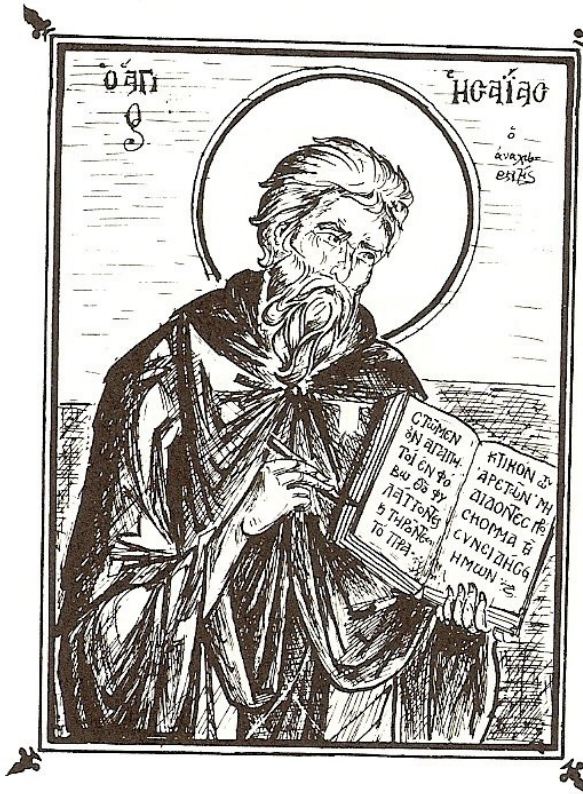

ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ

ΤΟΜΟΣ

Α



ΑΓΙΟΣ ΗΣΑΪΑΣ Ο ΑΝΑΧΩΡΗΤΗΣ

Σύντομη βιογραφία

Ὁ ὅσιος πατέρας μας Ἡσαΐας ὁ Ἀναχωρητὴς ἔζησε γύρω στὸ 370 μ.Χ. Ἦταν σύγχρονος τοῦ ἀββᾶ Μακαρίου τοῦ Μεγάλου. Μελετώντας νύχτα καὶ ἡμέρα τὶς θεῖες Γραφές, ἀντλήσε ἀπὸ τὶς σωτήριες πηγές τους πλούσιο τὸ νερὸ τῆς πνευματικῆς σοφίας καὶ ἔγραψε πολλοὺς καὶ πάρα πολὺ καλοὺς λόγους πάνω σὲ διάφορα ψυχωφελῆ θέματα, ὥστε ν' ἀποτελοῦν ὁλόκληρο βιβλίο. Ἀπὸ αὐτοὺς παραθέτομε ἐδῶ αὐτὸν τὸν μικρὸ λόγο, γιὰ χάρη ἐκείνων ποὺ ἐπιθυμοῦν νὰ προσέχουν καὶ νὰ φυλάγουν τὸ νοῦ τους. Ὁ λόγος αὐτὸς διδάσκει μὲ σύντομία πῶς νὰ ἀποκρούομε τὶς προσβολές τῶν πονηρῶν λογισμῶν,

για νὰ μὴ μᾶς κατηγορεῖ ἢ συνειδηση, πῶς νὰ μελετοῦμε τὰ θεῖα καὶ πῶς νὰ διατηροῦμε καθαρὰ τὰ τρία μέρη τῆς ψυχῆς μὲ κάθε ἀταραξία καὶ ἐπιτηδειότητα.

Εἰσαγωγικά σχόλια

Ἀσκητῆς τῆς ἐποχῆς τοῦ πρωτογενοῦς μοναχισμοῦ τῆς Αἰγύπτου, ὁ ὅσιος Ἡσαΐας ὁ Ἀναχωρητῆς, μεταξὺ τῶν ἄλλων ἔργων του παρήγαγε καὶ τὰ εἴκοσι ἐπτὰ κεφάλαια, τὰ ὁποῖα οἱ ἐκδότες τῆς Φιλοκαλίας, ὡς ὠφελιμότετα, ἐνσωμάτωσαν σ' αὐτήν.

Πρόκειται γιὰ μιὰ δέσμη πνευματικῶν καὶ ἀσκητικῶν ἐμπειριῶν ἐνὸς μεγάλου ἡσυχαστῆ, ποὺ ἡ ἀξία τους ἀυξάνεται ἀπὸ τὸ γεγονὸς τῆς πρωτοτυπίας τους, ἀφοῦ ἀποτελοῦν ἄνθη τοῦ πρώιμου μοναχισμοῦ καὶ ἔχουν γραφεῖ χωρὶς τὴ βοήθεια τῆς ἀνύπαρκτης ἀκόμη ἡσυχαστικῆς παραδόσεως.

