος ν' αποφεύγη τις συνομιλίες, για να μη αποσπάται ο νους του από την προσευχή.

ΚΑΙ ο Αββάς Μακάριος συνήθιζε στο τέλος της Θ. Λειτουργίας να στέκεται στην πόρτα της εκκλησίας και να ψιθυρίζη στους Μοναχούς που έβγαιναν:

- Φεύγετε, Αδελφοί.

- Πού θέλεις να πάμε, Αββά; ρωτούσαν οι νεώτεροι. Μήπως πιο βαθειά στην έρημο;

Ο Όσιος τότε έβαζε το δάκτυλο στο στόμα και τους απαντούσε:

- Τούτο δω να φεύγετε.

Εννοούσε τις συνομιλίες, για να μη σκοτίζεται ο νους τους και χάνουν τις καλές σκέψεις που κέρδισαν με την προσευχή.

Η ΠΡΟΣΕΥΧΗ του χριστιανού, λέγει κάποιος Γέροντας, πρέπει να γίνεται, πρώτον, με διάθεσι ειρηνική, ύστερα με ησυχία και κοσμιότητα. Όταν προσεύχεται μαζί με

άλλους στην εκκλησία, πρέπει ν' αποφεύγει τις εξωτερικεύσεις της ευλαβείας του και τις δυνατές φωνές που φέρνουν σύγχυσι και στον ίδιο και στους άλλους.

Η προσευχή οφείλει να γίνεται με εσωτερικό πόνο της καρδιάς και με ήρεμο νου αφωσιωμένο στο Θεό.

Υπάρχουν άνθρωποι, που πάσχουν από σωματικές αρρώστειες κι ενώ χειρουργούνται ή καυτηριάζονται από το γιατρό, υποφέρουν καρτερικά τον πόνο, χωρίς φωνές και φασαρία, σιωπηλά και υπομονετικά. Άλλοι πάλι ανυπόμονοι χαλούν τον κόσμο από τις φωνές, όταν τους κάνουν θεραπεία. Μήπως όμως έτσι αποφεύγουν τον πόνο; Μάλλον τον αυξάνουν.

Κάτι παρόμοιο συμβαίνει και με την προσευχή. Οι πνευματικώτεροι άνθρωποι προσεύχονται αθόρυβα με «στεναγμούς αλαλήτους». Έτσι διατηρούν την ψυχική τους γαλήνη. Οι άλλοι δε συγκρατούν τον εαυτό τους. Προσεύχονται μεγαλοφώνως, με εκδηλώσεις εξωτερικές, που συχνά σκανδαλίζουν τους άλλους. Ο πραγματικός χριστιανός πρέπει ν' αποφεύγει την ακαταστασία και τα εξωτερικά σχήματα. Να προτιμά την τάξι, την ησυχία και την ταπείνωσι. Αυτό ζητά και ο Θεός με το στόμα του Προφήτου, που λέγει: «επί τίνα επιβλέψω, αλλ' ή επί τον ταπεινόν και ησύχιον, τον τρέμοντα μου τους λόγους;»

Όσοι χριστιανοί διάλεξαν αυτό το δρόμο, έγιναν παράδειγμα και φως για πολλούς άλλους.

Ο ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΣ που στην κοινή λατρεία, ενώ βρίσκεται μαζί με άλλους στην εκκλησία, κλείνει το στόμα και την καρδιά και δεν ψάλλει και δεν προσεύχεται, όπως εκείνοι, μοιάζει με δαίμονα, λέγει κάποιος Πατήρ. Αυτός ο ακάθατος, μη υποφέροντας ν' ακούη τις δοξολογίες της Εκκλησίας στον Θεό, προσπαθεί ν' αποσπάσει το νου του ανθρώπου από την ψαλμωδία και την προσευχή.

Κεφαλαιον στ'.

1. ΣΙΩΠΗ

Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ που αγαπά τη σιωπή κι αποφεύγει τις πολλές κουβέντες, έλεγε ο Αββάς Μωϋσής, μοιάζει με ώριμο σταφύλι, γεμάτο γλυκό χυμό· ο πολυλογάς με αγουρίδα.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ άνθρωποι, που με τα χείλη σωπαίνουν και με το νου φλυαρούν, λέγει άλλος Πατήρ. Άλλοι μιλάνε από το πρωί ως το βράδυ κι όμως κρατάνε σιωπή, γιατί τίποτε απ' αυτά που λένε δεν είναι περιττό κι ανώφελο.

ΣΤΙΣ ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ στιγμές της ζωής του ο Αββάς Παμβώ είπε αυτά τα λόγια στους Αδελφούς, που βρέθηκαν γύρω του:

- Αφ' ότου έγινα Καλόγηρος, παιδιά μου, ούτε μια φορά δε μετανόησα για κουβέντα που βγήκε από το στόμα μου. Κι όμως, τώρα πάω στον Κύριο μου με συναίσθησι πως δεν έχω βάλει αρχή ακόμη.

ΛΕΝΕ ΚΑΙ ΤΟΥΤΟ για τον μακάριο Παμβώ: Ενώ ήταν πολύ μελετημένος και γνώριζε καλά την Αγία Γραφή, δεν έδινε ποτέ παρευθύς απάντησι, όταν τύχαινε να του ζητήσουν την εξήγησι κάποιου γραφικού ρητού.

- Αφήστε με να σκεφθώ πρώτα, έλεγε. Περνούσαν πολλές εβδομάδες προτού δώσει απόκρισι. Έτσι οι ερμηνείες που έκανε με τόση περισκεψι ήταν γεμάτες σοφία, που του χάριζε το Άγιον Πνεύμα. Οι Αδελφοί τις δέχονταν με πολλή ευλάβεια σαν να είχαν βγη από το στόμα του Θεού.

ΚΑΠΟΙΟΣ ΑΔΕΛΦΟΣ παρακάλεσε τον Γέροντα του να του εξηγήση ποιός να είναι τάχα ο αργός λόγος, για τον οποίο θα απολογηθούμε στον Κριτή.

- Κάθε συζήτησι, που αφορά μόνο τα γήϊνα, εξήγησε ο Γέροντας, καταντά αργός λόγος. Όταν κουβεντιάζης για τη σωτηρία της ψυχής, δεν αργολογείς. Αλλά κι από τούτο προτιμότερη είναι η σιωπή. Πόσες φορές, κουβεντιάζοντας για ωφέλιμα πράγματα, δεν ξεγλιστρά η γλώσσα μας και στα βλαβερά;

ΜΗ ΒΙΑΖΕΣΑΙ να δώσης απόκρισι προτού σκεφτής καλά αυτό που θα πης, συμβουλεύει άλλος Πατήρ.

ΚΑΘΕ ΚΥΡΙΑΚΗ που πήγαινε στην Εκκλησία ο **Αββάς Αμμώης**, μαζί με το μαθητή του, περπατούσαν σε απόστασι ο ένας από τον άλλο. Εκτός, αν είχε κάτι ο νέος να εξομολογηθή.

- Δε θέλω να κουβεντιάζωμε στον δρόμο, έλεγε ο αγαθός Γέροντας, μήπως κοντά στα χρήσιμα πούμε και πολλά περιττά.

Ο ΑΜΜΟΥΝ, νέος κι αρχάριος, ακόμη Μοναχός, πήγε να συμβουλευθή τον όσιο Ποιμένα:

- Όταν έρχεται κανένας από τους Αδελφούς στο κελλί μου ή εγώ πηγαίνω στο δικό του για δουλειά, αποφεύγομε τις συζητήσεις από φόβο μη πέσωμε σ' αργολογία, του είπε.

- Καλά κάνετε, αποκρίθηκε ο Γέροντας. Η νεότης έχει ανάγκη από πολλή προσοχή.

- Τί έκαναν οι Πατέρες σε τέτοια περίπτωση; Ζήτησε να μάθη ο Αμμούν.

- Εκείνοι παιδί μου, ούτε στο στόμα ούτε στην καρδιά είχαν τίποτε περιττό, για να συζητήσουν. Έτσι δεν είχαν φόβο να πέσουν σ' αργολογία.

- Όταν βρεθώ στην ανάγκη να κουβεντιάσω με κάποιον, ρώτησε πάλι ο νέος, τί είναι καλλίτερα να πώ; Λόγια της Γραφής ή των Πατέρων;

- Αν δεν μπορής να σωπάσης, - πράγμα ορθότερο για τους νέους – προτίμησε τους λόγους των Πατέρων, που είναι πρακτικώτεροι, αποκρίθηκε ο Όσιος. Τα λόγια της Γραφής, ούτε εύκολα ούτε αντιληπτά είναι από τους πολλούς.

ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΣΟΦΙΑ, γράφει ο **Αββάς Ησαίας ο Αναχωρητής**, να ξέρη κανείς να συζητή αριστοτεχνικά. Σοφία είναι να ξέρης πότε πρέπει να μιλήσης και τί πρέπει να πης. Δείχνε πως είσαι αμαθής, για ν' αποφύγης πολλούς κόπους. Πολλές ανώφελες σκοτούρες έχει εκείνος που παρουσιάζει τον εαυτό του πολυμαθή. Μη καυχάσαι για πολυμάθεια, γιατί είναι περισσότερα εκείνα που δεν ξέρεις από κείνα που έχεις μάθει.

ΕΝΑΣ ΝΕΟΣ εξωμολογήθηκε στενοχωρημένος στον **Αββά Ματώη**:

- Πολλές θλίψεις μου προξενεί συχνά η γλώσσα μου, Πάτερ. Αδύνατο να τη

συγκρατήσω να μη ελέγχη και κατακρίνη τους Αδελφούς μου.

- Αν σου φαίνεται αδύνατο να δαμάσης τη γλώσσα σου, τότε απόφευγε τις συναναστροφές, τον συμβούλεψε ο Γέροντας. Περιορίσου στον εαυτό σου. Η ακράτεια της γλώσσας είναι ηθική αρρώστια μεταδοτική, γι' αυτό και επικίνδυνη. Εγώ, καθώς βλέπεις, ζω ολομόναχος, όχι από αρετή, αλλά από αδυναμία. Πρέπει να νοιώθη πολύ δυνατός ο Καλόγερος, που συναναστρέφεται τους ανθρώπους.

ΑΝ ΑΠΟΚΤΗΣΗΣ την αρετή της σιωπής, λέγει κάποιος Αββάς, μη καυχηθής πως κατώρθωσες κάτι σπουδαίο. Πείσε καλλίτερα τον εαυτό σου πως δεν είσαι άξιος ούτε να μιλάς.

ΕΝΑΣ από τους Γέροντας σε κάποια σκήτη είχε διορατικό χάρισμα. Όταν γινονταν σύναξι και συζητούσαν ζητήματα πνευματικά οι Πατέρες, ο Γέροντας έβλεπε γύρω του Αγγέλους να τους χειροκροτούν. Όταν η συζήτησι γύριζε στα γήινα, οι Άγγελοι απομακρύνονταν λυπημένοι.

ΕΛΕΓΑΝ συχνά για τον Αββά Ωρ οι συνασκηταί του πως ποτέ ψέμα δε βγήκε από το στόμα του ούτε όρκος. Δεν κατέκρινε ποτέ του άνθρωπο ούτε τον άκουσαν καμμιά φορά να ομιλή χωρίς να υπάρχει απόλυτη ανάγκη. Στο νέο μαθητή του συνήθιζε να λέγη:

- Πρόσεξε καλά, Παύλε, μη φέρης ποτέ ξένη κουβέντα σε τούτο το κελλί.

- ΠΟΣΟ δυσκολεύομαι να συγκρατώ τη γλώσσα μου! έλεγε μια μέρα ένας νέος Μοναχός στον Αββά Νισθερώ πολύ στενοχωρημένος.

- Όταν κουβεντιάζεις, βρίσκεις ξεκούρασι;

- Ποτέ.

- Τότε για ποιό λόγο κουβεντιάζεις; Μάθε να σωπαίνης. Προτίμα καλλίτερα ν' ακούς τους άλλους να μιλούν, όταν πρόκειται για κάτι ωφέλιμο, τον συμβούλεψε ο σοφός Γέροντας.

- ΟΠΟΙΟ έχει μάθει να σωπαίνει, βρίσκει παντού ανάπαυσι, λέγει κι ο Αββάς Ποιμήν.

ΛΕΝΕ πως τρία χρόνια κρατούσε συνεχώς στο στόμα του ένα βότσαλο ο Αββάς Αγάθων για να συνηθίση τη γλώσσα του στην τελεία σιωπή.

ΕΡΩΤΗΣΑΝ κάποτε τον Αββά Παμβώ, αν είναι καλό να επαινέ κανείς τον άλλον.

- Καλλίτερο απ' όλα είναι η σιωπή, αποκρίθηκε εκείνος.

ΑΝ ΘΥΜΑΤΑΙ συχνά ο άνθρωπος το γραφικό ρητό που λέγει: «εκ των λόγων σου δικαιωθήση και εκ των λόγων σου κατακριθήση», θα προτιμά χίλιες φορές να σωπαίνει, έλεγε και ο Όσιος Ποιμήν.

ΘΕΡΙΖΕ κάποτερ μαζί με άλλους αδελφούς ο Αββάς Ιωάννης ο Κολοβός κι άκουσε ξαφνικά έναν απ' αυτούς να λήη θυμωμένος στο διπλανό του:

- Ουφ κι εσύ.

Τότε παράτησε στη μέση τη δουλειά ο φιλήσυχος Γέροντας και γύρισε αμέσως στο κελλί του μήπως γίνει φιλονικία κι αναγκαστή να μιλήση.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

1. ΤΑΠΕΙΝΟΦΡΟΣΥΝΗ

Ερώτησαν κάποτε τον Αββά Λογγίνο ποιά αρετή θεωρεί σπουδαιότερη απ' όλες. Ο σοφός Γέροντας αποκρίθηκε:

- Καθώς η υπερηφάνεια είναι το πιο μεγάλο από όλα τα κακά, αφού κατώρθωσε να ρίξει τους Αγγέλους από τον Ουρανό στην άβυσσο, έτσι και η ταπεινοφροσύνη είναι η πιο μεγάλη απ' όλες τις αρετές. Αυτή έχει τη δύναμη κι' από την άβυσσο ακόμη ν' ανεβάσει στον Ουρανό τον αμαρτωλό. Για το λόγο αυτό ο Κύριος μακαρίζει πριν απ' όλους τους πτωχούς τω πνεύματι.

Προτιμώ πτώσι με ταπεινοφροσύνη, παρά νίκη με υπερηφάνεια, λέγει άλλος Πατήρ.

ΚΑΙ Ο ΑΒΒΑΣ Σαρματίας:

- Προτιμώ άνθρωπο αμαρτωλό, που αναγνωρίζει το σφάλμα του και ταπεινώνεται, παρά ενάρετο με αυταρέσκεια.

Η ΤΑΠΕΙΝΩΣΙΣ χωρίς μεγάλο κόπο έσωσε πολλούς, λέγει άλλος Γέροντας. Το πιστοποιούν ο Τελώνης και ο Άσωτος, που με δυό λόγια ταπεινά, που είπαν, τους δέχτηκε ο Θεός.

Η ΧΑΝΑΝΑΙΑ μιλάει κι' ακούγεται. Η αιμορροούσα σωπαίνει και μακαρίζεται. Ο τελώνης δεν τολμά ν' ανοίξει το στόμα του και δικαιώνεται. Ο Φαρισαίος φωνάζει και κατακρίνεται, έλεγε ο Αββάς Επιφάνιος.

ΠΡΙΝ από κάθε τι άλλο, έχομε ανάγκη από ταπεινοφροσύνη, γράφει ο Αββάς Ησαίας ο Αναχωρητής. Ας είμεθα έτοιμοι να λέμε αμέσως στον αδελφό μας σε κάθε περίστασι «συγχώρεσε με». Η ταπεινοφροσύνη εξαφανίζει όλες τις παγίδες του διαβόλου.

ΚΑΙ ΑΛΛΟΣ ΠΑΤΗΡ: Ο ταπεινόφρων ταπεινώνει τους δαίμονας. Ο υπερήφανος περιπαίζεται απ' αυτούς.

Ο ΑΒΒΑΣ ΥΠΕΡΕΧΙΟΣ ονομάζει την ταπεινοφροσύνη δένδρο ζωής, που ανεβαίνει σε ύψος.

ΣΤΕΦΑΝΟ του Μοναχού λέγουν την ταπεινοφροσύνη όλοι οι Πατέρες.

ΕΡΩΤΗΣΑΝ κάποιον Γέροντα, πότε αποκτά ο άνθρωπος ταπεινώσι.

- Όταν θυμάται τις αμαρτίες του συνεχώς, αποκρίθηκε.

ΑΛΗΘΙΝΗ ταπεινώσι έχει εκείνος που βάζει πρώτος μετάνοια, ενώ του φταίει ο άλλος, λέγει άλλος Πατήρ.

ΡΩΤΗΣΑΝ κάποιον από τους Πατέρας, ποιά νομίζει πως είναι η αληθινή πρόοδος του ανθρώπου.

- Η ταπεινοφροσύνη, αποκρίθηκε χωρίς δισταγμό. Όσο πιο πολύ κατεβαίνει η ψυχή σε βάθος ταπεινοφροσύνης, τόσο αναβαίνει σ' όλες τις άλλες αρετές.

ΟΤΑΝ παύουν τα πάθη να μας πολεμούν, λέγουν οι Πατέρες, τότε πρέπει να ταπεινοφρονούμε, για να μας σκεπάσει ο Θεός, που ξέρει την αδυναμία μας. Αν καυχηθούμε πως είμεθα νηφάλιοι, αφαιρεί παρευθύς τη χάρη Του και τότε

κυριευόμεθα πάλι από τα πάθη.

ΚΑΠΟΙΟΣ Ερημίτης, που συνήθιζε να φορή μόνο ένα τρίχινο μανδύα, πήγε μια φορά να εξομολογηθή στον Αββά Αμμωνά.

- Αυτό μόνο δε σε ωφελεί σε τίποτε, Αδελφέ, του είπε ο Γέροντας, δείχνοντας του τον τρίχινο μανδύα.

- Με βασανίζουν τρεις λογισμοί, Αββά, είπε ο Ερημίτης. Ο ένας μου λέγει να κατοικήσω πολύ βαθειά στην έρημο, ο άλλος να πάω ξένος κι άγνωστος σε μακρινό τόπο κι ο τρίτος να κλειστώ στην καλύβα μου, χωρίς να βλέπω άνθρωπο και να τρώγω κάθε δυό μέρες. Τί να διαλέξω απ' όλα αυτά;

- Κανένα δεν σε ωφελεί, του αποκρίθηκε ο Γέροντας. Αν θες ν' ακούσης τη συμβουλή μου, μείνε στο κελλί σου, τρώγε λίγο κάθε μέρα και κράτα διαρκώς στο νου και την καρδιά σου τα λόγια του τελώνη: «ο Θεός, ιλάσθητι μοι τω αμαρτωλώ». Μόνο με την ταπείνωσι θα βρης σωτηρία.

ΕΝΑΣ ΝΕΟΣ Μοναχός πήγε στον Αββά Θεόδωρο της Φέρμης να του πη την στενοχώρια του.

