
ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ

ΤΟΜΟΣ

Α



ΑΓΙΟΣ ΗΣΥΧΙΟΣ Ο ΠΡΕΣΒΥΤΕΡΟΣ

Σύντομη βιογραφία

Ο ὅσιος πατέρας μας Ἡσύχιος ἦταν πρεσβύτερος στὴν Ἐκκλησία τῶν Ἱεροσολύμων. Ἐζησε στὰ χρόνια τοῦ Θεοδοσίου τοῦ Νέου καὶ φημιζόταν γιὰ τὸ διδακτικὸ περιεχόμενο τῶν λόγων του. Ἡ κοίμησή του ἔγινε γύρω στὸ ἔτος 433. Ἐγραψε πολλὰ συγγράμματα, ἀπὸ τὰ ὁποῖα μόνο ὁ παρὼν λόγος ποὺ ἀποτελεῖται ἀπὸ 203 κεφάλαια ἔχει συμπεριληφθεῖ στὴν Φιλοκαλία. Θεωρήθηκε χρησιμώτατος σχετικὰ μὲ τὴ νήψη καὶ τὴν προσοχὴ τοῦ νοῦ γιὰ τοὺς ἀρχάριους· ἀλλὰ καὶ στὴ φυλακὴ τῆς καρδιάς, παραπάνω ἀπὸ κάθε ἄλλον ὠφελιμώτερος. Γι' αὐτόν, ὁ κριτικὸς Φώτιος λέει τὰ ἐξῆς κατὰ λέξη (Ἀνάγνωση 198):

«Καὶ μέσα στὰ ἄλλα περιέχει καὶ τὸ εἰκοστὸ δεῦτερο (κεφάλαιο) τοῦ Ἡσυχίου πρεσβυτέρου Ἱεροσολύμων, μὲ τὸ ὁποῖο ὀλοκληρώνεται ὅλη ἡ διδασκαλία τοῦ βιβλίου, ἀπαραίτητη ὅσο τίποτε ἄλλο γιὰ ὅσους ἀσκοῦνται καὶ ἀποβλέπουν στὴν βασιλεία τῶν οὐρανῶν. Εἶναι ἀκόμη καὶ στὴν ἀνάγνωση σαφῆς καὶ στὰ ἄλλα τέτοιος, ὅπως ἀρμόζει σὲ ἀνθρώπους ποὺ δὲν ἐνδιαφέρονται καθόλου γιὰ τὸν ἀγῶνα τῶν λόγων, ἀλλὰ ἔχουν ἀναδεχθεῖ ὅλο τὸν κόπο καὶ τὴ φροντίδα γιὰ τὴν ἀσκησιὴ στὰ ἔργα τῆς ἀρετῆς. . . ».

Εἰσαγωγικὰ σχόλια

Τὰ 202 κεφάλαια περὶ νήψεως καὶ ἀρετῆς, εἶναι ἔργο φωτεινῆς διάνοιας, ἀγιασμένης καρδιάς καὶ πολυμαθοῦς νοῦ. Ἄν ὅμως ἀνήκουν στὸν πρεσβύτερο Ἡσύχιο τῆς Ἱεροσολυμικῆς Ἐκκλησίας ἢ σ' ἄλλον μεταγενέστερο ὄσιο, αὐτὸ ἀποτελεῖ ἀντικείμενο ἱστορικῆς καὶ φιλολογικῆς ἔρευνας.

Τὸ ἐρώτημα τίθεται ἀπὸ τὸ δεδομένο, ὅτι ἐνῶ ὁ Ἡσύχιος τοποθετεῖται χρονικῶς στὰ μέσα τοῦ 4ου αἰῶνα, στὸ ἔργο αὐτὸ περιλαμβάνονται ἀρκετὰ κεφάλαια ἀπὸ τὶς συγγραφές τοῦ ὀσίου Μάρκου τοῦ Ἀσκητῆ, ποὺ ἔζησε ἀργότερα, ἀλλὰ ὑπάρχουν καὶ ἐνδείξεις ὅτι ἔχει ὑπόψη του τὰ «Γνωστικὰ κεφάλαια» τοῦ ἀγίου Διαδόχου Φωτικῆς, καὶ αὐτοῦ μεταγενεστέρου του.

Παρατρέχοντας τὸ ἱστορικὸ αὐτὸ θέμα, ποὺ συνδέεται μὲ τὴν πατρότητα τῶν 202 κεφαλαίων, πρέπει νὰ ὁμολογήσουμε ὅτι πρόκειται γιὰ μιὰ σύνοψη ἀγιοπνευματικῶν ἐμπειριῶν καὶ ἓνα ἀριστούργημα τῆς νηπτικῆς καὶ φιλολογικῆς γραμματείας τῆς Ὁρθοδοξίας.

Ὁ συγγραφέας τοὺς ἐπωφελεῖται τῆς πρὸ αὐτοῦ ἐμπειρίας τῶν Πατέρων τῆς Ἐρήμου, ἀλλὰ καὶ ὁ ἴδιος εἰσφέρει τὸ μέγιστο μέρος τῆς προσωπικῆς του, ἐν Ἁγίῳ Πνεύματι, πείρας, ὥστε τὰ 202 κεφάλαια νὰ ἀπηχοῦν τὴν καθολικὴ διδασκαλία γιὰ τὴ νήψη, τὴν προσευχὴ καὶ γιὰ τὶς παραδοσιακὰς πράξεις τῆς ἀσκήσεως καὶ τὶς μεθόδους τῶν πνευματικῶν πολέμων.

Τὸ ἔργο αὐτὸ ἀπευθύνεται σὲ κάποιον Θεόδουλο, προφανῶς μοναχό, καὶ οἱ περισσότερες προτάσεις του στηρίζονται σὲ Γραφικὰς μαρτυρίες καὶ στὴν πείρα τῶν προγενεστέρων, ὅπως δηλώνει ὁ συγγραφέας, δίνοντας ἰδιαίτερη ἔμφαση στὴ μονολόγιστη, ἢ τὴ νοερὴ προσευχὴ, μὲ ὑποδείξεις ψυχοτεχνικῆς, πράγμα ποὺ ὀδηγεῖ στὴ βεβαιότητα ὅτι τὰ 202 κεφάλαια γράφηκαν μετὰ τὸν ἕκτο, τουλάχιστον, αἰῶνα. Ἡ διδασκαλία τῆς νοερῆς προσευχῆς, ὡς ἰσχυροῦ μέσου ἄμυνας καὶ ἐπιθέσεως κατὰ τῶν πονηρῶν πνευμάτων, ἀναδεικνύει τὸν Ἡσύχιο σὲ ἐγκρατέστατο καθηγητὴ τῆς νήψεως καὶ τῆς προσευχῆς καὶ προωθητὴ τῆς παραδόσεως.

Ἄν κανεὶς παραβάλλει τὸ ἔργο αὐτὸ μὲ τὰ ἐκλεκτὰ πατερικὰ κείμενα, ἀναμφιβόλως θὰ τὸ τοποθετῆσει μετὰ τῶν πρώτων, γιὰ τὶς λεπτὲς συλλήψεις τοῦ νοῦ τοῦ σ. καὶ τὴν θαυμάσια διατύπωση. Θὰ μπορούσε δὲ νὰ λεχθεῖ ὅτι τὰ 202 κεφάλαια ἔχουν σὰν ἄξονες τὴ νήψη καὶ τὴ μονολόγιστη εὐχή, ποὺ ὀδηγοῦν στὴν καθα-

ρότητα τῆς καρδιάς, στό θεῖο φωτισμό καί στή μυστική ἔνωση μέ τόν Χριστό.

Ἡ νήψη, ἡ ἐγρήγορηση τοῦ νοῦ καί ἡ συνεχῆς ἐποπτεία του στοὺς λογισμοὺς καί στίς φαντασίες καί ἡ κατόπιν ἐπιλογῆς τῶν καλῶν ἀποθησαύρισή τους καί ἡ ἀπόρριψη τῶν ἀμαρτωλῶν, βέβαια δέν εἶναι ἔργο μονάχα τῶν μοναζόντων, ἀλλά καί τῶν λαϊκῶν. Ἡ ἐντολή τοῦ Χριστοῦ εἶναι δεδομένη γιά τήν τήρησή της ἀπ' ὅλη τήν Ἐκκλησία, ἀφοῦ μακαρίζει τοὺς καθαρούς στήν καρδιά. Ἀλλά ἡ νήψη μέσα στόν κόσμο, μέ τίς συμβατικές μέριμνες, φαίνεται πῶς δέν εἶναι καί τόσο δυνατή, τουλάχιστο σέ ἕνα μέτρο πληρότητας. Ὅμως, βοηθούμενος ὁ λαϊκός καί ἀπό τή μονολόγιστη καί ἀδιάλειπτη εὐχή, μπορεῖ νά ἐπιτύχει σέ κάποιον βαθμό τήν καθαρότητα τῆς καρδιάς του.

Τὰ 202 κεφάλαια βοηθοῦν ἀποτελεσματικά στήν προσπάθεια γιά τήν νήψη, ἀφοῦ ἀποτελοῦν πολλαπλές ὑποδείξεις ἐπιτυχίας τῆς νήψεως, τῆς προσοχῆς καί τῆς προσευχῆς. Ὁ ἴδιος ὁ σ. χαρακτηρίζει τή νήψη σάν μιὰ πνευματική μέθοδο, πού ὅταν χρονίσει στόν ἀγωνιζόμενο, τόν ἐλευθερώνει ἀπό τὰ ἐμπαθῆ νοήματα, τοὺς λόγους καί τίς πράξεις, μέ τή βοήθεια ὅμως τοῦ Θεοῦ. Σέ δεύτερο στάδιο τοῦ ἀποκαλύπτει μυστήρια τοῦ Θεοῦ, γιατί ἡ νήψη εἶναι ταυτόσημη μέ τήν καθαρότητα τῆς ψυχῆς, στήν ὁποία φανερώνεται ὁ Θεός.

Βέβαια ὑπάρχουν διάφοροι τρόποι μέ τοὺς ὁποίους ἐπιτυγχάνεται ἡ νήψη, τοὺς ὁποίους συνοπτικά ὑποδεικνύει ὁ σ. Ὁ ἕνας εἶναι ἡ ἀπόρριψη κάθε κακῆς φαντασίας, χωρὶς τήν ὁποία ὁ σατανᾶς δέν μπορεῖ νά δημιουργήσει λογισμοὺς. Ἄλλος εἶναι τὸ νά ἔχει ἐσωτερικὴ ἐνότητα μέσα στήν καρδιά του ὁ ἀγωνιζόμενος, ὥστε νά μπορεῖ νά εὐχεται ἀπερίσπαστα. Ἄλλος ἐπίσης τρόπος εἶναι νά ἐπικαλεῖται τὸν Κύριο Ἰησοῦ μέ βαθιὰ ταπείνωση. Καί ὁ τελευταῖος εἶναι ἡ ἀδιάλειπτη μνήμη θανάτου, πού εἶναι ἰσχυρότατη καί ἀνασταλτικὴ τῶν ἀκαθάρτων φαντασιῶν.

Τὰ 202 κεφάλαια ἐντάσσονται στή μακρὰ πνευματικὴ καί ἀσκητικὴ παράδοση τῆς Ἐκκλησίας σάν τεκμήρια τῆς συνεργίας τοῦ Ἁγίου Πνεύματος μέ τίς καθαριμένες ὀρθοδόξως ψυχές.

Πρὸς τὸ Θεόδουλο,
λόγος περὶ νήψεως καὶ ἀρετῆς
χωρισμένος σὲ 203 κεφάλαια
(τὰ λεγόμενα ἀντιρρητικὰ καὶ εὐκτικὰ)

Ἡ νήψη εἶναι μιὰ μέθοδος καὶ ἐπιστήμη, ἡ ὁποία ἀπαλλάσσει τὸν ἄνθρωπο — μετὰ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ — τελείως ἀπὸ ἐμπαθεῖς σκέψεις καὶ λόγους καὶ ἀπὸ πονηρὰ ἔργα, ἂν ἐξακολουθεῖ ὁ ἄνθρωπος τὴν πνευματικὴ αὐτῆς μέθοδο ἐπὶ πολὺν καιρὸ καὶ τὴν ἐφαρμόζει μετὰ προθυμία. Ἡ νήψη χαρίζει ἐπίσης ἀσφαλὴ γνώση τοῦ ἀκαταλήπτου Θεοῦ, ὅσο εἶναι δυνατόν, καὶ λύση θείων καὶ κρυπτῶν μυστηρίων. Ἐπίσης μετὰ αὐτὴν κατορθώνει ὁ ἄνθρωπος νὰ ἐκπληρώσει ὅλες τὶς ἐντολὰς τῆς Παλαιᾶς καὶ τῆς Καινῆς Διαθήκης καὶ αὐτὴ παρέχει ὅλα τὰ ἀγαθὰ τοῦ μέλλοντος αἰῶνος. Αὐτὴ εἶναι κυρίως ἡ καθαρὸτητα τῆς καρδιᾶς, ἡ ὁποία λόγῳ τοῦ μεγαλείου καὶ τῆς ὠραιότητάς της, ἦ, γιὰ νὰ κυριολεκτήσω, λόγῳ τῆς ἀμέλειάς μας εἶναι πάρα πολὺ σπάνια σήμερα στοὺς μοναχοὺς. Αὐτὴν ὁ Χριστὸς τὴν μακαρίζει μετὰ αὐτὰ τὰ λόγια: «Μακάριοι ὅσοι ἔχουν καθαρὴ καρδιά· αὐτοὶ θ' ἀντικρύσουν τὸ Θεόν»¹. Τέτοια λοιπὸν ποὺ εἶναι, χρειάζεται καὶ μεγάλο τίμημα γιὰ νὰ τὴν ἀγοράσεις. Ἡ νήψη, ὅταν πολυκαιρίσει στὸν ἄνθρωπο, γίνεται ὁδηγὸς σωστοῦ καὶ θεάρεστου βίου· αὐτὸ εἶναι καὶ ἡ ἐπισφράγιση τῆς θεωρίας. Μᾶς διδάσκει νὰ κινῶμε δίκαια καὶ τὰ τρία μέρη τῆς ψυχῆς (τὸ λογιστικὸ, τὸ θυμικὸ καὶ τὸ ἐπιθυμητικὸ), καὶ νὰ φυλάγομε μετὰ ἀσφάλεια τὶς αἰσθήσεις μας· καὶ τὶς τέσσαρες γενικὲς ἀρετὲς (φρόνηση, ἀνδρεία, σωφροσύνη καὶ δικαιοσύνη) τὶς μεγαλώνει κάθε μέρα σ' ἐκεῖνον ποὺ τὴν κατέχει.

2. Ὁ μέγας νομοθέτης Μωυσῆς, ἢ μᾶλλον τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιο, θέλοντας νὰ φανερώσει πόσο ἀμεμπτη καὶ καθαρὴ καὶ γενικὴ καὶ ὑψοποιδὸς εἶναι ἡ ἀρετὴ τῆς νήψεως, καὶ θέλοντας νὰ διδάξει πῶς νὰ τὴν ἀρχίζομε καὶ νὰ τὴν ἐκτελοῦμε, λέει: «Νὰ προσέχεις τὸν ἑαυτὸ σου μήπως ἕνας λόγος κρυμμένος στὴν καρδιά σου γίνῃ ἀνόμημα»². Κρυμμένο λόγο ὀνομάζει τὴ μονολόγιστη ἐνθύμηση (παράσταση) ἐνὸς πονηροῦ πράγματος, τὸ ὁποῖο μισεῖ ὁ Θεός. Αὐτὸ οἱ Πατέρες τὸ ὀνομάζουν καὶ «προσβολή», ἡ ὁποία γίνεται στὴν καρδιά ἀπὸ τὸ διάβολο. Στὴν προσβολή, μόλις ἐμφανιστεῖ στὸ νοῦ μας, ἐπακολουθοῦν οἱ λογισμοὶ μας, οἱ ὁποῖοι ἀρχίζουν καὶ συνομιλοῦν μαζί της μετὰ πάθος.

3. Ἡ νήψη εἶναι δρόμος κάθε ἀρετῆς καὶ ἐντολῆς Θεοῦ. Αὐτὴ λέγεται ἐπίσης καὶ ἡσυχία τῆς καρδιᾶς. Καὶ ὅταν φτάσει σὲ τελειότητα, χωρὶς δαιμονικὲς φαντασίες, λέγεται καὶ φυλακὴ τοῦ νοῦ.

1. Ματθ. 5, 8.

2. Δευτ. 15, 9.

4. Ἐκεῖνος ποὺ γεννήθηκε τυφλός, δὲ βλέπει τὸ φῶς τοῦ ἡλίου. Καὶ ἐκεῖνος ποὺ δὲ ζεῖ μὲ τὴ νήψη, δὲ βλέπει τὶς πλούσιες ἀκτινοβολίες τῆς χάριτος ποὺ ἔρχεται ἀπὸ τὸν οὐρανό. Οὔτε θὰ ἐλευθερωθεῖ ποτὲ ἀπὸ τὰ πονηρὰ ἔργα καὶ λόγια καὶ σκέψεις ποὺ μισεῖ ὁ Θεός. Καὶ κατὰ τὴν ἔξοδό του ἀπὸ τὴ ζωὴ δὲ θὰ περάσει ἐλεύθερα ἀπὸ τοὺς ἄρχοντες τοῦ σκοτεινοῦ ταρτάρου.

5. Προσοχὴ εἶναι μιὰ ἀδιάλειπτη ἡσυχία τῆς καρδιᾶς ἀπὸ κάθε πονηρὸ λογισμό· μόνον τὸν Ἰησοῦ Χριστό, τὸν Υἱὸ τοῦ Θεοῦ καὶ Θεὸ ἀκατάπαυστα ἀναπνέει καὶ ἐπικαλεῖται τὴ βοήθειά Του καὶ μαζί του ἀντιπαρατάσσεται μὲ ἀνδρεία ἐναντίον τῶν πονηρῶν δαιμόνων. Καὶ σ' Αὐτὸν ἐξομολογεῖται, γιατί μόνο ὁ Ἰησοῦς ἔχει ἐξουσία νὰ συγχωρεῖ ἁμαρτίες. Ἡ ψυχὴ μὲ τὴν ἐπίκλησὴ τῆς ἐναγκαλίζεται ἀδιάκοπα τὸ Χριστό, ὁ Ὅποῖος μόνος γνωρίζει τί κρύβουν οἱ καρδιές τῶν ἀνθρώπων· καὶ προσπαθεῖ νὰ διαφύγει μὲ κάθε τρόπο τὴν προσοχὴ τῶν ἀνθρώπων ἢ γλυκύτητά τῆς καὶ ὁ ἐσωτερικὸς τῆς ἀγώνας, μήπως ὁ πονηρὸς τὴν ἐξαπατήσει λαθραῖα, ἀνοίξει τὸ δρόμο στὴν κακία καὶ ἀφανίσει τὴν ὠραιότατη ἐργασία τῆς.

6. Νήψη εἶναι μιὰ μόνιμη σταθεροποίηση τοῦ λογισμοῦ καὶ στάση του στὴν πύλη τῆς καρδιᾶς· βλέπει καὶ ἀκούει τοὺς κλέφτες λογισμοὺς νὰ ἔρχονται, δηλαδή τί λένε καὶ τί κάνουν οἱ ἀνθρωποκτόνοι δαίμονες. Καὶ ποῖα εἶναι ἡ μορφή ποὺ χάραξαν καὶ ὄρθωσαν οἱ δαίμονες καὶ ἡ ὁποία προσπαθεῖ μὲ τὴ φαντασία νὰ ἐξαπατήσει τὸν νοῦ. Αὐτὰ λοιπὸν ἂν μᾶς ἀπασχολοῦν φιλόπονα, μᾶς φανερώνουν, ἂν θέλομε, μὲ ἐξαιρετικὴ πληρότητα τὴν πείρα τοῦ νοητοῦ πολέμου.

7. Τὴ νήψη τὴ γεννᾶ ὁ διπλὸς φόβος: τόσο οἱ ἐγκαταλείψεις ἀπὸ τὸ Θεό, ὅσο καὶ οἱ πειρασμοὶ ποὺ ἔρχονται γιὰ παιδαγωγία. Καὶ εἶναι αὐτὴ μιὰ συνεχὴς παρουσία τῆς προσοχῆς μέσα στὴν ἡγεμονικὴ δύναμη (τὸ νοῦ) τοῦ ἀνθρώπου ποὺ προσπαθεῖ νὰ φράξει τὴν πηγὴ τῶν κακῶν λογισμῶν καὶ ἔργων. Γι' αὐτὸ ἔρχονται καὶ οἱ ἐγκαταλείψεις καὶ οἱ ἀναπάντεχοι ἐκ μέρους τοῦ Θεοῦ πειρασμοὶ πρὸς διόρθωση τοῦ βίου μας. Καὶ μάλιστα σ' ἐκείνους ποὺ γεύθηκαν τὴν ἀνάπαυση ποὺ δίνει τὸ ἀγαθὸ τῆς νήψεως καὶ κατόπιν πέφτουν στὴν ἀμέλεια. Ἡ νήψη ποὺ τηρεῖται συνεχῶς γεννᾶ τὴ συνήθεια. Ἡ συνήθεια προκαλεῖ κάποια φυσικὴ πυκνότητα στὴ νήψη. Κι αὐτὴ γεννᾶ ἡρεμὴ θεωρία τοῦ νοητοῦ πολέμου μὲ τὰ χαρακτηριστικὰ του· τὴ διαδέχεται ἐπίμονη εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ καὶ ἔπειτα γλυκιὰ ἡρεμία τοῦ νοῦ χωρὶς φαντασίες καὶ μιὰ κατάσταση ἐνώσεως μὲ τὸν Ἰησοῦ.

8. Ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου ποὺ μένει σταθερὸς καὶ ἐπικαλεῖται τὸ Χριστό ἐναντίον τῶν πονηρῶν δαιμόνων καὶ καταφεύγει σ' Αὐτόν, μοιάζει μὲ ἕνα θηρίο ποὺ τὸ περικύκλωσαν πολλοὶ σκύλοι καὶ αὐτὸ ἔπιασε θέση σὲ ἕνα ὀχυρὸ τόπο καὶ ἀντιστέκεται. Βλέπει ἀπὸ μακριὰ νοερὰ τοὺς νοητοὺς λόχους τῶν ἐχθρῶν καὶ μὲ τὸ νὰ παρακαλεῖ συνεχῶς τὸν εἰρηνοποιὸ Ἰησοῦ νὰ πολεμᾷ κατὰ τῶν ἐχθρῶν, μένει ἀπλήγωτος ἀπὸ αὐτούς.

9. Ἐάν γινωρίζεις καί σοῦ δόθηκε ἡ χάρις τὸ πρῶν νὰ στέκεσαι ἔμπρὸς στὸ Θεὸ καὶ νὰ ἐξετάζεις, ἀλλὰ καὶ νὰ ἐξετάζεις τὸν ἑαυτὸ σου, ἐννοεῖς τί λέω γιὰ τὴ νήψη. Ἐάν ὄχι, ἔχε νήψη καὶ θὰ λάβεις τὴ χάρις.

10. Τὰ συστήματα τῶν θαλασσῶν τ' ἀποτελεῖ πολὺ νερό. Σύστημα καὶ δύναμη τῆς νήψεως καὶ τῆς νηφαλιότητος καὶ τῆς βαθιᾶς ψυχικῆς ἡσυχίας, καὶ ἄβυσσος θεωριῶν φοβερῶν καὶ ἀπορρήτων καὶ μετανοητικῆς ταπεινώσεως καὶ εἰλικρίνειας καὶ ἀγάπης, εἶναι ἡ τέλεια νήψη καὶ ἡ χωρὶς λογισμοῦς εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ. Καὶ αὐτὸ νὰ γίνεται μάλιστα ἀδιάκοπα καὶ πυκνὰ καὶ χωρὶς νὰ χάνει κανεὶς τὴν ὑπομονὴν του καὶ νὰ μικροφυχεῖ.

11. «Δὲ θὰ μπεῖ στὴ βασιλεία τῶν οὐρανῶν καθένας ποῦ μὲ λέει Κύριε, Κύριε, ἀλλ' ὅποιος κάνει τὸ θέλημα τοῦ Πατέρα μου»³. Θέλημα τοῦ Πατέρα εἶναι: «Σεῖς ποῦ ἀγαπᾶτε τὸ Θεὸ νὰ μισεῖτε τὰ πονηρά»⁴. Λοιπόν, μαζί μὲ τὴν εὐχὴν τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, ἅς μισήσομε καὶ τοὺς πονηροὺς λογισμοὺς· καὶ νὰ, πράξαμε τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ.

12. Παράδειγμα τέλειον πρὸς μίμηση καὶ πρότυπο γιὰ τὸ ἀνθρώπινο γένος καὶ ἀνάκληση τοῦ προπατορικοῦ ἀμαρτήματος εἶναι ὁ Κύριός μας καὶ Θεὸς ποῦ ἔλαβε σάρκα καὶ ἔβαλε ἔμπρὸς μας σὰν ζωγραφικὸ πῖνακα τὸν πανάρετο βίον Του. Μαζὶ μὲ ὅλα τὰ καλὰ, μᾶς ὑπέδειξε μετὰ τὴν βάπτισή Του, ἀφοῦ ἀνέβηκε στὴν ἔρημο, καὶ τοῦτο· ἄρχισε μὲ νηστεία τὸν νοητὸ πόλεμον ἐναντίον τοῦ διαβόλου, ποῦ πῆγε πρὸς Αὐτὸν ὅπως θὰ πῆγαινε σὲ ἀπλὸ ἀνθρώπο⁵. Καὶ μὲ τὸν τρόπο ποῦ τὸν νίκησε, ὁ Κύριος δίδαξε κι ἐμᾶς τοὺς ἀχρεῖους, πῶς νὰ παλεύομε ἐναντίον τῶν πνευμάτων τῆς πονηρίας, δηλαδὴ μὲ ταπείνωση καὶ νηστεία καὶ προσευχὴ καὶ νήψη. Καὶ τοῦτο, ἐνῶ δὲν εἶχε ἀνάγκη ἀπὸ αὐτά, ὡς Θεὸς καὶ Θεὸς τῶν θεῶν.

13. Τώρα, πόσοι τρόποι νήψεως ὑπάρχουν κατ' ἐμέ, ποῦ μποροῦν νὰ καθαρίζουν τὸν νοῦ ἀπὸ ἐμπαθεῖς λογισμοὺς, δὲ θὰ βαρεθῶ νὰ σοῦ τοὺς φανερώσω μὲ γλώσσα ἀπλή καὶ χωρὶς στολίδια. Ἐπειδὴ δὲν τὸ ἔκρινα καλὸ, σὲ καιρὸ πολέμου πνευματικοῦ, νὰ κρύψω σ' αὐτὸ τὸ λόγον τὴν ὠφέλεια μέσω τῶν κομφῶν λόγων, καὶ μάλιστα μιλώντας σὲ ἀπλουστεροῦς. «Καὶ σύ, παιδί μου Τιμόθεε —λέει— πρόσεχε αὐτὰ ποῦ διαβάζεις»⁶.

14. Ἐνας τρόπος νήψεως εἶναι νὰ ἐξετάζεις συχνὰ καὶ προσεκτικὰ τὴν φαντασία (παράσταση) τοῦ πονηροῦ λογισμοῦ, δηλ. τὴν «προσβολή», γιατί ὁ σατανᾶς δὲν μπορεῖ χωρὶς φαντασία νὰ δημιουργεῖ λογισμοὺς καὶ νὰ τοὺς παρουσιάζει στὸ νοῦ γιὰ νὰ τὸν ἐξαπατήσῃ.