Βέβαια, τοῦ ὁσίου Ἡσαΐα προηγήθηκαν ἐλάχιστα μὲν, πλὴν μεγάλα ἀναστήματα τῆς Ἐρήμου, ποῦ, ὡς ταπεινός, ἐπωφελήθηκε τῆς πείρας τους καὶ διασταύρωσε τὴν πνευματικὴ του γνώση. Ἀλλὰ ὁ ἴδιος συνεισέφερε τὸ μεγαλύτερο μέρος ἀπὸ τὴν προσωπικὴ του ἐμπειρία, κατὰ τοὺς πολέμους μὲ τὸν διάβολο καὶ τὰ πάθη, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τὴ μελέτη τῶν Γραφῶν, ὅπως προκύπτει ἀπὸ ὅλο τὸ ἔργο του καὶ τὰ κεφάλαια «περὶ τηρήσεως τοῦ νοός», μὲ τὶς συχνὲς ἀναφορὲς στὶς ἱερὲς Γραφές.

Τὸ ἀπόσπασμα αὐτὸ ἀπευθύνεται σὲ μοναχοὺς, κυρίως ἡσυχαστές, ἀλλὰ εἶναι ὠφελιμότετο καὶ γιὰ τοὺς λαϊκοὺς χριστιανοὺς, ἀφοῦ καὶ τὰ ψεκτὰ πάθη εἶναι κοινά, κοινὴ ἢ ἀνθρωπολογικὴ σύνθεση, κοινὴ ἢ πίστη, κοινὴ ἢ χάρη καὶ κοινοὶ οἱ πόλεμοι ἀπὸ τὸν κόσμο, τὸν διάβολο καὶ τὰ πάθη.

Στὰ εἴκοσι ἐπτὰ κεφάλαια γίνεται αἰσθητὴ ἢ προσωπικὴ ἐμπειρία τοῦ Ὁσίου, ποὺ ἀποτελεῖ καὶ τὸ βασικὸ κριτήριό τῆς διδασκαλίας του, σὲ συνδυασμὸ μὲ τὶς Γραφικὲς μαρτυρίες. Ἐξαίρει, σὰν παράγοντα ἀντιστάσεως στὶς προκλήσεις τῶν παθῶν καὶ στὶς προσβολὲς τῶν δαιμόνων, τὸν θυμό. Δηλαδή τὴν ἐξέγερση τοῦ θυμοειδοῦς μέρους τῆς ψυχῆς, προκειμένου νὰ κινηθεῖ ἡ ψυχὴ μὲ ἀνδρεία κατὰ τῆς ἐπιτιθεμένης ἀμαρτίας. Καὶ εἶναι γνωστό, ἀπ' ὅλη τὴν ἀσκητικὴ γραμματεία, ὅτι ὁ κυρίως σκοπὸς τοῦ θυμοειδοῦς εἶναι ἡ ρωμαλέα ἀντίσταση καὶ ἡ ὀρμητικὴ ἐπίθεση μόνον κατὰ τῆς ἀμαρτίας.

Στὴ συνέχεια ἀποκαλύπτει τὶς μεθοδικὲς ἀπάτες τῶν δαιμόνων, τὶς ὁποῖες ἡ ψυχὴ πρέπει νὰ ἀντιμετωπίζει μὲ τὴν προσοχή, τὶς ἀσκητικὲς πράξεις καὶ τὴν προσευχή. Κι αὐτὰ ὅλα εἶναι ὅσα ὀφείλονται νὰ γίνουν ἀπὸ τὴν ἀνθρώπινη πλευρά. Τὴ νίκη ὁμως μόνον ὁ Κύριος θὰ δώσει στὴν ταπεινὴ ψυχὴ, τὴν ὁποῖα συνεχῶς βοηθεῖ, ὑπὸ τὸν ὄρο ὅτι διαμένει στὴν ταπείνωση καὶ τὴν αὐτομεμφία της.

Βέβαια, εἶναι αὐτονόητο, ὅτι ὁ ὅσιος Ἡσαΐας θέλει τοὺς μοναχοὺς καὶ τοὺς λαϊκοὺς σὲ συνεχῆ κατάσταση ἐγρηγόρσεως, ἀφοῦ ἡ σύσταση τοῦ Κυρίου: «Γρηγορεῖτε», ἐπαναλαμβάνεται συχνὰ καὶ ἀπὸ τὸν Ἴδιο καὶ τοὺς Ἀποστόλους. Ἐννοεῖται, ὅτι ἡ ἐγρηγόρηση εἶναι ἀπαραίτητη ὅσο ἡ ψυχὴ εἶναι ἀσθενὴς καὶ ἐνεργεῖται ἀ-