- Στον κόσμο νήστευα πιο πολύ, Αββά, έκανα συχνές αγρυπνίες, είχα στην προσευχή μου κατάνυξι και δάκρυα κι' έκρυβα στην καρδιά μου πολλή φλόγα για κάθε θεάρεστο έργο. Εδώ στην έρημο τα έχασα όλα αυτά και φοβάμαι πως δε θα σωθή η ψυχή μου.

- Εκείνα που έκανες στον κόσμο, παιδί μου, του είπε ο σοφός Γέροντας, δεν ήταν παρά έργο κενοδοξίας, για τον ανθρώπινο έπαινο. Ο Θεός δεν τα δεχότανε. Εκεί ο διάβολος δεν σε πολεμούσε, ούτε την προθυμία σου εμπόδιζε, αφού δεν είχες καμιά ωφέλεια απ' αυτή. Τώρα όμως, που κατατάχτηκες πια οριστικά στου Χριστού μας τον στρατό, ωπλίστηκε κι' εκείνος εναντίον σου. Μάθε όμως πως αρέσει πιο πολύ στον Κύριο μας ένας μόνο ψαλμός, που λες εδώ στην έρημο με ταπείνωση, από χίλιους που έλεγες εκεί με κενοδοξία και δέχεται με περισσότερη ευχαρίστησι τη νηστεία μιας ημέρας που κάνεις εδώ κρυφά, παρά όσες έκανες φανερά ολόκληρες εβδομάδες.

- Τώρα δεν κάνω τίποτε, επέμενε ο νέος. Εκεί ήμουν καλλίτερος.

- Και που νομίζεις ακόμη πως στον κόσμο ήσουν πιο καλός, του είπε αυστηρά ο Αββάς Θεόδωρος, είναι υπερηφάνεια. Την ίδια γνώμη για τον εαυτό του είχε κι ο Φαρισαίος της παραβολής και κατακρίθηκε. Λέγε, παιδί μου, πως ποτέ δεν κατόρθωσες κανένα καλό, για να σωθής. Έτσι δικαιώθηκε κι ο τελώνης. Πιο αρεστός είναι στο Θεό ο αμαρτωλός, με τη συντριμμένη καρδιά και τις ταπεινές σκέψεις, από

τον υψηλόφρονα ενάρετο.

Η γεμάτη πείρα διδασκαλία του Γέροντα συνέτισε το νέο Μοναχό.

- Χάρι σε σένα, Αββά, του είπε μ' ευγνωμοσύνη, καθώς τον αποχαιρετούσε για να φύγει, σώθηκε η ψυχή μου σήμερα.

Ο ΕΠΙΣΚΟΠΟΣ κάποιας επαρχίας έπεσε μια φορά σε μεγάλη αμαρτία. Την άλλη μέρα ήταν γιορτή κι επρόκειτο να λειτουργήσει σε μιάν εκκλησία, που πανηγύριζε και που πήγαινε συνήθως ολόκληρη η πόλις.

Μόλις μπήκε στην εκκλησία ο Επίσκοπος, ανέβηκε στον άμβωνα, φανέρωσε μπροστά στο πλήθος την αμαρτία του, έβγαλε το ωμοφόριο του, το έδωσε στο Διάκονο του, και είπε με πολλή συντριβή δυνατά για ν' ακουστή απ' όλους:

- Ύστερα από τέτοια αμαρτία, δεν μπορώ να είμαι πια Επίσκοπος σας. Διαλέξτε κάποιον άξιο.

- Έκανε να φύγει, ο κόσμος όμως, που τον αγαπούσε, τον εμπόδισε.

- Μείνε στη θέση σου κι ας είναι επάνω μας η αμαρτία σου, φώναξαν όλοι με μια φωνή.

Συγκινημένος ο Επίσκοπος από την αγάπη του λαού, ανέβηκε πάλι στον άμβωνα και φώναξε:

- Αν θέλετε να μείνω στη θέση, που ανάξια κατέχω, θα κάνετε ότι σας ειπώ.

Πρόσταξε να κλειστούν αμέσως οι πόρτες της εκκλησίας και να μείνη μόνο μια μικρή έξοδος. Έπεσε κατάχαμα μπροστά σ' αυτή και είπε δυνατά στο εκκλησίασμα για να τον ακούσουν όλοι:

- Δεν θα έχη μέρος με τον Θεό όποιος δεν με πατήσει, προτού βγη από εδώ.

Οι χριστιανοί, για να μη χάσουν τον Επίσκοπο τους, υπήκουσαν. Ένας-ένας, που έβγαινε, πατούσε από πάνω του. Όταν πέρασε και ο τελευταίος, ακούστηκε φωνή από τον ουρανό να λέγη:

- Για τη μεγάλη του ταπείνωσι, συγχωρήθηκε η αμαρτία του.

ΕΙΔΑ κάποτε, έλεγε ο Μέγας Αντώνιος, απλωμένες στη γη όλες τις παγίδες του διαβόλου και τρόμαξα.

- Ποιός τάχα μπορεί να τις ξεφύγει; Έλεγα στενάζοντας. Άκουσα τότε μυστηριώδη

φωνή να μου αποκρίνεται:

- Ο ταπεινόφρων.

ΝΕΟΣ Μοναχός ακόμη ο Αββάς Ποιμίν, ζήτησε να μάθη από τον Μέγα Αντώνιο τί έπρεπε να κάνει για να βρη τη σωτηρία του:

- Να παραδέχεσαι τα σφάλματα σου, με συντριμμένη καρδιά, του αποκρίθηκε ο Πατήρ των Πατέρων, και να ταπεινώνεσαι μπροστά στον Θεό. Να υπομένης επίσης καρτερικά τους πειρασμούς, που σου συμβαίνουν, και να είσαι βέβαιος πως θα σωθής.

ΒΡΗΚΑΝ κάποτε τον Όσιο Αρσένιο μεγάλοι πειρασμοί. Μια μέρα τον άκουσαν οι Αδελφοί να προσεύχεται μ' αυτά τα λόγια:

- Θεέ μου, τολμώ ο ανάξιος να Σε παρακαλέσω να μη μ' αφήσης μόνο σε τόση θλίψη. Αναγνωρίζω πως δεν έχω κάνει στη ζωή μου τίποτε που να Σε έχει ευχαριστήσει, αλλά η άπειρη ευσπλαχνία Σου μπορεί να με βοηθήσει να βάλω αρχή.

ΕΝΑΣ φιλόπρονος νέος περπατούσε νηστικός στην έρημο αρκετές ημέρες για να συναντήσει τον Αββά Αμμώη να τον συμβουλευθή. Ο Γέροντας τον κράτησε κοντά του μία ολόκληρη βδομάδα, αλλά δεν του είπε τίποτε στο διάστημα αυτό. Όταν πια ο νέος ετοιμάστηκε να φύγη, τον συνώδεψε ως την πόρτα ο αγαθός Αββάς και τότε του είπε αυτά τα λόγια:

Οι αμαρτίες μου, παιδί μου, έχουν γίνει ψηλό τείχος που με χωρίζει από τον Θεόν.

Ο ευσεβής νέος ευχαρίστησε τον άγιο Γέροντα κι' έφυγε ωφελημένος από τη μεγάλη του ταπείνωσι.

Η ΘΥΓΑΤΕΡΑ κάποιου πλούσιου στην Αλεξάνδρεια κυριεύτηκε ξαφνικά από πονηρό πνεύμα και βασανιζόταν σκληρά. Ο πατέρας της ξόδεψε πολλά χρήματα για να την κάνει καλά. Ανώφελα όμως. Η κατάσταση της νέας όλο και χειροτέρευε. Κάποτε έμαθε πως ένας Ερημίτης, που ασκήτευε πάνω στο βουνό, είχε από τον Θεό το χάρισμα να διώχνη τα διαμόνια. Του είπαν όμως πως ήταν τόσο ταπεινός, που ποτέ δεν θα δεχόταν να κάνει μια τέτοια θεραπεία. Έπρεπε λοιπόν να βρη κάποια άλλη

πρόφασι ο άρχοντας για να τον φέρη στο σπίτι του.

Μια μέρα κατέβηκε στην πόλι ο Ερημίτης να πουλήση τα πανέρια του. Ο πατέρας της κόρης έστειλε ένα υπηρέτη ν' αγοράση μερικά και να τον προσκαλέση στο σπίτι για να πληρωθή. Ανύποπτος εκείνος πήγε. Μόλις όμως πάτησε μέσα το πόδι του, η δαιμονισμένη, που ήταν κρυμμένη πίσω από την πόρτα, ώρμησε πάνω του και του έδωσε ένα δυνατό μπάτσο στο πρόσωπο. Ο Άγιος Ερημίτης, χωρίς να χάση καθόλου την ηρεμία του, έστρεψε ταπεινά και το άλλο μέρος, εκτελώντας έτσι την εντολή του Κυρίου.

Τότε έγινε αυτό το ξαφνικό: Το δαιμόνιο άρχισε να σπαράζη άγρια και να βγάξη απελπιστικές κραυγές:

- Ω, βία! Φεύγω, δεν μπορώ να μείνω πια, με διώχνει η εντολή του Χριστού.

Με τα λόγια αυτά ελευθέρωσε το βασανισμένο πλάσμα. Ολόκληρη η οικογένεια, μαζί με την κόρη που βρήκε πια τα λογικά της, δόξασαν τον Θεό για το μεγάλο θαύμα που είδαν με τα μάτια τους και ζήτησαν τον Άγιο Γέροντα για να τον ευχαριστήσουν. Εκείνος όμως, αποφεύγοντας τον ανθρώπινο έπαινο, είχε κιόλας εξαφανισθή.

Όταν οι Πατέρες στην έρημο πληροφορήθηκαν τα γεγονότα, έλεγαν μεταξύ τους, πως τίποτε άλλο δεν καταβάλλει την υπερηφάνεια του διαβόλου, όσο η ταπεινοσύνη και η υποταγή στις θείες εντολές.

ΩΜΟΛΟΓΟΥΣΕ συχνά στους συνασκητές του ο Αββάς Καρίων, πως είχε κοπιάσει πολύ περισσότερο από το γυιό του Ζαχαρία στην άσκησι, μα δεν είχε κατορθώσει ακόμη να φτάση στα μέτρα εκείνου, που τον στόλιζαν δύο μεγάλες αρετές· η ταπεινοφροσύνη και η σιωπή.

Όταν ο Ζαχαρίας ήταν ακόμη πολύ νέος, σχεδόν παιδί, μιά νύχτα που προσηύχετο, έπεσε σε έκστασι και είδε θεία οπτασία. Την άλλη μέρα το φανέρωσε στον πατέρα του. Εκείνος όμως, σαν πρακτικός που ήταν, τον μάλωσε και τον αποπήρε, λέγοντας του πως όλα αυτά ήσαν πλάνη και φαντασία δαιμονική. Αλλ' ο νέος εξακολουθούσε να γίνεται πιο θερμός στην προσευχή και να δέχεται θείες αποκαλύψεις. Αφού όμως ο πατέρας του δεν ήθελε με κανένα τρόπο να τον ακούση, αποφάσισε να τα εμπιστευθή στον Αββά Ποιμένα.

Ο Όσιος τον άκουσε με προσοχή και βλέποντας τον να φλέγεται από θεϊκό έρωτα, κατάλαβε πως τον είχε επισκεφθή η Χάρις του Αγίου Πνεύματος, αλλά για μεγαλύτερη ασφάλεια τον έστειλε να συμβουλευθή πιο έμπειρο σ' αυτά Γέροντα.

Ο Ζαχαρίας έκανε όπως του είπε ο Αββάς Ποιμήν, προτού προλάβει όμως να εξομολογηθή, ο Γέροντας εκείνος του φανέρωσε τους λογισμούς του.

- Σε έχει επισκεφθή η θεία Χάρις, τέκνον μου, του είπε. Γύρισε όμως πίσω στον πατέρα σου και να υποτάσσεσαι ταπεινά σ' αυτόν για να παραμείνη στην καρδιά σου.

Ο νέος ακολούθησε πιστά την υπόδειξι του Αγίου και ωφελήθηκε.

ΚΑΠΟΤΕ ρώτησε ο Αββάς Μωϋσής το νεαρό Ζαχαρία:

- Τί να κάνω, παιδί μου, για να σωθώ;
- Εμένα τον ανίδεο ρωτάς, Αββά; του είπε εκείνος συνεσταλμένος.
- Πίστεψε με, Αδελφέ, είδα το Πνεύμα το Άγιον να σ' επισκιάζη κι αυτό μ' αναγκάζει να σε συμβουλευτώ, αποκρίθηκε ο Γέροντας.

Ο Ζαχαρίας τότε έβγαλε από το κεφάλι του τον καλογερίκο σκούφο του, τον πέταξε κατά γης κι άρχισε να τον ποδοπατά λέγοντας:

- Αν ο καλόγερος δεν ποδοπατηθή κατ' αυτόν τον τρόπο, Αββά, δεν βρίσκει σωτηρία.

Ο ΘΕΟΣ κάλεσε γρήγορα κοντά Του τον επίγειο εκείνο Άγγελο. Στις τελευταίες του στιγμές τον είχαν περικυκλώσει πολλοί από τους μεγάλους Πατέρες της σκήτης. Ανάμεσα τους ήταν ο Αββάς Ισίδωρος, ο Πρεσβύτερος, ο Όσιος Ποιμήν κι ο Μωϋσής ο Αιθίοψ, που είχε στενό πνευματικό σύνδεσμο με τον μακάριο Ζαχαρία.

Ο ετοιμοθάνατος είχε υψώσει τα μάτια στον Ουρανό. Ήταν φανερό πως έβλεπε μόνο τον άυλο κόσμο.

- Τί κυττάζεις τόσο επίμονα, τέκνον; τον ρωτούσε κάθε τόσο ο Αββάς Μωϋσής, που μόλις μπορούσε να συγκρατήσει τα δάκρυα για τη στέρηση του μικρού του φίλου.

Δεν είναι προτιμότερο να σωπαίνω, Αββά; ψιθύρισε εκείνος.

- Ναι, παιδί μου. Εσύ πάντα προτιμούσες την ταπεινή σιωπή.

Όταν πια ξεψύχησε το πρόσωπο του άστραψε, λες κι έβλεπες μορφή Αγγέλου. Τότε ο Αββάς Ισίδωρος, που στεκόταν αμίλητος παράμερα, σήκωσε τα δακρυσμένα μάτια του στον Ουρανό και ψιθύρισε:

- Ευφραίνου, τέκνον Ζαχαρία. Ανοίγονται τώρα για σένα οι πύλες της αιωνιότητας.

ΞΕΚΙΝΗΣΕ κάποτε να πάη να επισκεφθή τους ασκητάς της Νιτρίας ο Πατριάρχης

της Αλεξανδρείας Θεόφιλος. Στο δρόμο του συνάντησε ένα γέροντα Ασκητή.

- Τί κέρδισες, Αββά ζώντας σ' αυτή τη μοναξιά; ρώτησε ο Πατριάρχης.

- Γνώρισα καλά τον εαυτό μου, αποκρίθηκε ο Γέροντας, κι έμαθα να τον μέμφωμαι.

Μεγαλύτερο κέρδος απ' αυτό είναι αδύνατο ν' αποκτήση στη ζωή του ο άνθρωπος, παραδέχτηκε ο Πατριάρχης.

Σαν έφθασε στη σκήτη, βγήκαν οι Πατέρες να τον υποδεχτούν κι ο καθένας έβρισκε κάποιο καλό λόγο να του ειπή. Μόνο ο Όσιος Παμβώ στεκόταν παράμερα αμίλητος.

- Δεν θα πης κι εσύ τίποτε στον Πατριάρχη για να τον ωφελήσης; τον ρώτησαν οι Γέροντες.

- Αν δεν ωφεληθή από τη σιωπή μου, Αδελφοί, ούτε ο λόγος μου πρόκειται να τον ωφελήση, αποκρίθηκε ο σοφός Πατήρ.

ΑΡΧΗ σωτηρίας του ανθρώπου, γράφει ο Ευάγγριος, είναι η ακριβής γνώσις του εαυτού του.

ΚΑΘΗΣΕ κάποτε να φάγη με τους αδελφούς ο Αββάς Θεόδωρος της Φέρμης και πρόσεξε πως έπιναν νερό χωρίς να ειπούν προηγουμένως το «ευλόγησον», όπως ήταν παλιά συνήθεια στους Μοναχούς. Αναστέναξε τότε βαθεία ο Γέροντας και είπε:

- Έχασαν οι σημερινοί Καλόγεροι την ευγένεια τους.

ΡΩΤΗΣΕ κάποιος αδελφός τον ίδιο Αββά Θεόδωρο τί έπρεπε να κάνη για να τηρή πάντοτε τις θείες εντολές.

- Την ίδια ακριβώς επιθυμία είχε κι ο συνασκητής μου Αββάς Θεωνάς, αποκρίθηκε ο Γέροντας, και άκουσε τί έκανε: Πήγε στο φούρνο ένα πρωί να ψήση τα ψωμιά του. Μόλις τα έβγαλε ζεστά-ζεστά, έτυχε να περάσουν απο κει μερικοί ζητιάνοι. Χωρίς δισταγμό ο Αββάς Θεωνάς τους τα μοίρασε όλα. Γυρίζοντας στο κελλί του, βρήκε άλλους στο δρόμο κι επειδή δεν είχε άλλα ψωμιά, τους έδωσε τα καλάθια. Πιο πέρα συνάντησε κάποιον γυμνό και τον λυπήθηκε. Έβγαλε αμέσως τα ρούχα του και τον έντυσε. Φθάνοντας ο ίδιος γυμνός στο κελλί του, μεμφόταν πάλι τον εαυτό του κι έλεγε:

- Αλλοίμονο μου, ποτέ δεν τηρώ τις εντολές του Θεού.

ΚΑΠΟΙΟΣ άλλος αδελφός πήγε στενοχωρημένος στον Αββά Θεόδωρο:

- Βοήθησε με, Πάτερ, τον παρακάλεσε. Χάνεται η ψυχή μου.

Ο Γέροντας κούνησε λυπημένος το κεφάλι του:

- Εγώ ο ίδιος, παιδί μου, κινδυνεύω, του είπε, κι εσύ γυρεύεις από μένα ενίσχυσι;

Η ταπεινοσύνη του όμως ήταν αρκετή να ωφελήση τον αδελφό.

Η ΟΣΙΑ Θεοδώρα συνήθιζε να λέγη στις μαθήτριες της πολύ συχνά, πως ούτε η μεγάλη άσκησης, ούτε ο υπερβολικός κόπος, ούτε οποιαδήποτε άλλη κακοπάθεια μπορεί να σώση τον άνθρωπο, όσο η αληθινή ταπεινοφροσύνη της καρδιάς. Διηγείτο και το ακόλουθο ανέκδοτο:

Κάποιος Ερημίτης είχε χάρισμα από το Θεό να διώχνη τα πονηρά πνεύματα. Μια φορά ζήτησε να μάθη τί φοβούνται περισσότερο κι αναγκάζονται να φύγουν.

- Μήπως τη νηστεία; Ρώτησε ένα απ' αυτά.