15. Ἄλλος τρόπος εἶναι νὰ κρατᾶς τὴν καρδιά σου πάντοτε σὲ βαθιά σιωπὴ καὶ ἡσυχία ἀπὸ κάθε λογισμὸ καὶ νὰ προσεύχεσαι.

16. Ἄλλος τρόπος εἶναι νὰ παρακαλεῖς συνεχῶς τὸν Κύριον Ἰησοῦ Χριστὸ μὲ ταπείνωση νὰ ἔρθῃ σὲ βοήθεια.

17. Ἄλλος τρόπος εἶναι νὰ θυμᾶται κανεὶς ἀκατάπαυστα τὸ θάνατον.

3. Ματθ. 7, 21.

4. Ψαλμ. 96, 10.

5. Ματθ. 4, 3.

6. Α' Τιμ. 4, 13.

18. Ὅλες αὐτὲς οἱ ἐργασίες, ἀγαπητέ, ἐμποδίζουν τὶς πονηρὲς σκέψεις σὰν φοβεροὶ θυρωροί. Τὸ νὰ προσβλέπεις στὸν οὐρανὸ καὶ νὰ νομίζεις ὅτι ἡ γῆ δὲν εἶναι τίποτε, εἶναι καὶ αὐτὸ ὠφέλιμο καὶ ἀποτελεσματικὸ μαζί με τὰ ἄλλα, κι ἂν μοῦ δώσει ὁ Θεὸς λόγο, θὰ τὸ ἐκθέσω ἀλλοῦ πιὸ ἐκτεταμένα.

19. Ἄν κόψομε γιὰ λίγο τὶς αἰτίες τῶν παθῶν καὶ ἀσχοληθοῦμε με πνευματικὲς σκέψεις χωρὶς νὰ διατρίψομε σ' αὐτὲς καὶ χωρὶς νὰ τὸ κάνομε αὐτὸ ἔργο μας, τότε εὐκόλα πάλι ξαναγυρίζομε στὰ πάθη τῆς σάρκα, χωρὶς νὰ κερδήσομε τίποτε ἀπὸ αὐτὴ τὴν πνευματικὴ ἐργασία μας, παρὰ μόνον τέλειο σκοτισμὸ τοῦ νοῦ καὶ παραστράτημα πρὸς τὰ ὑλικά.

20. Πρέπει ὁ ἀγωνιζόμενος τὸν ἐσωτερικὸ ἀγῶνα νὰ ἔχει κάθε στιγμή τοῦ χρόνου αὐτὰ τὰ τέσσερα: ταπείνωση, ἄκρα προσοχή, ἀντίρρηση κατὰ τῶν πονηρῶν λογισμῶν καὶ προσευχή. Νὰ ἔχει ταπείνωση, γιὰ τὸν ἀγῶνα εἶναι ἐναντίον τῶν ὑπερηφάνων δαιμόνων, γιὰ νὰ ἔχει τὴ βοήθεια τοῦ Χριστοῦ πρόχειρη· ἐπειδὴ ὁ Κύριος μισεῖ τοὺς ὑπερήφανους⁷. Προσοχή, γιὰ νὰ μὴ ἔχει στὴν καρδιά του κανένα λογισμό, ἔστω καὶ ἂν αὐτὸς φαίνεται ἀγαθός. Ἀντίρρηση, ὥστε μόλις με ὀξύτητα ἐννοήσει ὅτι ἦρθε ὁ δαίμονας, εὐθὺς με ὀργῆ νὰ φέρει ἀντιλογία στὸν πονηρό. «Θ' ἀπαντήσω, λέει, σὲ ὄσους με κατηγοροῦν: δὲ θὰ ὑποταχθεῖ ἡ ψυχὴ μου στὸ Θεό;»⁸ Προσευχή, γιὰ νὰ φωνάξει δυνατὰ πρὸς τὸν Χριστὸ με στεναγμὸ ἀνέκφραστο⁹, εὐθὺς μετὰ τὴν ἀντίρρηση. Καὶ τότε ὁ ἀγωνιζόμενος ἄνθρωπος θὰ δεῖ τὸν ἐχθρὸ νὰ παραλύει ἢ νὰ ἐκδιώκεται ἀπὸ τὸ προσκυνητὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ, σὰν σκόνη στὸν ἄνεμο, ἢ νὰ χάνεται σὰν καπνὸς μαζί με τὸν πονηρὸ λογισμό του.

21. Ὅποιος δὲν ἔχει προσευχὴ ἀπαλλαγμένη ἀπὸ πονηροὺς λογισμοὺς, αὐτὸς εἶναι σὰν νὰ πηγαίνει στὸν πόλεμο χωρὶς ὄπλο. Προσευχὴ ἐννοῶ ἐκείνη ποὺ γίνεται ἀκατάπαυστα στὰ βάθη τῆς ψυχῆς, ὥστε με τὴν ἐπίκληση τοῦ Χριστοῦ, ὁ σατανᾶς ποὺ πολεμᾷ κρυφά, νὰ μαστιγώνεται καὶ νὰ καίγεται.

22. Ἐσὺ ὀφείλεις, με διαπεραστικὸ καὶ διαρκῶς τεταμένο μάτι τοῦ νοῦ, νὰ βλέπεις ὥστε νὰ ἀντιλαμβάνεσαι ποιὸς μπαίνει καὶ μόλις δεῖς ὅτι ἔρχεται νὰ μπεῖ πονηρὸς λογισμὸς, ἀμέσως με τὴν ἀντίρρηση νὰ σπάξεις τὴν κεφαλὴ τοῦ φιδιοῦ¹⁰. Καὶ συγχρόνως με στεναγμὸ φώναξε τὸ Χριστό, καὶ θὰ δοκιμάσεις τὴ θεϊκὴ καὶ ἀόρατη βοήθεια. Καὶ τότε θὰ δεῖς λαμπρὰ τὴν ἀπλότητα καὶ χρηστότητα τῆς καρδιάς.

23. Ἐκεῖνος ποὺ κρατᾷ ἓνα καθρέφτη στὸ χέρι του καὶ βρίσκεται ἀνάμεσα σὲ ἄλλους, βλέπει στὸν καθρέφτη τὸ δικό του πρόσωπο, ὅσο βλέπει καὶ τὰ πρόσωπα τῶν ἄλλων ποὺ σκύβουν στὸν καθρέφτη. Ἔτσι κι ἐκεῖνος ποὺ σκύβει μέσα στὴν καρδιά του, βλέπει τὴν δική του κατάσταση μέσα σ' αὐτήν, βλέπει ὅμως καὶ τὰ μαῦρα πρόσωπα τῶν νοητῶν αἰθιόπων, δηλαδὴ τῶν δαιμόνων.

7. Παροιμ. 3, 14.

8. Ψαλμ. 61, 1.

9. Ρωμ. 8, 26.

10. Γεν. 3, 15.

24. Δὲν μπορεῖ ὁ νοῦς μόνος του νὰ νικήσει τὴν φαντασία τῶν δαιμόνων. Ἄς μὴν ἔχει ποτὲ κανεὶς τέτοιο θάρρος. Ἐπειδὴ εἶναι πανοῦργοι, ὑποκρίνονται ὅτι νικιοῦνται καὶ ἀνατρέπουν τὸν ἀγωνιστὴ μὲ τὴν κενοδοξία. Ἄν ὅμως ἐπικαλεῖσαι τὸν Ἰησοῦ Χριστό, τότε δὲν μποροῦν οὔτε μιὰ στιγμή νὰ σταθοῦν καὶ νὰ σὲ δολιευθοῦν.

25. Πρόσεξε νὰ μὴν ὑπερηφανευτεῖς καὶ σύ, ὅπως παλιὰ ὁ Ἰσραήλ, καὶ παραδοθεῖς στοὺς νοητοὺς ἐχθροὺς. Γιατὶ ὁ παλαιὸς Ἰσραήλ, ἀφοῦ τὸν ἐλευθέρωσε ἀπὸ τοὺς Αἰγυπτίους ὁ Θεὸς τῶν ὅλων, ἐπενόησε γιὰ βοηθὸ του χυτὸ εἶδωλο¹¹.

26. Εἶδωλο χυτὸ νὰ ἐννοήσεις τὸν ἀσθενὴ νοῦ μας, ὁ ὁποῖος ἐνόσω παρακαλεῖ τὸν Ἰησοῦ Χριστὸ ἐναντίον τῶν πονηρῶν πνευμάτων, εὐκόλα τὰ καταδιώκει καὶ μὲ τεχνικὴ μέθοδο κατατροπώνει τὶς ἀόρατες καὶ ἐχθρικές δυνάμεις τοῦ ἐχθροῦ. Ὄταν ὅμως ὁ νοῦς ἀποκτήσει ἀπερίσκεπτα θάρρος στὸν ἑαυτό του, τότε κατακρημνίζεται σὰν τὸ πουλὶ ποῦ λέγεται ὀξύπτερος. Λέει ἡ Γραφή: «Ἡ καρδιά μου ἤλπισε στὸ Θεό, πῆρα βοήθεια, καὶ ἡ σάρκα μου ἀναβλάστησε»¹². «Καὶ ποιὸς ἐκτὸς ἀπὸ τὸν Κύριο θὰ μὲ ἀναστήσει καὶ θὰ συμπαραταχθεῖ μαζί μου ἐναντίον τῶν ἀμέτρητων λογισμῶν ποῦ τραβοῦν στὸ κακό;»¹³ Ὅποιος ἔχει τὸ θάρρος στὸν ἑαυτό του καὶ ὄχι στὸ Θεό, θὰ ἔχει πτώση τρομακτικὴ.

27. Τῆς καρδιακῆς ἡσυχίας, ἀγαπητέ, πρότυπο καὶ παράδειγμα (ἂν θέλεις νὰ ἀγωνίζεσαι) νὰ ἔχεις τὸ μικρὸ ζωύφιο, τὴν ἀράχνη. Διαφορετικὰ δὲν θεωρεῖσαι ὅτι ἡσύχασες στὸ νοῦ ὅπως πρέπει. Ἡ ἀράχνη κυνηγᾷ τὶς μικρὲς μύγες· κι ἐσύ, ἂν ἡσυχάζεις κοπιάζοντας μέσα στὴν ψυχὴ σου, δὲ θὰ πάφεις νὰ σκοτώνεις πάντοτε τὰ μικρὰ νήπια τῆς Βαβυλώνας· μὲ τὸν φόνο αὐτὸν μακαρίζεσαι ἀπὸ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα διὰ τοῦ Δαβίδ¹⁴.

28. Δὲν εἶναι δυνατὸν ἡ Ἐρυθρὰ θάλασσα νὰ φανεῖ στὸ στερέωμα ἀνάμεσα στ' ἀστέρια, οὔτε εἶναι δυνατόν, ἄνθρωπος ποῦ ζεῖ πάνω στὴ γῆ νὰ μὴν ἀναπνέει τὸν ἀέρα. Ἔτσι δὲν εἶναι δυνατό νὰ καθαρίσομε τὴν καρδιά μας ἀπὸ τὶς ἐμπαθεῖς σκέψεις καὶ νὰ διώξομε τοὺς νοητοὺς ἐχθροὺς ἀπ' αὐτὴ χωρὶς συχνὴ ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ.

29. Ἄν μὲ ταπεινὸ φρόνημα καὶ μνήμη θανάτου καὶ αὐτοκατηγορία καὶ ἀντίρρηση κατὰ τῶν πονηρῶν λογισμῶν καὶ μὲ ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ μένεις μέσα στὴν καρδιά σου καὶ ἂν τὸν στενὸ ἀλλὰ χαροποιὸ καὶ τερπνὸ δρόμο τῆς διάνοιας μὲ τὰ παραπάνω ὄπλα βαδίζεις καθημερινὰ ἔχοντας νήψη, θὰ φτάσεις σὲ ἅγιες θεωρίες Ἁγίων. Καὶ θὰ φωτιστεῖς σὲ βαθιὰ μυστήρια ἀπὸ τὸ Χριστό, στὸν Ὅποιο βρίσκονται οἱ θησαυροὶ οἱ κρυμμένοι τῆς γνώσεως καὶ τῆς σοφίας¹⁵, στὸν Ὅποιο κατοικεῖ ὅλη ἡ θεότητα μὲ σωματικὴ μορφή¹⁶. Θὰ αἰσθανθεῖς δηλαδὴ ὅτι μαζί μὲ τὸν Ἰησοῦ, πῆδη-

11. Ἐξ. 32, 4.

12. Ψαλμ. 27, 7.

13. Ψαλμ. 93, 16.

14. Ψαλμ. 136, 9.

15. Κολ. 2, 3.

16. Κολ. 2, 9.

σε ὀρμητικὰ στὴν ψυχὴ σου τὸ Ἅγιο Πνεῦμα, ἀπὸ τὸ Ὅποιο ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου φωτίζεται νὰ βλέπει μὲ ξέσκεπο πρόσωπο¹⁷. «Κανείς —λέει ἡ Γραφή— δὲν μπορεῖ νὰ πεῖ Κύριε Ἰησοῦ, παρὰ μόνο μὲ τὴ δύναμη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος»¹⁸, δηλαδή τὸ Ἅγιο Πνεῦμα βεβαιώνει μυστικὰ ὅτι ἔχεις μέσα σου τὸν ζητούμενο Κύριο.

30. Πρέπει νὰ γνωρίζουν καὶ τοῦτο ἐκεῖνοι ποὺ θέλουν νὰ μαθαίνουν τὰ θεῖα· ὅτι οἱ φθονεροὶ δαίμονες πολλές φορές κρύβουν καὶ συμμαζεῦουν ἀπὸ μᾶς τὸ νοητὸ πόλεμο, γιατί φθονοῦν οἱ ἄγριοι τὴν ἀπὸ τὸν πόλεμο προερχόμενη ὠφέλεια καὶ γνώση καὶ ἀνύψωση πρὸς τὸ Θεό. Θέλουν νὰ μᾶς κάνουν νὰ μὴ φροντίζομε καὶ τότε ξαφνικὰ ν' ἀρπάξουν τὸν νοῦ μας καὶ ν' ἀφαιρέσουν τὴν προσοχὴ τῆς διάνοιας. Γιατὶ ἀδιάκοπος σκοπὸς τῶν δαιμόνων καὶ ἀγώνων τους εἶναι νὰ μὴν ἀφήνουν διόλου τὴν καρδιά μας νὰ ζεῖ μὲ προσοχή, ἐπειδὴ γνωρίζουν τὸν πλοῦτο ποὺ μαζεῦομε ἀπ' αὐτὸ στὴν ψυχὴ μας. Ἐμεῖς ὅμως τότε μάλιστα μὲ τὴν μνήμη τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ νὰ ἐπεκτεινόμαστε σὲ πνευματικὲς θεωρίες καὶ ὁ πόλεμος θὰ γυρίζει πάλι στὸν νοῦ μας. Μόνο μὲ τὴν γνώμη —γιὰ νὰ τὸ πῶ ἔτσι— τοῦ Κυρίου καὶ μὲ ταπεινώση πολλὴ ἄς τὰ κάνομε ὅλα.

31. Ἐφόσον ζοῦμε σὲ κοινόβιο, πρέπει μὲ τὴν ἀβίαστη προαίρεσή μας καὶ μὲ πρόθυμη καρδιά νὰ κόβομε κάθε θέλημά μας ἀπέναντι στὸν ἡγούμενο. Καὶ μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ, γινόμαστε εὐπειθεῖς, ἡμεροὶ καὶ χωρὶς δικὸ μας θέλημα. Αὐτὸ ὅμως πρέπει νὰ γίνεται μὲ τέχνη, γιὰ νὰ μὴν ταραζόμαστε ἀπὸ τὴν ὀργὴ καὶ νὰ μὴν κινοῦμε τὸ θυμικὸ μέρος τῆς ψυχῆς παράλογα καὶ παρὰ φύση, καὶ βρεθοῦμε ἔτσι νὰ μὴν ἔχομε παρρησία στὸν ἀόρατο πόλεμο. Γιατὶ, ὅταν δὲν κόβομε τὸ θέλημά μας ἐκουσίως, συνήθως θυμώνομε ἐναντίον ἐκείνων οἱ ὁποῖοι ἐπιχειροῦν νὰ μᾶς τὸ κόψουν ἀκουσίως μας. Καὶ ἀπὸ αὐτό, ὁ θυμὸς ποὺ ἀναφε γαυγίζοντας ἄγρια, ἀφανίζει τὴ γνώση τῆς πάλης ποὺ μὲ πολλὴ δυσκολία μπορέσαμε ν' ἀποκτήσομε· γιατί ὁ θυμὸς ἐκ φύσεως εἶναι καταστρεπτικὸς. Ἄν κινηθεῖ ἐναντίον δαιμονικῶν λογισμῶν, τοὺς καταστρέφει καὶ τοὺς ἐξαφανίζει. Ἄν πάλι βράζει ἐναντίον τῶν ἀνθρώπων, καταστρέφει τοὺς ἀγαθοὺς λογισμοὺς μας. Λοιπὸν ὁ θυμὸς, βλέπω ὅτι εἶναι καταστρεπτικὸς κάθε λογισμοῦ, εἴτε πονηροῦ, εἴτε ἀκόμη καὶ ἀγαθοῦ· μᾶς ἔχει δοθεῖ ἀπὸ τὸ Θεὸ ὡς ὄπλο καὶ τόξο, ἂν δὲν χρησιμοποιεῖται ἐναντίον καὶ τῶν δύο λογισμῶν. Ἄν ὅμως ἐνεργεῖ διαφορετικὰ, τότε εἶναι καταστρεπτικὸς. Γιατὶ ἐγὼ γνωρίζω καὶ σκύλο θρασύ, ὁ ὁποῖος καταστρέφει τὰ πρόβατα ὅπως ὁ λύκος.

32. Πρέπει νὰ μισοῦμε τὴν ἐλευθεροστομία σὰν δηλητήριο τῆς ἔχιδνας καὶ νὰ ἀποφεύγομε τίς πολλὰς συνομιλίαις σὰν φίδια καὶ γεννήματα ἔχιδνῶν¹⁹, γιατί αὐτὲς μποροῦν τὸ ταχύτερο νὰ κάνουν τὸν ἀγωνιστὴ νὰ λησμονήσει τελείως τὸν ἐσωτερικὸ πόλεμο καὶ νὰ κατακρημνίσουν τὴν ψυχὴ

17. Β' Κορ. 3, 18.

18. Α' Κορ. 12, 3.

19. Ματθ. 3, 7.

ἀπὸ τὴν ὑψηλὴν χαρὰ πού προέρχεται ἀπὸ τὴν καθαρότητα τῆς καρδιάς. Ἡ καταραμένη λησμοσύνη εἶναι ἀντίθετη στὴν καρδιακὴ προσοχή, ὅσο τὸ νερὸ στὴ φωτιά, καὶ κάθε στιγμή τῆς εἶναι ἰσχυρὸς ἀντίπαλος· ἀπὸ τὴν λησμοσύνη κατανατοῦμε στὴν ἀμέλεια καὶ ἀπὸ τὴν ἀμέλεια στὴν καταφρόνηση τῶν θείων καὶ τῆ ραθυμία καὶ σὲ ἄτοπες ἐπιθυμίες. Κι ἔτσι πάλι γυρίζομε πίσω, ὅπως ὁ σκύλος γυρίζει στὸν ἐμετό του²⁰. "Ἄς ἀποφύγομε λοιπὸν τὴν ἐλευθεροστομία σὰν θανατηφόρο φαρμάκι. Τὰ κακὰ ἀποτελέσματα ἀπὸ τὴ λησμοσύνη γιὰ τρεῦει μιὰ πολὺ αὐστηρὴ φύλαξη τοῦ νοῦ καὶ μιὰ ἀδιάκοπη ἐπίκληση τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ. Δίχως Αὐτόν, τίποτε δὲν μποροῦμε νὰ κάνομε²¹.

33. Δὲν εἶναι δυνατὸ νὰ πιάσεις φιλία μὲ τὸ φίδι καὶ νὰ τὸ βάλεις μέσα στὸν κόρφο σου· οὔτε εἶναι δυνατὸ νὰ χαϊδεύεις καὶ νὰ περιποιεῖσαι τὸ σῶμα σου μὲ κάθε τρόπο καὶ νὰ τὸ ἀγαπᾶς, ἐκτὸς ἀπ' ὅσο τοῦ εἶναι ἀναγκαῖο καὶ τοῦ χρειάζεται, καὶ συγχρόνως νὰ φροντίζεις γιὰ τὴν οὐράνια ἀρετὴ. Γιατί, ἐκ φύσεως, τὸ φίδι δαγκώνει, ἐνῶ τὸ σῶμα μολύνει μὲ τὴν ἡδονὴ ἐκεῖνον πού τὸ περιποιεῖται. Σὲ ὅ,τι φταίει τὸ σῶμα, κτύπα το μὲ γροθιές χωρὶς νὰ τὸ λυπᾶσαι· σὰν μεθυσμένος δούλος πού δραπέτευσε, ἄς λάβει τὴν πείρα τοῦ μαστιγώματος ἀπὸ τὸν κύριό του καὶ ἄς φύγει ἀπὸ τὰ καπηλειά. "Ἄς μὴν ἀγνοεῖ τὴν ἄφθαρτη κυρία του, τὴν ψυχὴ, αὐτὸ πού εἶναι φθαρτὴ λάσπη καὶ δούλος τῆς ψυχῆς ὄλο σκοτάδι. Μέχρι τὸ θάνατό σου μὴν ἐμπιστευτεῖς νὰ πάρεις θάρρος μὲ τὴ σάρκα σου. Λέει ἡ Γραφή: «Τὸ θέλημα τῆς σάρκας εἶναι ἔχθρα κατὰ τοῦ Θεοῦ. Καὶ ἡ σάρκα ἐπιθυμεῖ ἀντίθετα μὲ τὸ πνεῦμα, καὶ τὸ πνεῦμα ἀντίθετα μὲ τὴ σάρκα. Ὅσοι ζοῦνε ζωὴ σαρκικὴ δὲν μποροῦν ν' ἀρέσουν στὸ Θεό. Ἐμεῖς ὅμως δὲν εἴμαστε σαρκικοί, ἀλλὰ πνευματικοί»²².

34. Ἔργο τῆς φρονήσεως εἶναι νὰ κινεῖ πάντοτε τὸ θυμικὸ μέρος τῆς ψυχῆς, γιὰ νὰ συνάπτομε τὴν ἐσωτερικὴ μάχη κατὰ τῶν παθῶν καὶ τῶν δαιμονικῶν προσβολῶν καὶ νὰ κατηγοροῦμε τὸν ἑαυτὸ μας. Ἔργο τῆς σοφίας εἶναι νὰ παρακινεῖ τὸ λογιστικὸ μέρος τῆς ψυχῆς σὲ νήψη ἀκριβὴ καὶ ὀλοκληρωμένη καὶ σὲ πνευματικὴ θεωρία. Ἔργο τῆς δικαιοσύνης εἶναι νὰ διευθύνει τὸ ἐπιθυμητικὸ μέρος τῆς ψυχῆς πρὸς τὴν ἀρετὴ καὶ τὸ Θεό, ἐνῶ ἔργο τῆς ἀνδρείας εἶναι νὰ κυβερνᾶ καὶ νὰ κατέχει τὶς πέντε αἰσθήσεις γιὰ νὰ μὴ μολύνεται ἀπὸ αὐτὲς τόσο ὁ ἐσωτερικός μας ἄνθρωπος, δηλαδὴ ἡ καρδιά, ὅσο καὶ ὁ ἐξωτερικός, δηλαδὴ τὸ σῶμα.

35. «Πάνω στὸν Ἰσραὴλ λάμπει ἡ μεγαλοπρέπειά Του», δηλαδὴ πάνω στὸ νοῦ πού βλέπει, ὅσο εἶναι δυνατὸ, τὸ κάλλος τῆς δόξας τοῦ Θεοῦ, «καὶ ἡ δύναμή Του φανερώνεται στὰ νέφη»²³, δηλαδὴ στὶς ψυχὲς τὶς ὀλοφώτεινες πού ἀτενίζουν τὰ πρῶινά Αὐτόν πού κάθεται στὰ δεξιὰ τοῦ Πατέρα Του, νὰ

20. Β' Πέτρ. 2, 22.

21. Ἰω. 15, 5.

22. Ρωμ. 8, 6· Γαλ. 5, 17.

23. Ψαλμ. 67, 35.

φεγγοβολεῖ πρὸς αὐτές, σὰν τὸν ἥλιο πὺ ἀκτινοβολεῖ ἀνάμεσα ἀπὸ τὰ καθαρά σύννεφα, καὶ τὶς δείχνει ἀξιαγάπητες.

36. Ἐνας πὺ ἀμαρτάνει, λέει ἡ θεία Γραφή, θὰ χάσει μεγάλη δικαιοσύνη καὶ ἀρετή²⁴. Καὶ ὁ νοῦς πὺ ἀμαρτάνει θὰ χάσει τὰ ἀθάνατα καὶ ἀφθάρτα ποτὰ καὶ φαγητὰ πὺ ἀναφέρονται στὸ ἴδιο κεφάλαιο²⁵.

37. Δὲν εἴμαστε δυνατότεροι ἀπὸ τὸ Σαμφών, οὔτε σοφότεροι ἀπὸ τὸν Σολομώντα, οὔτε ἔχομε μεγαλύτερη γνώση ἀπὸ τὸν Δαβίδ· οὔτε ἀγαποῦμε τὸ Θεὸ περισσότερο ἀπὸ τὸν κορυφαῖο Πέτρο. Ἄς μὴν ἔχομε λοιπὸν θάρρος στὸν ἑαυτὸ μας, γιατί λέει ἡ Γραφή: «Ὅποιος ἔχει θάρρος στὸν ἑαυτὸ του, θὰ ἔχει πτώση τρομακτική»²⁶.

38. Ἄς μάθομε ἀπὸ τὸν Χριστὸ τὴν ταπεινοφροσύνη καὶ ἀπὸ τὸν Δαβίδ τὴν ταπείνωση καὶ ἀπὸ τὸν Πέτρο τὸ νὰ δακρύζομε γιὰ ὅσα συμβαίνουν· ἀλλὰ ἄς μὴν ἀπελπίζομαστε, ὅπως ὁ Σαμφών, ὁ Ἰούδας καὶ ὁ Σολομών, πὺ ἦταν πάρα πολὺ σοφός.

39. Ὁ διάβολος, σὰν λιοντάρι πὺ μουγκρίζει, περπατεῖ μαζί μὲ τὶς δυνάμεις τοῦ ζητώντας ποιὸν νὰ καταπιεῖ²⁷. Ἡ καρδιακὴ λοιπὸν προσοχὴ καὶ νήψη καὶ ἀντίρρηση καὶ εὐχὴ πρὸς τὸν Ἰησοῦ Χριστό, τὸ Θεὸ μας, ἄς μὴν παύει ποτέ. Γιατί καλύτερη βοήθεια, ἐκτὸς ἀπὸ τὸν Ἰησοῦ, δὲν θὰ βρεῖς σὲ ὅλη τὴ ζωὴ σου. Μόνο Αὐτὸς ὁ Κύριος γνωρίζει, ὡς Θεὸς πὺ εἶναι, τὶς παυουργίες καὶ τὶς μεθόδους καὶ τοὺς δόλους τῶν δαιμόνων.