πὸ τὰ πάθη. Ὄταν ὅμως, μὲ τὴ χάρη τοῦ Θεοῦ, νικήσει τὰ πάθη καὶ φθάσει στὴν μακάρια ἀπάθεια, διὰ τῆς ἐνοποιήσεως ψυχῆς, σώματος καὶ πνεύματος, τότε ἡ ἀπάθεια ἀπολέμητός ἐστιν». Πρόκειται γιὰ τὴν ἴδια ἀποψη ποῦ διατυπώνει ὁ ἀββὰς Ἰσαάκ, γιὰ τὴν εἰρήνη «τῆς ἐν σοὶ τριάδος», καὶ ὁ ἅγιος Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς ποῦ λέγει: «Ὄταν τὸ ἐνιαῖον τῆς ψυχῆς γένηται τρισσὸν μένον ἐνιαῖον...». Ἀλλὰ τοῦ τελευταίου ἡ ἀποψη εἶναι κάπως διαφορετικὴ, ἀφοῦ «τρισσόν» ἐννοεῖ τὴν οὐσία τοῦ νοῦ, τὴν ἐνέργειά του καὶ τὴν βούληση. Πάντως πρόκειται περὶ κοινῶν ἐμπειριῶν μὲ διαφορετικὴ διατύπωση.

Ὁλόκληρο τὸ κείμενο τοῦ ὁσίου Ἡσαΐα ἀποτελεῖ μιὰ ἀσκητικὴ ὑποτύπωση μὲ προσωπικὴ γεύση τῆς διδασκαλίας, ἡ ὁποία, μαζὶ μὲ τὰ ἄλλα ἔργα του, τὸν ἀνέδειξε σ' ἓνα σημαντικὸ Γέροντα τοῦ ἀρχαίου μοναχισμοῦ, ποῦ ἐπηρέασε ἀποφασιστικὰ τὴ διαμόρφωση τῆς ἀσκητικῆς καὶ ἡσυχαστικῆς παραδόσεως. Μὲ τὰ κεφάλαια τοῦ ἀρχαίου αὐτοῦ ἀγωνιστῆ τῶν Ἐρήμων, βεβαιώνεται ὅτι ἡ «νόμιμη ἀθλήση» ὁδηγεῖ στὶς κοινές, ὅσο καὶ ἰδιότυπες, σὰν προσωπικές, ἐμπειρίες καὶ ἔτσι πραγματοποιεῖται ἡ ἀκαταμάχητη «συμφωνία τῶν Πατέρων», ποῦ ἀποτελεῖ τὸ ὑψιστὸ κριτήριον ἀλήθειας καὶ τὴν ὁποία ἀπεργάζεται τὸ ἓνα καὶ ἐνοποιὸ Ἅγιο Πνεῦμα.

27 κεφάλαια περί τηρήσεως τοῦ νοῦ

Ἡ ὀργή εἶναι φυσική ιδιότητα τοῦ νοῦ. Καί χωρίς ὀργή οὔτε στήν καθαρότητα φτάνει ὁ ἄνθρωπος, ἂν δὲν ὀργιστεῖ ἐναντίον ὄλων τῶν πονηρῶν λογισμῶν ποῦ σπέρνει μέσα του ὁ διάβολος. Καί ὅταν τὸν βρῆκε ὁ Ἰώβ, ἔβρισε τοὺς ἐχθρούς του μ' αὐτὰ τὰ λόγια: «Ἄτιμοι καὶ ἐξαχρειωμένοι, ποῦ δὲν ἔχετε κανένα καλὸ πάνω σας, ποῦ δὲν σᾶς θεωρῶ οὔτε σὰν τοὺς σκύλους τῶν ποιμνίων μου»¹. Ἐκεῖνος ποῦ θέλει νὰ φτάσει στὴ φυσική ὀργή (δηλ. σ' ἐκείνη ποῦ στρέφεται ἐναντίον τοῦ διαβόλου καὶ τῶν παθῶν), κόβει ὅλα τὰ θελήματά του μέχρις ὅτου φτάσει στὴν κατάσταση τοῦ νοῦ του, ὅπως τὴ δημιούργησε ὁ Θεός.

2. Ἄν ἀντιστέκεσαι στὴν καταδρομὴ τοῦ διαβόλου καὶ δεῖς ὅτι ἐξασθένησε καὶ ὑποχωρεῖ, μὴ χαρεῖς, γιατί ἡ κακία τῶν πονηρῶν πνευμάτων δὲν ἐξαντλήθηκε ἀκόμη, ἀλλὰ ἀκολουθεῖ πίσω ἀπὸ αὐτά. Ἐτοιμάζουν πόλεμο χειρότερο ἀπὸ τὸν πρῶτο, τὸν ἔχουν ἀφήσει πίσω ἀπὸ τὴν πόλη καὶ τοῦ ἔδωσαν ἐντολὴ νὰ μὴ κινηθεῖ. Καὶ ἂν ἀντισταθεῖς σ' αὐτούς, φεύγουν νικημένοι. Ἄν ὅμως ὑπερηφανευτεῖς ὅτι τοὺς ἔδιωξες καὶ ἀφήσεις ἀφύλαχτη τὴν πόλη, τότε ἄλλοι ἔρχονται ἀπὸ πίσω καὶ ἄλλοι στέκονται ἐμπρός, καὶ ἡ τάλαιπωρη ψυχὴ ἀνάμεσά τους δὲ βρίσκει καταφύγιο πουθενά. Πόλη εἶναι ἡ προσευχὴ. Ἀντίσταση εἶναι ἡ ἀντίκρουση των πονηρῶν λογισμῶν στὸ ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ. Βάση εἶναι ὁ θυμός.