- Εμείς, αποκρίθηκε εκείνο, ούτε τρώμε, ούτε πίνουμε ποτέ.

- Την αγρυπνία τότε;

- Εμείς δεν κοιμώμεθα καθόλου.

- Την φυγή του κόσμου;

Το δαιμόνιο γέλασε περιφρονητικά:

- Σπουδαίο πράγμα τάχα. Εμείς περνάμε τον περισσότερο καιρό μας τριγυρίζοντας στις ερημιές.

- Σ' εξορκίζω, να ομολογήσης τί είναι εκείνο που μπορεί να σας δαμάση, επέμενε ο Γέροντας.

Το πονηρό πνεύμα, αναγκασμένο από υπερκόσμια δύναμι, βιάστηκε να απαντήσει.

- Η ταπείνωση, που δεν μπορούμε ποτέ ν' αποκτήσωμε.

ΨΗΛΟΤΕΡΑ απ' όλες τις αρετές, συνήθιζε να λέγη ο Αββάς Ιωάννης ο Κολοβός, στέκονται ο φόβος του Θεού και η ταπεινοφροσύνη.

Κάποτε ρώτησε έναν από τους επισκέπτας του, ποιός νόμιζε πως πούλησε τον Ιωσήφ.

- Τ' αδέρφια του, αποκρίθηκε εκείνος.

- Όχι, είπε ο Γέροντας. Η μεγάλη ταπεινοφροσύνη. Δεν μπορούσε τάχα, τη στιγμή που τον πουλούσαν, να διαμαρτυρηθή και να φωνάξη πως είναι αδελφός τους; Σώπασε όμως κι άφησε να τον δώσουν στους εμπόρους. Αυτή του η ταπείνωσις τον έκανε άρχοντα στην Αίγυπτο.

Άλλοτε πάλι έλεγε:

- Τί ανόητοι που είμεθα εμείς οι άνθρωποι! Πετάμε μακριά το ελαφρότερο φορτίο, την παραδοχή του λάθους μας και το «συγχώρεσε με», και φορτωνόμαστε το πιο βαρύ, τη δικαιολογία.

Ο ίδιος ο Αββάς Ιωάννης ήταν τόσο ταπεινός, που οι Πατέρες της σκήτης συνήθιζαν να λένε γι' αυτόν:

Ο Κολοβός με την ταπεινοφροσύνη του έχει κρεμάσει τη σκήτη ολόκληρη στο μικρό του δακτυλάκι.

ΝΑ ΤΙ ΛΕΓΕΙ για το θέμα αυτό και ο Αββάς Ιωάννης ο Θηβαίος:

- «Πριν απ' όλες τις αρετές ο άνθρωπος του Θεού πρέπει ν' αποκτήση ταπεινοφροσύνη. Αυτήν υπέδειξε πρώτα απ' όλα ο Θεός Διδάσκαλος. «Μακάριοι οι πτωχοί τω πνεύματι - μας είπε – ότι αυτών εστίν η βασιλεία των ουρανών». Ποιούς ονομάζει πτωχούς τω πνεύματι; Τους ταπεινόφρονες βεβαίως».

ΟΣΟ ΠΙΟ πολύ πλησιάζει τον Θεόν ο άνθρωπος, τόσο πιο ελεεινό νοιώθη τον εαυτό του, έλεγε και ο Αββάς Ματόης. Ο Προφήτης Ησαίας, όταν αξιώθηκε να ιδή τον Κύριο της δόξης, ωνόμασε τον εαυτό του ταλαίπωρο και ακάθατο.

Άλλη φορά πάλι έλεγε στους αδελφούς:

Όταν ήμουν πιο νέος περνούσε πότε-πότε από το μυαλό μου η σκέψη πως έκανα κάτι το αξιόλογο. Τώρα που γέρασα, βλέπω πως δεν έχω κάνει τίποτε που ν' αξίζει.

Πώς κατώρθωσαν μερικοί από τους παλαιούς Πατέρας να ξεπεράσουν κι αυτή ακόμη τη θεία εντολή, Αββά.; ρώτησε κάποιος αδελφός. Ακούμε αίφνης πως

αγαπούσαν τους εχθρούς τους περισσότερο από τον εαυτό τους.

- Αλλοίμονο σε μένα τον δυστυχή! Είπε τότε αναστενάζοντας ο Αββάς Ματόης. Ούτε εκείνους που με αγαπούν δεν αγαπώ σαν τον εαυτό μου.

Πήγε κάποτε να ιδή τον Αββά Ματόη ο Αββάς Ιάκωβος και του είπε πως σκόπευε να επισκεφθή και να συνομιλήση με όλους τους Πατέρας σ' εκείνη την έρημο.

- Χαιρέτησε μου τον Αββά Ιωάννη, του παρήγγειλε ο Γέροντας.

Σαν έφθασε στον Αββά Ιωάννη, ο Αββάς Ιάκωβος, του έδωσε τους χαιρετισμούς του Αββά Ματόη.

- Ο Ματόης, είπε εκείνος ευχαριστημένος, είναι πραγματικά άδολος Ισραηλίτης.

Ύστερα από αρκετό καιρό ξαναπέρασε από τον Αββά Ματόη ο Αββάς Ιάκωβος και του είπε τα λόγια που είχε ειπεί γι' αυτόν ο Αββάς Ιωάννης.

- Δεν μου αξίζει τέτοιος έπαινος, αποκρίθηκε ταπεινά εκείνος. Αλλά μάθε τούτο αδελφέ: Όταν ο άνθρωπος τιμά τον πλησίον του πιο πολύ από τον εαυτό του, έχει φτάσει σε μεγάλα μέτρα αρετής.

Συμβουλευοντας κάποτε ένα αδελφό Αββάς Ματόης, του έλεγε:

- Δυό πράγματα ζήτησε από το Θεό, τέκνον μου, με θερμή προσευχή, να σου χαρίση το σωτήριο πένθος για να θυμάσαι διαρκώς τις αμαρτίες σου και να βάλη ταπεινώσι στην καρδιά σου, να νοιώθης τον εαυτό σου χειρότερο απ' όλους τους ανθρώπους και να μη κατακρίνης ποτέ άλλον.

Απόφευγε την καταραμένη παρρησία και περιώριζε όσο μπορείς τη γλώσσα σου. Μη φιλονικείς στις συζητήσεις. Αν ο συνομιλητής σου λέγη πράγματα σωστά, συμφώνησε μαζί του. Αν όχι, μην αντιλογήσης, πες του μόνο, «συ ξέρεις, αδελφέ». Αυτά όλα είναι γνωρίσματα της ταπεινοφροσύνης.

Ο ΣΚΥΛΛΟΣ ΜΟΥ, έλεγε κάποτε ο Αββάς Ισίδωρος, βρίσκεται σε πιο πλεονεκτική θέσι από μένα, γιατί και αγάπη έχει και απολογία για τις πράξεις του δεν έχει να δώσει.

ΚΑΠΟΙΟΣ αδελφός ζήτησε να μάθη τί είναι η αυτοεξουθένωσις.

- Το να θεωρής τον εαυτό σου, του εξήγησε ο Αββάς Αλώνιος, χειρότερο από τα άλλα ζώα, που έχουν το πλεονέκτημα να μη λογοδοτούν για τις πράξεις τους.

ΕΛΕΓΕ ο όσιος Ποιμήν για τον Αββά Ισίδωρο, τον πρεσβύτερο της σκήτης, πως περνούσε το περισσότερο μέρος της ημέρας του σκυμμένος πάνω στο εργόχειρό του. Οι αδελφοί τον παρακαλούσαν να μη βασανίζει τόσο το γερασμένο σώμα του.

- Αν με πιάσουν και με κάψουν ζωντανό, τους έλεγε εκείνος, και σκορπίσουν τη σκόνη μου στους τέσσερεις ανέμους, δε θα είναι σπουδαία θυσία μπροστά σ' εκείνη την απέραντη που έκανε για μένα ο υιός του Θεού.

Καμιά φορά τον πολεμούσε ο λογισμός του να καυχηθή για κάποια του αρετή. Τότε ο μακάριος Ισίδωρος έλεγε στον εαυτό του:

- Μήπως νομίζεις, πως έγινες κανένας Μέγας Αντώνιος ή καν ίδιος με τον Αββά Παμβώ ή με τους άλλους Πατέρας, που ευηρέστησαν στο Θεό;

Όταν πάλι ο διάβολος δοκίμαζε να τον ρίξη στην μικροψυχία και του ψιθύριζε στη διάνοια, πως παρ' όλους τους κόπους, δεν επρόκειτο να σωθή, αλλά θα καταδικαζότανε στην αιώνια κόλαση, εκείνος του αποκρινόταν με θυμό:

- Και στην κόλασι να πάω, κάτω από τα πόδια μου θα σ' έχω διάβολε.

ΟΤΑΝ μάθη ο άνθρωπος να μέμφεται τον εαυτό του, όπου κι αν βρεθή, έχει δύναμι να υπομένη, έλεγε συχνά ο όσιος Ποιμήν.

Και άλλοτε πάλι:

- Για να νοιώση καλά το γραφικό ρητό, «πάντα καθαρά τοις καθαροίς» πρέπει να αισθάνεται ο άνθρωπος τον εαυτό του χειρότερο από όλα τα κτίσματα.

- Πώς μπορώ να νοιώσω τον εαυτό μου χειρότερο από το φονιά; ρώτησε κάποιος αδελφός.

- Όταν ειπής στο λογισμό σου, εξήγησε ο Γέρων, πως αυτός έκανε μόνο αυτήν την αμαρτία, ενώ εγώ σκοτώνω κάθε μέρα συνανθρώπους μου με την προαίρεσι.

ΟΠΟΙΟΣ έχει μάθει να κατηγορή τον εαυτό του, λέγει και ο Αββάς Ανούβ, βρίσκει εύκολα δικαιολογίες για τα σφάλματα του άλλου.

ΩΜΟΛΟΓΟΥΣΑΝ οι Πατέρες την ταπεινότητα του Αββά Ποιμένος σ' όλη του τη συμπεριφορά. Όταν αίφνης συζητούσε με τους Γέροντας, ποτέ δεν υποστήριζε τη δική του γνώμη. Υποχωρούσε κι επαινούσε την γνώμη των άλλων. Τους αδελφούς, που πήγαιναν να τον συμβουλευτούν, τους έστελνε πρώτα στον μεγαλύτερο αδελφό του, τον Αββά Ανούβ. Εκείνος πάλι τους ξανάστειλε πίσω στον Αββά Ποιμένα, λέγοντας τους, πως σ' εκείνον έχει δώσει ο Θεός το χάρισμα να ξεκουράζει τις ψυχές.

Μπροστά στο μεγαλύτερο του αδελφό δεν άνοιγε ποτέ το στόμα του ο Αββάς Ποιμήν να μιλήσει σε άνθρωπο. Στεκόταν παράμερα με σκυμμένο το κεφάλι από συστολή και σεβασμό.

ΑΠΟ τούτο διακρίνεις το δυνατό χαρακτήρα του ανθρώπου, έλεγε ο Όσιος Αντώνιος, όταν παραδέχεται τα σφάλματα του και υπομένει ως την τελευταία του πνοή τους πειρασμούς που τον βρίσκουν.

Άλλοτε πάλι έλεγε με στεναγμό:

Όλες οι αρετές μπήκαν σε τούτη την καλύβα εκτός από μία· αλλά χωρίς αυτή πώς να προκόψω ο δυστυχής;

- Ποιά είναι αυτή, Αββά; ρωτούσαν οι αδελφοί.
- Η αυτομεμψία, αποκρινόταν ο Μέγας Πατήρ.

ΣΤΟΝ τόπο που θα καταδικασθή ο διάβολος, θα πάω κι εγώ, έλεγε ταπεινώνοντας τον εαυτόν του, ο Όσιος Ποιμήν.

Και άλλη φορά:

- Ο άνθρωπος έχει ανάγκη από ταπεινοφροσύνη και φόβο Θεού, όπως κι' από τον αέρα που αναπνέει.

Σε άλλη πάλι περίστασι:

- Τα πιο χρήσιμα εργαλεία της ψυχής είναι η ταπεινοφροσύνη, η αυτοεξουθένωσις και η περιφρόνησις του ιδίου θελήματος.

- ΔΕΝ έφτασες ακόμη στα μέτρα του διδασκάλου σου, Αββά; ερώτησε κάποτε ένας αδελφός τον Αββά Σισώη, τον μαθητή του Μεγάλου Αντωνίου.

- Αν είχα ένα μόνο λογισμό του Αντωνίου, τέκνον μου, θα ήμουν όλος φλόγα, αποκρίθηκε ταπεινά ο Όσιος.

ΕΤΡΩΓΑΝ κάποτε μαζί σε κοινό τραπέζι όλοι οι Γέροντες της σκήτης. Ο Αββάς Αλώνιος, σαν νεώτερος που ήταν, στεκόταν και τους υπηρετούσε. Οι Πατέρες είπαν γι' αυτόν λόγια επαινετικά. Εκείνος έσκυψε το κεφάλι ταπεινά, χωρίς ν' αποκριθή καθόλου.

- Γιατί δεν μίλησες, Αββά, όταν σ' εγκωμιάζαν οι Γέροντες; τον ρώτησε ύστερα κάποιος αδελφός, που έτυχε να βρίσκεται μπροστά.

- Αν μιλούσα, θα έδειχνα πως δέχτηκα τον έπαινο, αποκρίθηκε εκείνος, ενώ στην πραγματικότητα τον αποστρέφεται η ψυχή μου.

Η ΤΑΠΕΙΝΟΦΡΟΣΥΝΗ είναι η γη που πρόσταξε ο Θεός να γίνεται η θυσία, έλεγε ο Όσιος Ποιμήν.

ΕΝΑΣ αρχάριος Μοναχός ζήτησε από τον Αββά Ποιμένα να τον διδάξη πώς να ησυχάζη στο κελλί του.

- Εγώ, παιδί μου, του είπε ο Όσιος, στην ησυχία του κελλιού μου εξετάζω καλά τον εαυτό μου και βρίσκω πως είμαι άνθρωπος αμαρτωλός, βυθισμένος μέχρι το λαιμό στο βούρκο της ασωτίας και φορτωμένος δυσβάστακτο βάρος. Γι' αυτό δεν παύω να φωνάζω μ' όλη τη δύναμη της ψυχής μου στον Πανοικτίρμονα Θεόν: «Κύριε, ελέησε με». Ο Μοναχός, που έχει τον Θεό διαρκώς μπροστά στα μάτια του, και στο κελλί του ακόμη κάθεται με συστολή και ευλάβεια και δεν πέφτει ποτέ σε σοβαρό παράπτωμα.

- Αν έλθη στο κελλί μου κάποιος αδελφός, που η συναναστροφή του δεν με ωφελεί, τί πρέπει να κάνω; ζήτησε να μάθη ο Μοναχός.

Εξέτασε καλά τον εαυτό σου, τον συμβούλεψε ο Όσιος, να ιδής τί σκέψεις είχες προτού σ' επισκεφθή ο αδελφός, και είναι αδύνατο να μην ανακαλύψεις πως εσύ είσαι ο αίτιος που δεν οικοδομείται και ο άλλος. Αν κάνης αυτό πάντοτε μ' αληθινή ταπεινοφροσύνη, δεν θα κατηγορής τον πλησίον σου, αλλά τον εαυτό σου μόνον.

ΚΑΠΟΙΟΣ Μοναχός, είπε εμπιστευτικά στον Αββά Σισώη, πως είχε κατορθώσει τον

τελευταίο καιρό να έχη διαρκώς το νου του στο Θεό.

- Αυτό, παιδί μου, του αποκρίθηκε ο διακριτικός Γέροντας, ούτε μεγάλο κατόρθωμα, ούτε δικό σου είναι, αλλά της θείας Χάριτος. Μεγάλο πράγμα είναι να νοιώθης τον εαυτό σου χειρότερο απ' όλους τους ανθρώπους. Αυτό λέγεται ΤΑΠΕΙΝΟΦΡΟΣΥΝΗ.

ΠΕΡΑΣΤΙΚΟΣ από την καλύβα κάποιου αναχωρητή ο όσιος Σισώης, τον χαιρέτησε και τον ερώτησε πώς περνούσε.

- Να, τον καιρό σπαταλώ, αποκρίθηκε εκείνος.

- Μακάρι να μπορούσα κι εγώ να σπαταλώ τον καιρό μου, αδελφέ μου, χωρίς να προσθέτω αμαρτίες, είπε αναστενάζοντας ο ταπεινός Γέροντας.

ΞΕΚΙΝΗΣΑΝ κάποτε από πολύ μακριά τρεις Ερημίτες να βρουν τον Όσιο Σισώη και να συνομιλήσουν μαζί του. Καθένας είχε κάποια απορία να του λύση:

- Πώς θα ξεφύγω, Αββά, τον πύρινο ποταμό; ρώτησε ο πρώτος.

Ο Γέροντας τον άκουσε, αλλά δεν του έδωσε απόκριση.

- Πώς θα γλιτώσω τάχα από το βρυγμό των οδόντων και τον ακοίμητο σκώληκα; έκανε ο δεύτερος.

Ούτε σ' αυτόν απάντησε ο Αββάς Σισώης.

- Τί να κάνω, Αββά που η ενθύμησις του εξωτερικού σκότους δεν μ' αφήνει στιγμή ήσυχο; Είπε ο τρίτος.

- Εγώ αδελφοί μου, είπε τότε ο Όσιος τίποτε απ' όλα αυτά δεν συλλογίζομαι. Ελπίζω μόνο πως η ευσπλαχνία του Κυρίου μου, θα με σώση.

Στενοχωρημένοι οι Ερημίτες, που έμειναν άλυτες οι απορίες τους, σηκώθηκαν να φύγουν. Τότε ο άγιος Γέροντας τους είπε:

- Είστε πραγματικά ευτυχισμένοι αδελφοί, και ομολογουμένως σας ζηλεύω, γιατί με τις σκέψεις που κάνετε είναι αδύνατο να παρασυρθήτε στην αμαρτία. Αλλοίμονο από μένα το σκληρόκαρδο, που ούτε βάζω στο νου μου πως υπάρχει κόλασις για τους ανθρώπους και αμέριμνος αμαρτάνω κάθε στιγμή.

Θαυμάζοντας την ταπεινοσύνη του Οσίου οι Ερημίτες, του έβαλαν μετάνοια κι έλεγαν μεταξύ τους:

- Ότι ακούσαμε γι' αυτόν, τα είδαμε και στην πραγματικότητα.

Ο ΔΡΟΜΟΣ που οδηγεί στην αληθινή ταπείνωσι, έλεγε ο ίδιος ο Όσιος, είναι η εγκράτεια, η προσευχή και η αυταπάρνησι.

Άλλοτε πάλι έλεγε: Η Αγία Γραφή μας λέγει για τα είδωλα πως «στόμα έχουν και ου λαλήσουσιν, οφθαλμούς έχουν και ου βλέπουσιν, ώτα έχουν και ουκ ακούουσι». Ω, να μπορούσε να γίνη έτσι κι ο Μοναχός! Και εκτός τούτων τα είδωλα εθεωρούντο βδέλυγμα. Ας νοιώθη κι ο Μοναχός βδέλυγμα τον εαυτό του, για να βρη σωτηρία.