40. Ἡ ψυχὴ λοιπὸν ἄς ἔχει τὸ θάρρος τῆς στὸ Χριστὸ καὶ ἄς τὸν παρακαλεῖ καὶ καθόλου ἄς μὴ δειλιάζει, γιατί δὲν πολεμεῖ μόνη τῆς, ἀλλὰ μαζί μὲ τὸν φοβερὸ βασιλιὰ Ἰησοῦ Χριστό, πὺ εἶναι ὁ Κτίστης ὅλων τῶν ὄντων, ἀσωμάτων καὶ σωματικῶν, δηλαδὴ ὁρατῶν καὶ ἀορατῶν.

41. Ὅπως ἡ βροχὴ ὅσο περισσότερο πέφτει πάνω στὴ γῆ, τόσο τὴν μαλακώνει, ἔτσι καὶ τὴ γῆ τῆς καρδιάς μας χαροποιεῖ καὶ εὐφραίνει τὸ ἅγιο ὄνομα τοῦ Χριστοῦ, ὅσο περισσότερο τὸ φωνάζομε καὶ ὅσο συχνότερα τὸ ἐπικαλούμαστε.

42. Εἶναι καλὸ λοιπὸν νὰ γνωρίζουν οἱ ἄπειροι ὅτι, ἐμεῖς οἱ παχεῖς πὺ κλῖνομε στὴ γῆ καὶ μὲ τὸ σῶμα μας καὶ μὲ τὸ φρόνημά μας, ἔχομε ἐχθροὺς ἀσώματους καὶ ἀόρατους, πὺ θέλουν τὸ κακό μας καὶ ξέρουν καλὰ τὴν τέχνη νὰ μᾶς κακοποιήσουν καὶ εἶναι δραστήριοι καὶ εὐκίνητοι καὶ ἐμπειροπόλεμοι ἀπὸ τὰ χρόνια τοῦ Ἀδὰμ καὶ μέχρι τώρα· καὶ δὲν ἔχομε ἄλλο τρόπο νὰ τοὺς νικήσομε παρὰ μόνον μὲ τὴν ἀκατάπαυστη νήψη τοῦ νοῦ καὶ τὴν ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ τοῦ Θεοῦ καὶ Δημιουργοῦ μας. Καὶ γιὰ ἐκείνους πὺ εἶναι ἀκόμη ἄπειροι, ἄς εἶναι τὰ παραπάνω, δηλ. ἡ εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ καὶ ἡ προτροπὴ νὰ δοκιμάσουν καὶ νὰ γνωρίσουν τὸ καλὸ. Γιὰ ὅσους ὅμως ἔχουν πείρα, ἡ πράξη καὶ ἡ δοκιμασία καὶ ἡ ἀνάπαυση πὺ δίνει τὸ καλὸ, εἶναι ἄριστος τρόπος καὶ δάσκαλος.

24. Ἐκκλ. 9, 18.

25. Ἐκκλ. 9, 7.

26. Ἰώβ 18, 12.

27. Α' Πέτρ. 5, 8.

43. Τὸ μικρό, δηλαδή τὸ ἀπονήρευτο παιδί, ὅταν βλέπει κάποιον ποὺ κάνει θεατρικὰ τεχνάσματα, εὐχαριστεῖται καὶ τὸν ἀκολουθεῖ ἀπὸ ἀκακία. Ἔτσι καὶ ἡ ψυχὴ μας, ἐπειδὴ εἶναι ἀπλή καὶ ἀγαθὴ, γιὰ τὴν πλάστηκε ἀπὸ τὸν ἀγαθὸ Κύριο, εὐχαριστεῖται ἀπὸ τὴν προσβολὴν τοῦ διαβόλου ποὺ παριστάνει ψευδεῖς φαντασίες. Καὶ ἔτσι ἐξαπατᾶται καὶ τρέχει πρὸς τὸ κακὸν ὅταν νὰ ἦταν καλὸ, ὅπως ἡ περιστέρα τρέχει πίσω ἀπὸ τὸν ἐχθρὸν τῶν παιδιῶν της. Ἀνακατῶνει ἡ ψυχὴ τοὺς λογισμοὺς της μὲ τὴν φαντασίαν τῆς δαιμονικῆς προσβολῆς, λ.χ. ἕνα πρόσωπο γυναίκας ὠραίας, ἢ κάτι ἄλλο ποὺ ἀπαγορεύεται τελείως ἀπὸ τὴν ἐντολὴν τοῦ Χριστοῦ. Θέλει νὰ κάνει πραγματικότητά ὅ,τι ὠραῖο εἶδε στὴ φαντασίαν της. Καὶ τότε ἀφοῦ δώσει τὴν συγκατάθεσίν της, πραγματοποιεῖ καὶ μὲ τὸ σῶμα ἐκείνη τὴν ἁμαρτίαν ποὺ εἶδε μὲ τὸ νοῦν της, μὲ συνέπεια τὴν ἴδιαν της τὴν κατάκρισιν.

44. Αὐτὴ εἶναι ἡ τέχνη τοῦ πονηροῦ, καὶ μὲ αὐτὰ τὰ βέλη δηλητηριάζει τὴν ψυχὴν. Γι' αὐτὸ δὲν εἶναι ἀσφαλὲς, πρὶν ἀποκτήσῃ ὁ νοῦς μεγάλην πολεμικὴν πείραν, νὰ ἀφήνῃ τοὺς λογισμοὺς νὰ μπαίνουν μέσα εἰς τὴν καρδίαν μας καὶ μάλιστα εἰς τὴν ἀρχήν, ἐπειδὴ ἀκόμη ἡ ψυχὴ μας εὐχαριστεῖται σὺν δαιμονικῆς προσβολῆς καὶ τὴν ἀκολουθεῖ. Ἀλλὰ πρέπει μόνον νὰ τοὺς ἐννοεῖ καὶ νὰ τοὺς κόβῃ μόνον φαντασίαν καὶ τὴν προσβάλλῃ. Ὅταν ὁ νοῦς πολυκαιρίσῃ σ' αὐτὸ τὸ θαυμαστὸ ἔργον καὶ ἐξασκηθῇ καὶ ἐννοήσῃ καλὰ καὶ τοῦ γίνῃ σταθερὴ συνήθεια ὁ πόλεμος καὶ ἡ ἀληθινὴ γνώσις τῶν λογισμῶν του, καὶ ὅταν μπορεῖ, ὅπως λέει ὁ προφήτης, εὐκόλως νὰ πιάνῃ τὴν νεαρὴν ἀλεπούδα²⁸, τότε μὲ προσοχὴν καὶ ἐπιμέλειαν, πρέπει νὰ τοὺς ἀφήνῃ νὰ ἔρχονται καὶ νὰ τοὺς ἐλέγχει.

45. Ὅπως εἶναι ἀδύνατον, μέσα ἀπὸ τὸν ἴδιον σωλῆνα νὰ περάσῃ φῶς καὶ νερὸν μαζί, ἔτσι εἶναι ἀδύνατον νὰ μπεῖ ἡ ἁμαρτία μέσα εἰς τὴν καρδίαν μας, ἂν δὲν χτυπήσῃ πρῶτα τὴν πόρταν τῆς καρδιᾶς μὲ προσβολὴν μιᾶς ἁμαρτωλῆς φαντασίας.

46. Πρῶτα-πρῶτα, ὑπάρχει ἡ προσβολὴ τῆς κακῆς σκέψεως. Δεύτερον, ὁ συνδυασμὸς, ὅταν ἀνακατῶνεται οἱ δικοὶ μας καὶ οἱ δαιμονικοὶ λογισμοί. Τρίτον, ἡ συγκατάθεσις, ὅταν οἱ λογισμοὶ μας συσκέπτονται μὲ τοὺς δαιμονικοὺς λογισμοὺς γιὰ νὰ διαπράξουν τὸ κακόν. Τέταρτον εἶναι ἡ αἰσθητὴ πράξις, δηλαδή ἡ ἁμαρτία. Ἄν λοιπὸν ὁ νοῦς προσέχει μὲ νήψιν, καὶ μὲ τὴν ἀντίρρηση καὶ τὴν ἐπίκλησιν τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ φυγαδεύῃ τὴν προσβολὴν μόνον ἀναφανεῖ, τότε τὰ ἐπόμενα (συνδυασμὸς, συγκατάθεσις, ἁμαρτία) μένουσιν ἀργά. Ὁ πονηρὸς δαίμονας ἐπειδὴ εἶναι ἀσώματος νοῦς, δὲν μπορεῖ διαφορετικὰ νὰ πλανήσῃ τὴν ψυχὴν, παρὰ μὲ τὴν φαντασίαν καὶ τοὺς λογισμοὺς. Γιὰ τὴν προσβολὴν ὁ Δαβὶδ λέει: «Κάθε πρῶτον σκότωναν ὅλους τοὺς ἁμαρτωλοὺς τῆς γῆς»²⁹. Καὶ ὁ μέγας Μωυσῆς λέει γιὰ τὴν συγκατάθεσιν: «Δὲ θὰ δώσεις τὴν συγκατάθεσίν σου σ' αὐτούς, γιὰ νὰ μὴ σὲ κάνουν καὶ ἁμαρτήσεις»³⁰.

28. Ἄσμα 2, 15.

29. Ψαλμ. 100, 8.

30. Ἐξ. 23, 32.

47. Νοῦς μὲ νοῦ συμπλέκεται ἀόρατα καὶ πολεμᾶ, δηλαδή ὁ δαιμονικός νοῦς μὲ τὸ δικό μας. Καὶ γι' αὐτὸ εἶναι ἀνάγκη κάθε στιγμή νὰ φωνάζομε πρὸς τὸ Χριστό, νὰ διώξει τὸν δαιμονικὸ νοῦ καὶ νὰ μᾶς δώσει τὴ νίκη ὡς φιλόανθρωπος.

48. Ὑπόδειγμα ἡσυχίας τῆς καρδιάς νὰ ἔχεις ἐκεῖνον ποὺ κρατεῖ στὸ χέρι του καθρέφτη καὶ βλέπει μέσα σ' αὐτὸν ἀδιάκοπα. Καὶ τότε θὰ βλέπεις ἐκεῖνα ποὺ ζωγραφίζονται νοερὰ μέσα στὴν καρδιά σου, τόσο τὰ πονηρὰ ὅσο καὶ τὰ ἀγαθὰ.

49. Κοίταξε νὰ μὴν ἔχεις κανένα λογισμό στὴν καρδιά σου, οὔτε παράλογο οὔτε εὐλογο, γιὰ νὰ ἀναγνωρίζεις εὐκολὰ τοὺς ἀλλόφυλους, δηλαδή τοὺς πρωτότοκους γιουὺς τῶν Αἰγυπτίων.

50. Πόσο ὠφέλιμη καὶ τερπνή, φωτεινὴ καὶ γλυκύτατη, πανέμορφη, λαμπρὴ καὶ ὠραία ἀρετὴ εἶναι ἡ νήψη, ὅταν ἀπὸ Σένα Χριστὲ μπαίνει σὲ καλὸ δρόμο καὶ ὅταν ὁ ἄγρυπνος νοῦς τοῦ ἀνθρώπου τὴν ἀσκεῖ μὲ μεγάλη ταπείνωση. Ἀπλώνει μέχρι τὴ θάλασσα καὶ μέχρι τὴν ἄβυσσο τῶν θεωριῶν τὰ κλήματα τῆς καὶ μέχρι τῶν τερπνῶν καὶ θείων μυστηρίων τὰ βλαστάρια τῆς³¹. Ποτίζει τὸ νοῦ ποὺ ἀπὸ πολὺ καιρὸ τὸν ἔχει κατακάψει ἢ ἀσέβεια μὲ τὴν ἀρμύρα τῶν πονηρῶν δαιμονικῶν λογισμῶν καὶ τὸ ἐχθρικὸ σαρκικὸ φρόνημα, τὸ ὁποῖο εἶναι θάνατος³².

51. Ἡ νήψη μοιάζει μὲ τὴν κλίμακα τοῦ Ἰακώβ, πάνω στὴν ὁποία μένει ὁ Θεὸς καὶ ἀνεβαίνουν οἱ Ἄγγελοι³³. Γιατὶ ἀφανίζει καὶ καταστρέφει ἀπὸ τὴν ψυχὴ μας κάθε κακό. Αὐτὴ κόβει τὴν πολυλογία, τὴν κακολογία ἐναντίον τῶν ἄλλων, τὴν κατάκριση καὶ ὄλο τὸν κατάλογο τῶν αἰσθητῶν ἀμαρτημάτων, γιατί δὲν ἀνέχεται οὔτε γιὰ μιὰ στιγμή νὰ στερηθεῖ ἐξαιτίας τοὺς τὴν δικὴ τῆς γλυκύτητα.

52. Τὴν νήψη, ἀδελφοί μου, ἄς τὴν ἀσκοῦμε μὲ προθυμία. Καὶ στὰ ὕψη τῆς μὲ καθαρὴ διάνοια πετώντας μὲ τὴ χάρη τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, ἄς ἀναλογιζόμαστε τὰ ἀμαρτήματά μας καὶ τὸν προηγούμενο βίο μας. Ἔτσι, νιώθοντας συντριβὴ καὶ ταπείνωση μὲ τὴν μνήμη τῶν ἀμαρτιῶν μας, θὰ ἔχομε ἀκατάπαυστη τὴ βοήθεια τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ τοῦ Θεοῦ μας στὸν ἀόρατο πόλεμο. Ὅταν στερηθοῦμε τὴν βοήθεια τοῦ Ἰησοῦ ἀπὸ ὑπερηφάνεια ἢ κενοδοξία ἢ φιλαυτία, τότε στερούμαστε καὶ τὴν καθαρότητα τῆς καρδιάς, μὲ τὴν ὁποία φανερώνεται ὁ Θεὸς στὸν ἀνθρώπο· ἐπειδὴ ἡ αἰτία νὰ δοῦμε τὸ Θεό, σύμφωνα μὲ τὴν ὑπόσχεση τοῦ Κυρίου³⁴, εἶναι ἡ καθαρὴ τῆς καρδιάς.

53. Ὁ νοῦς ποὺ δὲν ἀμελεῖ τὴν κρυφὴ ἐργασία του, μαζί μὲ τὰ ἄλλα καλὰ ποὺ θὰ βρεῖ ἀπὸ τὴν ἀδιάκοπη φύλαξή του, θὰ βρεῖ καὶ τίς πέντε αἰσθήσεις τοῦ σώματος νὰ εἶναι ἀργές ἀπὸ τὰ ἐξωτερικὰ κακά. Γιατὶ μὲ τὸ νὰ προσέχει στὴν ἀρετὴ καὶ τὴ νήψη του καὶ μὲ τὸ νὰ θέλει νὰ ἐνδιατρίβει στίς καλὲς σχέσεις, δὲν ἀνέχεται νὰ τὸν κλέβουν οἱ πέντε αἰσθήσεις ποὺ τοῦ φέρ-

31. Ψαλμ. 79, 12.

32. Ρωμ. 8, 6-8.

33. Γεν. 28, 12.

34. Ματθ. 5, 8.

νουν ύλικούς και μάταιους λογισμούς· αλλά έπειδή γνωρίζει πόσο άπατηλές είναι, τις πιό πολλές φορές τις περιορίζει άκόμη και μέσα του.

54. Μένε μέσα στη διάνοιά σου δια τής νήψεως και δέν θά κοπιάσεις στους πειρασμούς. "Αν φεύγεις άπό εκεί, ύπόμενε τούς πειρασμούς που έρχονται.

55. "Όπως εκείνους που έχουν κακοφάγει, τούς ώφελει τó πικρό άφόνθιο, έτσι και οί κακότροποι έχουν συμφέρον νά ύποφέρουν θλίψεις.

56. "Αν δέ θέλεις νά ύποφέρεις κακά, μη θέλεις και νά κάνεις κακά, γιατί σ' αυτό άκολουθει, χωρίς έξαιρεση, εκείνο. "Ό,τι σπείρει ó άνθρωπος, τούτο και θά θερίσει³⁵. "Όταν λοιπόν έκουσίως σπέρνομε τά πονηρά κι έπειτα άκουσίως τά θερίζομε, όφείλομε νά θαυμάζομε τή δικαιοσύνη του Θεού.

57. Τυφλώνεται ó νοϋς με τά τρία αυτά πάθη, τή φιλαργυρία, τήν κενοδοξία και τήν ήδονή.

58. Η γνώση και ή πίστη, που είναι σύντροφοι τής ανθρώπινης φύσεως, άπό τίποτε άλλο δέν άδυνάτισαν, παρά άπό τις τρεις προηγούμενες κακίες.

59. "Ο θυμός και ή όργή και οί πόλεμοι και οί φόνοι και όλος ό κατάλογος τών λοιπών κακών, έξαιτίας τών προηγούμενων τριών κακιών ισχυροποιήθηκαν πάρα πολυ μεταξύ τών ανθρώπων.

60. Έκείνος που δέν γνωρίζει τήν άλήθεια, δέν μπορεί και νά πιστεύει άληθινά. Γιατι ή γνώση φυσικά προηγείται άπό τήν πίστη, κι αυτό έπειδή εκείνα που λέει ή Γραφή, δέν θά λέει μόνο για νά τά μάθομε, αλλά για νά τά πράξομε.

61. "Ας άρχίσομε λοιπόν τó έργο. Έτσι σιγά-σιγά προκόβοντας θά βροϋμε ότι ή έλπίδα στο Θεό και ή βέβαιη πίστη και ή βαθύτερη γνώση και ή άπελευθέρωση άπό τούς πειρασμούς και τά θεία χαρίσματα και ή άπό τήν καρδιά έξομολόγηση και τά συνεχή δάκρυα, έρχονται στους πιστούς με τήν προσευχή. Και όχι αυτά μόνο· αλλά και ή ύπομονή στις θλίψεις και ή ειλικρινής συγχώρηση του πλησίον και ή βαθιά γνώση του πνευματικού νόμου και ή εύρεση τής δικαιοσύνης του Θεού και ή έπιφοίτηση του "Αγίου Πνεύματος και ή χορήγηση τών πνευματικών θησαυρών και όλα όσα ύποσχέθηκε ό Θεός νά δώσει στους πιστούς και στον παρόντα και στον μέλλοντα αιώνα. Και μ' ένα λόγο, είναι άδύνατο νά φανει ή ψυχή είκόνα Θεού, παρεκτός με χάρισμα του Θεού και πίστη του ανθρώπου, ό όποιος παραμένει με μεγάλη ταπεινοφροσύνη και άδιάσπαστη προσευχή στη διάνοιά του.

62. Μεγάλο άγαθό πράγματι άπό τήν πείρα έχομε παραλάβει, τó νά επικαλούμαστε συνεχώς τον Κύριο Ίησού έναντίον τών νοητών έχθρών, όσοι θέλομε νά καθάρισομε τήν καρδιά μας. Και παρατήρησε, πώς ό λόγος που λέω είναι σύμφωνος με τις "Αγιες Γραφές. Λέει κάπου: «Νά έτοιμάζεσαι

35. Γαλ. 6, 7.

Ἰσραήλ γιὰ νὰ ἐπικαλεῖσαι τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου τοῦ Θεοῦ σου»³⁶. Καὶ ὁ Ἀπόστολος λέει: «Νὰ προσεύχεστε ἀδιαλείπτως»³⁷. Καὶ ὁ Κύριός μας λέει: «Δὲν μπορείτε νὰ κάνετε τίποτε δίχως ἐμένα. Ὅποιος μένει σ' ἐμένα κι ἐγὼ σ' αὐτόν, αὐτὸς κάνει πολὺ καρπὸ. Ἄν δὲ μείνει σ' ἐμένα, θὰ πεταχτεῖ ἔξω ὅπως τὸ ξερὸ κλῆμα»³⁸. Μέγα ἀγαθὸ εἶναι ἡ προσευχή, τὸ ὁποῖο περιέχει ὅλες τὶς ἀρετές, γιὰτὶ καθαρίζει τὴν καρδιά, μέσα στὴν ὁποία ὁ Θεὸς φανερώνεται στοὺς πιστοὺς.

63. Ἡ ταπείνωση, ἐπειδὴ ἐκ φύσεως ἀνυψώνει τὸν ἄνθρωπο καὶ ἔχει τὴν ἀγάπη τοῦ Θεοῦ καὶ ἀφανίζει σχεδὸν ὅλα τὰ κακὰ πού υπάρχουν μέσα μας τὰ ὁποῖα μισεῖ ὁ Θεός, εἶναι δυσκολοκατόρθωτη. Καὶ μπορεῖ νὰ βρεῖς σὲ ἓναν ἄνθρωπο μερικὴ ἐργασία πολλῶν ἀρετῶν, ἂν ὅμως ζητήσεις καὶ μωροδιὰ μόνον ταπεινώσεως, μόλις πού θὰ τὴ βρεῖς. Γι' αὐτὸ εἶναι ἀνάγκη νὰ ἔχομε μεγάλη ἐπιμέλεια, ὥστε νὰ ἀποκτήσομε τὴν ἀγία ταπείνωση. Ἡ Γραφή, τὸν διάβολο τὸν ὀνομάζει ἀκάθαρτο, ἐπειδὴ ἐξαρχῆς ἀπώθησε τὸ ἀγαθὸ τῆς ταπεινοφροσύνης καὶ ἀγάπησε τὴν ὑπερηφάνεια. Γι' αὐτὸ καὶ πνεῦμα ἀκάθαρτο ὀνομάζεται σὲ ὅλες τὶς Γραφές³⁹. Ποιὰ σωματικὴ ἀκαθαρσία μπορεῖ νὰ κάνει ὁ ἀσώματος, ἄσαρκος καὶ ἀστάθμητος, γιὰ νὰ τὸν λέει ἡ Γραφή ἀκάθαρτο; Φανερὸ εἶναι ὅτι γιὰ τὴν ὑπερηφάνειά του ὀνομάστηκε ἀκάθαρτος καὶ ἀπὸ καθαρὸς καὶ φωτεινὸς ἄγγελος, ἔγινε βέβηλος. Ἐπειδὴ, γιὰ τὸ Θεὸ εἶναι ἀκάθαρτος κάθε ὑπερήφανος⁴⁰, καὶ πρώτη ἀμαρτία εἶναι ἡ ὑπερηφάνεια⁴¹. Ἔτσι καὶ ὁ ὑπερήφανος Φαραὼ ἔλεγε: «Δὲ γνωρίζω τὸ Θεὸ σου καὶ δὲ θὰ ἐλευθερώσω τὸν Ἰσραήλ»⁴².

64. Ὑπάρχουν πολλές πράξεις καὶ ἔργα τοῦ νοῦ πού μποροῦν νὰ μᾶς προμηθεύσουν τὸ ἀγαθὸ δῶρο τῆς ταπεινοφροσύνης, ἂν δὲν εἴμαστε ἀμελεῖς γιὰ τὴ σωτηρία μας· δηλαδὴ ἡ μνήμη τῶν ἀμαρτιῶν μας, ὅσες κάναμε μὲ λόγια, μὲ ἔργα καὶ μὲ τὸ νοῦ μας, καὶ ἄλλα πολλὰ πού βοηθοῦν νὰ ἀποκτήσομε τὴν ταπεινοφροσύνη. Ταπείνωση ἀληθινὴ προξενεῖ καὶ τὸ νὰ θυμώμαστε πάντοτε τὰ κατορθώματα τῆς ἀρετῆς τῶν ἄλλων καὶ νὰ μεγαλοποιοῦμε τὰ ἄλλα φυσικὰ πλεονεκτήματά τους καὶ νὰ συγκρίνομε τὰ δικὰ μας ἔργα μὲ τὰ δικὰ τους, γιὰ νὰ βλέπομε ὅτι εἴμαστε κατώτεροι ἀπὸ αὐτούς. Καὶ ἔτσι βλέποντας ὁ νοῦς τὴν εὐτέλειά του καὶ πόσο ὑστερεῖ ἀπὸ τὴν τελειότητα τῶν ἀδελφῶν, θεωρεῖ τὸν ἑαυτό του χῶμα καὶ στάχτη καὶ ὄχι ἄνθρωπο, ἀλλὰ σκύλο, ἐπειδὴ σὲ ὅλα εἶναι κατώτερος καὶ πολὺ πίσω ἀπὸ ὅλους τοὺς λογικοὺς ἀνθρώπους.

65. Λέει τὸ στόμα τοῦ Χριστοῦ, ὁ στύλος τῆς Ἐκκλησίας, ὁ μέγας πατέρας μας Βασίλειος: «Μεγάλο καλὸ γιὰ νὰ μὴν ἀμαρτάνομε, οὔτε τὴν ἄλλη ἡμέρα νὰ πέφτομε στὰ ἴδια ἀμαρτήματα, εἶναι τὸ νὰ ἀνακρίνομε στὸ τέλος τῆς ἡμέρας τὴ συνείδησή μας σὲ τί σφάλαμε καὶ τί καλὸ κάναμε. Αὐτὸ

36. Ἄμωσ 4, 12.

37. Α' Θεσ. 5, 17.

38. Ἰω. 15, 5-6.

39. Ματθ. 10, 1· 12, 43 κ.ά.

40. Παροιμ. 16, 5.

41. Σ. Σειρ. 10, 13.

42. Ἐξ. 5, 2.

ἔκανε καὶ ὁ Ἰώβ γιὰ τὸν ἑαυτό του καὶ γιὰ τὰ παιδιὰ του⁴³. Γιατὶ οἱ ἀνακρίσεις τῶν πράξεών μας, ὅταν γίνονται κάθε μέρα, μᾶς φωτίζουν τί πρέπει νὰ κάνομε κάθε στιγμή».

66. Καὶ ἄλλος πάλι σοφὸς στὰ θεῖα εἶπε: «Ἀρχὴ τῆς καρποφορίας εἶναι τὸ ἄνθος καὶ ἀρχὴ τῆς πρακτικῆς ἀρετῆς εἶναι ἡ ἐγκράτεια». Λοιπὸν ἄς ἐγκρατευτοῦμε· καὶ αὐτὸ μὲ μέτρο καὶ ζύγι, ὅπως διδάσκουν οἱ Πατέρες. Καὶ ὅλη τὴν ἡμέρα, τίς δώδεκα ὥρες, νὰ τίς περνοῦμε μὲ νήψη καὶ φύλαξη τοῦ νοῦ. Ἐάν κάνομε ἔτσι, θὰ μπορέσομε μὲ κάποια βία νὰ σβήσομε καὶ νὰ λιγοστέψομε τὴν κακία μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ. Ἐπειδὴ μὲ τὴ βία κατορθώνεται ἡ ἐνάρετη ζωὴ, μὲ τὴν ὁποία μᾶς δίνεται ἡ Βασιλεία τῶν Οὐρανῶν⁴⁴.

67. Ὁ δρόμος γιὰ τὴ θεία γνώση εἶναι ἡ ἀπάθεια καὶ ἡ ταπεινώση. Χωρὶς αὐτές, κανεὶς δὲν θὰ δεῖ τὸν Κύριο.

68. Ἐκεῖνος ποὺ προσέχει διαρκῶς στὸ ἐσωτερικὸ του, εἶναι φρόνιμος καὶ ἐγκρατής· καὶ ὄχι μόνον αὐτό, ἀλλὰ καὶ ἀσχολεῖται μὲ πνευματικὲς θεωρίες καὶ θεολογεῖ καὶ προσεύχεται. Καὶ αὐτὸ εἶναι ἐκεῖνο ποὺ λέει ὁ Ἀπόστολος: «Νὰ ὀδηγεῖστε ἀπὸ τὸ Πνεῦμα καὶ δὲ θὰ ἐκτελέσετε ἐπιθυμία τῆς σάρκας»⁴⁵.

69. Ὅποιος δὲν ξέρει νὰ βαδίζει τὸν πνευματικὸ δρόμο, δὲ φροντίζει διόλου γιὰ τίς ἐμπαθεῖς σκέψεις. Ὅλη του ἡ ἀσχολία εἶναι γύρω ἀπὸ τὴν σάρκα καὶ ἢ εἶναι γαστρίμαργος καὶ ἀκόλαστος, ἢ λυπᾶται καὶ ὀργίζεται καὶ μνησικακεῖ· μὲ αὐτὰ σκοτίζει τὸν νοῦ του. Ἡ πάλι μεταχειρίζεται ὑπερβολικὴ ἄσκηση καὶ θολώνει τὴ διάνοιά του.

70. Ἐκεῖνος ποὺ ἐγκατέλειψε τὰ ἐξωτερικὰ μόνον πράγματα, π.χ. τὴν γυναῖκα, τὰ χρήματα κλπ., μόνον ἐξωτερικῶς ἔγινε μοναχός, ὄχι ὅμως καὶ ἐσωτερικῶς. Ἐκεῖνος ὁ ὁποῖος ἀπαρνήθηκε καὶ τίς ἐμπαθεῖς σκέψεις τοῦ νοῦ του, αὐτὸς εἶναι ἀληθινὸς μοναχός. Καὶ τὸν ἐξωτερικὸ ἄνθρωπο, εὐκόλα τὸν κάνει κανεὶς μοναχό, ἂν θελήσει. Ἀλλὰ γιὰ νὰ κάνεις μοναχὸ τὸν ἐσωτερικὸ ἄνθρωπο, χρειάζεται μεγάλος ἀγώνας.

71. Ποιὸς ἄραγε εἶναι ἐκεῖνος στὴν παρούσα γενιά, ποὺ ἔχει ἀπαλλαγῆ ἐντελῶς ἀπὸ ἐμπαθεῖς σκέψεις καὶ ἀξιώθηκε νὰ ἀποκτήσει καὶ νὰ ἔχει διαπαντὸς τὴν καθαρὴ καὶ μακριὰ ἀπὸ κάθε ὑλικὴ σκέψη προσευχή; Αὐτὸ εἶναι τὸ σημάδι τοῦ ἐσωτερικοῦ μοναχοῦ.

72. Πολλὰ πάθη εἶναι κρυμμένα μέσα στὶς ψυχές μας. Καὶ φανερώνονται τότε, ὅταν παρουσιάζονται οἱ αἰτίες τους.

73. Μὴν ἀφιερώνεις ὅλη σου τὴν ἀσχολία γύρω ἀπὸ τὴ σάρκα, ἀλλὰ ὀρισέ της ἄσκηση κατὰ δύναμη καὶ ὄλο σου τὸ νοῦ νὰ τὸν στρέφεις ἐντὸς σου. Γιατὶ ἡ σωματικὴ ἄσκηση λίγο ὠφελεῖ, ἐνῶ ἡ εὐσέβεια εἶναι σὲ ὅλα ὠφέλιμη⁴⁶.

43. Ἰώβ 1, 5.

44. Ματθ. 11, 12.

45. Γαλ. 5, 16.

46. Α' Τιμ. 4, 8.

74. Ὄταν τὰ πάθη πάψουν νὰ ἐνεργοῦν, εἴτε γιατί ἀποκόπτονται οἱ αἰτίες, εἴτε γιατί οἱ δαίμονες δολίως ὑποχωροῦν, ἀκολουθεῖ ἡ ὑπερηφάνεια.

75. Ἡ ταπείνωση καὶ ἡ ταλαιπώρηση τῆς σάρκας ἐλευθερώνουν τὸν ἄνθρωπο ἀπὸ κάθε ἁμαρτία· ἡ πρώτη καταργεῖ τὰ πάθη τῆς ψυχῆς, ἡ ἄλλη τὰ πάθη τοῦ σώματος. Γι' αὐτὸ λέει ὁ Κύριος: «Μακάριοι ὅσοι ἔχουν καθαρὴ καρδιά· αὐτοὶ θὰ δοῦν τὸ Θεό»⁴⁷. Θὰ δοῦν τὸ Θεὸ καὶ τοὺς θησαυροὺς Του, ὅταν μὲ τὴν ἀγάπη καὶ τὴν ἐγκράτεια καθαρῶσουν τὸν ἑαυτό τους. Καὶ τόσο περισσότερο θὰ Τὸν δοῦν, ὅσο ἐπιτείνουν τὴν κάθαρση.

76. Σκοπιὰ ἀπὸ τὴν ὁποία βλέπει κανεὶς τοὺς λόγους κάθε ἀρετῆς εἶναι ἡ τήρηση τοῦ νοῦ, ὅπως ὁ παλαιὸς ἐκεῖνος φρουρὸς τοῦ Δαβὶδ φανέρωνε τὴν «περιτομὴ τῆς καρδιάς»⁴⁸.

77. Ὅπως ὅταν βλέπομε μὲ τὰ μάτια μας ἐκεῖνα ποὺ βλάπτουν, βλαπτόμαστε, ἔτσι καὶ ὅταν συλλογιζόμαστε μὲ τὸ νοῦ μας πονηροὺς λογισμοὺς.

78. Ὅπως ὅταν χτυπήσει κανεὶς τὴ ρίζα τοῦ φυτοῦ, τὸ ξεραίνει ὀλόκληρο, ἔτσι συμβαίνει καὶ ὅταν χτυπηθεῖ ἀπὸ τοὺς πονηροὺς λογισμοὺς ἡ καρδιά τοῦ ἀνθρώπου. Πρέπει νὰ προσέχομε κάθε στιγμή, γιατί οἱ δαίμονες ποτὲ δὲν κάθονται ἀργοί.

79. Ὁ Κύριος, θέλοντας νὰ δείξει ὅτι κάθε ἐντολὴ τὴν ἐκτελοῦμε ἀπὸ χρέος, ἐνῶ ἡ υἰοθεσία ποὺ προσφέρει, συντελεῖται στοὺς ἀνθρώπους μὲ τὸ αἷμα Του, λέει: «Ὄταν κάνετε ὅσα ἔχετε διαταχθεῖ, νὰ πεῖτε ὅτι εἴμαστε ἀχρεῖοι δούλοι καὶ κάναμε αὐτὸ ποὺ ὀφείλαμε»⁴⁹. Γι' αὐτὸ δὲν εἶναι μισθὸς ἔργων ἢ Βασιλεία τῶν Οὐρανῶν, ἀλλὰ χάρις καὶ δωρεὰ τοῦ Κυρίου ποὺ ἔχει ἐτοιμάσει γιὰ τοὺς πιστοὺς δούλους Του. Δὲν ἀπαιτεῖ ὁ δούλος τὴν ἐλευθερία ὡς μισθὸ, ἀλλὰ εὐχαριστεῖ ὡς ὀφειλέτης καὶ τὴν περιμένει ὡς δωρεὰ.

80. Ὁ Χριστὸς πέθανε γιὰ τὶς ἁμαρτίες μας, σύμφωνα μὲ τὶς Γραφές⁵⁰. καὶ σὲ ὅσους Τὸν ὑπηρετοῦν καλῶς, χαρίζει τὴν ἐλευθερία. Γιατὶ λέει: «Ἐὐγε δούλε χρήσιμε καὶ πιστέ· στάθηκες πιστὸς στὰ λίγα, θὰ σοῦ ἐμπιστευθῶ πολλά. Ἔλα μέσα στὴ χαρὰ τοῦ Κυρίου σου»⁵¹. Ἀλλὰ δὲν εἶναι ἀκόμη δούλος πιστὸς ἐκεῖνος ποὺ στηρίζεται στὴν ἀπλὴ καὶ φιλὴ γνώση, ἀλλὰ ἐκεῖνος ποὺ δείχνει τὴν πίστη του μὲ τὴν ὑπακοή στὸν ἐντολοδότῃ Χριστό.

81. Ἐκεῖνος ποὺ τιμᾷ τὸν Κύριο, ἐκτελεῖ ὅσα διατάζει Ἐκεῖνος. Ὄταν κάνει σφάλμα ἢ παρακοή, ὑπομένει σὰν δίκαιες τὶς συμφορές. Ἄν εἶσαι φιλομαθής, νὰ γίνεις καὶ φιλόπονος. Γιατὶ ἡ φιλὴ γνώση «φουσκώνει» τὸν ἄνθρωπο⁵².

82. Οἱ πειρασμοὶ ποὺ μᾶς ἔρχονται ἀναπάντεχα, μᾶς διδάσκουν κατ' οἰκονομίαν Θεοῦ νὰ γινόμαστε φιλόπονοι.

83. Τὸ ἄστρο ἔχει τὸ ἰδίωμα νὰ λάμπει. Καὶ ὁ θεοσεβὴς καὶ φοβούμε-

47. Ματθ. 5, 8.

48. Β' Βασ. 18, 24.

49. Λουκ. 17, 10.

50. Α' Κορ. 15, 3.

51. Ματθ. 25, 21.

52. Α' Κορ. 8, 2.

νος τὸ Θεὸ ἔχει ὡς ἰδίωμα τὴ λιτότητα καὶ τὴν ταπείνωση, ἐπειδὴ κανένα ἄλλο δὲν εἶναι τὸ γνῶρισμα τῶν μαθητῶν τοῦ Χριστοῦ παρὰ τὸ ταπεινὸ φρόνημα καὶ τὸ λιτὸ παρουσιαστικόν. Καὶ αὐτὸ μὲ ὅλους τοὺς τρόπους τὸ φωνάζουν τὰ τέσσερα Εὐαγγέλια. Ἐκεῖνος ποὺ δὲ ζεῖ ἔτσι ταπεινά, ξεπέφτει ἀπὸ τὸ μέρος Ἐκεῖνου ποὺ ταπείνωσε τὸν ἑαυτὸ Του μέχρι σταυροῦ καὶ θανάτου, ὁ Ὅποιος εἶναι καὶ τῶν θείων Εὐαγγελίων ὁ πρακτικὸς Νομοθέτης.

84. Λέει ἡ Γραφή: «Ὅσοι διψᾶτε, πηγαίνετε στὸ νερό»⁵³. Ὅσοι ὅμως διψᾶτε τὸ Θεό, βαδίζετε μὲ τὴν καθαρότητα τοῦ νοῦ σας. Πρέπει ὅμως, ἐκεῖνος ποὺ μὲ τὴν καθαρότητα αὐτὴ πετᾶ ψηλά, νὰ βλέπει καὶ κάτω τὴ γῆ τῆς μηδαμινότητάς του. Γιατὶ κανεὶς δὲν εἶναι ὑψηλότερος τοῦ ταπεινοῦ. Ὅπως ὅταν δὲν ὑπάρχει φῶς εἶναι ὅλα σκοτεινά καὶ ζοφερά, ἔτσι καὶ ὅταν δὲν ὑπάρχει ταπεινοφροσύνη, ὅλα μας τὰ κατὰ Θεὸν ἔργα εἶναι μάταια καὶ ἄχρηστα.

85. Ἄκου τώρα τὴν κατακλείδα τοῦ λόγου μου. Νὰ φοβᾶσαι τὸ Θεὸ καὶ νὰ φυλάγεις τίς ἐντολές Του⁵⁴, καὶ νοερά καὶ αἰσθητά. Γιατὶ ἂν βιάσεις τὸν ἑαυτὸ σου νὰ τηρεῖ τίς θεῖες ἐντολές νοερά, λίγες φορές θὰ χρειαστεῖς αἰσθητοὺς κόπους γιὰ τὴν τήρησή τους, ὅπως λέει καὶ ὁ Δαβίδ: «Θέλησα ἀπὸ μέσα ἀπὸ τὴν καρδιά μου νὰ πράξω τὸ θέλημά Σου καὶ τὸ νόμο Σου»⁵⁵.

86. Ἄν ὁ ἄνθρωπος δὲν κάνει τὸ θέλημα καὶ τὸ νόμο τοῦ Κυρίου μέσα ἀπὸ τὴν καρδιά του, οὔτε ἐξωτερικῶς μπορεῖ νὰ τὸ κάνει εὐκολά. Καὶ θὰ πεῖ πρὸς τὸ Θεὸ ἐκεῖνος ποὺ δὲν ἔχει νήψη καὶ εἶναι ἀδιάφορος: «Δὲ θέλω νὰ ξέρω τοὺς δρόμους Σου»⁵⁶, ὅπωςδήποτε ἀπὸ ἔλλειψη θείου φωτισμοῦ. Ἐκεῖνος ποὺ μετέχει στὸ θεῖο φως, δὲ μένει χωρὶς ἐσωτερικὴ πληροφορία, ἀλλὰ θὰ γίνῃ στερεὸς καὶ ἀμετακίνητος σχετικὰ μὲ τὰ θεῖα.

87. Ὅπως τὸ ἀλάτι κάνει νόστιμο τὸ ψωμί καὶ κάθε φαγητὸ καὶ διατηρεῖ τὰ κρέατα νὰ μὴ σαπίζουν, τὸ ἴδιο σκέφου καὶ γιὰ τὴ νοητὴ γλυκύτητα καὶ τὴ θαυμαστὴ ἐργασία τῆς φυλάξεως τοῦ νοῦ. Γιατὶ γλυκαίνει μὲ θεῖο τρόπο τὸν ἐσωτερικὸ καὶ τὸν ἐξωτερικὸ ἄνθρωπο, διώχνει τὴ δυσωδία τῶν πονηρῶν λογισμῶν καὶ μᾶς διατηρεῖ σταθεροὺς στὰ καλά.

88. Ἀπὸ τὴν προσβολὴ γεννιοῦνται πολλοὶ πονηροὶ λογισμοί. Ἀπὸ αὐτοὺς γεννιέται ἡ ἁμαρτωλὴ πράξις. Ἐκεῖνος ὅμως ὁ ὅποιος εὐθὺς μόλις φανεῖ ἡ πονηρὴ προσβολὴ τὴ σβήνει ἀμέσως μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Ἰησοῦ, αὐτὸς ξέφυγε καὶ τὰ ἐπόμενα καὶ θὰ γεμίσει πλουσιοπάροχα ἀπὸ γλυκιὰ θεῖα γνώση, μὲ τὴν ὁποία θὰ βρεῖ τὸ Θεό, τὸν πανταχοῦ παρόντα. Στρέφοντας πρὸς Αὐτὸν σταθερὰ τὸν καθρέφτη τοῦ νοῦ του, φωτίζεται ἀκατάπαυστα, ὅπως φωτίζει ὁ ἥλιος τὸ καθαρὸ γυαλί. Καὶ τότε ἀναπαύεται ὁ νοῦς ἀπὸ κάθε ἄλλῃ θεωρία, γιατί ἔφτασε στὸ ἔσχατο ἀπὸ ὅλα τὰ ἐπιθυμητὰ πράγματα.

89. Ἐπειδὴ κάθε λογισμὸς μὲ τὴ φαντασία κάποιων αἰσθητῶν μπαίνει στὴν καρδιά, τότε καταυγάζει τὸ νοῦ τὸ μακάριο φῶς τῆς θεότητος, ὅταν ἀ-

53. Ἡσ. 55, 1.

54. Ἐκκλ. 12, 13.

55. Ψαλμ. 39, 9.

56. Ἰώβ 21, 14.

δειάσει ἀπὸ ὅλα τὰ αἰσθητὰ καὶ μείνει χωρὶς σχήματα καὶ μορφές. Γιατί βέβαια, ἡ θεία ἐκείνη λαμπρότητα φαίνεται στὸν καθαρὸ νοῦ, ὅταν στερηθεῖ αὐτὸς ὅλα τὰ νοήματα.

90. Ὅσο πιὸ τέλεια προσέχεις τὴν διάνοια, τόσο περισσότερο μὲ πόθο θὰ προσευχηθεῖς στὸν Ἰησοῦ. Ὅσο πάλι ἀμελεῖς τὴ διάνοιά σου, τόσο περισσότερο θὰ ἀπομακρυνθεῖς ἀπὸ τὸν Ἰησοῦ. Καὶ ὅπως τὸ πρῶτο φωτίζει τέλεια τὸν ἀέρα (τὸν χῶρο) τῆς διάνοιας, ἔτσι καὶ ἡ ἀπομάκρυνση ἀπὸ τὴ νήψη καὶ ἀπὸ τὴ γλυκιὰ ἐπικλήση τοῦ Ἰησοῦ τὸν σκοτίζει ἀπόλυτα. Τὸ πράγμα εἶναι τέτοιο ἀπὸ τὴ φύση του καὶ δὲ γίνεται διαφορετικά. Καὶ αὐτὸ θὰ τὸ ἀντιληφθεῖς μὲ τὴν πείρα, δοκιμάζοντάς το στὴν πράξη. Γιατί καμιὰ ἀρετὴ καὶ ξεχωριστὰ ἢ φωτογεννήτρα αὐτῆ κι εὐχάριστη πνευματικὴ ἐργασία, δὲ συμβαίνει νὰ διδάσκεται ἀλλιῶς, παρὰ ἀπὸ τὴν πείρα.

91. Αἰτία τῆς ἀδιάκοπης ἐπικλήσεως τοῦ Ἰησοῦ, μ' ἓνα πόθο γεμάτο γλυκύτητα καὶ χαρὰ, εἶναι ἡ χαρὰ καὶ ἡ γαλήνη ἀπὸ τὴν ὁποία εἶναι γεμάτος ὁ ἀέρας τῆς καρδιάς, ἐξαιτίας τῆς ἄκρας προσοχῆς. Αἰτία τῆς τέλει καθάρσεως τῆς καρδιάς εἶναι ὁ Ἰησοῦς Χριστός, ὁ Υἱὸς τοῦ Θεοῦ καὶ Θεός, ὁ ὁποῖος εἶναι ὅλων τῶν καλῶν αἴτιος καὶ ποιητής· ὅπως λέει: «Ἐγὼ εἶμαι ὁ Θεὸς ποὺ φέρνω τὴν εἰρήνη»⁵⁷.

92. Ἡ ψυχὴ ποὺ εὐεργετεῖται καὶ γλυκαίνεται ἀπὸ τὸν Ἰησοῦ, ἀνταμείβει τὸν Εὐεργέτη της μὲ τὴν δοξολογία πρὸς Αὐτόν, γεμάτη ἀγάπη καὶ ἀγαλλίαση· εὐχαριστεῖ καὶ ἐπικαλεῖται μὲ χαρὰ καὶ εὐφροσύνη Αὐτόν ποὺ τῆς χαρίζει τὴν εἰρήνη καὶ Τὸν βλέπει νοητῶς μέσα της νὰ διαλύει τὶς φαντασίες τῶν πονηρῶν πνευμάτων.

93. «Καὶ ἀτένισε —λέγει ὁ Δαβίδ— ὁ νοητὸς ὀφθαλμὸς μου τοὺς νοητοὺς ἐχθροὺς μου καὶ τὸ αὐτί μου θὰ ἀκούσει αὐτοὺς ποὺ ξεσηκώνονται πονηρὰ ἐναντίον μου»⁵⁸. «Καὶ εἶδα νὰ γίνεται ἀπὸ τὸ Θεὸ ἀνταπόδοση στοὺς ἁμαρτωλοὺς γιὰ χάρη μου»⁵⁹. Ὅταν δὲν ὑπάρχουν φαντασίες μέσα στὴν καρδιά, τότε ὁ νοῦς βρίσκεται στὴ φυσικὴ του κατάσταση καὶ εἶναι ἔτοιμος νὰ κινεῖται σὲ κάθε θεωρία τερπνῆ, πνευματικὴ καὶ ἀγαπημένη ἀπὸ τὸ Θεό.

94. Ἔτσι λοιπόν, ὅπως εἶπα, εἶναι ἐκ φύσεως συστατικὰ τὸ ἓνα τοῦ ἄλλου ἡ νήψη καὶ ἡ εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ. Ἡ ἄκρα προσοχὴ συντελεῖ στὴν ἀδιάκοπη εὐχὴ· ἡ εὐχὴ πάλι στὴν τέλεια νήψη καὶ προσοχὴ τοῦ νοῦ.

95. Ὁφέλιμος παιδαγωγὸς καὶ τοῦ σώματος καὶ τῆς ψυχῆς εἶναι ἡ ἀδιάκοπη μνήμη τοῦ θανάτου· ἀφήνοντας δηλαδὴ ὅλα ὅσα συμβαίνουν στὸ μεταξύ, αὐτὸν πάντοτε νὰ ἔχομε ἐμπρὸς στὰ μάτια μας, αὐτὸ τὸ κρεβάτι νὰ φανταζόμαστε ὅπου ξαπλωμένοι θὰ ψυχομαχοῦμε καὶ ὅλα τὰ ὑπόλοιπα.

96. Δὲν πρέπει, ἀδελφοί, νὰ ἀποκοιμηθεῖ ἐκεῖνος ποὺ θέλει νὰ εἶναι διαπαντὸς ἀπλήγωτος. Ἀλλὰ εἶναι ἀνάγκη νὰ γίνῃ ἓνα ἀπὸ τὰ δύο: ἢ νὰ πέσει καὶ νὰ χαθεῖ ἀφοῦ γυμνωθεῖ ἀπὸ τὶς ἀρετές, ἢ νὰ στέκεται πάντοτε μὲ τὸ

57. Ἦσ. 45, 7.

58. Ψαλμ. 91, 12.

59. Ψαλμ. 90, 8.

νοῦ του ὄπλισμένο. Γιατὶ καὶ ὁ ἐχθρὸς διάβολος πάντοτε στέκεται ὄπλισμένος, μαζί με ὅλη τὴν παράταξή του.

97. Ἀπὸ τὴ συνεχῆ μνήμη καὶ ἐπίκληση τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ, καὶ ἂν δὲν ἀμελοῦμε τὴν ἀδιάκοπη νοερὴ δέησή μας πρὸς Αὐτὸν καὶ τὴν ἀδιάσπαστη νήψη καὶ τὴν ἐργασία τῆς προσοχῆς, δημιουργεῖται στὸ νοῦ μας μία θεία κατάσταση. Ἐπομένως ἄς ἔχομε πραγματικό μας ἔργο ποῦ θὰ ἐκτελοῦμε πάντοτε καὶ με τὸν ἴδιο τρόπο τὴν ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ τοῦ Κυρίου μας, κρᾶζοντας πρὸς Αὐτὸν με πυρπολημένη καρδιά ὥστε νὰ γίνουμε μέτοχοι τοῦ ἁγίου ὀνόματος τοῦ Ἰησοῦ. Ἡ συνεχῆς ἐργασία καὶ στὴν ἀρετῇ καὶ στὴν κακία εἶναι μητέρα τῆς συνήθειας. Καὶ αὐτὴ εἶναι δευτέρη φύση. Ὅταν φτάσει ὁ νοῦς σὲ τέτοια κατάσταση, τότε ζητάει τοὺς ἐχθροὺς δαίμονες, ὅπως τὸ λαγωνικὸ ζητάει τὸ λαγὸ μέσα στὶς λόχμες· καὶ αὐτὸ ζητάει τὸν λαγὸ γιὰ νὰ τὸν φάει, ἐνῶ ὁ ἀγωνιστῆς νοῦς τὸν ἐχθρὸ γιὰ νὰ τὸν ἀφανίσει.

98. Ὅταν λοιπὸν συμβαίνει νὰ πληθύνονται στὸ νοῦ μας οἱ πονηροὶ λογισμοί, νὰ βάζουμε ἀνάμεσά τους τὴν ἐπίκληση τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ, καὶ ἀμέσως θὰ τοὺς δοῦμε νὰ διαλύονται σὰν καπνὸς στὸν ἀέρα, ὅπως μᾶς δίδαξε ἡ πείρα. Καὶ τότε ἀφοῦ μένει μόνος τοῦ ὁ νοῦς, χωρὶς τοὺς πονηροὺς λογισμοὺς, ἄς ἀρχίζουμε πάλι τὴν συνεχῆ προσοχὴ καὶ ἐπίκληση. Καὶ ὅσες φορές τὸ πάθομε αὐτὸ ἀπὸ πειρασμό, ἔτσι νὰ κάνουμε.

99. Ὅπως δὲν εἶναι δυνατὸ νὰ μπεῖ κανεὶς στὸν πόλεμο με γυμνό, ἄοπλο σῶμα, ἢ νὰ κολυμπήσει σὲ μεγάλο πέλαγος με τὰ ροῦχα του, ἢ νὰ ζήσει χωρὶς νὰ ἀναπνέει, ἔτσι εἶναι ἀδύνατο χωρὶς ταπεινώση καὶ συνεχῆ δέηση πρὸς τὸν Χριστό, νὰ μάθει κανεὶς τὸ νοητὸ καὶ κρυφὸ πόλεμο καὶ νὰ καταδιώκει καὶ νὰ χτυπᾷ με τέχνη τὸ νοητὸ ἐχθρό.

100. Ὁ μέγας κατὰ τὴν πρακτικὴ ἀρετῇ Δαβὶδ λέει πρὸς τὸν Κύριο: «Τὸ κράτος μου πρὸς σὲ φυλάξω»⁶⁰. Ὡστε τὸ νὰ φυλαχθεῖ μέσα μας τὸ «κράτος», δηλ. ἡ δύναμη τῆς καρδιακῆς καὶ νοερῆς ἡσυχίας, ἀπὸ τὴν ὁποία γεννιοῦνται ὅλες οἱ ἀρετές, αὐτὸ ἐπέρχεται σ' ἐμᾶς με τὴ βοήθεια τοῦ Κυρίου, ὁ Ὅποιος ἔδωσε τὶς ἐντολές καὶ διώχνει ἀπὸ μᾶς τὴν σιχαμερὴ λήθη ὅταν συνεχῶς τὸν καλοῦμε νὰ μᾶς βοηθήσει, καὶ ἡ ὁποία (λήθη) φθείρει ὑπερβολικὰ τὴν καρδιακὴ ἡσυχία, ὅπως τὸ νερὸ σβήνει τὴ φωτιά. Γι' αὐτὸ, μοναχέ, μὴν κοιμᾶσαι ἀπὸ ἀμέλεια τὸν ὕπνο τοῦ θανάτου⁶¹, ἀλλὰ με τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ μαστίγωνε τοὺς ἐχθροὺς· καί, ὅπως κάποιος σοφὸς ἔχει πεῖ, τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ ἄς ἐνωθεῖ με τὴν πνοή σου καὶ τότε θὰ μάθεις τὴν ὠφέλεια τῆς ἡσυχίας⁶².

101. Ὅταν ἀξιωθοῦμε οἱ ἀνάξιοι νὰ κοινωνήσουμε τὰ θεῖα καὶ ἄχραντα μυστήρια τοῦ Χριστοῦ, τοῦ Θεοῦ μας καὶ Βασιλιᾶ, τὰ φοβερὰ καὶ φρικτὰ, ἄς ἐπιδείξουμε τότε περισσότερο τὴ νήψη καὶ τὴ φύλαξη τοῦ νοῦ καὶ τὴν ἀ-

60. Ψαλμ. 58, 10.

61. Ψαλμ. 12, 4.

62. Κλίμαξ 27, 26.

κρίβεια, γιὰ νὰ καταφλέξει τὶς ἀμαρτίες μας καὶ τὶς μικρὲς καὶ μεγάλες ἀκαθαρσίες μας τὸ θεϊκὸ πῦρ, δηλαδή τὸ Σῶμα τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ. Γιατὶ ὅταν αὐτὸ μπαίνει μέσα μας, εὐθὺς διώχνει τὰ πονηρὰ πνεύματα ἀπὸ τὴν καρδιά μας καὶ συγχωρεῖ τὶς ἀμαρτίες ποὺ κάναμε πρωτύτερα· καὶ ἀφήνεται ὁ νοῦς τότε χωρὶς τὴν ἐνόχληση τῶν πονηρῶν λογισμῶν. Καὶ ἂν στὴ συνέχεια φυλάξομε μὲ ἀκρίβεια τὸ νοῦ μας καὶ φρουρήσομε τὴν καρδιά μας, ὅταν ἀξιωθοῦμε πάλι νὰ κοινωνήσομε, τότε ἀκόμη περισσότερο τὸ θεῖο Σῶμα καταλάμπει τὸ νοῦ καὶ τὸν κάνει ὅμοιο μὲ ἀστέρι.