Ο ΑΒΒΑΣ Κρόνιος θεωρεί τον φόβο του Θεού μέσον που οδηγεί την ψυχή στην πραγματική ταπεινοσύνη.

ΚΑΠΟΙΟΣ Άγιος Γέροντας είδε κάποτε με τα μάτια του τον διάβολο και τον ρώτησε θαρρετά:

- Γιατί με πολεμάς με τόση επιμονή;

- Επειδή μου αντιστέκεσαι διαρκώς με την ταπείνωσί σου, αποκρίθηκε ο διάβολος κι έγινε άφαντος.

ΚΑΘΩΣ γύριζε μια μέρα στο κελί του ο Όσιος Μακάριος, φορτωμένος φοινικόφυλλα για το εργόχειρό του, τον σταμάτησε ο διάβολος, έτοιμος να του επιτεθή, αλλά δεν μπορούσε. Μια ακατανίκητη δύναμι τον εμπόδιζε.

- Πολύ μ' έχεις βασανίσει, Μακάριε, του φώναξε άγρια. Τόσα χρόνια σε πολεμώ και δεν μπορώ να σε ρίξω. Και τί περισσότερο από μένα κατορθώνεις εσύ; Νηστεύεις τάχα; Αμ' εγώ ποτέ δεν τρώγω. Αγρυπνείς; Εγώ ούτε καν έχω ανάγκη από ύπνο. Ένα μόνο φοβερό έχεις που με τρομάζει.

- Ποιό είναι αυτό; ρώτησε με πολύ ενδιαφέρον ο Όσιος.

- Η ταπεινοφροσύνη, ωμολόγησε θέλοντας και μη ο διάβολος κι εξαφανίστηκε.

ΓΙΑΤΙ πολεμά με τόση μανία τους Μοναχούς ο διάβολος; ρώτησαν οι Αδελφοί ένα πνευματικό Γέροντα. Πώς έχει τόση τόλμη;

- Αν ήξεραν οι Μοναχοί να προβάλουν αμέσως τα αμυντικά τους όπλα, την ταπείνωσι, την ακτημοσύνη και την υπομονή, δε θα τολμούσε ποτέ ο διάβολος να τους πλησιάση, αποκρίθηκε ο Γέροντας.

ΜΗ ΣΥΝΗΘΙΖΗΣ να ταπεινολογής, συμβουλεύει άλλος Γέρων, αλλά να ταπεινοφρονής. Χωρίς ταπεινοσύνη δε μπορείς να προοδεύσης στα πνευματικά και να τηρής το θείο θέλημα.

Ο ΤΑΠΕΙΝΟΦΡΩΝ, λέγει άλλος Πατήρ, ούτε ο ίδιος ποτέ οργίζεται, ούτε τον πλησίον του παροργίζει.

ΔΥΟ ΑΔΕΛΦΙΑ πήγαν μαζί στην έρημο κι' ασκήτευαν στην ίδια καλύβη. Ο διάβολος φθονώντας την αγάπη τους, βάλθηκε να τους χωρίση.

Ένα βράδυ ο νεώτερος πήγε ν' ανάψη το λυχνάρι, έσπρωξε άθελά του το λυχνοστάτη, τον αναποδογύρισε και χύθηκε το λάδι. Ο μεγαλύτερος θύμωσε και του έδωσε ένα μπάτσο. Τότε ο πιο μικρός, χωρίς να ταραχτή, έσκυψε, του έβαλε μετάνοια και είπε ταπεινά:

- Συγχώρησε την απροσεξία μου, Αδελφέ. Τώρα αμέσως θα ετοιμάσω άλλο.

Την ίδια νύχτα ένας ειδωλολάτρης ιερέυς, που έτυχε να βρίσκεται μέσα στο ειδώλειο, άκουσε τα δαιμόνια να κάνουν δικαστήριο μεταξύ τους. Ένα απ' αυτά ωμολόγησε ντροπιασμένο στον αρχηγό του:

- Πηγαίνω και κάνω άνω κάτω τους Μοναχούς. Μα τί φταίω, όταν κάποιος απ' αυτούς γυρίζει και βάζει στον άλλο μετάνοια και μου καταστρέφει όλη τη δουλειά.

Ακούγοντας αυτά ο ειδωλολάτρης, έγινε ευθύς χριστιανός κι αποτραβήχτηκε στην έρημο. Σ' όλη του τη ζωή κράτησε στην καρδιά του την ταπείνωσι και στο στόμα του είχε διαρκώς πρόχειρο το «συγχώρησόν με».

ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΙ από τη Θηβαίδα έφεραν αλυσοδεμένο κάποιο δαιμονισμένο σ' ένα Γέροντα Ερημίτη να τον κάνει καλά. Ο Όσιος εξώρκισε το πονηρό πνεύμα να φύγει από το πλάσμα του Θεού.

- Δε βγαίνω, φώναξε εκείνο, αν δε μου ειπής πρώτα ποιοί είναι τα ερίφια και ποιοί τα αρνία, που λέει ο Χριστός.
- Εγώ είμαι από τα ερίφια, αποκρίθηκε ο Γέροντας. Όσο για τα αρνία Του, Εκείνος τα γνωρίζει.
- Η ταπείνωσί σου με διώχνει, φώναξε φοβισμένο το δαιμόνιο, και βγήκε από τον δυστυχισμένο, που είχε τόσο βασανίσει.

ΜΙΛΩΝΤΑΣ για ταπεινοφροσύνη κάποιος σοφός Γέροντας, έλεγε τ' ακόλουθα αξιοπρόσεχτα:

- Όταν βάλεις μετάνοια στον αδελφό σου και ζητήσης ταπεινά συγχώρησι, διώχνεις παρευθύς κάθε ενέργεια του πονηρού εναντίον σου. Ο μυλωνάς δένει τα μάτια του ζώου που γυρίζει το μύλο για να μη στρέψη και του φάγη το μισθό του. Ας κάνωμε κι εμείς το ίδιο. Δένοντας τα μάτια μας με την ταπεινοφροσύνη, δε θα βλέπωμε τα λίγα καλά μας έργα για να υπερηφανευώμαστε και να χάνωμε το μισθό μας.

Ο Θεός παραχωρεί να μας προσβάλουν καμιά φορά ακάθαρτοι λογισμοί, για να μη υψηλοφρονούμε, αλλά γι' αυτούς και μόνο να κατακρίνωμε τον εαυτό μας. Κάτι τέτοιοι λογισμοί γίνονται σκεπάσματα του μικρού καλού που έχομε τυχόν κάνει. Εκείνος που κατηγορεί διαρκώς τον εαυτό του δεν χάνει το μισθό του.

ΚΑΠΟΙΟΣ αδελφός ρωτούσε έναν από τους μεγάλους Γέροντας, τί είναι ταπεινοφροσύνη.

- Ταπεινοφροσύνη, τέκνον μου, είναι να νοιώθης πάντοτε τον εαυτό σου αμαρτωλό και χειρότερο από όλους τους ανθρώπους, εξήγησε ο Γέροντας. Είναι μεγάλο κατόρθωμα αυτό και δύσκολο. Μπορείς όμως να το αποκτήσης, βάζοντας τον εαυτό σου σε ακατάπαυστο κόπο.
- Μα πως είναι δυνατόν αν βλέπης διαρκώς τον εαυτό σου χειρότερο απ' όλους; απόρησε ο αδελφός.
- Μάθε να βλέπης τα προτερήματα των άλλων και τα δικά σου σφάλματα και ζήτη κάθε μέρα γι' αυτά συγχώρησι από τον Θεό, και θα το κατορθώσης, συμβούλεψε ο Όσιος.

ΕΝΑΣ νέος Μοναχός είχε φθάσει σε τόση ταπείνωσι, που στην προσευχή του έλεγε αυτά μόνο τα λόγια στον Θεό:

- Κύριε μου, ρίξε στην κεφαλή μου κεραυνό να μ' εξαφανίση από το πρόσωπο της γης, γιατί όσο ζω σε παρακούω.

ΚΑΠΟΙΟΣ ευέξαπτος άνθρωπος, τυφλωμένος κάποτε από το πάθος του θυμού, τραυμάτισε ένα χριστιανό χωρίς λόγο. Ο τραυματισμένος, πνιγμένος σχεδόν στο αίμα του, έβαλε μετάνοια και φιλώντας το χέρι του φονιά του, του είπε ταπεινά:

- Έσφαλα, αδελφέ, συγχώρησε με.

ΕΝΑΣ πολύ ταπεινός σε κάποιο Κοινόβιο, ακολουθώντας πιστά την προτροπή του αποστόλου «αλλήλων τα βάρη βαστάζετε», όταν έσφαλλε κανένας από τους Μοναχούς, έπαιρνε αυτός την ευθύνη, κατηγορούσε τον εαυτό του και δεχόταν ευχαρίστως τις τιμωρίες που του επέβαλλαν.

Μερικοί Καλόγεροι όμως που δεν έβλεπαν την αρετή του αδελφού, αλλά κάποια αδεξιότητα που είχε στο εργόχειρο – ήταν λίγο αργός, τον κατηγορούσαν συχνά και έλεγαν μεταξύ τους:

- Κύτταξε κει πόσα σφάλματα κάνει διαρκώς και για τίποτε δεν είναι ικανός.

Ο Ηγούμενος όμως, που ήξερε καλά πόσο ενάρετος ήταν ο αδελφός, έλεγε σ' εκείνους που τον κατηγορούσαν:

- Προτιμώ ένα δικό του ψαθί, πλεγμένο με ταπεινοσύνη, από όσα φτιάχνετε εσείς με υπερηφάνεια.

Μια μέρα, που έπιασε πάλι ο Ηγούμενος τους καλογήρους να κατακρίνουν τον αδελφό για την αδεξιότητα του, πήρε από τα χέρια τους τα καλάθια που έπλεκαν και τα πέταξε στη φωτιά, που ήταν αναμμένη στη μέση της αυλής. Πέταξε μαζί και το καλάθι του ταπεινού αδελφού. Όλων των άλλων έγιναν σε λίγο στάχτη, το δικό του βγήκε ακέραιο από τη φωτιά.

Βλέποντας αυτό το θαύμα οι φιλοκατήγοροι καλόγεροι, έβαλαν μετάνοια στον αδελφό και του ζήτησαν συγγνώμη. Από τότε τον τιμούσαν σαν πνευματικό Πατέρα.

ΕΝΑΣ νέος ευσεβής πήγε να επισκεφθή κάποιον Γέροντα Ερημίτη.

- Πώς περνάς, Αββά; τον ρώτησε.

- Πολύ άσχημα, παιδί μου.

- Γιατί, Αββά;

- Έχω σαράντα χρόνια εδώ, αποκρίθηκε ο Γέροντας στενάζοντας βαθεία, που δεν κάνω τίποτε άλλο από το να καταριέμαι κάθε μέρα τον ίδιο μου τον εαυτό, αφού στην προσευχή, που κάνω, λέω στον Θεό: «επικατάρατοι οι εκκλίνοντες από των εντολών σου».

Ακούοντας τον Ερημίτη να μιλάη έτσι για τον εαυτό του, θαύμασε την ταπεινοσύνη του ο νέος κι αποφάσισε να τον μιμηθή.

ΚΑΠΟΙΟΣ Γέροντας, με μεγάλη πείρα στα πνευματικά, συμβουλεύει έτσι τους Αναχωρητάς:

- Αν πήγες να μείνης σ' όλη σου τη ζωή στα βάθη της ερήμου, μην αφήσης ποτέ το λογισμό σου να σε ξεγελάση πως έκανες κάτι σπουδαίο. Πείσε μάλλον τον εαυτό σου πως είσαι ένα αγρίμι, διωγμένο από την πόλι και δεμένο στην ερημιά, για να μη δαγκώνη τους ανθρώπους.

ΚΑΙ ΑΛΛΟΣ ΠΑΤΗΡ κάνει αυτή την υπόδειξι στους Ερημίτας:

- Αν κατοικής στην έρημο μόνος και δης φανερά την προστασία του Θεού επάνω σου, μην υψηλοφρονήσης και την χάσης. Πες στον εαυτό σου πως για την ανυπομονησία και την αδυναμία σου σ' ελεεί ο Θεός, δια να μη γογγύσης και χάσης την ψυχή σου.

ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΤΩ περιστατικό διηγήθηκε ένας από τους γέροντας στους νεωτέρους αδελφούς:

Δύο φίλοι συμφώνησαν ν' ασκητέψουν. Πήγαν στην έρημο κι έφτιαξαν μια καλύβα, αλλά δεν κύτταξαν να βρουν Πνευματικό για να τους καθοδηγή. Έτσι παρανόησαν το σχετικό με τον πνευματικό ευνουχισμό ρητό του Ευαγγελίου και αυτοευνουχίσθησαν για να πάνε ευκολότερα στη Βασιλεία των Ουρανών. Όταν το

έμαθε ο Πατριάρχης Αλεξανδρείας, όχι μόνο τους επετίμησε αυστηρότητα, αλλά και από τη θεία Κοινωνία τους εχώρισε. Εκείνοι όμως, εξακολουθώντας να νομίζουν την πράξι τους θεάρεστη, δε δέχτηκαν το επιτίμιο. Αγανακτισμένοι, πήγαν στον Πατριάρχη Ιεροσολύμων να βρουν το δίκαιο τους. Σαν τ' άκουσε εκείνος, τους μάλωσε πιο πολύ και τους είπε πως δεν ήσαν άξιοι να κοινωνήσουν. Από τα Ιεροσόλυμα πήγαν στη Ρώμη για να διαμαρτυρηθούν στον Πάπα, αλλά τα ίδια άκουσαν κι εκεί.

Τέλος στην απελπισία τους σκέφτηκαν τον Επίσκοπο της Κύπρου τον Άγιο Επιφάνιο.

- Οι Αρχιεπίσκοποι, έλεγαν μεταξύ τους οι τιμωρημένοι, έχουν συμφέρον να υποστηρίξη ο ένας τον άλλον. Ο Κύπρου όμως είναι άγιος άνθρωπος και φωτισμένος από τον Θεό. Αυτός δεν χαρίζεται σε κανένα και θα μας δικαιώση.

Μόλις όμως βγήκαν στην Κύπρο, προτού ακόμα φθάσουν από το λιμάνι στην Επισκοπή, αποκαλύφθηκε στον Άγιο ο ερχομός τους. Έστειλε τότε άνθρωπο να τους πη να μη τολμήσουν να παρουσιασθούν μπροστά του, αλλά να φύγουν αμέσως από τη νήσο.

Για πρώτη φορά τότε εκείνοι οι δυστυχισμένοι κατάλαβαν την πλάνη τους κι είπαν μεταξύ τους:

- Πρέπει να έχωμε σφάλλει και να είμαστε πολύ ένοχοι. Γιατί, αν οι άλλοι Αρχιερείς μας αδικούν, πώς είναι δυνατόν να μας αδική κι αυτός εδώ ο άνθρωπος του Θεού, χωρίς ακόμη να φανούμε μπροστά του;

Σαν ταπεινώθηκε η καρδιά τους κι είδαν το λάθος τους, ο Θεός πληροφόρησε τον Άγιο Επιφάνιο κι έστειλε πάλι απεσταλμένο να τους φέρη κοντά του. Τους συμβούλεψε, τους εξωμολόγησε, τους παρηγόρησε και τους έλυσε τον κανόνα. Ύστερα τους έστειλε πίσω στην Αίγυπτο μαζί με συστατικό γράμμα για τον Πατριάρχη, στον οποίο έγραψε μεταξύ άλλων κι αυτά τα συγκινητικά λόγια: «Δέξου, τίμιε Πάτερ, τα τέκνα σου εν μετανοία και ταπεινώσει».

- Όταν ταπεινωθή ο άνθρωπος κι αναγνωρίση το σφάλμα του, κατέληξε ο Γέροντας που διηγήθηκε την ιστορία, η Χάρις του Θεού πληροφορεί και τους άλλους να γίνωνται επεικειίς.

ΑΝ ΑΚΟΥΓΟΝΤΑΣ την υψηλή πολιτεία των Αγίων, κινηθής από θείο ζήλο και επιθυμής να τη μιμηθής, βάλε αρχή και ζήτη από τον Θεό να σ' ενισχύση, συμβουλεύει κάποιος Πατήρ. Αν τελειώσης το έργο που άρχισες, χρεώστα ευγνωμοσύνη σ' Εκείνον που σου εχάρισε τη δύναμι. Αν πάλι δεν τα καταφέρης να τελειώσης, αναγνώρισε την αδυναμία σου και ταπεινώσου. Θεώρησε τον εαυτό σου ανίκανο, φτωχό, σε αρετή κι ανυπόμονο. Κατάκρινε τον, που άρχισε κάτι καλό και δεν κατώρθωσε να το τελειώση. Έτσι ταπεινωμένος, τουλάχιστον, υπάρχει ελπίδα

να σωθής.

ΣΕ ΚΑΠΟΙΑ επίσκεψη του στα βουνά της Νιτρίας, που ζούσαν χιλιάδες Ερημίται, οι Προεστώτες παρακάλεσαν τον Όσιο Μακάριο τον Αιγύπτιο να ειπή λίγα ωφέλιμα λόγια στους Αδελφούς.

- Εγώ δεν έχω γίνει ακόμα Μοναχός, τους είπε ο περίφημος Ασκητής, μα ο Θεός με αξίωσε να ιδώ και να συνομιλήσω με πραγματικούς Μοναχούς.

Οι αδελφοί τότε κάθισαν γύρω του κι εκείνος άρχισε να τους διηγείται τις αναμνήσεις του:

-Πάνε πολλά χρόνια τώρα ου, ενώ ήμουν κλεισμένος στο κελλί μου, άρχισε να με βιάζει ο λογισμός να προχωρήσω πολύ βαθειά στην έρημο, να ιδώ τί υπάρχει εκεί. Πέντε ολόκληρα χρόνια αντιστεκόμουν, πιστεύοντας πως ήθελε έτσι ο διάβολος να με ρίξη σε καμιά παγίδα. Όταν αποείδα πως επέμειναν οι λογισμοί, αποφάσισα να ξεκινήσω. Βάδιζα πολλές μέρες, ούτε λογάριασα πόσες, σε μέρη άγνωστα, σ' άγρια ερημιά και μόννο αγρίμια και παράξενα πουλιά συναντούσα στο δρόμο μου.

Έφτασα κάποτε σε μια μεγάλη λίμνη, που είχε στη μέση μια μικρή νησίδα....

ΠΕΡΑΣΕ κάποτε από το λογισμό του Μεγάλου Αντωνίου σε τίνος τάχα αγίου μέτρα να είχε φτάσει. Ο Θεός όμως, που ήθελε να του ταπεινώση το λογισμό, του φανέρωσε μια νύχτα στ' όνειρο του πως καλύτερος του ήταν ο μπαλωματής, που είχε ένα μικρομάγαζο σ' ένα παράμερο δρόμο της Αλεξανδρείας.

Μόλις ξημέρωσε, ο Όσιος πήρε το ραβδάκι του και ξεκίνησε για την πόλι. Ήθελε να γνωρίση από κοντά τον περίφημο μπαλωματή και να ιδή τις αρετές του. Με πολλή δυσκολία ανακάλυψε το μαγαζάκι του, μπήκε μέσα, κάθισε πλάϊ του στον πάγκο κι άρχισε να τον ρωτά για τη ζωή του.

Ο απλοϊκός άνθρωπος, που δε του πήγαινε ο νους ποιός μπορούσε να ήταν εκείνος ο γερο-καλόγερος που ήλθε τόσο ξαφνικά να τον εξετάση, χωρίς να πάρη τα μάτια του από το παπούτσι που μπάλωνε, του αποκρίθηκε αργά-αργά με ηρεμία:

- Δεν ξέρω, Αββά μου, να έχω κάνει ποτέ κανένα καλό. Κάθε πρωϊ σηκώνομαι, κάνω την προσευχή μου κι αρχίζω τη δουλειά μου. Λέω όμως πρώτα στο λογισμό μου, πως όλοι οι άνθρωποι σ' αυτή την πόλι, από τον πιο μικρό ως τον πιο μεγάλο, θα

σωθούν και μόνο εγώ θα καταδικαστώ για τις πολλές μου αμαρτίες. Κι όταν το βράδυ πάω να πλαγιάσω, πάλι το ίδιο συλλογίζομαι.

Ο Όσιος σηκώθηκε με θαυμασμό, τον αγκάλιασε, τον φίλησε και του είπε με συγκίνηση:

- Συ, αδελφέ μου, σαν καλός έμπορος, κέρδισες τον πολύτιμο μαργαρίτη άκοπα. Εγώ γέρασα στην έρημο, ίδρωσα και κόπιασα, μα δεν έφτασα την ταπεινοσύνη σου.

ΤΟ ΑΝΘΟΣ είναι απαρχή της καρποφορίας, γράφει ο Όσιος Εφραίμ, κι η υποταγή, αρχή της ταπεινώσεως. Ο ταπεινόφρων είναι κατά κανόνα ευπειθής υποτακτικός, σέβεται μικρούς και μεγάλους κι έχει επιείκεια και καλωσύνη.

ΕΝΑΣ ευλαβής Μοναχός, όταν κάποιος του ζητούσε μια εξυπηρέτησι, για να είναι πρόθυμος να την δώσει, έλεγε στον εαυτό του:

- Ο Κύριος σου σε διατάζει· κάνε αμέσως αυτό που ζητεί.

Αν ερχόταν σε λίγο άλλος, να τον επιφορτίσει με πιο δύσκολη δουλεία, ψιθύριζε:

- Είναι ο αδελφός του Κυρίου σου· πρέπει να τον ακούσης.

Καμμιά φορά συνέβαινε να τον προστάζει κι ο μικρότερος του. Τότε γινόταν πιο πρόθυμος.

- Υπάκουσε γρήγορα στον γιό του Κυρίου σου, ταπεινέ, έλεγε στον εαυτό του.

Έτσι εξυπηρετούσε όλους με πολλή ταπείνωσι κι έφτασε σε μεγάλα μέτρα αρετής.

ΟΠΟΙΟΣ απέκτησε ταπεινοφροσύνη, γράφει ο Αββάς Ησαΐας, ο Αναχωρητής, δεν έχει γλώσσα για να ελέγχει τον πλησίον του ούτε μάτια για να κυττάζει τα ελαττώματα του ούτε αυτιά για ν' ακούση όσα δεν ωφελούν την ψυχή του. Ο ταπεινόφρων δνε έχει με κανένα διαφορές, προσέχει τον εαυτό του και κλαίει τις αμαρτίες του. Είναι ειρηνικός και τηρεί με ακρίβεια όλες τις θείες εντολές.

Αλλού πάλι συμβουλεύει:

Συνήθισε τη γλώσσα σου, αδελφέ, να λέγη εύκολα «συγχώρησον» και γρήγορα θα γεννηθή στην καρδιά σου ταπεινοσύνη. Αγάπησε αυτή την αρετή και είναι ικανή να

σε προφυλάξη από πολλές αμαρτίες.

Γράφει ακόμη και τούτο το χαρακτηριστικό:

Αν κατορθώσεις να τρως μόνο μια φορά την εβδομάδα, Μοναχέ, και να βασανίζης το σώμα σου με υπερβολικές ασκήσεις, χωρίς ταπείνωση, πάνε χαμένοι όλοι σου οι κόποι.

ΝΑ ΤΙ ΓΡΑΦΕΙ γι' αυτή την αρετή και ο άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής:

Ταπεινοφροσύνη είναι αδιάκοπη προσευχή με πόνο και δάκρυα. Αυτή γυρεύει πάντοτε ενίσχυσι από τον Θεό και δεν αφήνει τον άνθρωπο να θαρρέψη απερίσκεπτα στη δική του δύναμι και σοφία, ούτε να εξυψώνη τον εαυτό του και να τον θεωρή καλλίτερο από τους άλλους, γιατί όλα αυτά είναι αρρώστιες της ψυχής, που αιτία τους έχουν την καταραμένη υπερηφάνεια.

Ο ΟΣΙΟΣ ΕΦΡΑΙΜ ο Σύρος, ο περίφημος διδάσκαλος του ασκητισμού, αποφάσισε κάποτε ν' αφήσει για λίγο την πολυπόθητη ησυχία του στην έρημο και να κατέβη στην πόλι. Είχε επιθυμία να προσκυνήση τα άγια λείψανα, που βρίσκονταν τότε στην Έδεσσα, αλλά και να συναντηθή με εκκλησιαστικούς άνδρες, για να συζητήση μαζί τους δογματικές αλήθειες. Ζούσε σε μια εποχή, που η ορθή πίστι χτυπιόταν απ' όλες τις μεριές από φοβερές αιρέσεις.

- Κύριε, προσευχήθηκε προτού ξεκινήσει, στείλε μου μπροστά μου, καθώς θα περνώ την πύλη της πόλεως, έναν άνθρωπο που να με διδάξη.

Μα τη στιγμή που έμπαινε στην πολυάνθρωπη Έδεσσα, ο πρώτος άνθρωπος που βρέθηκε στο δρόμο του, ήταν μια κοινή γυναίκα, που στάθηκε και τον κύτταζε αδιάντροπα. Ο Όσιος παραπονέθηκε στον Κύριο, που παραχώρησε να βρη το αντίθετο απ' ότι είχε ζητήσει. Ύστερα γύρισε αυστηρό το βλέμμα του στη γυναίκα και της είπε απότομα, για να της προκαλέση κάποια συστολή:

- Απορώ πώς δεν κοκκινίζεις από ντροπή που τολμάς να με κυττάζης με τόση επιμονή.

- Εγώ του αποκρίθηκε εκείνη μ' ετοιμότητα, κάνω αυτό που μου ταιριάζει. Από την πλευρα σου πλάστηκα, εσένα πρέπει να κυττάζω. Του λόγου σου όμως, που πλάστηκες από το χώμα, καλά θα κάνης να έχης διαρκώς το βλέμμα σου ριγμένο σ' αυτό.

Παίρνοντας τόσο σωστή απάντησι ο μέγας Όσιος, ευχαρίστησε μ' ευγνωμοσύνη τον Θεό. Πιο ωφέλιμη διδασκαλία απ' αυτή δεν του χρειαζόταν πλέον.

Ο ΟΣΙΟΣ Παχώμιος είχε συνήθεια μία ή και περισσότερες φορές την εβδομάδα να συγκεντρώνη τους Μοναχούς του Κοινοβίου του και να τους διδάσκη το λόγο του Θεού. Κάποτε, αντί να διδάξη ο ίδιος, πρόσταξε τον Θεόδωρο, νέο ακόμη στην ηλικία κι αρχάριο στη μοναχική ζωή, να μιλήση στους αδελφούς. Ήθελε μ' αυτό να δοκιμάση την υπακοή του. Ο καλός υποτακτικός, χωρίς αντιρρήσεις και ταπεινολογίες, έκανε ευθύς τη προσταγή του Ηγουμένου του. Σηκώθηκε κι άρχισε να διδάσκη το θείο λόγο. Αυτό όμως δεν καλοφάνηκε στους γεροντότερους. Θύμωσαν κι επιδεικτικά άφησαν τη συγκέντρωσι κι έφυγαν για τα κελλιά τους. Σαν τέλειωσε η διδασκαλία, έστειλε ο Όσιος και τους κάλεσε να παρουσιαστούν μπροστά του.

- Γιατί φύγατε από τη σύναξι; τους ρώτησε αυστηρά.

- Τί ήθελες να κάνωμε Αββά, αποκρίθηκαν με αγανάκτησι εκείνοι, αφού έβαλες ένα παιδί να διδάξη τους γέρους;

Ο Όσιος Παχώμιος αναστέναξε βαθιά και δάκρυα ανέβηκαν στα μάτια του.

- Καλά λένε πως η υπερηφάνεια είναι ρίζα όλων των κακών και γκρεμίζει όλα τα καλά, που χτίζει ο ταλαίπωρος άνθρωπος με τόσους κόπους. Φεύγοντας από τη σύναξι δεν καταφρονήσατε, άθλιοι, τον Θεόδωρο, αλλά το Πνεύμα το Άγιον, που ωμιλούσε δι' αυτού. Δεν είδατε εμένα, τον πνευματικό σας Πατέρα και διδάσκαλο, με πόση προσοχή παρακολουθούσα; Και σας βεβαιώνω πως πιο ωφέλιμη διδασκαλία δεν είχα ακούσει έως σήμερα.

Λέγοντας αυτά, τους έδωσε αυστηρό επιτίμιο για να συντρίψη τον εγωισμό τους.

ΠΡΟΣΚΑΛΕΣΕ κάποτε επισήμως στην κωνσταντινούπολι τον Όσιο Αντώνιο ο αυτοκράτωρ Μέγας Κωνσταντίνος. Ο Όσιος έπεσε σε μεγάλη συλλογή. Δεν ήξερε τί ν' αποφασίση ν' αρνηθή στον αυτοκράτορα ή να θυσιάση την αγαπημένη του ερημία. Τελικά σκέφτηκε να ρωτήση το μαθητή του, τον Παύλον τον Απλούν.

- Τί λες, παππούλη – έτσι τον έλεγε συνήθως, γιατί έγινε στα γεράματα του Μοναχός- πρέπει να πάω στην Κωνσταντινούπολι;

- Αν πας, του αποκρίθηκε εκείνος με την απλότητα που τον χαρακτήριζε, θα είσαι Αντώνιος, αν όμως αρνηθής να πας, θα είσαι Μέγας Αντώνιος.

Κι ο Μέγας Πατήρ, ακολουθώντας ταπεινά την υπόδειξι του υποτακτικού του, αρνήθηκε να πάη.

Ο ΑΒΒΑΣ ΟΛΥΜΠΙΟΣ φιλοξένησε μια ημέρα στο κελλί του έναν ειδωλολάτρη ιερέα, που είχε παραπλανηθή στην έρημο. Ο ξένος θαύμασε τη σκληρή ζωή του ερημίτου και του είπε:

- Ύστερα από τόσες θυσίες που κάνετε για την αγάπη του Θεού σας, σεις οι Μοναχοί, φαντάχομαι πόσες αποκαλύψεις και τί μυστήρια θα σας δείχνη κάθε μέρας.

- Όχι, αποκρίθηκε ο Αββάς, τέτοιο πράγμα δεν συμβαίνει.

- Ω, έκανε έκπληκτος ο ειδωλολάτρης, τότε θ' αφήνετε πονηρούς λογισμούς στην καρδιά σας, που σας χωρίζουν από τον Θεό, γι' αυτό δε σας φανερώνει μυστήρια.

Αργότερα φανέρωσε στους Γέροντας ο Αββάς Ολύμπιος τα λόγια του ξένου του κι εκείνοι παραδέχτηκαν πως είχε δίκιο.

ΟΤΑΝ ήμουν νεώτερος, διηγείτο στους αδελφούς ο Αββάς Μακάριος, έπεσα κάποτε σε ακηδία. Βγήκα λοιπόν από την καλύβα μου και περιπλανώμουν άσκοπα στην έρημο, για να διασκεδάσω τη θλίψη μου. Επιθυμούσα να βρω κάποιον άνθρωπο να μου ειπή δυό λόγια ωφέλιμα. Ξαφνικά είδα μπροστά μου ένα μικρό τσοπανόπουλο, που έβροσκε πιο κάτω τις αγελάδες του. Μου ήλθε τότε στο λογισμό να το ρωτήσω:

- Τί να κάνω, παιδί μου, που πεινώ;

- Και δε τρως; Μου αποκρίθηκε, σηκώνοντας μ' αδιαφορία τους ώμους του.

- Έφαγα, γυιέ μου, μα ξαναπείνασα.

- Φάγε πάλι, μου είπε.

- Έφαγα και ξανάφαγα ο δόλιος, μα πάλι πεινώ.

- Μα βόϊδι είσαι, Αββά, που θες διαρκώς να μασουλίζης, μου είπε, ξεσπώντας σ' ένα περιπαιχτικό γέλιο.

- Καλά σου λέει το παιδί, είπα στο λογισμό μου, και γύρισα διδαγμένος στο κελλί μου.

ΕΝΑΣ σοφός Γέροντας, στον οποίον πήγαιναν πολλοί για συμβουλές, συνήθιζε να λέγη:

- Πόσο καλλίτερα θα ήταν για μένα να διδάσκωμαι παρά να κάνω το δάσκαλο στους άλλους.

- ΠΟΙΟ είναι το έργο του Μοναχού; Ρώτησε μια μέρα το νεαρό υποτακτικό του, ο Όσιος Μακάριος.

- Συ ρωτάς εμένα, Αββά, είπε ντροπαλά ο νέος;

- Γιατί όχι, αποκρίθηκε ο Όσιος. Μυαλό έχεις να σκεφτής.

- Νομίζω πως ο Μοναχός δεν έχει άλλο έργο ανώτερο από το να βιάζει διαρκώς τον εαυτό του να κάνει το καλό, είπε τότε ο υποτακτικός.

Ο Γέροντας συμφώνησε πως ήταν πολύ ορθή η απάντησι του.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ταπείνωσις, Αββά; ρώτησαν κάποιον Γέροντα οι αδελφοί της σκήτης.

- Ταπείνωσις, παιδιά μου, αποκρίθηκε εκείνος, είναι να σου φταιίξη ο άλλος και συ να τον συγχωρέσης παρευθύς, χωρίς να περιμένης να σου ζητήση συγνώμη.

Πιο σύντομο δρόμο για τον Ουρανό από την ταπεινοσύνη δε μπορείς να βρης, έλεγε άλλος Πατήρ.

ΔΥΟ Επίσκοποι σε γειτονικές επαρχίες, ο ένας πλούσιος και ισχυρός, ο άλλος φτωχός και ταπεινός, παρεξηγήθηκαν κάποτε γι' ασήμαντη αφορμή. Από τότε ζητούσε ο πλούσιος ευκαιρία να εκδικηθή το φτωχό. Εκείνος όμως δε φοβήθηκε κι έλεγε συχνά στους κληρικούς του:

- Κάνετε υπομονή, Αδελφοί, εμείς θα νικήσωμε στο τέλος.

Σ' ένα μεγάλο πανηγύρι, που ο πλούσιος Επίσκοπος με πομπή ατέλειωτη λιτάνευε την εικόνα του Αγίουπου γιόρταζε, ο γείτονας του πήρε όλους τους κληρικούς του και πήγε στην επαρχία του.

- Θα κάνετε ότι κάνω εγώ, τους είχε ειπή, και σήμερα, με τη δύναμι του Θεού, θα τον νικήσωμε.

- Τί έχει στο νου του τάχα να κάνη; Έλεγαν με απορία εκείνοι μεταξύ τους.

Σαν έφτασαν στη γειτονική πόλι, η πομπή βρισκόταν στον πιο κεντρικό δρόμο. Τότε ο ταπεινός Επίσκοπος, με όλο του τον κλήρο, έπεσε στα πόδια του αντιπάλου του

και είπε δυνατά για ν' ακουστή απ' όλους:

- Συγχώρεσε μας, δέσποτα, δούλοι σου είμαστε όλοι.

Ο ισχυρός Επίσκοπος εκάμφθηκε και, διώχνοντας τη σκληρότητα από την καρδιά του, αγκάλιασε τον αδελφό του και του είπε ταπεινά:

- Συ είσαι Πατέρας και δεσπότης μου.

Από την ημέρα εκείνη απέκτησαν μεγάλη φιλία μεταξύ τους.

Δεν σας έλεγα, τέκνα μου, πως θα τον νικήσωμε; Έλεγε ο φτωχός Επίσκοπος στους κληρικούς του. Η ταπεινοσύνη είναι αληθινή δύναμι στη ζωή.

ΕΝΑΣ ΝΕΟΣ ευσεβής πήγε να συμβουλευθή τον Όσιο Μακάριο, πώς ν' αποκτήση ταπεινοφροσύνη.

Ν' αποφεύγης τον ανθρώπινο έπαινο, του είπε ο Γέροντας, και ν' αγαπάς την καταφρόνια.

- Δύσκολο πράγμα, έκανε ο νέος, πολύ δύσκολο.

- Άκουσε, παλληκάρι μου, του είπε τότε ο σοφός Γέροντας, εδώ πιο κάτω είναι το κοιμητήρι. Πετάξου μια στιγμή έως εκεί, και, μ' όσες πέτρες βρης, πετροβόλησε τα μνήματα. Πες κι όσες βρισιές θέλεις στους νεκρούς.

Ο νέος έκανε όπως του είπε ο Αββάς κι όταν γύρισε πίσω στην καλύβα, τον ρώτησε εκείνος τί του αποκρίθηκαν οι πεθαμένοι.

- Τίποτε, είπε ο νέος.

- Κάνε τον κόπο άλλη μια φορά να πας να τους επαινέσης.

- Ξαναπήγε το παλληκάρι κι άρχισε με τα πιο κολακευτικά λόγια να εγκωμιάζη τους νεκρούς.

- Τί σου είπαν τώρα, τον ρώτησε ο Γέροντας, σαν γύρισε.

- Τίποτε.

- Κάνε κι εσύ το ίδιο για ν' αποκτήσης ταπεινοσύνη, τον συμβούλεψε ο Όσιος. Γίνου νεκρός τόσο για την τιμή, όσο και για την καταφρόνια των ανθρώπων.

ΑΛΛΟΙΜΟΝΟ στον άνθρωπο, που η φήμη του ξεπερνά τις πράξεις του, έλεγε

κάποιος Γέροντας.

Και άλλοτε πάλι:

- Μην αποφεύγεις, αδελφέ, την καταφρόνια.

ΚΑΘΩΣ προσήχεται μια Κυριακή στην Εκκλησία της σκήτης ο Όσιος Ιωάννης ο Κολοβός, έβγαλε βαθύ αναστεναγμό. Όταν όμως αντελήφθηκε πως τον άκουσε ο αδελφός, που στεκόταν πίσω του, γύρισε και του έβαλε ταπεινά μετάνοια.

- Συγχώρεσε με, αδελφέ, του είπε, είμαι ακόμη ακατήχητος.