102. Ἡ λήθη ἔχει τὴν ιδιότητα νὰ σβήνει τὴ φύλαξη τοῦ νοῦ ὅπως τὸ νερὸ σβήνει τὴ φωτιά. Ἡ ἀδιάκοπη εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ καὶ ἡ ἀδιάσπαστη νήψη ἐξαφανίζει τελείως τὴ λήθη ἀπὸ τὴν καρδιά. Γιατὶ ἡ εὐχὴ ἔχει ἀνάγκη τῆς νήψεως ὅπως τὸ λυχνάρι γιὰ νὰ φωτίσει ἔχει ἀνάγκη ἀπὸ φυτίλι.

103. Πρέπει νὰ κοπιᾶζομε γιὰ νὰ φυλάξομε τὰ πολύτιμα. Καὶ πολύτιμα πράγματι εἶναι ἐκεῖνα ποὺ μᾶς προφυλάγουν ἀπὸ κάθε αἰσθητὴ καὶ νοητὴ κακία· κι αὐτὰ εἶναι ἡ φύλαξη τοῦ νοῦ καὶ ἡ ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, τὸ νὰ βλέπομε πάντοτε στὸ βάθος τῆς καρδιάς καὶ νὰ ἡσυχάζομε ἀκατάπαυστα στὴ διάνοια —γιὰ νὰ πῶ ἔτσι— ἀκόμα καὶ ἀπὸ ἐκείνους τοὺς λογισμοὺς ποὺ μᾶς φαίνονται ὅτι εἶναι καλοί, καὶ νὰ φροντίζομε νὰ βρισκόμαστε ἄδαιοι ἀπὸ λογισμοὺς· ἔτσι δὲν θὰ μπαίνουν στὴ διάνοιά μας ἀπαρτήρητοι οἱ κλέφτες δαίμονες. Ἄν καὶ κοπιᾶζομε ὅταν παραμένομε στὸ ἔργο αὐτὸ τῆς καρδιάς, ὅμως κοντὰ εἶναι ἡ παρηγοριά.

104. Ἐκ φύσεως ἡ καρδιά, ὅταν φυλάγεται ἀδιάκοπα καὶ δὲν τῆς ἐπιτρέπεται νὰ δέχεται τὶς μορφὲς καὶ τὶς εἰκόνες καὶ τὶς φαντασίες τῶν σκοτεινῶν καὶ πονηρῶν πνευμάτων, γεννᾷ ἀπὸ τὸν ἑαυτὸ τῆς λογισμοὺς ποὺ φεγγοβολοῦν. Ὅπως τὸ κάρβουνο γεννᾷ φλόγα, ἔτσι πολὺ περισσότερο ὁ Θεός, ὁ Ὅποιος κατοικεῖ μέσα στὴν καρδιά μὲ τὸ ἅγιο Βάπτισμα, ἂν βρῖσκει τὸν ἀέρα τῆς διάνοιάς μας καθαρὸ ἀπὸ τοὺς ἀνέμους τῆς πονηρίας καὶ φρουρούμενο ἀπὸ τὴν τήρηση τοῦ νοῦ, ἀνάβει τὴ διάνοιά μας γιὰ νὰ δοθεῖ σὲ θεωρίες, ὅπως ἡ φλόγα τὸ κερὶ.

105. Πρέπει πάντοτε νὰ στρέφομε μέσα στὸν χώρο τῆς καρδιάς μας τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, ὅπως ἡ ἀστραπὴ στρέφεται στὸ στερέωμα, ὅταν πρόκειται νὰ πέσει ἡ βροχὴ. Αὐτὸ τὸ γνωρίζουν ἀκριβῶς ἐκεῖνοι ποὺ ἔχουν πείρα τοῦ νοῦ καὶ τοῦ ἐσωτερικοῦ πολέμου. Ἔτσι θὰ διευθύνομε μὲ τάξη στρατηγικὴ τὸν νοητὸ αὐτὸ πόλεμο: Πρῶτα, προσοχὴ· κατόπιν, ὅταν δοῦμε ὅτι ἦρθε ὁ ἐχθρὸς λογισμὸς στὴν καρδιά μας, νὰ τὸν χτυπήσομε ὀργισμένοι μὲ λόγια κατάρας. Τρίτον, ἀμέσως νὰ προσευχηθοῦμε ἐναντίον του, συγκεντρώνοντας τὴν καρδιά μὲ τὴν ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ γιὰ νὰ καταπέσει ἀμέσως ἡ δαιμονικὴ φανταστικὴ εἰκόνα, ὥστε νὰ μὴν ἀκολουθήσει ὁ νοῦς τὴν φαντασία, σὰν νήπιον ποὺ πλανιέται ἀπὸ κάποιον ψευδοθαυματοποιό.

106. "Άς κοπιάσομε σάν τόν Δαβίδ, κράζοντας τὸ «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ». "Άς βραχνιάσει ὁ λάρυγγάς μας καὶ ἄς μὴν κουράζονται τὰ μάτια τοῦ νοῦ μας ἀπὸ τὸ νὰ ἐλπίζομε στὸν Κύριο τὸ Θεό μας⁶³.

107. "Άς θυμόμαστε πάντοτε τὴν παραβολὴ τοῦ ἄδικου κριτῆ⁶⁴, ποὺ εἶπε ὁ Κύριος γιὰ νὰ διδάξει ὅτι πρέπει νὰ προσευχόμαστε πάντοτε καὶ νὰ μὴν ἀποθαρρυνόμαστε, καὶ θὰ βροῦμε τὸ κέρδος καὶ τὴν προστασία ἀπὸ τοὺς πονηροὺς δαίμονες.

108. "Όπως ἐκεῖνος ποὺ ἀτενίζει πρὸς τὸν ἥλιο, εἶναι ἀδύνατο νὰ μὴ φωτίζεται πλουσιοπάροχα τὸ πρόσωπό του, ἔτσι κι ἐκεῖνος ποὺ σκύβει μέσα στὸν ἀέρα τῆς καρδιάς, δὲν εἶναι δυνατὸν νὰ μὴ φωτίζεται.

109. "Όπως εἶναι ἀδύνατο νὰ ζήσει κανεὶς στὴ ζωὴ αὐτὴ χωρὶς νὰ τρώει καὶ νὰ πίνει, ἔτσι εἶναι ἀδύνατο, χωρὶς φύλαξη τοῦ νοῦ καὶ καθαρότητα τῆς καρδιάς, δηλαδὴ χωρὶς ἐκεῖνο ποὺ λέγεται νήψη, νὰ φτάσει ἡ ψυχὴ σὲ κάτι πνευματικὸ καὶ ἀρεστὸ στὸ Θεό, ἢ νὰ ἐλευθερωθεῖ ἀπὸ τὴν κατὰ διάνοια ἀμαρτία, ἀκόμη καὶ ἂν βιάζει κανεὶς τὸν ἑαυτό του νὰ μὴν ἀμαρτάνει ἀπὸ τὸ φόβο τῶν κολάσεων.

110. Ἄλλὰ καὶ ἐκεῖνοι ποὺ ἀπέχουν μὲ κάποια βία ἀπὸ τὴν ἀμαρτία, εἶναι μακάριοι ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, τῶν Ἀγγέλων καὶ τῶν ἀνθρώπων, γιὰ τὸ λογαριάζονται ὡς «βιαστές» τῆς Βασιλείας τῶν Οὐρανῶν⁶⁵.

111. Ἡ θαυμαστὴ ὠφέλεια τοῦ νοῦ ἀπὸ τὴν ἡσυχία εἶναι ὅτι ὅλα τὰ ἀμαρτήματα, τὰ ὁποῖα πρωτύτερα χτυποῦσαν τὴν πόρτα τοῦ νοῦ μόνο μὲ λογισμοὺς, ὥστε ἂν γίνονταν δεκτοὶ αὐτοὶ ἀπὸ τὴν διάνοια, νὰ γίνουν αἰσθητὰ καὶ χοντρά ἀμαρτήματα, ὅλα αὐτὰ τὰ κόβει ἡ διανοητικὴ καὶ νηπτικὴ ἀρετὴ, γιὰ τὸ ἐμποδίζει νὰ μποῦν στὸν ἐσωτερικὸ μας ἄνθρωπο καὶ νὰ γίνουν ἔργα πονηρά· καὶ αὐτό, μὲ τὴ δύναμη καὶ τὴ βοήθεια τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ.

112. Ἡ Παλαιὰ Διαθήκη εἶναι εἰκόνα τῆς ἐξωτερικῆς καὶ αἰσθητῆς σωματικῆς ἀσκήσεως. Τὸ Ἅγιο Εὐαγγέλιο, ἡ Καινὴ Διαθήκη, εἶναι εἰκόνα τῆς προσοχῆς, δηλαδὴ τῆς καθαρότητος τῆς καρδιάς. Ἡ Παλαιὰ δὲν τελειοποιοῦσε οὔτε ὀλοκλήρωνε τὸν ἐσωτερικὸ ἄνθρωπο στὴ θεοσέβεια, —ὅπως λέει ὁ Ἀπόστολος: «Κανένα δὲν τελειοποίησε ὁ Νόμος»⁶⁶— ἀλλὰ ἐμπόδιζε μόνο τὰ χοντρά ἀμαρτήματα. Γιὰ τὸ νὰ ἐμποδίσαι νὰ βγάξει κάποιος τὸ μάτι καὶ τὸ δόντι τοῦ πλησίον, ἀκόμη καὶ τὸ νὰ κόβει κανεὶς τοὺς πονηροὺς λογισμοὺς καὶ τὶς πονηρὲς ἐνθυμήσεις ἀπὸ τὴν καρδιά —ποὺ εἶναι διάταξη τοῦ Εὐαγγελίου— εἶναι ἀνώτερο καὶ συντελεῖ περισσότερο στὴν καθαρότητα τῆς ψυχῆς. Ἔτσι καὶ τὰ σχετικὰ μὲ τὴν σωματικὴ ἀρετὴ καὶ ἀσκησι, ἐννοῶ τὴ νηστεία, τὴν ἐγκράτεια, τὴν χαμαικοιτία, τὴν ὀρθοστασία, τὴν ἀγρυπνία καὶ τὰ λοιπὰ ποὺ ἀναφέρονται στὸ σῶμα καὶ κάνουν νὰ ἡσυχάζει τὸ παθητικὸ μέρος τοῦ σώματος ἀπὸ τὴν ἔμπρακτὴ ἀμαρτία, ὅπως εἶπα καὶ

63. Ψαλμ. 68, 4.

64. Λουκ. 18, 1-8.

65. Ματθ. 11, 12.

66. Ἐβρ. 7, 19.

γιατὴν Παλαιὰ Διαθήκη, εἶναι καλὰ καὶ αὐτά. Γιατὶ ὅλα αὐτὰ εἶναι παιδαγωγία τοῦ ἐξωτερικοῦ ἀνθρώπου καὶ φρούρηση τῶν παθῶν ποὺ ἐνεργοῦνται σωματικά, ἀλλὰ καὶ τὰ κατὰ διάνοια ἀμαρτήματα φρουροῦν, δηλαδὴ ἐμποδίζουν, ὅπως γιὰ παράδειγμα μποροῦν νὰ μᾶς ἀπαλλάξουν μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ ἀπὸ τὸ φθόνο, τὴν ὀργὴ καὶ τὰ λοιπά.

113. Ἡ καθαρὸτητα τῆς καρδιάς, δηλαδὴ ἡ φύλαξη καὶ ἡ τήρηση τοῦ νοῦ, τύπος τῆς ὁποίας εἶναι ἡ Καινὴ Διαθήκη, ἂν τὴν φυλάγομε ὅπως πρέπει, ξεριζώνει καὶ κόβει ὅλα τὰ πάθη καὶ ὅλα τὰ κακὰ ἀπὸ τὴν καρδιά, καὶ εἰσάγει χαρὰ, καλὴ ἐλπίδα, κατάνυξη, πένθος, δάκρυα, ἀκριβὴ γνώση τοῦ ἑαυτοῦ μας καὶ τῶν ἀμαρτιῶν μας, μνήμη θανάτου, ταπείνωση ἀληθινή, ἀγάπη ἄπειρη πρὸς τὸ Θεὸ καὶ τοὺς ἀνθρώπους καὶ ἐγκάρδιο θεῖο ἔρωτα.

114. Ὅπως δὲν εἶναι δυνατό, ἐκεῖνος ποὺ βαδίζει, νὰ μὴν κόβει τὸν ἀέρα γιὰ νὰ περπατήσει, ἔτσι εἶναι ἀδύνατο νὰ μὴν πολεμεῖται ἀκατάπαυστα ἡ καρδιά τοῦ ἀνθρώπου ἀπὸ τοὺς δαίμονες ἢ νὰ ἐπηρεάζεται κρυφὰ ἀπὸ αὐτοὺς, καὶ ἂν ἀκόμη ἔχει μεγάλη σωματικὴ ἄσκηση.

115. Ἄν θέλεις ὄχι μόνο νὰ νομίζεσαι μοναχὸς ἐνάρετος καὶ ἐπεικῆς καὶ ἐνωμένος πάντοτε μὲ τὸ Θεό, ἀλλὰ καὶ νὰ εἶσαι στὴν πραγματικότητά τέτοιος, τότε νὰ ἐξασκεῖς μὲ ὅλη σου τὴ δύναμη τὴν ἀρετὴ τῆς νοερῆς προσοχῆς, ἢ ὁποῖα εἶναι φύλαξη καὶ τήρηση τοῦ νοῦ καὶ τέλεια καρδιακὴ γλυκιά ἡσυχία, μιὰ ψυχικὴ κατάσταση μακάρια καὶ χωρὶς φαντασία ποὺ δὲν βρίσκεται σὲ πολλοὺς.

116. Αὐτὴ λέγεται νοητὴ φιλοσοφία. Βάδιζε τὴν μὲ μεγάλη νήψη καὶ θερμὴ προθυμία μαζί μὲ τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ, μὲ ταπείνωση καὶ ἀδιάκοπη δέηση καὶ μὲ σιωπὴ τῶν αἰσθητῶν καὶ τῶν νοητῶν χειλιῶν, μὲ ἐγκράτεια φαγητῶν καὶ ποτῶν καὶ κάθε ἀμαρτωλοῦ πράγματος. Βάδιζε τὴν πάνω στὸ δρόμο τῆς διάνοιας μὲ συναίσθηση καὶ μὲ φρόνηση. Καὶ αὐτὴ θὰ σὲ διδάξει, μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ, ἐκεῖνα ποὺ δὲν τὰ γνώριζες καὶ θὰ σοῦ φανερώσει καὶ θὰ σὲ φωτίσει καὶ θὰ σὲ συνετίσει καὶ θὰ σὲ μάθει πράγματα, τὰ ὁποῖα πρωτύτερα ἦταν ἀδύνατο νὰ τὰ βάλεις στὸ νοῦ σου, καθὼς περπατοῦσες μέσα στὸ σκοτάδι τῶν παθῶν καὶ τῶν σκοτεινῶν ἔργων καὶ ἦσουν σκεπασμένους ἀπὸ τὴν λήθη καὶ τὴν ἄβυσσο τῆς συγχύσεως.

117. Ὅπως οἱ κοιλάδες παράγουν ἄφθονο σιτάρι, ἔτσι καὶ ἡ νοητὴ αὐτὴ ἐργασία γεμίζει τὴν καρδιά μὲ ὅλα τὰ ἀγαθὰ. Ἡ μᾶλλον θὰ σοῦ τὰ δώσει ὁ Κύριός μας Ἰησοῦς Χριστός, ποὺ χωρὶς τὴ βοήθειά Του δὲν μπορούμε νὰ κάνομε τίποτε. Καὶ πρῶτα θὰ βρεῖς τὴ νοητὴ αὐτὴ ἐργασία ὡς σκάλα. Ἐπειτα ὡς βιβλίον ποὺ διαβάζεται. Κατόπιν, ὅταν προκόψεις σ' αὐτήν, θὰ τὴ βρεῖς ὡς ἐπουράνια πόλη Ἱερουσαλήμ, καὶ τὸν Βασιλιὰ Χριστὸ τῶν δυνάμεων τοῦ Ἰσραὴλ θὰ τὸν δεῖς καθαρὰ μὲ τὸ νοῦ μαζί μὲ τὸν Ὁμοούσιο Πατέρα Του καὶ τὸ προσκυνητὸ Ἅγιο Πνεῦμα.

118. Μὲ μιὰ φεύτικη φαντασία πάντοτε οἱ δαίμονες μᾶς ὀδηγοῦν στὸ

νὰ ἀμαρτάνομε. Μὲ μιὰ φαντασία σχετική μὲ τὴ φιλαργυρία καὶ τὸ κέρδος ὁδήγησαν τὸν ἄθλιο Ἰούδα νὰ παραδώσει τὸν Κύριο καὶ Θεὸ τῶν ὄλων. Καὶ μὲ τὸ ψεῦδος μιᾶς τιποτένιας ἀναπαύσεως καὶ τιμῆς καὶ κέρδους καὶ δόξας τὸν ὁδήγησαν στὴν ἀγχόνη καὶ τοῦ προξένησαν αἰώνιο θάνατο, ἀνταμείβοντάς τον οἱ ἄθλιοι μὲ τὰ ἀντίθετα ἀπ' ὅσα τοῦ εἶχαν παρουσιάσει μὲ τὴν φεύτικη φαντασία τους, ἐννοῶ τὴν προσβολὴ τῶν πονηρῶν λογισμῶν.

119. Κοίταξε, πῶς μὲ φαντασία καὶ ψεῦδος καὶ κούφιος ὑποσχέσεις μᾶς κατανικοῦν οἱ ἐχθροὶ τῆς σωτηρίας μας. Καὶ αὐτὸς ὁ σατανᾶς μὲ τὸν ἴδιο τρόπο κατακρημνίσθηκε ἀπὸ τὸ οὐράνιο ὕψος ὡς ἀστραπή⁶⁷, ἐπειδὴ ἔβαλε στὴ φαντασία του νὰ γίνεῖ ἴσος μὲ τὸ Θεό. Καὶ τὸν Ἀδὰμ τὸν χώρισε ὁ σατανᾶς ἀπὸ τὸ Θεό, παρουσιάζοντάς του τὴ φαντασία ὅτι θὰ γινόταν ἴσος μὲ τὸ Θεό⁶⁸. Καὶ ἔτσι συνηθίζει νὰ ἐξαπατᾶ ὅλους ὅσοι ἀμαρτάνουν ὁ φεύτης καὶ δόλιος ἐχθρός.

120. Πικραίνεται ἡ καρδιά μας ἀπὸ τὸ δηλητήριο καὶ τοὺς πονηροὺς λογισμοὺς, ὅταν ἀπὸ τὴν ἀμέλειά μας καὶ τὴ λήθη μας ἀπομακρυνόμαστε πολὺ ἀπὸ τὴν προσοχὴ καὶ τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ· γλυκαινόμαστε ὅμως πάλι μὲ τὴν αἴσθησι μιᾶς γλυκύτητας ἢ μιᾶς μακάριας ἀγαλλιάσεως, ὅταν ὅσα ἀναφέραμε πιὸ πάνω τὰ ἐκτελοῦμε σταθερὰ καὶ πρόθυμα μέσα στὸ ἐργαστήριο τῆς διάνοιάς μας, μ' ἐπιμέλεια καὶ μὲ θεῖο ἔρωτα. Τότε, προθυμοποιούμεστε νὰ βαδίζομε τὸ δρόμο τῆς καρδιακῆς ἡσυχίας ὄχι γιὰ ἄλλο τίποτε, ἀλλὰ γιὰ χάρι τῆς γλυκιάς ἡδονῆς καὶ εὐχαριστήσεως ποὺ ἔρχεται ἀπὸ αὐτὴν στὴν ψυχὴ.

121. Ἐπιστήμη τῶν ἐπιστημῶν καὶ τέχνη τῶν τεχνῶν εἶναι ἡ ἀντιμετώπιση τῶν κακούργων καὶ πονηρῶν λογισμῶν. Ἄριστος τρόπος λοιπὸν καὶ τέχνη ἀντιμετωπίσεώς τους εἶναι τὸ νὰ βλέπομε τὴ φαντασία μὲ τὴν ὁποία γίνεται ἡ προσβολή, βοηθημένοι ἀπὸ τὴ χάρι τοῦ Κυρίου, καὶ νὰ φυλάγομε τὸν νοῦ μας ὅπως προφυλάγομε τὸ μάτι μας καὶ μ' αὐτὸ παρακολουθοῦμε ἄγρυπνα ὅποιον τύχει νὰ ἔρχεται νὰ μᾶς τὸ χτυπήσει, καὶ μὲ ὅλη μας τὴ δύναμη ἐμποδίζομε νὰ μπεῖ σ' αὐτὸ ἡ παραμικρὴ ἀγκίδα.

122. Δὲν μπορεῖ νὰ γεννήσει τὸ χιόνι φλόγα ἢ τὸ νερὸ φωτιά, οὔτε ὁ θάμνος σύκα. Ἐτσι δὲν μπορεῖ νὰ ἐλευθερωθεῖ ἡ καρδιά τοῦ ἀνθρώπου ἀπὸ δαιμονικοὺς λογισμοὺς καὶ λόγια καὶ ἔργα, ἂν δὲν καθαρῖσει τὸ ἐσωτερικὸ τῆς καὶ δὲ φυλάξει τὴ νήψη ἐνωμένη μὲ τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ καὶ δὲν κατορθώσει τὴν ταπεινώση καὶ τὴν ψυχικὴ ἡσυχία καὶ δὲ σπεύδει νὰ βαδίζει ἔτσι μὲ μεγάλη προθυμία. Ἡ ἀπρόσεκτη ὅμως ψυχὴ ἀναγκαστικὰ θὰ γίνεῖ στείρα ἀπὸ κάθε ἀγαθὸ καὶ τέλειο νόημα, σὰν ἄκαρπο μουλάρι, χωρὶς σύνεση καὶ πνευματικὴ φρόνηση. Ἡ πραγματικὴ εἰρήνη τῆς ψυχῆς εἶναι τὸ γλυκὸ πρᾶγμα καὶ ὄνομα Ἰησοῦς καὶ τὸ ἄδειασμα ἀπὸ ἐμπαθεῖς σκέψεις.

123. Ὅταν συμφωνήσῃ ἡ ψυχὴ μὲ τὶς ἐπιθυμίες τοῦ σώματος, τότε

67. Λουκ. 10, 18.

68. Γεν. 3, 5.

κτίζουν μαζί μιὰ πόλη κενοδοξίας καὶ ἕναν πύργο ὑπερηφάνειας καὶ βάζουν ὡς κατοίκους τοὺς ἀσεβεῖς λογισμούς. Ὁ Κύριος μὲ τὸν φόβο τῆς κολάσεως συγγέει καὶ διασπᾶ αὐτὴ τὴ συμφωνία⁶⁹, ἀναγκάζοντας τὴν κυρίαρχη ψυχὴ νὰ μιᾶ καὶ νὰ φρονεῖ διαφορετικὰ καὶ ἀντίθετα ἀπὸ τὸ σῶμα. Ἀπὸ τὸ φόβο τῆς κολάσεως ἐπέρχεται ὁ διαμερισμὸς αὐτός, ἐπειδὴ τὸ σαρκικὸ φρόνημα εἶναι ἔχθρα τοῦ Θεοῦ καὶ δὲν ὑποτάσσεται στὸ νόμο τοῦ Θεοῦ⁷⁰.

124. Τὰ καθημερινὰ μας ἔργα, πρέπει νὰ τὰ ζυγίζομε κάθε στιγμή καὶ νὰ τὰ προσέχομε, καὶ τὸ βράδυ νὰ τὰ ἐλαφρώνομε ὅσο μπορούμε περισσότερο μὲ τὴ μετάνοια, ἂν θέλομε, μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Χριστοῦ, νὰ νικήσομε τὴν κακία. Καὶ πρέπει νὰ παρατηροῦμε προσεκτικὰ, ἂν ἐκτελοῦμε ὅλα τὰ αἰσθητὰ καὶ φανερὰ ἔργα μας σύμφωνα μὲ τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ, ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ καὶ μόνο γιὰ τὸ Θεό, γιὰ νὰ μὴ παρασυρόμαστε παράλογα ἀπὸ τίς αἰσθήσεις μας.

125. Ἄν, μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ, κάθε ἡμέρα κερδίζομε ἀπὸ τὴν νήψη μας, δὲν πρέπει νὰ συμπεριφερόμαστε μὲ ἀδιαφορία καὶ νὰ ζημιωνόμαστε μὲ πολλὰς ἐπιβλαβεῖς συνομιλίες· ἀλλὰ μᾶλλον πρέπει νὰ καταφρονοῦμε τὰ μάταια γιὰ τὸ ἀξιαγάπητο καὶ γλυκὸ κέρδος τῆς ἀρετῆς αὐτῆς καὶ τὴν ὁμορφιά τῆς.

126. Δίκαια καὶ κατὰ φύση, ὅπως τὰ δημιούργησε ὁ Θεός, ὀφείλομε νὰ κινοῦμε τὰ τρία μέρη τῆς ψυχῆς. Τὸ θυμικὸ ἐναντίον τοῦ ἐξωτερικοῦ ἑαυτοῦ μας καὶ τοῦ σατανᾶ· γιὰτὶ λέει: «Νὰ ὀργίζεστε κατὰ τῆς ἀμαρτίας, δηλαδὴ νὰ ὀργίζεστε ἐναντίον σας καὶ ἐναντίον τοῦ διαβόλου, γιὰ νὰ μὴν ἀμαρτάνετε στὸ Θεό»⁷¹. Τὸ ἐπιθυμητικὸ νὰ τὸ στρέφομε πρὸς τὸ Θεὸ καὶ τὴν ἀρετὴ. Τὸ λογιστικὸ νὰ τὸ βάλομε ἐπικεφαλῆς τῶν δύο ἄλλων μὲ σοφία καὶ ἐπιτηδειότητα, ὥστε νὰ δίνει σ' αὐτὰ διαταγές, νὰ τὰ συμβουλεύει, νὰ τὰ τιμωρεῖ καὶ νὰ τὰ ἐξουσιάζει, ὅπως ὁ βασιλιάς τοὺς δούλους· καὶ τότε αὐτὰ θὰ τὰ κυβερνᾶ τὸ λογικὸ μας σύμφωνα μὲ τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ, ἂν καὶ τὰ πάθη ἐπαναστατοῦν ἐναντίον τοῦ λογικοῦ. Καὶ νὰ βάλομε ἐπιστάτη πάνω στὰ πάθη τὸ λογικὸ νὰ τὰ ἡγεμονεύει. Γιὰτὶ λέει ὁ ἀδελφὸθεος Ἰάκωβος: «Ἄν τὸ λογικὸ κάποιου δὲ σφάλει, αὐτὸς εἶναι τέλειος καὶ ἔχει τὴ δύναμη νὰ χαλιναγωγῆσει καὶ ὅλο τὸ σῶμα»⁷². Ἐπειδὴ, γιὰ νὰ ποῦμε τὴν ἀλήθεια, κάθε ἀνομία καὶ ἀμαρτία μὲ τὰ τρία αὐτὰ μέρη τῆς ψυχῆς ἐπιτελεῖται, ὅπως καὶ κάθε ἀρετὴ καὶ δικαιοσύνη πάλι ἀπὸ αὐτὰ τὰ τρία γίνεται.

127. Τότε ὁ νοῦς σκοτίζεται καὶ μένει ἄκαρπος, ὅταν ἢ διατυπώσει λόγους κοσμικοὺς, ἢ τοὺς δεχτεῖ στὴ διάνοιά του καὶ τοὺς συζητήσῃ, ἢ ἀσχοληθεῖ μάταια μὲ πράγματα αἰσθητὰ μὲ τὸ σῶμα καὶ μὲ τὸν νοῦ, ἢ παραδώσῃ τὸν ἑαυτό του σὲ ματαιότητες. Ἀμέσως τότε χάνει τὴ θέρμη καὶ τὴν κατάνυξη καὶ τὴν παρρησία πρὸς τὸ Θεὸ καὶ τὴ θεία γνώση. Ἐπειδὴ ὅσο προσέχομε στὸ νοῦ, φωτιζόμαστε· καὶ ὅσο δὲν προσέχομε, σκοτιζόμαστε.

69. Γεν. 11, 1-9.

70. Ρωμ. 8, 6.

71. Ψαλμ. 4, 5.

72. Ἰακ. 3, 2.

128. Ἐκεῖνος πού κάθε μέρα ἐπιδιώκει καί ζητεῖ τὴν εἰρήνη καὶ τὴν ἡσυχία τοῦ νοῦ, αὐτὸς εὐκόλα θὰ καταφρονήσει κάθε αἰσθητὸ πρᾶγμα, γιὰ νὰ μὴ κοπιᾶζει μάταια. Ὅποιος ὅμως ξεγελάει τὴ συνείδησή του, θὰ κοιμηθεῖ πικρὰ τὸν θάνατο τῆς λήθης, τὸ ὁποῖο ὁ Δαβὶδ παρακαλεῖ νὰ μὴν πάθει⁷³. Λέει καὶ ὁ Ἀπόστολος: «Ὅποιος ξέρει τὸ καλὸ καὶ δὲν τὸ κάνει, ἔχει ἁμαρτία»⁷⁴.

129. Ὁ νοῦς ἐπιστρέφει στὴν τάξη του καὶ στὴ νήψη, ἀπὸ ὅπου εἶχε ἀπομακρυνθεῖ ἀπὸ ἀμέλεια, ἂν τὸν ἐπιμεληθοῦμε καὶ ἂν μὲ θερμὴ προθυμία τὸν ἐπαναφέρομε στὴν πρακτικὴ ἐργασία τῆς νήψεως.

130. Ὁ ὄνος πού γυρίζει τὸ μῦλο, δὲν μπορεῖ νὰ βγεῖ παραπέρα ἀπὸ τὸν κύκλο τοῦ μύλου, ὅπου εἶναι δεμένος. Οὔτε ὁ νοῦς μπορεῖ νὰ προχωρήσει στὴν ἀρετὴ πού φέρνει στὴν τελειότητα, ἂν δὲν τακτοποιήσει τὸ ἐσωτερικό του. Γιατὶ εἶναι τυφλὸς στὰ ἐσωτερικά του μάτια καὶ δὲν μπορεῖ νὰ βλέπει τὴν ἀρετὴ καὶ τὸν Ἰησοῦ πού ἀκτινοβολεῖ.

131. Ἐνα ζωηρὸ καὶ ὑπερήφανο ἄλογο ὀρμᾶ χαρούμενο ὅταν δεχτεῖ ἀναβάτη στὴ ράχη του. Καὶ ἓνας δεκτικὸς νοῦς τέρπεται, ὅταν δεχτεῖ τὸ φῶς τοῦ Κυρίου καὶ εἰσέλθει σ' αὐτό, ἀφοῦ ἐλευθερωθεῖ ἀπὸ τὰ νοήματά του. Θὰ βαδίσει ἀπὸ τὴ δύναμη τῆς πρακτικῆς φιλοσοφίας τοῦ νοῦ, μὲ ἄρνηση τοῦ ἱδίου τοῦ ἑαυτοῦ του, σὲ ἄρρητη δύναμη πού θεωρεῖ τὰ ἄρρητα καὶ τὶς ἀρετές. Καὶ ἀφοῦ δεχτεῖ τὸ βάθος τῶν θείων καὶ ὑψηλῶν ἐνοιῶν τοῦ ἀπείρου, θὰ φανερωθεῖ σ' αὐτόν, ὅσο εἶναι δυνατὸ στὴν καρδιά, ὁ Θεὸς τῶν θεῶν⁷⁵. Ὁ νοῦς ἀπὸ ἐκπληξῆ δοξάζει μὲ ἀγάπη τὸ Θεὸ πού βλέπεται καὶ βλέπει, καὶ πού τόσο γιὰ τὸ ἓνα ὅσο καὶ γιὰ τὸ ἄλλο σώζει ἐκεῖνον πού στρέφει τὸ βλέμμα του σ' Αὐτόν.

132. Ἡ καρδιακὴ ἡσυχία, ὅταν πραγματοποιεῖται, θὰ δεῖ μὲ μυστικὴ γνῶση τὸν ὑψηλὸ βυθὸ καὶ θ' ἀκούσει ἐξαιρετὰ πρᾶγματα ἀπὸ τὸ Θεὸ τὸ αὐτὸ τοῦ νοῦ πού ἡσυχάζει.

133. Ὁ ὁδοιπὸρος πού πρόκειται νὰ περάσει μακρὸ καὶ δύσβατο καὶ δύσκολο δρόμο καὶ φοβᾶται νὰ μὴν παραπλανηθεῖ στὴν ἐπιστροφή, βάζει σημάδια στὸ δρόμο γιὰ νὰ ὀδηγεῖται καὶ νὰ ἐπιστρέφει εὐκόλα. Ὁ ἄνθρωπος πού βαδίζει μὲ νήψη καὶ προσευχὴ, βάζει γιὰ σημάδια λόγους, ἐπειδὴ φοβᾶται καὶ αὐτὸς νὰ μὴν πλανηθεῖ στὸ δρόμο.

134. Στὸν ὁδοιπὸρο, τὸ νὰ γυρίσει πίσω ἐκεῖ πού ξεκίνησε, γίνεται πρόξενο χαρᾶς. Γιὰ τὸν ἀγωνιστὴ ὅμως, τὸ νὰ γυρίσει πίσω, εἶναι καταστροφὴ ψυχῆς καὶ σημάδι ἀπομακρύνσεως ἀπὸ τὰ ἔργα, τοὺς λόγους καὶ τὶς σκέψεις πού ἀρέσουν στὸ Θεό. Καὶ στὸν καιρὸ τοῦ θανατηφόρου ὕπνου τῆς ψυχῆς θὰ ἔχει τοὺς λογισμοὺς νὰ τὸν κεντοῦν καὶ νὰ τὸν ξυπνοῦν μὲ τὴν ὑπόμνηση τοῦ βαριοῦ ὕπνου καὶ τῆς ραθυμίας πού τοῦ ἦρθε ἀπὸ τὴν ἀμέλειά του.

73. Ψαλμ. 12, 4.

74. Ἰακ. 4, 17.

75. Ψαλμ. 83, 8.

135. Ὄταν περιπέσομε σὲ θλίψη, σὲ ἀπόγνωση καὶ ἀπελπισία, τότε πρέπει νὰ κάνομε ὅ,τι ἔκανε καὶ ὁ Δαβίδ, δηλαδή νὰ ξεχύνομε τὴν δέησή μας μπροστὰ στὸ Θεὸ καὶ νὰ ἀναγγέλλομε τὴ θλίψη μας στὸν Κύριο⁷⁶. Πρέπει νὰ ἐξομολογούμαστε στὸ Θεό, ἐπειδὴ μπορεῖ μὲ σοφία νὰ ρυθμίσει τὶς ὑποθέσεις μας καὶ νὰ ἐλαφρώσει τὴ θλίψη μας, ἂν μᾶς συμφέρει, καὶ νὰ μᾶς γλυτώσει ἀπὸ τὴν ὀλέθρια καὶ καταστρεπτικὴ λύπη.

136. Ὁ θυμὸς ποὺ στρέφεται παρὰ φύση ἐναντίον τῶν ἀνθρώπων, ἡ λύπη ἢ ὄχι κατὰ τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ καὶ ἡ ἀκηδία, εἶναι ἐξίσου καταστρεπτικὰ τῶν καλῶν λογισμῶν καὶ τῶν λογισμῶν τῆς μυστικῆς γνώσεως· τὰ ὁποῖα διασκορπίζει ὁ Κύριος ὅταν τοῦ ἐξομολογούμαστε τὶς θλίψεις μας καὶ μᾶς ἐμπνέει χαρὰ.

137. Λογισμοὺς ποὺ ἔχουν στερεωθεῖ μέσα στὴν καρδιά μας παρὰ τὴ θέλησή μας καὶ παραμένουν ἐκεῖ, ἔχει τὸ ἰδίωμα νὰ τοὺς ἐξαφανίζει ἢ εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ ὅταν τὴ λέμε μὲ νήψη ἀπὸ τὰ βάρη τῆς καρδιάς μας.

138. Ὄταν μᾶς θλίβουν πολλοὶ καὶ παράλογοι λογισμοί, θὰ βροῦμε ἀνακούφιση καὶ χαρὰ ὅταν μεμφθοῦμε καὶ κατηγορήσομε τοὺς ἑαυτοὺς μας μὲ εἰλικρίνεια καὶ ἀβίαστα ἢ ὅταν τοὺς ἀναγγείλομε στὸν Κύριο, ὅπως ἀκριβῶς θὰ τοὺς λέγαμε σὲ ἄνθρωπο. Καὶ ὅπωςδήποτε μὲ τοὺς δύο αὐτοὺς τρόπους θὰ βροῦμε ἀνάπαυση σὲ κάθε περίπτωση.

139. Οἱ Πατέρες θεωροῦν τὸν Μωυσῆ εἰκόνα τοῦ νοῦ. Γιατὶ ὁ Μωυσῆς βλέπει τὸ Θεὸ στὴν βάρη⁷⁷, καὶ λάμπει τὸ πρόσωπό του⁷⁸, καὶ θεὸς Φαραὼ γίνεται ἀπὸ τὸ Θεὸ τῶν θεῶν⁷⁹. μαστιγώνει τὴν Αἴγυπτο καὶ ἐλευθερώνει τὸν Ἰσραὴλ καὶ νομοθετεῖ. Αὐτὰ ὅταν τὰ θεωρήσομε ἀλληγορικὰ καὶ πνευματικά, εἶναι ἐνέργειες καὶ πλεονεκτήματα τοῦ νοῦ.

140. Εἰκόνα τοῦ ἐξωτερικοῦ ἀνθρώπου εἶναι ὁ Ἀαρών, ὁ ἀδελφὸς τοῦ νομοθέτη. Ἔτσι κι ἐμεῖς, ὅταν κατηγοροῦμε μὲ θυμὸ τὸν ἐξωτερικό μας ἄνθρωπο, ὅπως ὁ Μωυσῆς ἔκανε στὸν Ἀαρών ὅταν αὐτὸς ἔσφαλε, τοῦ λέμε: «Σὲ τί σὲ ἀδίκησε ὁ Ἰσραὴλ καὶ βιάστηκες νὰ τὸν ἀπομακρύνεις ἀπὸ τὸν ζώντα Θεό, τὸν Παντοκράτορα Κύριο;»⁸⁰

141. Ὁ Κύριος μαζὶ μὲ ὅλα τὰ ἄλλα ἀγαθὰ μᾶς δίδαξε καὶ αὐτό, ὅταν ἦταν νὰ ἀναστήσει τὸ Λάζαρο: νὰ καταστέλλομε μὲ ἐπιβολὴ τὴν ἔλλειψη ἀνδρείας καὶ τὴν ἀστάθεια τῆς ψυχῆς καὶ νὰ ἔχομε ἓνα αὐστηρὸ ἦθος μὲ αὐτομεμφία· αὐτὸ ἐλευθερώνει τὴν ψυχὴ ἀπὸ τὴ φιλαυτία, τὴν κενοδοξία καὶ τὴν ὑπερηφάνεια.

142. Ὅπως εἶναι ἀδύνατο νὰ περάσει κανεὶς μεγάλο πέλαγος χωρὶς μεγάλο πλοῖο, ἔτσι εἶναι ἀδύνατο νὰ διώξει κανεὶς μιὰ προσβολὴ ἐνὸς πονηροῦ λογισμοῦ χωρὶς τὴν ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ.

143. Ἡ ἀντίρρηση ἀποστομώνει, ἐνῶ ἡ ἐπίκληση τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ

76. Ψαλμ. 141, 3.

77. Ἐξ. 3, 2.

78. Ἐξ. 34, 30.

79. Ἐξ. 7, 1.

80. Ἐξ. 32, 31.

διώχνει ἀπὸ τὴν καρδιά τούς πονηροὺς λογισμούς. Ὄταν ἡ προσβολὴ τοῦ πονηροῦ λογισμοῦ διαμορφωθεῖ στὴν εἰκόνα ἐνὸς αἰσθητοῦ πράγματος μέσα στὴν ψυχὴ, π.χ. μὲ τὸ πρόσωπο ἐκείνου ποὺ μᾶς ἔχει λυπήσει ἢ στὴ φαντασία γυναικειᾶς ὁμορφιάς ἢ χρυσοῦ ἢ χρημάτων, τὸ καθένα ἀπὸ αὐτὰ ὅταν ἐμφανιστεῖ στὴ διάνοιά μας, ἀμέσως γίνονται φανεροὶ οἱ λογισμοὶ τῆς μνησικακίας, τῆς πορνείας καὶ τῆς φιλαργυρίας ποὺ τὸ προκάλεσαν. Καὶ ἂν ὁ νοῦς μας εἶναι πεπειραμένος καὶ ἐκπαιδευμένος καὶ ἔχει συνηθίσει στὴν τήρηση τοῦ ἑαυτοῦ του καὶ στὸ νὰ βλέπει καθαρὰ καὶ μὲ διαύγεια τὶς θελκτικὰς εἰκόνας καὶ τὶς ἀπάτες τῶν πονηρῶν πνευμάτων, εὐκόλα, μόλις ἐμφανιστοῦν, μὲ τὴν ἀντίρρηση καὶ μὲ τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ σβῆνει ἀμέσως τὰ πυρωμένα βέλη τοῦ διαβόλου⁸¹. Δὲν ἐπιτρέπει στὴν ἐμπαθῆ φαντασία νὰ εἰσχωρήσει στὴν καρδιά, οὔτε ἐπιτρέπει στοὺς λογισμοὺς μας νὰ συμορφωθοῦν ἐμπαθῶς μὲ τὴν πονηρὴ φαντασία ἢ νὰ συνομιλήσουν μαζί της φιλικὰ ἢ νὰ τὴ σκεφτοῦν πολὺ καὶ νὰ δώσουν τὴ συγκατάθεσή τους, πράγματα στὰ ὁποῖα ἐπακολουθοῦν τὰ πονηρὰ ἔργα μὲ κάποια ἀναγκαιότητα, ὅπως ἐπακολουθοῦν οἱ νύχτες στὶς ἡμέρες.

144. Ἄν ὁμοῦς ὁ νοῦς μας εἶναι ἄπειρος καὶ δὲν ἔχει τὴν εὐχέρεια τῆς νήψεως, ἀμέσως ἀνακατώνεται μὲ τὴν ἐμπαθῆ εἰκόνα, ὅποια καὶ νὰ εἶναι, καὶ συνομιλεῖ μὲ αὐτὴ καὶ δέχεται κακὰς ἐρωτήσεις καὶ δίνει ἀπαντήσεις. Καὶ τότε ἀνακατώνονται οἱ λογισμοὶ μας μὲ τὴν δαιμονικὴ φαντασία, ἡ ὁποῖα ὅσο πάει μεγαλώνει καὶ πληθύνεται γιὰ νὰ φανεῖ ἀξιαγάπητη καὶ ὠραία καὶ θελκτικὴ στὸ νοῦ ποὺ τὴ δέχεται καὶ αἰχμαλωτίζεται. Συμβαίνει τότε στὸ νοῦ, ὅπως ὅταν φανεῖ σὲ ἄκακα ἄρνια ἕνας σκύλος, ἐκεῖ ποὺ βόσκουν σὲ πεδινὸ μέρος· καὶ νομίζουν αὐτὰ ὅτι εἶναι ἡ μητέρα τους καὶ τρέχουν κοντὰ του, χωρὶς νὰ κερδίσουν τίποτε μὲ τὸ νὰ πλησιάσουν τὸν σκύλο παρὰ μόνο τὴν ἀκαθαρσία καὶ τὴ δυσωδία του. Κατὰ τὸν ἴδιον τρόπο καὶ οἱ λογισμοὶ μας, ὡς ἀμαθεῖς τρέχουν σὲ ὅλες τὶς δαιμονικὰς φαντασίας καὶ ἀφοῦ ἀνακατωθοῦν μαζί τους, τοὺς βλέπει κανεὶς ἐνωμένους νὰ θέλουν νὰ καταστρέψουν τὴν Ἰλιούπολη (Τροία) ὅπως ὁ Ἀγαμέμνων καὶ ὁ Μενέλαος. Ἔτσι καὶ αὐτοὶ σκέφτονται τί πρέπει νὰ γίνῃ γιὰ νὰ πραγματοποιήσουν μὲ τὸ σῶμα ἐκεῖνο ποὺ φάνηκε ὠραῖο μὲ τὴν ἀπάτη τῆς δαιμονικῆς εἰσβολῆς. Κι ἔτσι λοιπὸν δημιουργοῦνται ἐσωτερικῶς οἱ πτώσεις τῆς ψυχῆς· καὶ τότε κατ' ἀνάγκην θὰ ἐξωτερικευτεῖ τὸ ἐσωτερικὸ τῆς καρδιάς.

145. Ὁ νοῦς εἶναι κάτι τὸ εὐκόλο καὶ ἄκακο καὶ εὐκόλα ἀκολουθεῖ τοὺς δαιμονικοὺς λογισμοὺς, καὶ δύσκολα μπορεῖ νὰ κρατηθεῖ ἀπὸ τὶς ἄνομες φαντασίες τῶν δαιμόνων, ἂν δὲν ἔχει τὸν αὐτοκράτορα τῶν παθῶν λογισμό, ποὺ νὰ τὸν ἐμποδίζει ἀκατάπαυστα καὶ νὰ τὸν χαλιναγωγεῖ.

146. Ἡ θεωρία καὶ ἡ πνευματικὴ γνώση γίνονται φυσικοὶ ὁδηγοὶ καὶ πρόξενοι ἀκριβοῦς βίου, γιὰτὶ μὲ αὐτὰς ἡ διάνοια ἀνουφώνεται τόσο, ὥστε νὰ

81. Ἐφ. 6, 16.

καταφρονεῖ τὶς ἡδονὲς καὶ ὅλα τὰ αἰσθητὰ καὶ τὶς εὐχαριστήσεις τῆς ζωῆς σὰν πράγματα μηδαμινά.

147. Ὁ προσεκτικὸς βίος ποὺ κατορθώνεται μὲ τὴν χάρη τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, γίνεται πατέρας τῆς θεωρίας καὶ τῆς γνώσεως. Ἀκόμη γεννᾶ θεία προκοπή καὶ ἀνύψωση καὶ σοφότατους στοχασμούς, ὅταν πάρει σύζυγο τὴν ταπεινώση, ὅπως λέει ὁ θεῖος προφήτης Ἡσαΐας. «Ὅσοι περιμένουν μὲ ὑπομονὴ τὸν Κύριο, θὰ πάρουν νέα δύναμη· θὰ βγάλουν φτερὰ καὶ θὰ πετάξουν μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Κυρίου»⁸².

148. Σκληρὸ καὶ δύσκολο φαίνεται στοὺς ἀνθρώπους τὸ νὰ ἡσυχάζει ἡ ψυχὴ τους ἀπὸ κάθε λογισμὸ. Καὶ πράγματι εἶναι δύσκολο καὶ ἐπίπονο. Καὶ δὲν εἶναι δυσβάστακτο μόνο σὲ ὅσους εἶναι ἀμύητοι στὸν πνευματικὸ πόλεμο, τὸ νὰ περιορίζουν καὶ νὰ περικλείουν τὸν ἀσώματο νοῦ μέσα στὸ σωματικὸ σπίτι, ἀλλ' ἀκόμη καὶ σ' ἐκείνους ποὺ ἔχουν λάβει πείρα τῆς ἐσωτερικῆς αὐλῆς πάλης. Ὅποιος ὅμως ἔχει ἀγκαλιάσει τὸν Κύριο Ἰησοῦ μὲ τὴ συνεχῆ εὐχή, δὲν θὰ κοπιᾶσει νὰ τὸν ἀκολουθεῖ, ὅπως λέει ὁ προφήτης⁸³. Καὶ δὲν θὰ ἐπιθυμήσει ἓνας τέτοιος ἄνθρωπος νὰ ζήσει ὅπως ζοῦν οἱ κοινοὶ ἄνθρωποι, ἐξαιτίας τῆς ὠραιότητος καὶ τερπνότητος καὶ γλυκύτητος τοῦ Ἰησοῦ. Καὶ δὲ θὰ ντροπιαστεῖ ἀπὸ τοὺς ἐχθροὺς δαίμονες ποὺ περπατοῦν γύρω του⁸⁴, ὅταν τοὺς ἀντιμετωπίζει στεκόμενος μπροστὰ στὴν πύλη τῆς καρδιάς του καὶ τοὺς καταδιώκει διὰ τοῦ Ἰησοῦ.

149. Ἡ ψυχὴ ποὺ θὰ πετάξει ψηλὰ στὸν ἀέρα διὰ τοῦ θανάτου, στὶς πύλες τοῦ Οὐρανοῦ, ἔχοντας μαζί της ὑπερασπιστὴ τὸ Χριστό, οὔτε ἐκεῖ θὰ ντραπεῖ τοὺς ἐχθροὺς της, ἀλλὰ μὲ θάρρος ὅπως τώρα θὰ μιλήσει σ' αὐτούς· μόνο νὰ μὴ χάσει τὴν ὑπομονὴ της μέχρι τὴν ὥρα τοῦ θανάτου νὰ φωνάζει ἡμέρα καὶ νύχτα πρὸς τὸν Κύριο Ἰησοῦ Χριστό, τὸν Υἱὸ τοῦ Θεοῦ. Καὶ Αὐτὸς θὰ τιμωρήσει γρήγορα τοὺς ἐχθροὺς της δαίμονες, σύμφωνα μὲ τὴν ἀληθινὴ καὶ θεία ὑπόσχεσή Του, ποὺ εἶπε γιὰ τὸν ἄδικο κριτὴ⁸⁵. Ναί, σὰς λέω, θὰ τιμωρήσει τοὺς ἐχθροὺς της καὶ στὴ ζωὴ αὐτῆ, καὶ μετὰ τὴν ἔξοδο τῆς ψυχῆς ἀπὸ τὸ σῶμα.

150. Ταξιδεύοντας τὴ νοητὴ θάλασσα, ἔχε τὸ θάρρος σου στὸν Ἰησοῦ. Γιατὶ σοῦ φωνάζει μέσα στὴν καρδιά σου μυστικά: «Μὴ φοβᾶσαι, παιδί μου Ἰακώβ, μικρὲ Ἰσραήλ⁸⁶. Μὴ φοβᾶσαι σκουλήκι Ἰσραήλ, ἐγὼ σὲ ὑπερασπίζομαι». Ἄν ὁ Θεὸς εἶναι μὲ τὸ μέρος μας, ποιὸς κακὸς θὰ σταθεῖ ἀντίθετός μας; Εἶναι Ἐκεῖνος ποὺ μακάρισε τοὺς καθαρὸς στὴν καρδιά⁸⁷, καὶ νομοθέτησε, ὁ γλυκὺς Ἰησοῦς καὶ μόνος καθαρὸς, ποὺ θέλει νὰ πατεῖ θεϊκὰ μέσα στὶς καθαρὲς καρδιὲς καὶ νὰ κατοικεῖ σ' αὐτές. Γι' αὐτὸ ἄς μὴν παύομε, κατὰ τὸ θεῖο Παῦλο, νὰ γυμνάζομε τὸ νοῦ μας μὲ στόχο τὴν εὐσέβεια⁸⁸. Εὐλογα λοιπὸν ὀνομάστηκε ἀληθινὴ ἢ εὐσέβεια ἐκείνη ποὺ βγάζει ἀπὸ τὴ ρίζα

82. Ἦσ. 40, 31.

84. Ψαλμ. 11, 9.

86. Ἦσ. 41, 13.

88. Α' Τιμ. 4, 7.

83. Ἰερ. 17, 16.

85. Λουκ. 18, 1-8.

87. Ματθ. 5, 8.

τὰ σπέρματα τοῦ πονηροῦ. Αὐτὴ ἡ εὐσέβεια εἶναι ὁ «οἶμος τοῦ λόγου», δηλ. ὁδὸς τοῦ λογικοῦ ἢ ὁδὸς τοῦ λογισμοῦ. Στὴν Ἀττικὴ ἑλληνικὴ διάλεκτο οἶμος καὶ κέλευθος λέγεται ἡ ὁδός, ποὺ εἶναι ὁ λογισμὸς.

151. Θὰ ἀπολαύσει τὰ ἀγαθὰ μὲ πολλὴ εἰρήνη⁸⁹, κατὰ τὸν Δαβίδ, ἐκείνος ποὺ δὲν ἐπηρεάζεται ἀπὸ πρόσωπο ἀνθρώπου ὅταν κρίνει τὴν ἀδικία στὴν καρδιά του, δηλαδή δὲν ἐπηρεάζεται ἀπὸ τὶς μορφές τῶν πονηρῶν πνευμάτων, ὥστε μέσω αὐτῶν νὰ σκέφτεται τὴν ἁμαρτία, καὶ κρίνοντας καὶ δικάζοντας κακῶς μέσα στὴν καρδιά του, νὰ δίνει τὸ δίκαιο στὴν ἁμαρτία. Γιατὶ οἱ μεγάλοι καὶ διακριτικοὶ Πατέρες σὲ μερικὰ συγγράμματά τους ὀνόμασαν ἀνθρώπους καὶ τοὺς δαίμονες, ἐπειδὴ ἔχουν τὸ λογικόν. Παρόμοιο εἶναι καὶ τὸ εὐαγγελικόν, ὅπου ὁ Κύριος λέει: «Ἐνας ἄνθρωπος κακὸς τὸ ἔκανε τοῦτο, καὶ ἀνακάτωσε μέσα στὸ σιτάρι καὶ τὰ ζιζάνια»⁹⁰. Δὲν ὑπάρχει γρήγορη ἀντίρρηση στοὺς λογισμοὺς ἀπὸ ἐκείνους ποὺ πράττουν τὰ κακά. Γι' αὐτὸ καὶ κατατρωγόμαστε ἀπὸ τοὺς λογισμοὺς.