ΕΛΕΓΕ στους αδελφούς ο Αββάς Ιωσήφ του Πηλουσίου, πως τον καιρό που ασκήτευε στο όρος Σινά, πήγε να μείνει εκεί κάποιος ξένος Μοναχός πολύ όμορφος στην όψη. Στην εκκλησία όμως την Κυριακή τον έβλεπαν όλοι μ' ένα παλιό κουρελιασμένο μανδύα κι απορούσαν.

Ο Αββάς Ιωσήφ πήρε θάρρος μια μέρα και τον ρώτησε:

- Γιατί, αδελφέ, έρχεσαι στη Λειτουργία μ' αυτό το σκισμένο ρούχο; Αυτό είναι ασέβεια. Δε βλέπεις πόσο ευτρεπισμένοι είναι οι άλλοι αδελφοί;

- Συγχώρεσε με, Αββά, του αποκρίθηκε ταπεινά ο αδελφός, βάζοντας μετάνοια έως κάτω, δεν έχω δεύτερο ένδυμα.

Ο Αββάς Ιωσήφ τον πήρε αμέσως στο κελλί του και του χάρισε ένα δικό του μανδύα και μερικά άλλα ενδύματα. Την Κυριακή θαύμασαν όλοι που τον είδαν να μπαίνει με τα καινούργια ρούχα στην Εκκλησία. Έμοιαζε σαν Άγγελος.

Χρειάστηκε κάποτε να στείλουν οι Πατέρες του Σινά στον Αυτοκράτορα μια αντιπροσωπεία από μερικούς αδελφούς για να πετύχουν κάποια χάρη. Μεταξύ των άλλων ώρισαν να πάει κι ο παραπάνω αδελφός.

Σαν τ' άκουσε εκείνος, έπεσε στα πόδια των Γερόντων και τους παρακάλεσε να στείλουν άλλον στη θέση του.

- Είμαι δούλος κάποιου άρχοντα στην Κωνσταντινούπολη, δικαιολογείτο, κι έφυγα κρυφα για να έλθω. Αν τώρα με γνωρίσει, θα με κρατήσει να του δουλεύω με τη βία.

Έτσι δεν πήγε με τους άλλους. Οι αδελφοί όμως, που έφτασαν στη Βασιλεύουσα, έμαθαν πως ήταν ο ίδιος ο άρχοντας με μεγάλη θέση στα βασιλικά παλάτια και για την αγάπη του Χριστού είχε ταπεινώσει τόσο τον εαυτό του.

ΚΑΠΟΙΟΣ νέος, που ετοιμαζόταν ν' ακολουθήση τη μοναχική ζωή, πήγε να συμβουλευτή τον **Αββά Φώτιο**, πώς έπρεπε να συμπεριφέρεται στην **Αδελφότητα**. Ο σοφός **Γέροντας**, εκτός απ' τ' άλλα, του είπε κι αυτά τα ωφέλιμα:

- Απόφευγε, όσο μπορείς, παιδί μου, να δημιουργήθης θόρυβο γύρω από το όνομα σου. Μη πής ποτέ: Εγώ δεν πηγαίνω στις συνάξεις ή δεν τρώγω στην κοινή τράπεζα των αδελφών την Κυριακή στην αγάπη. Προσπάθησε να μη ξεχωρίζεις από τους άλλους σε τίποτε και κύττα να μιμήσαι τους πιο ευλαβείς. Έτσι θ' αποφεύγης τον ανθρωπίνο έπαινο και θ' αποκτήσης ταπεινοσύνη.

ΠΗΓΑΝ κάποτε στην καλύβα του μεγάλου **Αρσενίου**, για να συνομιλήσουν μαζί του, ο **Πατριάρχης Θεόφιλος** κι ο **Έπαρχος της Αλεξανδρείας**. Τον παρακάλεσαν λοιπόν να τους ειπή κανένα ωφέλιμο λόγο.

- Αν σας πω, δίνετε υπόσχεσι πως θα τον τηρήσετε; Τους είπε ο **Μέγας Ησυχαστής**.

- Ναι, έχιες το λόγο μας, του αποκρίθηκαν εκείνοι.

- Αι, τότε ακούστε καλά, όπου μάθετε πως βρίσκεται ο αμαρτωλός **Αρσένιος**, φεύγετε μακριά και μην επιχειρείτε να κουβεντιάζετε μαζί του.

Οι επίσημοι επισκέπται, όχι μόνον δεν **δυσανεστηθήκανε**, αλλά **έδειξαν τον θαυμασμό τους** για τη μεγάλη ταπείνωση του **Γέροντος**.

ΑΛΛΟΤΕ πάλι μήνυσε στον παραπάνω **Όσιο** ο **πατριάρχης** πως θα πήγαινε στο **κελλί** του να τον επισκεφθή και τον παρακαλούσε να τον δεχθή.

- Αν δεχτώ την αγιοσύνη σου, του παρήγγειλε ο **Όσιος**, θα πρέπει ν' αρχίσω να δέχωμαι κι όλους τους άλλους που θα έρχωνται εδώ. Έτσι θ' αναγκαστώ ν' αφήσω τον τόπο τούτο, που δε θα είναι πια έρημος, και να βρω άλλον απόκρυφο.

Όταν πήρε την απάντηση αυτή ο **Θεόφιλος**, δεν επεχείρησε πια να ενοχλήση τον **Όσιο**.

ΑΚΟΥΟΝΤΑΣ ο ευσεβής **Έπαρχος της Αλεξανδρείας** την καλή φήμη του **Αββά Μωϋσέως του Αιθίοπος**, ανέβηκε κάποτε στη σκήτη να τον γνωρίση απο κοντά. Σαν

το έμαθε όμως εκείνος, έφυγε κρυφά από την καλύβα του και πήγε κατά το έλος. Στο δρόμο συνάντησε τον άρχοντα και την ακολουθία του, που έτυχε να περνάνε από κει. Οι ξένοι, που δεν τον γνώριζαν, τον σταμάτησαν και τον ερώτησαν να τους δείξει την καλύβα του Αββά Μωϋσέως.

- Τί γυρεύετε απ' αυτόν; έκανε μ' αποστροφή ο Γέροντας. Αυτός είναι άνθρωπος μωρός.

Ο άρχοντας λυπήθηκε που είχε κάνει άδικα τόσο κόπο. Όταν έφτασε στην εκκλησία της σκήτης, είπε στους κληρικούς:

- Κάτω στην πόλι λένε τόσα καλά για τον Αββά Μωϋσή, γι' αυτό ξεκίνησα να τον συναντήσω. Μα πριν από λίγο συναντήθηκα μ' ένα Καλόγερο κι έμαθα από λόγου του πως πρόκειται για ανόητο άνθρωπο.

- Τί άνθρωπος ήταν αυτός; Ρώτησαν αγανακτισμένοι οι κληρικοί, που τόλμησε να μιλήσει έτσι για τον Άγιο.

- Ένας μελαμψός Καλόγερος, πολύ ψηλός, με τριμμένα ρούχα.

Οι κληρικοί γέλασαν με την καρδιά τους.

- Αμ αυτός είναι ο Αββάς Μωϋσής.

Ο άρχοντας θαύμασε την ταπεινοσύνη του Γέροντος και γύρισε στην πόλι ωφελημένος.

ΚΑΠΟΙΟΣ άλλος άρχοντας πήγε στην έρημο να ιδή τον Αββά Σίμωνα. Σαν το έμαθε εκείνος, κατέβηκε στην πλαγιά του λόφου και έψαχνε για φοινικόφυλλα, για να μη τον βρούνε. Μα ο άρχοντας έτυχε να περνά από κει.

- Πού είναι η καλύβα του αναχωρητή, Αββά; ρώτησε τον Γέροντα, χωρίς να υποπτεύεται πως ήταν ο ίδιος.

- Δεν υπάρχει εδώ Αναχωρητής, έχεις κάνει λάθος, γυιέ μου, αποκρίθηκε ο Όσιος, χωρίς να σηκώσει το κεφάλι από τη δουλειά του.

Άλλοτε πάλι πήγε ο ίδιος ο Έπαρχος να ιδή τον Αββά Σίμωνα.

- Ετοιμάσου να υποδεχθής τον άρχοντα, του είπαν οι αδελφοί.

- Τώρα αμέσως, αποκρίθηκε εκείνος.

Πήρε από την καλύβα του ένα κομμάτι ψωμί και λίγο τυρί στο χέρι, κάθησε στο κατώφλι της πόρτας κι άρχισε να τρώγει λαίμαργα. Εκείνη τη στιγμή πρόβαλε κι ο άρχοντας και, βλέποντας τον Γέροντα να τρώει έτσι, τον καταφρόνησε.

- Αυτός είναι ο Αναχωρητής, που έχει τόση φήμη; Είπε στο συνοδό του και γύρισε

πίσω, χωρίς να του ειπή λέξι.

Αυτό ήθελε κι ο Όσιος.

ΤΡΙΑ ολόκληρα χρόνια, λέγουν οι Πατέρες, προσήχθετο ο Όσιος Παμβώ και έλεγε:

- Κύριε, μη με δοξάσης εδώ στη γη.

Και τόσο τον εδόξασε ο Θεός για την ταπείνωσι του, που το πρόσωπο του έλαμπε σαν τον ήλιο και πολλές φορές δεν μπορούσαν να τον βλέπουν οι συνασκηταί του.

Το ίδιο χάρισμα, να λάμπουν οι μορφές τους, είχαν ο Όσιος Σισώης και ο Αββάς Σιλουανός.

ΔΙΗΓΕΙΤΟ ο Αββάς Ιωάννης ο Κολοβός για κάποιο Γέροντα Πνευματικό, που είχε μεγάλη φήμη στην πόλι, πως πήγε και κλείστηκε σε μια σπηλιά πολύ βαθειά στην έρημο για ν' αποφύγη τη δόξα των ανθρώπων. Κάποτε τον ειδοποίησαν πως ένας ετοιμοθάνατος φίλος του τον γύρευε να εξομολογηθή.

- Ας αφήσω να νυχτώση, συλλογίστηκε ο Γέροντας, για να μη με ιδούν οι άνθρωποι και με τιμήσουν.

Σαν βράδυασε και βγήκε από τη σπηλιά του, δυό Άγγελοι παραστάθηκαν δεξιά κι αριστερά του με λαμπάδες αναμμένες και τον συνώδευαν σ' όλη του την οδοιπορία. Οι κάτοικοι της πόλεως, που είδαν το παράξενο εκείνο φως – τους Αγγέλους δεν τους έβλεπαν – βγήκαν από τα σπίτια τους και υποδέχτηκαν τον Όσιο με ζωηρές εκδηλώσεις.

Όσο εκείνος από ταπεινοφροσύνη απόφευγε τη δόξα, τόσο τον τιμούσε ο Θεός.

ΤΟΝ καιρό που έμενε στη σκήτη ο Όσιος Μακάριος, τόσο πολύ ταπείωνε τον εαυτό του, που θα έλεγε κανείς πως ήταν ο τελευταίος από όλους τους Μοναχούς.

- Γιατί το κάνεις αυτό; τον ρωτούσαν οι γεροντότεροι.

- Δώδεκα χρόνια κοπίασα για να μου δώση ο Κύριος μου αυτό το χάρισμα, αποκρινόταν εκείνος, και τώρα θέλετε να το παραμερίσω.

ΜΑΘΕ να εξευτελίζεις τον εαυτό σου και σ' όποιο τόπο κι αν κατοικήσης, θα βρης ανάπαυσι, λέγει ο Όσιος Ποιμήν.

Ο ΑΒΒΑΣ ΠΕΤΡΟΣ κι ο Αββάς Επίμαχος ήσαν συνασκηταί στη Ραϊθώ. Κάποτε, σε μια μεγάλη γιορτή, κάθησαν όλοι οι Μοναχοί να φάγουν σε κοινό τραπέζι στο Κυριακό της σκήτης. Τότε οι Γέροντες κάλεσαν τους δύο Αββάδες στη δική τους τράπεζα. Ύστερα από μεγάλη βία, κάθησε μόνο ο Αββάς Πέτρος.

- Πώς τόλμησες να φας στο τραπέζι των Γερόντων; Τον ρώτησε, σαν έφευγαν για την καλύβα τους, ο Αββάς Επίμαχος.

- Να σου ειπώ, αδελφέ, εξήγησε εκείνος. Αν καθόμουν στο τραπέζι των αδελφών, θα μ' έβλεπαν σαν Γέροντα εκείνοι και θα με τιμούσαν. Ανάμεσα στους Πατέρας όμως, ένοιωθα πως είμαι ευτελέστερος από όλους κι έμεινα ταπεινωμένος.

ΤΗ ΣΤΙΓΜΗ που του περνούσε το φελόνι, την ημέρα που τον χειροτονούσε Πρεσβύτερο, είπε φιλικά στον Αββά Μωϋσή, τον Αιθίοπα, ο Πατριάρχης Αλεξανδρείας:

- Αϊ Μωϋσή, τώρα έγινες κατάλευκος σαν περιστέρι.

- Από το εξωτερικό κρίνει ο δεσπότης μου ή από το εσωτερικό; Είπε εκείνος ταπεινά.

Θέλοντας ύστερα να τον δοκιμάση ο Πατριάρχης, αν έχη πραγματική ταπεινοσύνη, είπε κρυφά στους κληρικούς να τον διώχνουν από το σκευοφυλάκιο. Έτσι μόλις παρουσιάστηκε μέσα, μετά τη Λειτουργία, του φώναξαν όλοι μαζί αποδοκιμαστικά:

- Τί θέλεις εδώ, Αράπη, πήγαινε έξω.

Ένας απ' αυτούς, που κρυφά τον ακολούθησε για να ιδή αν του κακοφάνηκε, τον άκουσε να μονολογή:

- Καλά σου κάνανε, μελανέ. Αφού δεν είσαι άνθρωπος, τί γυρεύεις με τους ανθρώπους;

ΑΛΛΟΙΜΟΝΟ σ' εκείνον που τον τιμούν πιο πολύ από την αξία του, λέγει κάποιος Πατήρ. Η ψυχική ζημιά που παθαίνει είναι ανεπανόρθωτη. Ευτυχισμένος εκείνος που καταφρονείται από τους ανθρώπους, γιατί τον περιμένει δόξα στον Ουρανό.

ΕΝΑΣ αρχάριος αδελφός ζήτησε μια συμβουλή από κάποιο Γέροντα, για να την κρατήσει σ' όλη του τη ζωή.

- Μάθε να δέχεσαι ευχαρίστως τις προσβολές και τις περιφρονήσεις των ανθρώπων. Αυτό είναι ταπεινοσύνη και ξεπερνά όλες τις άλλες αρετές, του αποκρίθηκε ο Γέρων.

ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ταπεινός στ' αλήθεια εκείνος που εξευτελίζει τον εαυτό του μόνος του, λέγει άλλος Πατήρ. Αυτό δεν είναι τόσο δύσκολο. Ταπεινοσύνη είναι να δέχεσαι μ' ευχαρίστησι να σε εξευτελίζουν άλλοι.

Ο ίδιος πάλι συμβουλεύει:

Αν σ' επαινέσουν, μη δεχθής τον έπαινο. Θυμίσου παρευθύς πόσες αμαρτίες έχεις, που αν τις γνώριζαν οι άνθρωποι, όπως τις γνωρίζει ο Θεός, δε θα σ' εγκωμιάζαν καθόλου. Παρακάλεσε τον Κύριο, με την καρδιά σου, να σε σκεπάση, για να μη ζημιωθής από τον έπαινο.

ΚΑΘΟΤΑΝ μια Κυριακή στο κατώφλι της Εκκλησίας ο Αββάς Ιωάννης ο Κολοβός ύστερα από τη θεία Λειτουργία. Οι αρχάριοι Μοναχοί της σκήτης τον περικυκλώσανε και του έκαναν διάφορες ερωτήσεις γύρω από την ασκητική ζωή.

Ένας όμως από τους γεροντότερους Μοναχούς φαίνεται πως φθόνησε και είπε πικρόχολα στον Όσιο:

- Το σκεύος σου, Ιωάννη, είναι γεμάτο δηλητήριο.

- Δίκαιο έχεις, αδελφέ, του αποκρίθηκε ταπεινά ο Όσιος, και κρίνεις μόνο από τα έξω. Τί θα έλεγες άραγε, αν μπορούσες να ιδής και τα πιο μέσα;

ΕΓΙΝΕ σύναξι στη σκήτη και πήγε τελευταίος ο Αββάς Μωϋσής. Οι Πατέρες, για να τον δοκιμάσουν, είπαν τάχα μεταξύ τους, αλλά δυνατά για ν' ακουστή:

- Τί γυρεύει ανάμεσα μας τούτος ο Αράπης;

Ο Μωϋσής δέχτηκε σιωπηλά την προσβολή. Έμεινε όμως στη θέση του ήρεμος.

- Δεν τaráχτηκες καθόλου Μωϋσή; Τον ρώτησαν ύστερα οι Γέροντες.

- Ταράχτηκα, είπe εκείνος ταπεινά, αλλά αγωνίστηκα να μη μιλήσω.

ΟΠΟΙΟΣ πειρασμός κι αν βρη τον ταπεινόφρονα, λέγει ο Αββάς Ποιμήν, νικά γιατί σωπαίνει.

ΛΕΝΕ για κάποιo Γέροντα, πως έδειχνε εξαιρετική αγάπη σ' εκείνους που τον καταφρονούσαν και με κάθε τρόπο τον ατίμαζαν.

Αυτοί είναι φίλοι μας, συνήθιζε να λέγη· γιατί μας οδηγούνε στην ταπείνωσι. Εκείνοι που μας τιμούν και μας εγκωμιάζουν ζημιώνουν την ψυχή μας. Το λέει και η Γραφή: «οι μακαρίζοντες υμάς, πλανώσιν υμάς».

ΕΦΕΡΑΝ κάποτε ξερά σύκα στη σκήτη κι ο Πρεσβύτερος τα μοίρασε στους αδελφούς. Επειδή όμως δεν ήσαν τόσο καλά, δεν έστειλε στον Όσιο Αρσένιο, για να μην τον προσβάλη. Εκείνος όμως, σαν το έμαθε, παραπονέθηκε:

- Γιατί με χώρισες από τους αδελφούς μου και δε μου έστειλες ευλογία; Είπe την Κυριακή στον Πρεσβύτερο. Ίσως να σε πληροφορήσε ο Θεός πως δεν ήμουν άξιος να πάρω.

Ο Πρεσβύτερος, θαυμάζοντας την ταπεινοσύνη του Αγίου, του ζήτησε συγνώμη κι από τότε του έστειλε κι από τα πιο τιποτένια πράγματα, που τύχαινε να φέρνουν οι επισκέπται στη σκήτη.

ΣΕ ΚΑΠΟΙΑ σύναξι των Γερόντων, για μια σοβαρή υποθεσι, ύστερα από πολλούς ομιλητάς πήρε το λόγο κι ο Αββάς Ευάγριος, που ήταν νεοφερμένος στη σκήτη. Κακοφάνηκε όμως στον Πρεσβύτερο και του είπe με αποτομία:

- Το ξέρομε δα πως άν έμενες στον τόπο σου, Αββά, θα ήσουν τώρα Επίσκοπος, επικεφαλής πολλών ανθρώπων. Εδώ όμως καλά θα κάνης να φέρνεσαι σαν ξένος.