152. Ὅταν ἀρχίσουμε νὰ ζοῦμε μὲ προσοχὴ τοῦ νοῦ, ἂν προσαρμόζουμε στὴ νήψη τὴν ταπείνωση καὶ συνάπτομε στὴν ἀντίρρηση τὴν εὐχή, τότε θὰ βαδίσουμε καλὰ τὸ δρόμο τῆς μετάνοιας· σὰν νὰ στολίζουμε, νὰ σκουπίζουμε καὶ νὰ καθαρίζουμε τὸ σπῆτι τῆς καρδιάς ἀπὸ τὴν πονηρία, κάτω ἀπὸ τὸ φῶς τοῦ προσκυνητοῦ καὶ ἁγίου ὀνόματος τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ. Ἄν ἔχομε τὸ θάρρος μας μόνον στὴ νήψη ἢ στὴν προσοχὴ τῆ δικῆς μας, τότε γρήγορα θὰ μᾶς σπρώξουν, θὰ μᾶς ἀνατρέψουν, θὰ πέσομε καὶ θὰ μᾶς νικήσουν οἱ ἐχθροὶ μας οἱ πανοῦργοι καὶ δολιότατοι. Καὶ περισσότερο θὰ περιπλεχθοῦμε στὰ δίχτυα τους, δηλαδή τὶς πονηρὲς ἐνθυμήσεις, ἢ καὶ θὰ μᾶς σφάξουν εὐκόλα, ὅταν δὲν κρατοῦμε τὸ ἰσχυρὸ δόρυ, δηλαδή τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ. Γιατὶ μόνον τὸ σεβάσμιον αὐτὸ ξίφος, ὅταν στρέφεται πολὺ συχνὰ μέσα σὲ καρδιά ποὺ μόνον ἓνα τρόπο ζωῆς γνωρίζει (νήψη δηλ. καὶ εὐχή), μόνον αὐτὸ ξέρει νὰ στριφογυρίζει καὶ νὰ κατακόβει τοὺς πονηροὺς δαίμονες καὶ νὰ τοὺς καίει καὶ νὰ τοὺς κάνει ἄφαντους, σὰν καλάμι ποὺ τὸ τρώει ἡ φωτιά.

153. Τὸ κορύφωμα τῆς ἀδιάκοπης νήψεως, δηλαδή ὠφέλεια τῆς ψυχῆς καὶ μεγάλο κέρδος, εἶναι νὰ βλέπει κανεὶς εὐθύς τὶς φαντασίες τῶν λογισμῶν μόνον σχηματίζονται στὸ νοῦ του. Ἐνῶ τὸ κορύφωμα τῆς ἀντιρρήσεως εἶναι νὰ ἐλέγχουμε καὶ νὰ ἐξακριβώνουμε τὸ λογισμὸ ποὺ ἐπιχειρεῖ νὰ μπεῖ στὸ νοῦ μας μέσω τῆς φαντασίας κάποιου αἰσθητοῦ πράγματος. Ἐκεῖνο ὅμως ποὺ σβήνει καὶ διαλύει ἀμέσως κάθε σκέψη πονηρῆ τῶν ἐχθρῶν δαιμόνων, κάθε λόγο, κάθε φαντασία, κάθε πονηρὴ εἰκόνα καὶ παράσταση, εἶναι ἡ ἐπίκληση τοῦ Κυρίου. Κι ἐμεῖς οἱ ἴδιοι βλέπομε στὸ νοῦ μας τὴν ὀλοσχερῆ ἡττα τους, ποὺ προξενεῖται ἀπὸ τὸν Ἰησοῦ τὸ μεγάλο Θεὸ μας, καὶ τὴν ἐκδίκηση ποὺ παίρνει ὁ Ἰησοῦς γιὰ μᾶς τοὺς ταπεινοὺς καὶ ἀσήμαντους καὶ ἄχρηστους.

89. Ψάλμ. 36, 11.

90. Ματθ. 13, 28.

154. Τὸ ὅτι ὅλοι οἱ λογισμοὶ δὲν εἶναι τίποτε ἄλλο, παρὰ μόνο φαντασίες αἰσθητῶν καὶ κοσμικῶν πραγμάτων, οἱ περισσότεροι δὲν τὸ γνωρίζομε. Ἄν κρατήσομε ἐπὶ πολὺ καιρὸ μὲ νήψη τὴν εὐχή, τότε ἡ εὐχή ἀποστερεῖ τὴν διάνοια ἀπὸ κάθε ὕλικῆ φαντασία πονηρῶν λογισμῶν καὶ φανερώνει σ' αὐτὴ τοὺς τρόπους τῶν ἐχθρῶν δαιμόνων καὶ τὸ μεγάλο κέρδος τῆς εὐχῆς καὶ τῆς νήψεως. «Ὅμως, θὰ παρακολουθήσεις μὲ τὰ μάτια σου καὶ θὰ δεῖς νοερὰ τὴν τιμωρία τῶν νοητῶν ἀμαρτωλῶν, τῶν δαιμόνων», ὅπως λέει ὁ θεῖος μελωδὸς Δαβίδ⁹¹.

155. Ἄς θυμόμαστε, ἂν εἶναι δυνατόν, ἀκατάπαυστα τὸν θάνατο. Ἔτσι γεννιέται μέσα μας ἡ ἀπόθεση τῶν φροντίδων καὶ κάθε ματαιότητος, ἡ φύλαξη τοῦ νοῦ, ἡ ἀκατάπαυστη δέηση, ἡ ἀπάθεια τοῦ σώματος καὶ ἡ ἀποστροφή τῆς ἀμαρτίας. Καὶ σχεδὸν θὰ μπορούσαμε νὰ ποῦμε, κάθε ἀρετὴ πηγάζει ἀπὸ τὴν μνήμη αὐτῆ. Γι' αὐτὸ ἄς τὴν χρησιμοποιήσομε ὅπως τὴν ἴδια τὴν ἀναπνοή μας.

156. Ἡ καρδιά πού εἶναι τελείως ἄδεια ἀπὸ φαντασίες, θὰ γεννήσει νοήματα καὶ σκέψεις πού θὰ σκιρτοῦν ἀπὸ τὰ βάθη τῆς, θεῖες καὶ μυστηριώδεις, ἔτσι ὅπως πηδοῦν τὰ ψάρια καὶ βουτοῦν τὰ δελφίνια ὅταν ἔχει γαλήνη ἢ θάλασσα. Ἡ θάλασσα ἀνεμίζεται ἀπὸ τὴ λεπτὴ αὔρα, ἐνῶ ἡ ἄβυσσος τῆς καρδιάς ἀπὸ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα· ὅπως λέει ὁ Ἀπόστολος: «Ἐπειδὴ εἶστε γιοί, γι' αὐτὸ ἔστειλε ὁ Θεὸς τὸ Πνεῦμα τοῦ Υἱοῦ Του στὶς καρδιές σας, πού φωνάζει: Ἄββᾶ, Πατέρα»⁹².

157. Κάθε μοναχὸς πού θὰ ἐπιχειρήσει ν' ἀναλάβει πνευματικὸ ἔργο πρὶν ἀπὸ τὴ νήψη τοῦ νοῦ, θὰ βρεθεῖ σὲ ἀδιέξοδο καὶ σὲ διχασμὸ τοῦ νοῦ. Κι αὐτό, ἢ γιατί δὲ γνωρίζει τὴν ὁμορφιά τῆς, ἢ τὴν γνωρίζει ἀλλὰ ἀπὸ ἀμέλεια δὲν μπορεῖ νὰ τὴν κρατήσῃ. Θὰ ἀπαλλαγεῖ ἀπὸ τὸ ἀδιέξοδο χωρὶς ἀμφιβολία, ὅταν ἀρχίσει τὴ φύλαξη τοῦ νοῦ, πού εἶναι καὶ λέγεται διανοητικὴ φιλοσοφία ἢ πρακτικὴ φιλοσοφία τοῦ νοῦ, ἐπειδὴ θὰ ἔχει βρεῖ τὴν «ὁδὸν» γιὰ τὴν ὁποία εἶπε ὁ Κύριος: «Ἐγὼ εἶμαι ἡ ὁδὸς καὶ ἡ ἀνάστασις καὶ ἡ ζωὴ»⁹³.

158. Καὶ πάλι θὰ βρεθεῖ σὲ ἀπορία ἢ ψυχὴ βλέποντας μιὰ ἀπέραντη ἄβυσσο ἀπὸ λογισμοὺς καὶ πλῆθος νήπια τῆς Βαβυλώνας. Ἄλλὰ καὶ αὐτὴ τὴν ἀπορία τὴν λύνει ὁ Χριστός, ἂν στηρίζομε ἀδιάκοπα τὴ βάση τῆς διανοίας μας πάνω σ' Αὐτὸν καὶ ἂν τὰ νήπια τῆς Βαβυλώνας τὰ χτυποῦμε καὶ τὰ συντρίβομε πάνω στὴν πέτρα αὐτῆ⁹⁴ (τὸ Χριστό), ἐκπληρώνοντας τὴν ἐπιθυμία μας ἐναντίον τους. Γιατὶ λέει ἡ Γραφή: «Ὅποιος φυλάγει τὴν ἐντολή, δὲ θὰ γνωρίσει πονηρὸ λόγον»⁹⁵, καὶ «Δίχως ἐμένα, δὲν μπορεῖτε νὰ κάνατε τίποτε»⁹⁶.

159. Ἐκεῖνος εἶναι πράγματι ἀληθινὸς μοναχός, ὁ ὁποῖος κατορθώνει

91. Ψαλμ. 90, 8.

92. Γαλ. 4, 6.

93. Ἰω. 11, 25· 14, 6.

94. Ψαλμ. 136, 9.

95. Ἐκκλ. 8, 5.

96. Ἰω. 15, 5.

τῆ νήφῃ· καὶ ἔχει ἀληθινὰ νήφῃ, ἐκεῖνος ποὺ εἶναι μοναχὸς κατὰ τὴν καρδιά.

160. Ὁ βίος τοῦ ἀνθρώπου παρατείνεται μαζί με τὰ χρόνια ποὺ περνοῦν, με μῆνες, με ἐβδομάδες, ἡμέρες, νύχτες, ὥρες καὶ στιγμές, στρεφόμενος μαζί με τὸν χρόνο. Σὲ ὅλα αὐτὰ τὰ χρονικὰ διαστήματα ὀφείλομε νὰ ἐπεκτείνουμε κι ἐμεῖς τὶς ἐνάρετες ἐργασίες, τὴν νήφῃ καὶ τὴν εὐχὴ καὶ τὴ γλυκύτητα τῆς καρδιάς με ἐπιμελημένη ἡσυχία μέχρι τὸ θάνατό μας.

161. Θὰ ἔρθει καὶ σὲ μᾶς ἡ ὥρα τοῦ θανάτου, θὰ ἔρθει καὶ δὲν εἶναι δυνατὸ νὰ τὸν ἀποφύγομε. Καὶ εἶθε τότε, ὅταν ἔρθει ὁ ἄρχοντας τοῦ κόσμου καὶ τοῦ ἀέρα⁹⁷, νὰ βρεῖ τὰ ἀμαρτήματά μας λίγα καὶ μηδαμινὰ γιὰ νὰ μὴ μᾶς ἐλέγξει στ' ἀλήθεια καὶ κλάφομε τότε ἀνώφελα. Γιατί, λέει τὸ ἱερὸ Εὐαγγέλιο: «Ἐκεῖνος ὁ δοῦλος ποὺ γνώρισε τὸ θέλημα τοῦ Κυρίου του καὶ δὲν ἔκανε ὅ,τι ἔπρεπε, θὰ δαρθεῖ πολὺ»⁹⁸.

162. «Ἀλλοίμονο —λέει— σ' ἐκείνους ποὺ ἔχασαν τὴν καρδιά. Καὶ τί θὰ κάνουν ὅταν τοὺς ἐπισκεφθεῖ ὁ Κύριος;»⁹⁹ Γι' αὐτό, ἀδελφοί, ἄς δείξομε ζῆλο καὶ προθυμία.

163. Στους ἀπλοϊκοὺς καὶ δῆθεν ἀπαθεῖς λογισμοὺς, ἀκολουθοῦν οἱ ἐμπαθεῖς, καθὼς ἔχομε μάθει με τὴν μακροχρόνια πείρα καὶ παρατήρηση. Οἱ πρῶτοι λογισμοὶ ἀνοίγουν τὴν εἴσοδο στους δεύτερους, οἱ ἀπαθεῖς στους ἐμπαθεῖς.

164. Πράγματι ὁ ἄνθρωπος πρέπει νὰ χωρίζεται με τὴν προαίρεσή του σὲ δύο κομμάτια, καὶ νὰ σχίζεται με σοφότετη ἐπινόηση, ὅπως εἶπα· καὶ πρέπει νὰ εἶναι ἐχθρὸς ἀφιλίωτος καὶ ἄσπονδος τοῦ ἑαυτοῦ του. Ὅποια διάθεση ἀκριβῶς ἔχει ἓνας γιὰ κάποιον ποὺ ἐξαιρετικὰ καὶ πολλές φορές τὸν ἔχει λυπήσει καὶ ἀδικήσει, ἔτσι νὰ ἐχθρευόμαστε τὸν ἑαυτό μας ἢ καὶ πολὺ περισσότερο, ἂν βέβαια θέλομε νὰ κατορθώσομε τὴν μεγάλη καὶ πρώτη ἐντολή, δηλαδὴ τὴν διαγωγή τοῦ Χριστοῦ, τὴ μακάρια ταπείνωση, τὸν ἔνσαρκο τρόπο ζωῆς τοῦ Θεοῦ. Γι' αὐτὸ ὁ Ἀπόστολος λέει: «Ποιὸς θὰ με ἐλευθερώσει ἀπὸ τὸ σῶμα αὐτό, τὸ κυριευμένο ἀπὸ τὸν θάνατο¹⁰⁰; Γιατί δὲν ὑποτάσσεται στὸ νόμο τοῦ Θεοῦ»¹⁰¹. Θέλοντας ὁ Ἀπόστολος νὰ φανερώσει ὅτι τὸ νὰ ὑποτάξομε τὸ σῶμα στὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ ἐξαρτᾶται ἀπὸ ἐμᾶς, λέει: «Ἄν κρίναμε τὸν ἑαυτό μας, δὲ θὰ καταδικαζόμαστε· κι ὅταν καταδικαζόμαστε, παιδαγωγούμαστε ἀπὸ τὸν Κύριο»¹⁰².

165. Ἡ ἀρχὴ τῆς καρποφορίας εἶναι τὸ ἄνθος. Καὶ ἡ ἀρχὴ τῆς φυλάξεως τοῦ νοῦ εἶναι ἡ ἐγκράτεια ἀπὸ φαγητὰ καὶ ποτὰ, ἡ ἄρνηση καὶ ἀποχὴ κάθε πονηροῦ λογισμοῦ καὶ ἡ ἡσυχία τῆς καρδιάς.

166. Ὅταν δυναμωμένοι με τὴ δύναμη τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ ἀρχίζομε νὰ τρέχομε ἀσφαλισμένοι με τὴν νήφῃ, στὴν ἀρχὴ μᾶς φανερώνεται σὰν μία

97. Ἰω. 14, 30.

98. Λουκ. 12, 47.

99. Σ. Σειρ. 2, 14.

100. Ρωμ. 7, 24.

101. Ρωμ. 8, 7.

102. Α' Κορ. 11, 31-32.

λαμπάδα στὸ νοῦ μας ποὺ τὴν κρατᾶμε μὲ τὸ χέρι τοῦ νοῦ μας καὶ μᾶς ὁδηγεῖ στὸ δρόμο τῆς διάνοιας· ὕστερα σὰν πανσέληνος ὀλόφειγγη ποὺ κάνει τὴν τροχιά της στὸ στερέωμα τῆς καρδιάς. Καὶ τέλος μᾶς φανερώνεται σὰν ἥλιος ὁ Ἰησοῦς, ποὺ ἀκτινοβολεῖ δικαιοσύνη, δηλαδή φανερώνει σ' ἐμᾶς τὸν ἑαυτό Του καὶ τοὺς ὀλόλαμπρους φωτισμοὺς τῶν θείων του καὶ ἱερῶν ἐνοιῶν.

167. Αὐτὰ τὰ φανερώνει μυστικᾶ ὁ Ἰησοῦς στὸ νοῦ ἐκεῖνο ποὺ ἐπιμένει στὴν ἐντολὴ ποὺ λέει: «Θὰ περικόψετε τὴν σκληροκαρδιά σας»¹⁰³. Καὶ καθὼς εἶπαμε, ἐξάισιες σκέψεις διδάσκει τὸν ἄνθρωπο ἢ ἐπιμελῆς νήψη· γιὰτὶ ὁ Θεὸς εἶναι ἀπροσωπόληπτος¹⁰⁴. Γι' αὐτὸ λέει ὁ Κύριος: «Ἀκοῦστε με καὶ καταλάβετε τὰ λόγια Μου· σ' ὅποιον ἔχει, θὰ δοθοῦν καὶ ἄλλα καὶ θὰ περισσέφουν, ἐνῶ ἀπὸ ἐκεῖνον ποὺ δὲν ἔχει, θὰ ἀφαιρεθεῖ κι ἐκεῖνο ποὺ νομίζει ὅτι ἔχει»¹⁰⁵. Σ' ἐκεῖνους ποὺ ἀγαποῦν τὸν Θεό, ὅλα συνεργοῦν γιὰ τὸ καλὸ τους¹⁰⁶. Πολὺ περισσότερο λοιπὸν οἱ ἀρετὲς θὰ συνεργήσουν καὶ θὰ βοηθήσουν.

168. Ὅπως τὸ πλοῖο δὲν μπορεῖ νὰ ταξιδέψει χωρὶς νερό, ἔτσι καὶ ἡ φύλαξη τοῦ νοῦ δὲν προχωρεῖ διόλου χωρὶς νήψη καὶ ταπεινώση καὶ εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ.

169. Θεμέλια τοῦ σπιτιοῦ εἶναι οἱ πέτρες. Θεμέλιο καὶ ὄροφὴ τῆς ἀρετῆς τῆς νήψεως εἶναι τὸ προσκυνητὸ καὶ ἅγιο ὄνομα τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ. Ἐνας ἀνόητος κυβερνήτης πλοίου, ἂν στὴν τρικυμία διώξει τοὺς ναῦτες καὶ ρίξει στὴ θάλασσα τὰ κουπιὰ καὶ τὰ πανιὰ καὶ κοιμηθεῖ, εὐκόλα θὰ ναυαγήσει. Καὶ ἡ ψυχὴ εὐκολότερα θὰ καταποντιστεῖ ἀπὸ τοὺς δαίμονες, ἂν ἀμελήσει τὴν νήψη καὶ δὲν ἐπικαλεῖται, μὴ μάλιστα φανεῖ ἡ δαιμονικὴ προσβολή, τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ.

170. Ὅ,τι γνωρίζομε, αὐτὸ λέμε στὸ γραπτὸ μας· καὶ ὅ,τι εἶδαμε στὸ δρόμο ποὺ περνοῦμε, ἐκεῖνο μαρτυροῦμε σ' ὅποιον θέλει, ἂν βέβαια θελήσετε νὰ δεχτεῖτε τοὺς λόγους μας. Αὐτὸς ὁ Κύριος εἶπε: «Ἄν κάποιος δὲ μείνει σ' Ἐμένα, θὰ πεταχτεῖ ἔξω ὅπως τὸ κλῆμα, καὶ κάποιος τὸ μαζεῦουν, τὸ ρίχνουν στὴ φωτιὰ καὶ καίγεται· ἐνῶ ὅποιος μένει σ' Ἐμένα, μένω κι ἐγὼ σ' αὐτόν»¹⁰⁷. Ὅπως εἶναι ἀδύνατο νὰ λάμψει ὁ ἥλιος χωρὶς φῶς, ἔτσι εἶναι ἀδύνατο νὰ καθαριστεῖ ἡ καρδιὰ ἀπὸ τὴν ἀκαθαρσία τῶν λογισμῶν τῆς ἀπώλειας, χωρὶς τὴν εὐχὴ τοῦ ὀνόματος τοῦ Ἰησοῦ. Κι ἂν αὐτὸ εἶναι, ὅπως βλέπω, ἀληθινὸ, νὰ τὸ μεταχειρίζομαστε ὅπως καὶ τὴν ἀναπνοή μας. Γιὰτὶ τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ εἶναι φῶς, ἐνῶ οἱ πονηροὶ λογισμοί, σκοτάδι. Καὶ ὁ Ἰησοῦς εἶναι Θεὸς καὶ Κύριος τῶν ὅλων, ἐνῶ οἱ πονηροὶ λογισμοὶ εἶναι δοῦλοι δαιμόνων.

171. Φωτογεννήτρα καὶ ἀστραπογεννήτρα καὶ ἀκτινοβόλος καὶ πυρφό-

103. Δευτ. 10, 16.

104. Ρωμ. 2, 11.

105. Λουκ. 8, 18.

106. Ρωμ. 8, 28.

107. Ἰω. 15, 5-6.

ρος, ή φύλαξη του νοῦ ἀπό πονηροῦς λογισμούς, μ' αὐτὰ τὰ ὀνόματα ὅπως τῆς ταιριάζουν καὶ δίνουν τὸ περιεχόμενό της ἅς καλεῖται. Γιατί, γιὰ νὰ ποῦμε τὴν ἀλήθεια, εἶναι ἀνώτερη ἀπὸ ἄπειρες σωματικὲς ἀσκήσεις καὶ πολλὲς ἄλλες ἀρετές. Γι' αὐτὸ πρέπει μὲ αὐτὰ τὰ τίμια ὀνόματα νὰ ὀνομάζομε τὴν ἀρετὴ αὐτῆ, ἐξαιτίας τῶν ὀλόλαμπρων φώτων ποῦ γεννᾶ. "Ὅσοι ἐρωτευθοῦν αὐτὴ τὴν ἀρετὴ, ἀπὸ ἀμαρτωλοὶ ποῦ ἦταν καὶ ἄχρηστοι καὶ βέβηλοι καὶ χωρὶς πνευματικὴ γνώση καὶ ἀσύνετοι καὶ ἄδικοι, μποροῦν νὰ γίνουν μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ δίκαιοι, χρήσιμοι μπροστὰ στὸ Θεό, καθαροί, ἅγιοι καὶ συνετοί. Καὶ ὄχι μόνο αὐτό, ἀλλὰ καὶ μυστηριώδη καὶ ἀπόκρυφα νὰ θεωροῦν καὶ νὰ θεολογοῦν. Καὶ ἀφοῦ γίνουν θεωρητικοί, κολυμποῦν μέσα σ' αὐτὸ τὸ καθαρότατο καὶ ἄπειρο φῶς, τὸ ἀγγίζου μὲ ἄρρητα ἀγγίσματα καὶ μαζί μὲ αὐτὸ κατοικοῦν καὶ ζοῦν, γιὰ τὴν γεύθησαν ὅτι ὁ Κύριος εἶναι ἀγαθός¹⁰⁸. Ἔτσι ἐκπληρώνεται καθαρὰ σ' αὐτοὺς τοὺς πρώτους ἀγγελιοφόρους ὁ λόγος τοῦ θείου Δαβίδ: «Οἱ δίκαιοι θὰ δοξολογήσουν τὸ ὄνομά Σου καὶ οἱ εὐθεῖς θὰ κατοικήσουν ἐνώπιον τοῦ προσώπου Σου»¹⁰⁹. Γιατί αὐτὴ εἶναι ἡ πραγματικὴ ἀλήθεια, αὐτοὶ μόνο ὀρθὰ καὶ μὲ ἀκρίβεια ἐπικαλοῦνται καὶ δοξολογοῦν τὸ Θεό, καὶ ἐπιθυμοῦν νὰ εἶναι μαζί Του πάντοτε ἀπὸ ἀγάπη γι' Αὐτόν.

172. Ἀλλοίμονο στὸν ἐσωτερικὸ ἄνθρωπο ἀπὸ τὰ ἐξωτερικά. Γιατί πολὺ θὰ στεναχωρηθεῖ ὁ ἐσωτερικὸς ἄνθρωπος ἀπὸ τὶς ἐξωτερικὲς αἰσθήσεις. Καὶ ἀφοῦ στενοχωρηθεῖ, θὰ χρησιμοποιήσῃ μαστίγιο κατὰ τῶν ἐξωτερικῶν αἰσθήσεων. Ἐκεῖνος ποῦ τὰ ἔχει ὑποστῆ αὐτὰ, ἐννοεῖ τὰ λεγόμενα.

173. Ἄν ὁ ἐσωτερικὸς μας ἄνθρωπος νήφει, κατὰ τοὺς πατέρες, εἶναι σὲ θέση νὰ φυλάξῃ καὶ τὸν ἔξω ἄνθρωπο. Ἀλλὰ ἐμεῖς καὶ οἱ κακοῦργοι δαίμονες ἀπὸ κοινοῦ διαπράττομε τὶς ἀμαρτίες. Καὶ οἱ δαίμονες μόνο μὲ λογισμούς, δηλαδὴ μὲ φανταστικὲς εἰκόνες, ζωγραφίζουν στὸ νοῦ ὅπως θέλουν τὴν ἀμαρτία· ἐμεῖς ὅμως καὶ μὲ λογισμούς ἐσωτερικῶς καὶ μὲ ἔργα ἐξωτερικῶς. Οἱ δαίμονες μὴ ἔχοντας σῶμα, ἐπειδὴ εἶναι πνεύματα, μόνο μὲ λογισμούς, μὲ δολιότητα καὶ ἀπάτη, προξενοῦν καὶ στὸν ἑαυτό τους καὶ σ' ἐμᾶς τὴν κόλαση. Γιατί ἂν δὲν εἶχαν στερηθεῖ τὸ σῶμα οἱ κακοῦργοι, θὰ ἔκαναν συνεχῶς καὶ ἔμπρακτες ἀμαρτίες, ἐπειδὴ ἡ προαίρεσή τους εἶναι πάντοτε ἔτοιμη στὸ νὰ ἀσεβοῦν.

174. Ἡ μονολόγιστη εὐχὴ σκοτώνει καὶ κάνει στάχτη τὶς ἀπάτες τους. Γιατί ὅταν προσκαλεῖται συνεχῶς καὶ ἀκούραστα ἀπὸ ἐμᾶς ὁ Ἰησοῦς, ὁ Θεὸς καὶ Υἱὸς τοῦ Θεοῦ, καθόλου δὲν ἐπιτρέπει σ' αὐτούς, οὔτε τὴν ἀρχὴ τῆς εἰσβολῆς ἢ ὁποῖα καὶ προσβολὴ ὀνομάζεται, οὔτε μορφὴ νὰ ὑποδείξουν στὸ νοῦ μὲ τὸν καθρέφτη τῆς διάνοιας, οὔτε λόγους νὰ ποῦν στὴν καρδιά. Κι ἂν δὲν εἰσχωρεῖ στὴν καρδιά δαιμονικὴ μορφὴ, τότε ὅπως εἶπαμε, καὶ ἡ καρδιά θὰ εἶναι ἄδεια ἀπὸ πονηροῦς λογισμούς· ἐπειδὴ οἱ δαίμονες ἔτσι συ-

108. Ψαλμ. 33, 9.

109. Ψαλμ. 139, 14.

νηθίζουν, νὰ πλησιάζουν μὲ λογισμοὺς καὶ νὰ διδάσκουν κρυφὰ τὴν κακία.

175. Ἀπὸ τὴν συνεχή λοιπὸν εὐχή μένει καθαρὸς ὁ ἀέρας τῆς διάνοιας ἀπὸ σκοτεινὰ σύννεφα, ἀπὸ ἀνέμους τῶν πονηρῶν πνευμάτων. Καὶ ὅταν εἶναι καθαρὸς ὁ καρδιακὸς ἀέρας, εἶναι ἀδύνατο νὰ μὴ λάμπει μέσα σ' αὐτὸν τὸ θεϊκὸ φῶς τοῦ Ἰησοῦ, ἐκτὸς ἂν ἀπὸ κενοδοξία, ἀπὸ ἔπαρση καὶ ἐπίδειξη φουσκώνομε καὶ ἀπὸ ἐλαφρότητα τοῦ νοῦ θέλομε νὰ φτάσομε τὰ ἀκατάληπτα καὶ ἄφθαστα. Τότε δὲν μᾶς βοηθεῖ ὁ Ἰησοῦς, γιατί ὁ Χριστός, ὁ Ὅποιος μᾶς ὑπέδειξε καὶ μᾶς δίδαξε τὴν ταπείνωση, μισεῖ τὰ πράγματα αὐτά.