Ο Αββάς Ευάγριος δεν τaráχτηκε καθόλου, ύστερα από τέτοια προσβολή. Έσκυψε

ταπεινά το κεφάλι του και αποκρίθηκε:

- Έχεις δίκιο, Πάτερ, έτσι πρέπει να συμπεριφέρωμαι. Συγχώρεσε μου την απερισκεψία. Άλλη φορά θα είμαι πιο προσεκτικός.

ΤΗΝ ΑΚΟΛΟΥΘΗ ιστορία μας τη διηγείται ο Παλλάδιος.

Στη γυναικεία μονή της Ταβέννης, που μόναζαν την εποχή εκείνη περισσότερες από τετρακόσιες καλόγρηες, έλαμψε με την αρετή της και η παρθένος Ισιδώρα. Αυτή η μακαρία, για την αγάπη του Χριστού υποκρινόταν την σαλή, εξευτελίζοντας κάθε μέρα τον εαυτό της. Φορούσε κουρέλια κι έκανε τις πιο ταπεινωτικές δουλειές του Μοναστηριού, εξυπηρετώντας σαν αγορασμένη δούλη, όλες τις αδελφές, χωρίς εξαίρεσι. Εκείνες πάλι, σαν να γύρευαν μ' αυτό να την ανταμείψουν, την περιφρόνησαν τόσο, που κι από την τράπεζα κι από την Εκκλησία ακόμη την έδιωχναν. Έτσι η Ισιδώρα έτρωγε τ' αποφάγια που περίσσευαν στα πιάτα, ζαρωμένη στο τζάκι του μαγειριού κι άκουγε την ακολουθία της χειμώνα-καλοκαίρι στα σκαλοπάτια της Εκκλησίας. Ήταν αδύνατο να περάση ημέρα χωρίς να τη βρίσουν, να την κτυπήσουν, ή το λιγώτερο να την περιπαίξουν οι άλλες καλόγρηες. Κι αυτή τα δεχόταν όλα αυτά, σαν δροσάτη ανθοδέσμη με την οποία έπλεκε το αμάραντο στεφάνι της δόξης της. Ποτέ δεν αντιλόγησε, δε φιλονίκησε, δεν έδειξε σημάδι ανυπομονησίας.

Και να πως ο Θεός έκανε φανερή σ' όλους την αρετή της:

Στο απέναντι βουνό ασκήτευε ένας Άγιος Ερημίτης, ο Αββάς Πιτηρούν. Περνούσε με μεγάλη στέρησι και παίδευε πολύ το σώμα του. Θα ήταν αυτό ίσως αφορμή που του ήλθε κάποτε λογισμός: Άραγε είναι άλλος σ' αυτό τον τόπο που να σε φτάνη στην αρετή;

Την νύχτα είδε στον ύπνο του Άγγελο Κυρίου.

- Σήκω και πήγαινε στο γυναικείο Μοναστήρι, τον πρόσταξε. Εκεί θα βρης μια παρθένο με διάδημα στο κεφάλι. Αυτή είναι ασύγκριτα ανώτερη σου.

Ο Αββάς Πιτηρούν δεν έχασε καιρό. Μόλις ξημέρωσε, πήρε το ραβδάκι του και τράβηξε για το γυναικείο Μοναστήρι. Οι καλόγρηες του έκαναν μεγάλη υποδοχή, γιατί είχε φήμη Αγίου σ' όλον εκείνο τον τόπο. Ο Αββάς πήγε στην Εκκλησία και ζήτησε από την Προεστώσα να του παρουσιάση όλες τις αδελφές, να τις γνωρίση προσωπικά. Του έγινε αμέσως η επιθυμία. Μία-μία περνούσαν μπροστά απ' τον Αββά όλες οι καλόγρηες, έβαζαν μετάνοια και στέκονταν στα στασίδια τους. Εκείνος παρατηρούσε προσεκτικά, μα δεν έμεινε ευχαριστημένος. Δεν είδε ανάμεσα τους εκείνη, που του είπε ο Άγγελος, και λυπήθηκε.

Σαν πέρασε κι η τελευταία, ρώτησε ο Αββάς, αν υπήρχε άλλη.

- Όχι, του αποκρίθηκαν, εδώ είμαστε όλες.

- Αδύνατον, είπε ζωηρά ο Αββάς. Πρέπει να υπάρχει ακόμα μία. Εκείνη, χάριν της

οποίας έκανα όλη αυτή την οδοιπορία.

- Έχομε ακόμη μία καλόγρηα στο Μοναστήρι, αναγκάστηκε να φανερώση η προεστώσα μπροστά στην επιμονή του Γέροντος, αλλά είναι σαλή, γι' αυτό δεν την λογαριάζομε με την Αδελφότητα.

Ας έλθη κι αυτή, είπε ο Αββάς.

Με πολλή βία ωδήγησαν την ταπεινή Ισιδώρα μπροστά στον Όσιο, ξυπόλυτη, κουρελιασμένη, κατάμαυρη από τους καπνούς του μαγειριού. Μόλις την αντίκρουσε εκείνος, έμεινε σαν μαρμαρωμένος από την έκπληξι. Το παλιομάντηλο που σκέπαζε την κεφαλή της και που οι αδελφές της το αηδίαζαν, έλαμψε στα μάτια του σαν ολόχρυση κορώνα. Ύστερα έπεσε στα γόνατα και της είπε, με φωνή που έτρεμε από συγκίνηση:

- Ευλόγησε με, Οσία.

Αλλά η ταπεινή Ισιδώρα έσκυψε και του φίλησε τα πόδια.

- Εσύ ευλόγησε με, Άγιε Πάτερ.

Παραξενεμένες οι καλόγρηες απ' όσα έβλεπαν μπροστά τους, είπαν στον Αββά.

- Μην εξευτελίζης έτσι τον εαυτό σου. Αυτή είναι σαλή.

Εκείνος όμως τις κατακεραύνωσε με το αυστηρό του βλέμμα:

- Σεις όλες είσθε σαλές και ανόητες. Αυτή εδώ είναι πολύ ανώτερη κι από σας κι από μένα. Της αξίζει να λέγεται Αμμάς. Είθε να μας αξιώση ο Θεός να βρεθούμε στο πλευρό της στη Δευτέρα Παρουσία.

Κατόπιν διηγήθηκε τί του είχε αποκαλύψει ο Θεός για την μακαρία Ισιδώρα.

Σαν τ' άκουσαν οι καλόγρηες, έπεσαν στα γόνατα κι εζήτησαν συγχώρησι από την Αδελφή τους κι εξωμολογήθηκαν στον Όσιο τα μαρτύρια που ως τη στιγμή εκείνη της είχαν κάνει.

Άλλη την κοροϊδευε από το πρωϊ ως το βράδυ, άλλη την περιέλουζε με ακάθαρτα νερά, άλλη της έτριβε τη μύτη με σινάπι. Δεν βρέθηκε ούτε μία, που να μην την είχε με κάποιο τρόπο βασανίσει.

Ο Όσιος έκανε προσευχή γι' αυτές να συγχωρήση ο Θεός τις απερισκεψίες τους.

Ύστερα γύρεψε την Οσία Ισιδώρα να την παρακαλέση να δώση κι αυτή τη συγχώρησι στις Αδελφές της, μα δεν την βρήκαν πουθενά. Πρόλαβε κι έφυγε κρυφά από το Μοναστήρι, για ν' αποφύγη τον ανθρώπινο έπαινο, και κανείς δεν έμαθε ποτέ πού τελείωσε τη ζωή της.

ΝΑ ΠΩΣ δοκίμαζαν τους υποτακτικούς των οι παλαιοί άγιοι Γέροντες, ώσπου να μορφωθούν μέσα τους οι αρετές του Χριστού και πάνω απ' όλες η ταπεινοφροσύνη. Το ακόλουθο περιστατικό μας το διηγείται ο Όσιος Κασσιανός:

Ένα αρχοντόπουλο από την πόλι πήγε σ' ένα γειτονικό Κοινόβιο και ζήτησε να γίνη Καλόγερος. Ο Ηγούμενος, για να τον δεχτή, του έκανε αυτή τη δοκιμασία: Του φόρεσε κουρέλια, του φόρτωσε στην πλάτη καμμιά εικοσαριά πανέρια και τον έστειλε να τα πουλήση στην πόλι. Τον πρόσταξε να μην τα δώση όλα μαζί σε κανένα μαγαζί, μα ένα-ένα, γυρνώντας και διαλαλώντας το εμπόρευμα του στους πιο κεντρικούς δρόμους.

Το αρχοντόπουλο έκανε κατά γράμμα την προσταγή του Ηγουμένου του. Έτσι τον είδαν οι συγγενείς κι οι φίλοι του και τον ρεζίλεψαν με την καρδιά τους. Μα σαν γύρισε το βράδυ στο Κοινόβιο, ο Αββάς τον κούρεψε αμέσως μοναχό. Ήταν άξιος, γιατί έδειξε ταπεινοσύνη.

ΕΝΑΣ νέος Μοναχός ρώτησε κάποιο γέροντα, πώς θα μπορούσε να γίνη μωρός για την αγάπη του Χριστού. Εκείνος τότε του διηγήθηκε αυτό το περιστατικό:

Ένας γείτονας μου Ερημίτης περιμάζεψε ένα εγκατελιμμένο παιδί στην καλύβα του και το μεγάλωσε. Μια μέρα τον άκουσα να το συμβουλεύη:

- Αν τύχη να σε βρίσει κανείς, γυιέ μου, εσύ ευλόγησε τον. Όταν σε προσκαλέσουν σε τραπέζι, φάγε τα χειρότερα κι άφησε για τους άλλους τα καλλίτερα. Αν πρέπει να διαλέξης μόνος τα φορέματα σου, προτίμησε τα παλιά κι άφησε στους άλλους τα καινούργια. Αν σε στείλουν...

Δεν πρόφτασε να τελειώση τη φράσι του ο Γέροντας, το παιδί βιάστηκε να τον διακόψη:

- Μα για κουτό με περνάς, Αββά, να κάνω όλα τούτα που μου αραδιάζεις;

- Ναι, παιδί μου, αποκρίθηκε ο καλός Αββάς, γίνε μωρός, για την αγάπη του Χριστού μας, να βρης γαλήνη στη ζωή σου.

ΘΕΛΟΝΤΑΣ να βεβαιωθούν οι Γέροντες, αν πραγματικά ήταν τόσο ταπεινός και πράος ο Αββάς Αγάθων, όσο τουλάχιστον φημιζόταν, πήγαν μια μέρα τάχα θυμωμένοι στο κελλί του και του φώναξαν:

- Εσύ είσαι ο Αγάθων, ο φαύλος κι υπερήφανος;

- Ναι, Πατέρες μου, τέτοιος είμαι, αποκρίθηκε εκείνος, χωρίς καν να ταραχθή.

- Και τολμάς να φλυαρήσ και να κατακρίνης τους αδελφούς; Εξακολούθησαν οι

άλλοι.

- Δίκιο έχετε, αλλά παρακαλέστε τον Θεό να μ' ελεήσει, είπε πάλι ο ταπεινός Αγάθων.

- Και δεν φτάνουν όλα αυτά, έγινες τώρα κι αιρετικός.

- Α, όχι, αιρετικός δεν έγινα ακόμη, ύψωσε ζωηρά τη φωνή ο Αββάς, προς μεγάλη έκπληξι των ανακριτών του.

- Για εξήγησε μας, Αγάθων, του είπαν χαμογελώντας οι Γέροντες, γιατί δέχτηκες ευχαρίστως όλες τις άλλες κατηγορίες και τούτη την τελευταία δεν θέλησες να την παραδεχτής;

- Καλό είναι για την ψυχή μου, κι ούτε κανένα βλάπτει, να με νομίζουν οι άλλοι φαύλο και φλύαρο, υπερήφανο και φιλοκατήγορο, αποκρίθηκε ο Όσιος. Αλλά να με νομίζουν αιρετικό ζημιώνονται, και μένα χωρίζουν από τον Κύριο μου.

Οι Γέροντες θαύμασαν τη διάκρισι του και παραδέχτηκαν πως είχε δίκιο.

ΟΠΟΙΟΣ επαινεί μπροστά του άνθρωπο, έλεγε κάποιος Γέροντας, τον παραδίνει στο διάβολο για να τον πολεμά.

ΚΑΠΟΙΟΣ επισκέπτης μια μέρα επαίνεσε το εργόχειρο του Αββά Ιωάννη. Εκείνος έκανε πως δεν άκουσε κι εξακολούθησε τη δουλειά του. Ο ξένος τον επαίνεσε για δεύτερη φορά και πάλι ο Γέροντας σιώπησε. Μα σαν πήγε για Τρίτη φορά να τον εγκωμιάση, παραμέρισε το εργόχειρο του ο Αββάς και του είπε ενοχλημένος:

- Από τη στιγμή που μπήκες εδώ μέσα, άνθρωπε μου, κοντεύεις να διώξης το Θεό.

Η ΤΑΠΕΙΝΟΣΥΝΗ είναι η πύλη τ' ουρανού, συνήθιζε να λέγη ο παραπάνω Αββάς Ιωάννης. Δια μέσου αυτής μπήκαν οι Πατέρες μας στην πόλι του Θεού.

ΛΕΝΕ πως ο Αββάς Μακάριος φερνόταν με ψυχρότητα και σπάνια μιλούσε σ' εκείνους που τον τιμούσαν και τον εγκωμιάζαν. Οι αδελφοί που τον ήξευραν σαν

ήθελαν να τον συμβουλευτούν, του έπιαναν έτσι κουβέντα:

- Τί έκανες, Αββά, τον καιρό που ήσουν καμηλιέρης κι έκλεβες νίτρο και το πούλαγες κρυφά; Έτρωγες πολύ ξύλο από τους φύλακες;

Ο Γέροντας χαμογελούσε ευχαριστημένος, για τα προσβλητικά λόγια, και συνωμιλούσε με τους αδελφούς.

ΠΡΟΣΚΑΛΕΣΑΝ στην πόλι έναν Άγιο Ερημίτη να θεραπεύσει με την προσευχή του ένα δαιμονισμένο νέο. Σαν τον είδαν να πλησιάζει, οι συγγενείς του αρρώστου, βγήκαν με λαμπάδες αναμμένες να τον υποδεχτούν. Αυτό όμως κακοφάνηκε στον ταπεινό Γέροντα και βρήκε αυτό το τέχνασμα να τους διώξει: Έβγαλε όλα του τα ρούχα κι έμεινε γυμνός. Ύστερα κάθησε να τα πλένει στο ποτάμι. Οι άνθρωποι που τον είδαν, έφυγαν σκανδαλισμένοι.

- Πώς το έκανες αυτό, Αββά; τον ρώτησε αργότερα κάποιος φίλος του. Όσοι σε είδαν να γυμνώνεσαι, είπαν πως έχεις δαιμόνιο.

- Αυτό γύρευα κι εγώ, αποκρίθηκε ο ταπεινός Γέροντας.

Η ΤΑΠΕΙΝΟΛΟΓΙΑ δεν είναι ταπεινοφροσύνη, έλεγεν ο Αββάς Σεραπίων, και διηγείτο στους αδελφούς το παρακάτω περιστατικό:

Έλθε κάποτε στο κελλί μου ένας νέος Μοναχός να με συμβουλευτή. Θέλησα να του πλύνω τα πόδια, όπως έκανα σ' όλους τους ξένους μου. Στάθηκε όμως αδύνατο να τον πείσω. Εξευτέλιζε τον εαυτό του κι έλεγε πως δεν είναι άξιος να τον αγγίσω. Στην τράπεζα τον παρακάλεσα να ειπή την προσευχή.

- Είμαι αμαρτωλός, μου έλεγε, δεν είμαι άξιος να ευλογήσω το τραπέζι.

Σαν αποφάγαμε, μου είπε πως είχε επιθυμία να γυρίσει όλη την έρημο να συνομιλήσει με τους αναχωρητάς.

- Είσαι πολύ νέος ακόμμη για τέτοιες περιοδείες, αδελφέ. Αν θες τη σωτηρία σου, κλείσου στο κελλί σου και πρόσεχε τον εαυτό σου τον συμβούλεψα. Καμιά ωφέλεια δεν έχεις να γυρίζεις στην έρημο.

Πρόσεξα πως με άκουε ενοχλημένος. Η όψι του άρχισε ν' αγριεύει. Νόμιζε ο δυστυχής πως ήθελα να τον ελέγξω μ' αυτά που του έλεγα και μέσα του αγανακτούσε.

- Μέχρι τώρα, αδελφέ, αναγκάστηκα τότε να του ειπώ, κατηγορούσες τον εαυτό σου για αμαρτωλό κι ανάξιο για να ζης ακόμμη. Και τώρα, που από αγάπη σου έκανα αυτή τη μικρή υπόδειξι, αναστατώθηκες. Μάθε να έχεις ταπεινοσύνη στην καρδιά κι

όχι στα λόγια μόνο.

Ο αδελφός ένοιωσε ευτυχώς το σφάλμα του κι έφυγε ωφελημένος.

ΟΤΑΝ σε τιμούν οι άνθρωποι, τότε να ταπεινώνεσαι περισσότερο και να λες στο λογισμό σου · αν ήξεραν ποιός είμαι στ' αλήθεια, δε θα μου έδειχναν καμιά υπόληψη. Έτσι δε θα ζημιωθεί η ψυχή σου, έλεγε σοφός Πατήρ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β'.

2. ΥΠΟΜΟΝΗ

ΕΝΑΣ ΕΡΗΜΙΤΗΣ που βασανιζόταν συχνά από τον δαίμονα της ακηδίας, έλεγε στον εαυτό του κάθε φορά που εκείνος του ψιθύριζε να κατεβαίνει στην πολιτεία και να συναναστρέφεται τους ανθρώπους:

- Γιατί χάνεις την υπομονή σου, άθλιε, και ζητάς να τρέχης άσκοπα εδώ κι εκεί; Αρκεί που δεν είσαι ικανός για τίποτε· τουλάχιστον δόξαζε τον Θεόν που μένοντας εδώ δε σκανδαλίζεις και δε στενοχωρείς τους συνανθρώπους σου. Ούτε συ θλίβεσαι και σκανδαλίζεσαι απ' αυτούς. Αναλογίσου τα κακά από τα οποία σ' έχει προφυλαγμένο η αγαθότης του Θεού. Δεν αργολογείς, δεν έρχονται στ' αυτιά σου ανώφελος κουβέντες, τα μάτια σου δεν βλέπουν βλαβερές εικόνες. Ένα κακό σε πολεμά, η ακηδία. Αλλ' ο Κύριος σου είναι Παντοδύναμος και θα σε λυτρώση από την αδυναμία σου και δε θα επιτρέψη ποτέ να δοκιμάσης πιο μεγάλο πειρασμό από τη δύναμι σου.

Μ' αυτά τα λόγια ο Ερημίτης δίδασκε τον εαυτό του κι αντιστεκόταν με πείσμα στις επιθέσεις του εχθρούς, έως ότου ο Θεός βλέποντας την υπομονή του τον απάλλαξε εντελώς από την ακηδία.