176. Ἄς ἀκολουθοῦμε λοιπὸν τὴν εὐχή καὶ τὴν ταπείνωση, αὐτὰ τὰ δύο, τὰ ὁποῖα μαζί μὲ τὴ νήψη στρέφονται κατὰ τῶν δαιμόνων σὰν μαχαίρι ἀπὸ φλόγα. Μποροῦμε λοιπὸν, ὅταν ἔτσι ζοῦμε, κάθε ἡμέρα καὶ ὥρα μέσα στὴ καρδιά μας νὰ ἐορτάζομε μὲ μυστικὴ εὐφροσύνη.

177. Μέσα στοὺς ὀχτῶ γενικότατους λογισμοὺς τῆς κακίας περιέχεται κάθε λογισμὸς καὶ ἀπὸ αὐτοὺς γεννιοῦνται ὅλοι οἱ λογισμοί, ὅπως γεννήθηκε ἀπὸ τὴν Ἡρα καὶ τὸν Δία κάθε βδελυρὸς θεὸς τῶν Ἑλλήνων σύμφωνα μὲ τοὺς μύθους τους. Ὅλοι αὐτοὶ οἱ ὀχτῶ λογισμοὶ ἀνεβαίνουν στὴν πόρτα τῆς καρδιάς τοῦ ἀνθρώπου. Καὶ ὅταν βροῦν τὸν νοῦ ἀφύλακτο, μπαίνουν μὲ τὴ σειρὰ ἑνας-ἑνας. Ὅποιοσδήποτε λογισμὸς ἀπὸ αὐτοὺς τοὺς ὀχτῶ μπεῖ ἐκεῖ μέσα, σέρνει μαζί του καὶ ἕνα κοπάδι ἀπὸ αἰσχροὺς λογισμοὺς. Καὶ ἔτσι ἀφοῦ σκοτίσει τὸν νοῦ, προσκαλεῖ τὸ σῶμα καὶ τὸ παροτρύνει νὰ διαπράξει αἰσχροὺς πράξεις.

178. Ὅποιος λοιπὸν συντρίβει τὴν κεφαλὴ τοῦ φιδιοῦ¹¹⁰ καὶ μὲ ἀντίρρηση γεμάτη θυμὸ τὸ γρονθοκοπεῖ μὲ θυμωμένα λόγια, αὐτὸς ἀπέκρουσε τὸν πόλεμο. Γιατὶ λιώνοντας τὸ κεφάλι τοῦ φιδιοῦ, ξέφυγε πολλοὺς πονηροὺς λογισμοὺς καὶ πονηρότατα ἔργα. Καὶ τότε μένει ἡσυχὴ καὶ ἀτάραχη ἡ διάνοια, μὲ τὸ νὰ δέχεται ὁ Θεὸς τὴν ἐγρήγορσὴ τῆς στοὺς λογισμοὺς· τὸ δῶρο ποὺ τῆς κάνει γι' αὐτὸ ὁ Θεὸς εἶναι γνῶση πῶς πρέπει νὰ νικᾷ τοὺς ἀντίπαλους δαίμονες καὶ πῶς νὰ καθαρίζεται βαθμηδὸν ἡ καρδιά ἀπὸ λογισμοὺς ποὺ μολύνουν τὸν ἐσωτερικὸ ἀνθρώπο, ὅπως λέει ὁ Κύριος Ἰησοῦς: «Ἀπὸ τὴν καρδιά ἐξέρχονται διαλογισμοὶ πονηροί, πορνεῖες, μοιχεῖες· καὶ αὐτὰ εἶναι ποὺ μολύνουν τὸν ἀνθρώπο»¹¹¹.

179. Ἔτσι λοιπὸν μπορεῖ ἡ ψυχὴ μὲ τὴ χάρη τοῦ Κυρίου νὰ σταθεῖ μὲ τὴ δικὴ τῆς ὀμορφιά, τὴν ὠραιότητα καὶ τὴν εὐθύτητά της, ὅπως ἐξαρχῆς κτίσθηκε ἀπὸ τὸ Θεὸ ἐξαιρετικὰ ὠραία καὶ εἰλικρινῆς, καθὼς λέει ὁ μέγας δούλος τοῦ Θεοῦ Ἀντώνιος: «Ὅταν ἡ ψυχὴ βρίσκεται στὴ φυσικὴ νοερὴ τῆς κατάστασι — ὅπως τὴν ἔπλασε ὁ Θεὸς — τότε ὑπάρχει ἀρετὴ». Καὶ πάλι λέει: «Τὸ νὰ εἶναι εἰλικρινῆς ἡ ψυχὴ, αὐτὸ εἶναι ἡ φυσικὴ πνευματικὴ κατάστασι τῆς, ὅπως ἔχει δημιουργηθεῖ». Καὶ παρακάτω λέει: «Ἄς εἴμαστε κα-

110. Γεν. 3, 15.

111. Ματθ. 15, 19.

θαροὶ στὴ διάνοιά μας. Ἐγὼ πιστεύω ὅτι ὅταν αὐτὴ ἀπὸ παντοῦ εἶναι καθαρή καὶ στέκεται στὸ κατὰ φύση, μπορεῖ νὰ γίνεи διορατικὴ καὶ νὰ βλέπει περισσότερο καὶ μακρύτερα ἀπὸ τοὺς δαίμονες, γιατί ἔχει τὸν Κύριο ὁ ὁποῖος τῆς ἀνοίγει τὰ μάτια». Αὐτὰ λέει ὁ ἔνδοξος Ἀντώνιος, ὅπως γράφει ὁ Μ. Ἀθανάσιος στὸ βίβλιον τοῦ Μ. Ἀντωνίου.

180. Κάθε λογισμὸς παρουσιάζει στὸ νοῦ τὴ φαντασία κάποιου αἰσθητοῦ πράγματος. Γιατὶ ὁ σατανᾶς εἶναι νοῦς καὶ δὲν μπορεῖ νὰ ἐξαπατήσει ἂν δὲν μεταχειριστεῖ τὰ αἰσθητὰ καὶ συνήθη σ' ἐμᾶς.

181. Ὅπως δὲν εἶναι δυνατό νὰ καταδιώκομε τὰ πουλιὰ στὸν ἀέρα ἢ νὰ πετοῦμε ὅπως ἐκεῖνα, γιατί ἡ ἀνθρώπινη φύση μας δὲν ἔχει αὐτὴ τὴν ἰδιότητα, ἔτσι δὲν εἶναι δυνατό νὰ νικήσομε ἀσώματους δαιμονικοὺς λογισμοὺς, χωρὶς εὐχὴ νηπτικὴ καὶ συχνή· ἢ χωρὶς νὰ προσηλώνομε μὲ ἄκρα προσοχὴ τὸ μάτι τοῦ νοῦ μας στὸ Θεό. Ἄν δὲν τὸ κάνεις αὐτό, κυνηγᾶς τὴ γῆ.

182. Πράγματι, ἂν θέλεις νὰ καταντροπιᾶσεις τοὺς λογισμοὺς καὶ νὰ ἡσυχάζεις μὲ ἀγαθότητα καὶ νὰ νήφεις μέσα στὴν καρδιά σου μὲ εὐκολία, ἄς κολλήσει ἡ εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ στὴν ἀναπνοή σου, καὶ σὲ λίγες ἡμέρες θὰ δεῖς νὰ γίνεται αὐτό.

183. Δὲν εἶναι δυνατό νὰ γραφοῦν γράμματα πάνω στὸν ἀέρα, ἀλλὰ πρέπει νὰ χαραχτοῦν πάνω σὲ κάποιο σῶμα γιὰ νὰ μένουν διαρκή. Ἔτσι καὶ στὴν κοπιαστικὴ νήψη ἄς κολλήσομε τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, γιὰ νὰ μένει ἡ ὠραιότατη ἀρετὴ τῆς νηφαλιότητος διαρκῆς μαζί μὲ τὸν Ἰησοῦ Χριστὸ καὶ μέσω Αὐτοῦ νὰ διατηρεῖται σ' ἐμᾶς ἀναφαίρετη στὸν αἰῶνα.

184. Στήριξε τὰ ἔργα σου πάνω στὸν Κύριο καὶ θὰ βρεῖς χάρη. Τότε δὲ θὰ λέγεται καὶ γιὰ μᾶς ἀπὸ τὸν προφήτη: «Στὸ στόμα τους Κύριε εἶσαι κοντά, πολὺ μακριὰ ὅμως ἀπὸ τὰ νεφρά τους»¹¹² (τὴν ἔδρα τοῦ θυμικοῦ). Κανεῖς, ἐκτὸς ἀπὸ τὸν Ἰησοῦ, δὲν μπορεῖ νὰ εἰρηνεύσει τὴν καρδιά σου ἀπὸ τὰ πάθη, παρὰ αὐτὸς ὁ Ἰησοῦς Χριστός, πού συνένωσε ἐκεῖνα πού ἦταν ἀπομακρυσμένα¹¹³.

185. Τὸ ἴδιο σκοτίζουν τὴν ψυχὴ, τόσο οἱ συνομιλίαι τῶν λογισμῶν κατὰ διάνοια ὅσο καὶ οἱ ἐξωτερικὲς συναναστροφές καὶ ἀργολογίες. Γιὰ νὰ ἀποφύγομε τὴ βλάβη τοῦ νοῦ μας πρέπει καὶ τοὺς δύο, δηλ. καὶ τοὺς λογισμοὺς καὶ τοὺς ἀνθρώπους πού θέλουν νὰ ἀργολογοῦν, νὰ τοὺς λυποῦμε γιὰ πολὺ εὐλογία κατὰ Θεὸν αἰτία, γιὰ νὰ μὴ σκοτισθεῖ ὁ νοῦς καὶ χαλαρώσει τὴ νήψη. Γιατὶ ὅταν μᾶς σκοτίσει ἡ λήθη, χάνομε τὴν προσοχὴ τοῦ νοῦ.

186. Ἐκεῖνος πού μὲ κάθε προθυμία κρατᾶ τὴν καθαρότητα τῆς καρδιάς, θὰ ἀποκτήσει δάσκαλο αὐτῆς τῆς ἱερῆς ἐργασίας τὸν νομοθέτη τῆς Χριστοῦ, πού θὰ τοῦ ὑπαγορεύει μυστικὰ τὸ θέλημά Του. «Θ' ἀκούσω τί θὰ πεῖ μέσα μου ὁ Κύριος ὁ Θεός»¹¹⁴, λέει ὁ Δαβίδ, φανερώνοντας αὐτὸ τὸ

112. Ἱερ. 12, 2.

113. Ἱερ. 2, 14.

114. Ψαλμ. 84, 9.

πράγμα. Μιλώντας για τὸ νοητὸ πόλεμο καὶ θέλοντας νὰ δηλώσει τὴν ἐπιστροφή τοῦ νοῦ πρὸς τὸν ἑαυτὸ του καὶ τὴν προστατευτικὴ ὑπεράσπιση ἀπὸ τὸ Θεό, ἔλεγε: «Καὶ θὰ ρωτήσῃ ὁ ἄνθρωπος, ἄραγε ὁ δίκαιος θὰ ἀμοιφθεῖ;» Κατόπιν ἀπὸ τὴ συζήτηση ἀνάμεσά τους, ἐγκρίθηκε ἡ ἀπόφαση: «Ἄρα ὑπάρχει ὁ Θεὸς ποὺ θὰ κρίνει αὐτούς»¹¹⁵, δηλ. τοὺς πονηροὺς δαίμονες, στὸ χῶρο τῆς καρδιάς μας. Καὶ σὲ ἄλλο μέρος λέει: «Θὰ προσέλθει ἄνθρωπος μὲ βαθιὰ καρδιά καὶ θὰ ὑψωθεῖ ὁ Θεός»¹¹⁶. Καὶ τότε τίς πληγές τῶν δαιμόνων θὰ τίς θεωρήσομε σὰν βέλη νηπίων.

187. Μὲ παιδαγωγημένη τὴν καρδιά μας ἀπὸ τὴ σοφία¹¹⁷ ἄς ζοῦμε πάντοτε, κατὰ τὸν Δαβίδ, ἀναπνέοντας ἀδιάκοπα αὐτὴ τὴν δύναμη τοῦ Θεοῦ Πατέρα καὶ τὴ σοφία τοῦ Θεοῦ¹¹⁸, τὸν Ἰησοῦ Χριστό. Ἄν ἀπὸ οἰαδήποτε περίσταση χαλαρωθοῦμε καὶ ἀμελήσομε τὴν νοητὴ αὐτὴ ἐργασία, τὸ ἄλλο πρῶι ἄς σφίξομε πάλι γερὰ τὴ μέση τοῦ νοῦ μας καὶ ἄς ξαναρχίσομε μὲ δύναμη τὴν νοητὴ αὐτὴ ἐργασία. Γιατὶ δὲν ἔχομε ἀπολογία, ἂν γνωρίζομε τὸ καλὸ καὶ δὲν τὸ πράξομε.

188. Τὰ φαγητὰ ποὺ φέρνουν ἀρρώστια, μᾶς ἐνοχλοῦν μόλις τὰ βάλουμε στὸ στομάχι μας· ὅποιος φάει ἀπὸ αὐτὰ αἰσθάνεται ἀμέσως τὴν ἐνόχληση, ἂν ὅμως πιεῖ γρήγορα κάποιο φάρμακο καὶ κάνει ἐμετό, μένει ἀβλαβής. Ἔτσι καὶ ὁ νοῦς, ἂν δεχτεῖ πονηροὺς λογισμοὺς καὶ τοὺς καταπιεῖ κι αἰσθανθεῖ τὴν πικρία τους, τότε μὲ τὴν εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ ποὺ κραυγάζει ἀπὸ τὰ βάθη τῆς καρδιάς του, εὐκόλα τοὺς κάνει ἐμετό καὶ τελείως τοὺς ἀποβάλλει· ἔτσι —μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ— ἡ μάθηση, καὶ μὲ τὴ μάθηση ἡ πείρα, ἔχουν δώσει σὲ ὅσους ἔχουν τὴ νήψη νὰ ἐννοήσουν γιὰ τὸ θέμα αὐτό.

189. Μὲ τὴν ἀναπνοή σου ἔνωσε τὴ νήψη καὶ τὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ. Ἡ ἀδιάκοπη μελέτη θανάτου καὶ ταπείνωση. Γιατὶ ὠφελοῦν πολὺ καὶ τὰ δύο.

190. Εἶπε ὁ Κύριος: «Μάθετε ἀπὸ μένα ὅτι εἶμαι πρᾶος καὶ ἡ καρδιά μου ταπεινὴ καὶ θ' ἀναπαυθοῦν οἱ ψυχές σας»¹¹⁹.

191. Εἶπε ὁ Κύριος: «Ὅποιος ταπεινώσει τὸν ἑαυτὸ του ὅπως τὸ παιδί τοῦτο, θὰ ὑψωθεῖ· ἐνῶ ὅποιος ὑψώνει τὸν ἑαυτὸ του, θὰ ταπεινωθεῖ»¹²⁰. «Ἄπὸ ἐμένα», λέει, «μάθετε». Βλέπετε ὅτι μάθηση εἶναι ἡ ταπείνωση; Γιατὶ ἡ ἐντολή Του εἶναι ζωὴ αἰώνια¹²¹. Κι αὐτὴ εἶναι ἡ ταπείνωση. Ὁ μὴ ταπεινὸς λοιπὸν ξεγλύστρησε ἀπὸ τὴ ζωὴ καὶ θὰ βρεθεῖ στὸ ἀντίθετο τῆς ζωῆς.

192. Κάθε ἀρετὴ οἰκοδομεῖται μὲ τὴν ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα. Καὶ κτίσματα τοῦ Θεοῦ εἶναι καὶ ἡ ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα, μὲ τὰ ὁποῖα ἡ ἀρετὴ ὅπως εἶπα παίρνει ὑπαρξή. Πῶς τότε δὲν εἴμαστε ὀλότελα μανιακοὶ ὅταν καυχόμαστε γιὰ τὰ στολίδια τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος ποὺ δὲν εἶναι δικά μας καὶ κενοδοξοῦμε καὶ στηριζόμαστε πάνω στὴν ὑπερηφάνεια ποὺ εἶναι σὰν καλαμέριο ραβδί, καὶ τὸ Θεὸ ποὺ ὑπερέχει ἀπείρως κατὰ τὸ μέγεθος ἀπὸ ἐμᾶς τὸν διεγείρομε ἐναντίον μας, πράγμα ποὺ εἶναι πάρα πολὺ φρικτὸ, μὲ τὴν ὑπερ-

115. Ψαλμ. 57, 12.

117. Ψαλμ. 89, 12.

119. Ματθ. 11, 29.

121. Ἰω. 12, 50.

116. Ψαλμ. 63, 7.

118. Α' Κορ. 1, 24.

120. Ματθ. 18, 4· 23, 12.

βολική μας άνομία και άνοησία; Γιατί ό Κύριος άντιτίθεται στους ύπερήφανους¹²². Άντί νά μιμούμαστε τόν Κύριο μέ ταπεινώση, πιάνομε φιλία μέ τόν δαίμονα, τόν έχθρό του Κυρίου, άπό φρόνημα κενόδοξο και ύπερήφανο. Γι' αυτό έλεγε ό Άπόστολος: «Τί έχεις πού δέν τό έλαβες; Μήπως έσύ έπλασες τόν έαυτό σου; Και άν τό σώμα και τήν ψυχή, άπό τά όποία και στά όποία και μέ τά όποία οίκοδομείται κάθε άρετή, τά έλαβες άπό τό Θεό, γιατί καυχίεσαι σαν νά μη τά έλαβες;»¹²³ Ό Κύριος είναι πού σου τά δωρίζει.

193. Δέν είναι τίποτε άλλο ό τέλειος καθαρισμός τής καρδιάς, μέ τόν όποιο και ταπεινώση και κάθε άγαθό βρίσκεται μέσα μας προερχόμενο άπό τόν ούρανό, παρά τό νά μη έπιτρέπομε διόλου στους λογισμούς πού προβάλλουν τό κεφάλι τους, νά μπούν στην ψυχή.

194. Ή φύλαξη του νοϋ, μέ τή βοήθεια του Θεού και μόνο για τό Θεό, όταν πολυκαιρίσει στην ψυχή, χορηγεί φρόνηση στο λογικό για τους κατά Θεόν άγώνες. Μεγάλη ίκανότητα δίνει σ' εκείνον πού τήν έχει, νά διευθύνει και νά διευθετεί τά έργα και τους λόγους του μέ κρίση και σκέψη εύπρόσδεκτες στον Κύριο.

195. Τά διακριτικά του Άρχιερέα στην Παλαιά Διαθήκη¹²⁴ ήταν προτυπώσεις τής καθαρής καρδιάς, για νά προσέχομε κι έμεις στο άμφιο τής καρδιάς μας μήπως μαυρίσει άπό τήν άμαρτία και νά τό καθαρίζομε μέ δάκρυα και μετάνοια και προσευχή. Γιατί ό νοϋς είναι κάτι τό έλαφρό και εύκίνητο και δύσκολα μπορεί νά άναχαιτιστεί άπό τις παράνομες ένθυμύσεις. Άκολουθεί μέ τήν ίδια εύκολία και τις κακές και τις καλές διανοητικές φαντασίες.

196. Μακάριος πραγματικά είναι εκείνος πού έχει κολλήσει τήν εύχή του Ήσου στη διάνοιά του και φωνάζει προς Αυτόν άκατάπαυστα μέσα στην καρδιά του, όπως είναι ένωμένος ό άέρας μέ τά σώματά μας ή ή φλόγα μέ τό κερί. Όταν περνά ό ήλιος πάνω άπό τή γή, φέρνει τήν ήμέρα. Και τό άγιο και σεβάσμιο όνομα του Κυρίου, όταν λάμπει συνεχώς μέσα στον νοϋ μας, θα γεννήσει άναρίθμητες έννοιες, λαμπρές σαν τόν ήλιο.

197. Όταν διασκορπιστούν τά σύννεφα, ό άέρας φανερώνεται καθαρός. Και όταν διασκορπιστούν οι φαντασίες των παθών άπό τόν ήλιο τής δικαιοσύνης Ήσου Χριστό, τότε όπωσδήποτε γεννιούνται στην καρδιά φωτεινά και άστραφτερά νοήματα, έπειδή φωτίστηκε ό άέρας τής καρδιάς άπό τόν Ήσου. Γιατί λέει ό Έκκλησιαστής: «Όσοι θαρρούν στον Κύριο θα έννοήσουν τήν άλήθεια, και οι πιστοί θα παραμένουν κοντά Του μέ άγάπη»¹²⁵.

198. Είπε ένας άπό τους Άγίους: «Άν θέλεις νά μνησικαχείς, νά μνησικαχείς έναντίον των δαιμόνων· και άν θέλεις νά έχεις έχθρό, νά έχθρευέσαι τό σώμα σου παντοτεινά. Ή σάρκα είναι δόλιος φίλος και όσο τήν περι-

122. Ίακ. 4, 6.

123. Α' Κορ. 4, 7.

124. Έξ. 28.

125. Σ. Σολ. 3, 9.

ποιεῖσαι, τόσο περισσότερο πολεμεῖ». Καὶ πάλι εἶπε: «Ἀπόκτησε ἔχθρα κατὰ τοῦ σώματός σου καὶ πόλεμο ἐναντίον τῆς κοιλιᾶς σου».

199. Στὰ προηγούμενα, στὴν πρώτη καὶ τὴ δεύτερη ἑκατοντάδα, γράψαμε γιὰ τοὺς κόπους τῆς ἱερῆς ἡσυχίας τοῦ νοῦ, ὄχι καρπούς τῆς διάνοιάς μας μόνο, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ ὅσα μᾶς διδάσκουν οἱ λόγοι τῶν θεοφόρων Πατέρων σχετικὰ μὲ τὴν καθαρότητα τοῦ νοῦ. Τώρα, ἀφοῦ ποῦμε λίγα γιὰ τὸ κέρδος τῆς φυλάξεως τοῦ νοῦ, θὰ σταματήσουμε τὸν λόγο.

200. Ἔλα λοιπὸν ἀκολούθησέ με στὴν συνεχή ἐργασία τῆς μακάριος φυλάξεως τοῦ νοῦ, ὅποιοσδήποτε καὶ ἂν εἶσαι, ἂν ποθεῖς νὰ δεῖς ἡμέρες ἀγαθές, καὶ μὲ τὴ χάρη τοῦ Κυρίου, θὰ σὲ διδάξω τὴ φανερὴ ἐργασία καὶ τὸν τρόπο ζωῆς τῶν νοερῶν δυνάμεων. Δὲν θὰ χορτάσουν οἱ ἄγγελοι νὰ ὑμνοῦν τὸν Ποιητὴ, οὔτε ὁ καθαρὸς νοῦς νὰ ἀγωνίζεται νὰ τοὺς φτάσει. Καὶ ὅπως οἱ ἄυλοι δὲν φροντίζουν γιὰ τροφή, ἔτσι οὔτε οἱ ὑλικοὶ ἄυλοι φροντίζουν γιὰ τροφή, ἂν βέβαια μποῦν στὸν οὐρανὸ τῆς ἡσυχίας τοῦ νοῦ.

201. Ὅπως λοιπὸν οἱ ἀγγελικὲς Δυνάμεις δὲν φροντίζουν γιὰ χρήματα ἢ κτήματα, ἔτσι οὔτε καὶ ἐκείνοι ποὺ καθάρισαν τὴν ὄραση τῆς ψυχῆς καὶ συνήθισαν στὴν ἀρετῇ, δὲ θὰ νοιαστοῦν γιὰ τὴν ταλαιπωρία ἀπὸ τὰ πονηρὰ πνεύματα. Καὶ ὅπως στὰ οὐράνια πνεύματα εἶναι φανερὸς ὁ πλοῦτος τῆς προκοπῆς πρὸς τὸ Θεό, ἔτσι καὶ σ' ὅσους ἀσκοῦν τὴ νήψη εἶναι φανερὸς ὁ ἔρωτας καὶ ἡ ἀγάπη τους πρὸς τὸ Θεό, ἡ ἐνατένιση καὶ ἡ ἀνάβασή τους πρὸς Αὐτόν. Γεμάτοι ἀπὸ θεῖο ἔρωτα προχωροῦν συνεχῶς σὲ πνευματικὲς ἀναβάσεις χωρὶς νὰ χορταίνου, ἐπειδὴ γεύθηκαν τὸ θεῖο καὶ ἐκστατικὸ πόθο· δὲ θὰ σταματήσουν μέχρι ὅτου φτάσουν τὰ Σεραφεῖμ. Οὔτε θὰ ἀφήσουν τὴ νήψη τοῦ νοῦ καὶ τὴν ἐρωτικὴ ἀνύψωση, μέχρι ὅτου γίνουν Ἄγγελοι, μὲ τὴ χάρη τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ τοῦ Κυρίου μας.

202. Δὲν ὑπάρχει δυνατότερο δηλητήριο ἀπὸ τὸ δηλητήριο τῆς ἀσπίδας καὶ τοῦ βασιλίσκου. Καὶ δὲν ὑπάρχει κακία χειρότερη ἀπὸ τὴν φιλαυτία. Παιδιὰ τῆς φιλαυτίας ποὺ κινοῦνται μὲ ὄρμη εἶναι: ὁ αὐτοέπαινος μέσα στὴν καρδιά, ἡ αὐταρέσκεια, ἡ γαστριμαργία, ἡ πορνεία, ἡ κενοδοξία, ὁ φθόνος, καὶ ἡ κορωνίδα ὅλων, ἡ ὑπερηφάνεια, ἡ ὁποία γνωρίζει ὄχι μόνο ἀνθρώπους, ἀλλὰ καὶ Ἄγγελους νὰ ρίχνει ἀπὸ τὸν Οὐρανὸ καὶ νὰ τοὺς ντύνει μὲ σκοτάδι ἀντὶ μὲ φῶς.

203. Αὐτὰ σοῦ γράφω, Θεόδουλε, ἐγὼ ποὺ ἔχω ὄνομα ποὺ δηλώνει ἡσυχία, ἂν καὶ διαφεύδεται αὐτὸ ἀπὸ τὴν πράξη. Ἴσως ὅμως δὲν εἶναι δικὰ μου τὰ γραφόμενα, ἀλλὰ ὅ,τι ἔδωσε ὁ Θεός, ποὺ Τὸν ὑμνεῖ καὶ Τὸν δοξάζει ὡς Πατέρα καὶ Υἱὸ καὶ Ἅγιο Πνεῦμα ὅλη ἡ λογικὴ φύση τῶν Ἀγγέλων καὶ τῶν ἀνθρώπων καὶ ὅλη ἡ κτίση, τὴν ὁποία δημιούργησε ἡ ἄρρητη Τριάδα, ὁ ἓνας Θεός. Εἶθε κι ἐμεῖς νὰ γίνομε μέτοχοι τῆς λαμπρῆς βασιλείας Του, μὲ τὶς εὐχὲς τῆς ὑπέραγνης Θεοτόκου καὶ τῶν ὁσίων Πατέρων μας. Στὸν ἀκατάληπτο Θεό, δόξα αἰώνια. Ἀμήν.