ΟΙ ΜΑΘΗΤΑΙ του κάποτε ερώτησαν ένα μεγάλο Γέροντα πώς είχε κατορθώσει να μη

χάση ποτέ την υπομονή του, ούτε στους πιο δυνατούς πειρασμούς.

- Κάθε ημέρα που περνά, τέκνα μου, αποκρίθηκε εκείνος, περιμένω με βεβαιότητα το θάνατο.

ΕΝΑΣ ΠΟΛΥ ΓΕΡΟΣ Ερημίτης δοκιμαζόταν συχνά από βασανιστικές αρρώστιες. Κάποτε όμως πέρασε ένας χρόνος ολόκληρος, χωρίς ούτε μια μέρα ν' αρρωστήσει. Άρχισε τότε να θλίβεται ο Γέροντας και να λέει με δάκρυα στον Κύριο:

- Γιστί μ' εγκατέλειψες, Θεέ μου, κι έπαυσες να μ' επισκέπτεσαι πια τον αμαρτωλό με την αρρώστια;

Ο ΟΣΙΟΣ ΠΟΙΜΗΝ δίδει την ίδια αξία στον καλό ησυχαστή, στον υπομονετικό ασθενή και σ' εκείνον που υπηρετεί τον αδελφό του με άδολη καρδιά.

ΑΝ ΣΟΥ συμβή ασθένεια σωματική, συμβουλεύει σοφός Γέρων, μη χάνης την υπομονή σου και μη γογγύζης. Αν είναι θέλημα Θεού να βασανίζεται το σώμα σου, γιατί δυσανασχετείς; Εκείνος δε φροντίζει για σένα; Μήπως μπορείς να ζήσης στιγμή χωρίς το θέλημα Του; Γίνου υπομονετικός και προσεύχου να σου δίνη ο Θεός ό,τι είναι συμφέρον της ψυχής σου. Αυτό θέλει από σένα.

Όταν στην αρρώστια σου οι Αδελφοί δείχνουν την αγάπη τους με δώρα, δέχου τα μ' ευγνωμοσύνη και προσεύχου γι' αυτούς.

Ο ΑΒΒΑΣ Μάρκος ερώτησε κάποτε τον Όσιο Αρσένιο γιατί οι περισσότεροι ευσεβείς και ενάρετοι να φεύγουν από τον κόσμο με πολλές θλίψεις και στερήσεις.

- Αι θλίψεις για κείνους που τις δέχονται με υπομονή, αποκρίθηκε ο Όσιος, είναι το αλάτι που προλαβαίνει τη σήψη της αμαρτίας, και κάνει τους ανθρώπους να παρουσιάζονται στον Ουρανό καθαροί.

ΤΡΙΣΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΣ ο μοναχός που υπομένει κόπους και δοκιμασίες

ευχαριστώντας τον Θεό, συνήθιζε να λέγει ο Αββάς Κόπρις.

Κάποτε αρρώστησε ο ίδιος πολύ βαρειά και κατέπληξε τους αδελφούς με την αξιοθαύμαστη υπομονή του. Ούτε μια φορά δε ζήτησε να του γίνη η παραμικρή επιθυμία κι η προσευχή δεν έλειψε ούτε στιγμή από τα χείλη του.

ΚΑΠΟΙΟΣ Αδελφός εννιά ολόκληρα χρόνια βασανιζόταν από ένα κακό λογισμό. Κάθε μέρα έκλαιγε κι έλεγε κατακρίνοντας τον εαυτό του:

- Είμαι αίτιος γι' αυτόν. Θα χάσω την ψυχή μου.

Αγωνιζόταν σκληρά. Του κάκου όμως. Ήταν αδύνατον ν' απαλλαγί. Στο τέλος κάμηκε η αντίστασις του. Έπεσε σ' απόγνωσι.

- Έχασα πια την ψυχή μου, συλλογίστηκε. Γιατί να μένω άσκοπα στην έρημο; Ας γυρίσω στον κόσμο.

Έτσι πήρε το δρόμο για την πολιτεία. Μα καθώς περπατούσε με βαρειά καρδιά, άκουσε πίσω του φωνή:

- Δυστυχισμένε, έτσι ποδοπατάς τ' αμάραντο στεφάνι που εννιά χρόνια με την υπομονή σου έπλεκες; Γύρισε πίσω να το αποτελειώσης.

Βάλσαμο παρηγοριάς χύθηκε στη θλιμμένη καρδιά του Αδελφού. Με σταθερό βήμα τώρα ξαναπήρε το δρόμο για την έρημο. Μα κι ο αγαθός Θεός αφάνισε το λογισμό του.

ΑΝ Η ΜΑΚΡΟΘΥΜΙΑ του Θεού μας ανέχεται, όταν δουλεύωμε στην αμαρτία, έλεγε ένας σοφός Γέροντας, πόσο μάλλον η ευσπλαχνία του θα μας δυναμώση, όταν αγωνιζώμεθα για το καλό.

Ο ΘΕΟΣ δεν επιτρέπει, έλεγε ο Μέγας Αντώνιος, μεγάλους πειρασμούς στους σημερινούς ανθρώπους, γιατί είναι ασθενέστεροι από τους παλαιότερους και δεν κάνουν υπομονή.

ΕΝΑΣ ερημίτης έμενε σε μια καλύβα, δώδεκα μίλια μακριά από την πηγή που όλη η

σκήτη έπαιρνε νερό. Έτσι ήταν αναγκασμένος να κάνει πολύ συχνά όλη εκείνη την πεζοπορία. Μια μέρα, που η ζέστη ήταν αφόρητη, έχασε την υπομονή του.

- Είναι τάχα ανάγκη να κοπιάζω τόσο; Είπε με το λογισμό του. Δεν έρχομαι να κατοικήσω πιο κοντά στην πηγή;

Καθώς έκανε αυτές τις σκέψεις, ένοιωσε κάποιον να βαδίζει πίσω του. Γύρισε και είδε ένα νέο αστραπόμορφο.

- Ποιός είσαι εσύ; Τον ρώτησε με θαυμασμό και απορία.

- Απεσταλμένος του Κυρίου να μετρώ τα βήματα που κάνεις για να σου δοθή ακέραιος της υπομονής ο μισθός, αποκρίθηκε εκείνος κι έγινε άφαντος.

Τόση δύναμι έδωσαν στον ερημίτη μας τα λόγια του Αγγέλου που όχι μόνον κοντά στην πηγή δεν πήγε να κατοικήση, μα άλλη καλύβα έφτιαξε βαθύτερα στην έρημο, για να βαδίζει άλλα τόσα μίλια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε΄.

3. ΞΕΝΙΤΕΙΑ

- Η ΨΥΧΗ ΜΟΥ ποθεί την ξενιτεία, εξωμολογήθηκε μια μέρα στον γέροντα του, τον Αββά Λούκιο, ο Αββάς Λογγίνος.

- Αν δεν συνηθίσης πρώτα να συγκρατήσ τη γλώσσα σου, και στην άλλη άκρη του κόσμου να πας, ξένος δε θα είσαι. Μάθε να σωπαίνης και τότε θα έχης κι εδώ ξενιτεία, του αποκρίθηκε ο σοφός Γέροντας.

ΕΝΑΣ ΝΕΟΣ παρακάλεσε τον Όσιο Σισώη να του εξηγήσει τί ακριβώς είναι η ξενιτεία.

- Αληθινή ξενιτεία, αποκρίθηκε ο σοφός Γέροντας, είναι να μάθει ο άνθρωπος να σωμαίνει πάντοτε και να μην απαιτήσει δικό του πράγμα.

ΕΡΩΤΗΣΑΝ κάποιον Γέροντα, ποιό είναι το έργο της ξενιτείας κι εκείνος, αντί άλλης απαντήσεως, διηγήθηκε το ακόλουθο περιστατικό:

Ένας νέος άφησε την πατρίδα του και ξενιτεύτηκε για το Χριστό. Πήγε σε μια σκήτη βαθειά στην έρημο και ζήτησε να γίνει Μοναχός. Τον δέχτηκαν. Οι αδελφοί της σκήτης είχαν έθιμο να τρώγουν κάθε Κυριακή, ύστερα από τη Θεία Λειτουργία, όλοι μαζί σε κοινό τραπέζι. Πήγε και ο ξένος να καθίσει μαζί τους την πρώτη Κυριακή που βρέθηκε στην εκκλησία.

- Ποιός είναι αυτός; Ρωτούσαν μεταξύ τους οι Μοναχοί. Ποιός τον προσκάλεσε να φάει;

Επειδή κανένας δεν τον ήξερε, του είπαν να σηκωθεί να φύγει. Ο νέος χωρίς αντίρρηση έφυγε αμέσως. Σε λίγο όμως μετενόησαν οι Αδελφοί για τη συμπεριφορά τους στον ξένο κι έστειλαν να τον φέρουν πίσω. Εκείνος παρευθύς εγύρισε. Εθαύμασαν την ακακία του οι Μοναχοί κι όταν τελείωσε το φαγητό, τον ρώτησαν:

- Τί να σκέφτηκες τάχα, Αδελφέ, όταν σε διώξαμε από το τραπέζι και πάλι σε φέραμε πίσω;

- Σκέφτηκα, αποκρίθηκε με απλότητα εκείνος, πως δεν είμαι καλλίτερος από το σκυλί που φεύγει, σαν το διώχνουν, κι όταν πάλι το φωνάζουν, έρχεται.

ΔΥΟ ΜΟΝΑΧΟΙ, διηγείται ένας Άγιος ερημίτης που είχε από το Θεό διορατικό χάρισμα, ήλθαν κάποτε να μείνουν σε δυό παλιά κελλιά, όχι πολύ μακριά από την καλύβα του. Ο ένας ήταν από ξένη χώρα, ο άλλος εντόπιος. Ο εντόπιος προώδεψε γρήγορα στα πνευματικά. Ο ξένος φαινόταν μάλλον αμελής.

Ύστερα από μερικά χρόνια αρρώστησε ξαφνικά ο ξένος και πέθανε. Είδα τότε πλήθος Αγγέλων να οδηγούν την ψυχή του στον Παράδεισο. Προτού όμως μπη μέσα έγινε εξέταση, αν θα τον άφηναν ή όχι. Άκουσα τότε φωνή να λέγει:

- Ήταν πραγματικά λίγο αμελής, αλλά γιατί υπόμενε την ξενιτεία, ανοίξατε του.

Μετά από καιρό αρρώστησε βαρειά κι ο άλλος. Σαν το έμαθαν οι συγγενείς κι οι φίλοι του, έρχονταν κάθε μέρα να τον περιποιούνται και να τον ανακουφίζουν. Στο τέλος πέθανε κι αυτός. Άγγελος όμως δεν είδα κοντά του. Γεμάτος απορία, έλεγα

στον Κύριο:

- Γιατί, Θεέ μου, έδωσες τόση δόξα στον ξένο, που ήταν αμελής και σε τούτο τον σπουδαίο τίποτε;

Τότε πήρα αυτή την πληροφορία από θείο Άγγελο. Ο ενάρετος Μοναχός στο θάνατο του είχε γύρω του φίλους και συγγενείς που του έδιναν μεγάλη παρηγοριά. Ο ξένος, αν και λίγο αμελής, επειδή του έλειψε η ανθρώπινη, βρήκε θεϊκή παρηγοριά.

ΟΣΟ κι αν κοπιάσης να σπείρης στο δρόμο που πατιέται, χλωρό φύλλο δε φυτρώνει· άλλο τόσο κι αν μοχθήσης να καλλιεργήσης καρδιά βαρυμένη με βιοτικές μέριμνες, άδικα κοπιάζεις· αδύνατον είναι να βλαστήση αρετές. Γι' αυτό οι Πατέρες διάλεξαν την ξενιτεία, λέγει κάποιος Αββάς.

ΟΤΑΝ έπαψαν οι Εβραίοι ν' ασχολούνται με τις δουλειές των Αιγυπτίων, κι έμειναν στις σκηνές, έμαθαν πως να λατρεύουν τον Θεό, λέγει σοφός Πατήρ. Και τα πλοία, όχι στο πέλαγος, αλλά στο λιμάνι εμπορεύονται και κερδίζουν. Το ίδιο κι η ψυχή, αν δεν πάψη ν' ασχολήται με τα πράγματα του κόσμου και δε μείνει σε τόπο ήσυχο, ούτε τον Θεό βρίσκει, ούτε αρετές αποκτά.

ΑΛΗΘΙΝΗ ξενιτεία είναι να γνωρίζη να συγκρατή ο άνθρωπος τη γλώσσα του όπου κι αν βρίσκεται, έλεγε ο Αββάς Τιθός.

ΕΝΑΣ ΝΕΟΣ υποτακτικός, βλέποντας τον Γέροντα του να απομακρύνεται συχνά στην πιο βαθιά έρημο, τον ρωτούσε με απορία:

- Γιατί, Αββά, αποφεύγεις τους ανθρώπους; Δε θα έχης τάχα πιο αξία, όταν μένοντας κοντά στον κόσμο και αντικρύζοντας το κακό και την αμαρτία, τ' αποστρέφεται;

- Άκουσε, παιδί μου, του εξήγησε ο αγαθός Γέροντας: Όσπου να φθάση ο άνθρωπος στα μέτρα του Μωϋσή, να γίνη Θεόπτης, δεν έχει όφελος από τη συναναστροφή του με τον κόσμο. Εγώ ο δυστυχής απόγονος του Αδάμ παθαίνω συχνά ό,τι έπαθε ο πατέρας μου. Μόλις αντικρύσω της παρακοής μου τον καρπό, αμέσως τον επιθυμώ, τον δοκιμάζω και πεθαίνω. Στην έρημο δε βρίσκονται εύκολα τα υλικά που τροφοδοτούν τα πάθη, γι' αυτό είναι πιο πιθανό να νεκρωθούν.

Ο ΑΒΒΑΣ Ευλόγιος έδινε μόνο τρεις ημέρες άδεια στους μαθητάς του να μείνουν στην πόλι, όταν υπήρχε ανάγκη να κατέβουν.

- Ύστερα από την Τρίτη ημέρα, τους προειδοποιούσε, δε φέρνω καμιά ευθύνη απέναντι του Θεού, για ότι σας συμβή εκεί.

Τους έλεγε και το παρακάτω περιστατικό από τη ζωή του:

- Αφ' ότου έγινα Μοναχός, έκανα τριάντα οκτώ ολόκληρα χρόνια σε τούτο το κελλί. Δεν έβγαινα παρά κάθε Κυριακή για να πάω στην εκκλησία να κοινωνήσω και να γυρίσω πίσω βιαστικός. Ποτέ δε χρονοτριβούσα στο δρόμο ούτε κουβέντα έπιασα με άλλον Αδελφό.

Σαν γέρασα πια, μ' ανάγκασαν οι Πατέρες να πάω στην Αλεξάνδρεια με τον Αββά Δανιήλ, στον Πατριάρχη, για υπόθεσι της σκήτης μας. Στην πόλι συνάντησα, προς μεγάλη μου έκπληξι, πολλούς Μοναχούς να διαβαίνουν αμέριμνα στους δρόμους. Ο Θεός όμως, για να με προφυλάξη, άνοιξε τα μάτια της ψυχής μου και είδα σε τι κατάστασι βρίσκονταν. Πολλοί περνούσαν με συντροφιά γυναικών που τους ψιθύριζαν στ' αυτί άσεμνα λόγια. Άλλοι συνωδεύονταν από μικρά παιδιά κι άφηναν να τους ρυπαίνουν με κάθε είδους ακαθαρσία. Σ' άλλων το κεφάλι κατέβαιναν κοράκια και το χτυπούσαν με το ράμφος τους. Κατάλαβα τότε πως εκείνοι οι δυστυχισμένοι είχαν βυθιστει στ' ακάθαρτα πάθη που τους παρέσυραν τα πονηρά πνεύματα.

- Να το κέρδος του Μοναχού, που μένει αφρόντιστα στον κόσμο, είπα στον εαυτό μου. Τρομοκρατημένος, βιάστηκα να γυρίσω στο κελλί μου. Από τότε, πάνε αρκετά χρόνια τώρα, δε βγήκα έξω απ' αυτό.

ΌΠΟΙΟΣ έχει σφάλλει στη ζωή του, ας χωρίση τον εαυτό του από τους ανθρώπους, μέχρις ότου συμφιλιωθή με τον Θεό, έλεγε κάποιος Γέροντας. Η συχνή επικοινωνία με τους ανθρώπους εμποδίζει συνήθως την επαφή με τον Θεόν.

ΑΛΛΟΣ ΠΑΤΗΡ συμβουλεύει:

- Απόφευγε τους εργάτας της ανομίας, έστω κι αν είναι συγγενοίς ή φίλοι σου, είτε έχουν ιερατικό ή βασιλικό αξίωμα. Αποφεύγοντας αυτούς, κερδίζεις του Θεού την εύνοια κι αποκτάς παρηρησία απέναντί του.

ΚΑΙ Ο σοφώτατος Αββάς Αγάθων:

- Όταν αντιληφθώ πως ένα πρόσωπο, και το πιο αγαπητό μου ακόμη, γίνεται αφορμή ν' αποκτήσω κάποιο ελάττωμα, κόβω αμέσως κάθε δεσμό μαζί του.

ΑΝ ΘΕΛΗΣ να προκόψης στο καλό, λέγει άλλος Πατήρ, μη συγκατοικής με φθονερό άνθρωπο.

ΕΝΑΣ αρχάριος Μοναχός συμβουλευθήκε κάποιον διακριτικό Γέροντα:

- Αν η συμπεριφορά του Αδελφού μου με σκανδαλίζει, Αββά, πρέπει εγώ να του ζητήσω συγνώμη;

- Ζήτησε του συγνώμη, αποκρίθηκε ο Γέροντας, αλλά πάψε να τον συναναστρέφεις. Δεν ακούς τον Μέγα Αρσένιο τί συμβουλεύει; Με όλους έχε αγάπη, αλλ' απ' όλους άπεχε.

ΑΝ ΔΕΝ ειπή ο άνθρωπος με την καρδιά του, ο Θεός κι εγώ υπάρχομε στον κόσμο, δεν βρίσκει ανάπαυσι, έλεγε ο Αββάς Αλώνιος.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

3. ΚΑΛΗ ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΗ

Ο ΑΒΒΑΣ Παφνούτιος ασκήτευε σ' ένα απόμερο σπήλαιο δώδεκα μίλια μακριά από τη σκήτη των Πατέρων. Είχε όμως τη συνήθεια να επισκέπτεται τη σκήτη δύο φορές το μήνα για να ωφεληθεί από τη διδασκαλία εκείνων. Ετύπωσε μάλιστα βαθειά στη μνήμη του και έλεγε στους μαθητάς του τον λόγον που του έλεγαν συχνότερα οι Γέροντες:

- Όπου κι αν βρεθής, τέκνον, μη συγκρίνης τον εαυτό σου με άλλο πρόσωπο, για να έχης ανάπαυσι στην ψυχή. Διαφορετικά σε ξεγελά ο διάβολος να νομίζης πως είσαι καλλίτερος από τους άλλους.