3. Λοιπόν, ἀγαπητοί, ἄς σταθοῦμε μὲ φόβο Θεοῦ καὶ ἄς φυλάγομε τὴν ἄσκηση τῶν ἀρετῶν καὶ ἄς μὴ βάζομε ἐμπόδιο στὴ συνείδησή μας· ἄς προσέχομε τὸν ἑαυτό μας μὲ φόβο Θεοῦ, μέχρις ὅτου ἡ συνείδησή μας ἐλευθερωθεῖ καὶ μαζί της κι ἐμεῖς καὶ πραγματοποιηθεῖ ἔνωση ἀνάμεσα σ' αὐτὴν καὶ σ' ἐμᾶς. Καὶ τότε ἡ συνείδηση γίνεται φύλακας μας καὶ μᾶς δείχνει ποῦ σφάλλομε. Ἄν ὅμως δὲν ὑπακούσομε σ' αὐτήν, θὰ φύγει ἀπὸ μᾶς καὶ θὰ μᾶς ἐγκαταλείψει καὶ τότε πέφτομε στὰ χέρια τῶν ἐχθρῶν καὶ δὲν μᾶς ἀφήνουν πλέον. Ὅπως μᾶς δίδαξε ὁ Κύριός μας: «Ἄκουσε τὸν ἀντίδικό σου ἕως ὅτου βρῖσκεσαι μαζί του στὸ δρόμὸ γιὰ τὸ δικαστήριον»². Ἀντίδικος, ἐννοοῦν μερικοὶ ὅτι εἶναι ἡ συνείδηση, ἡ ὁποία ἀντιστέκεται στὸν ἄνθρωπο ποῦ θέλει νὰ κάνει τὸ ἁμαρτωλὸ του θέλημα. Καὶ ἂν ὁ ἄνθρωπος δὲν ἀκούσει τὴ συνείδησή του, τότε αὐτὴ τὸν παραδίνει στοὺς ἐχθρούς του.

4. Ἄν ὁ Θεός δεῖ ὅτι ὑποτάχθηκε σ' Αὐτὸν ὁ νοῦς μὲ ὅλες του τίς δυνάμεις καὶ δὲν ἔχει ἄλλη βοήθεια παρὰ Αὐτὸν μόνο, τότε τὸν ἐνδυναμώνει καὶ λέει: «Μὴ φοβᾶσαι, παιδί μου Ἰακώβ, ὀλιγάριθμε Ἰσραήλ»³. Καὶ πάλι λέει: «Μὴ φοβᾶσαι, γιατί σὲ λύτρωσα. Σοῦ ἔδωσα τὸ ὄνομά μου, σὺ εἶσαι

1. Ἰώβ 30, 1,4.

2. Μαθθ. 5, 25.

3. Ἦσ. 41, 13.

δικός μου. Καὶ ἂν περνᾷς ἀπὸ νερό, εἶμαι μαζί σου, ποτάμια ὀλόκληρα δὲν θὰ σὲ παρασύρουν, κι ἂν περάσεις ἀνάμεσα ἀπὸ φωτιὰ δὲ θὰ καεῖς καὶ ἡ φλόγα δὲν θὰ σὲ κατακάψει, γιατί ἐγὼ εἶμαι ὁ Κύριος ὁ Θεός σου, ὁ ἅγιος τοῦ Ἰσραήλ, πού σὲ σώζω»⁴.

5. Ἄν λοιπὸν ὁ νοῦς ἀκούσει αὐτὰ τὰ ἐνθαρρυντικὰ λόγια, ἀφηγᾶ τοὺς δαίμονες λέγοντας: «Ποιὸς εἶναι πού με πολεμᾷ; Ἄς σταθεῖ ἀπέναντί μου. Ποιὸς ἀντιδικεῖ μ' ἐμένα; Ἄς με πλησιάσει. Ὁ Κύριος εἶναι βοηθός μου, ποιὸς θὰ μοῦ κάνει κακό; Ὅλοι ἐσεῖς θὰ παλιώσετε ὅπως τὰ ροῦχα πού τρώει ὁ σκόρος»⁵.

6. Ἄν ἡ καρδιά σου ἔφτασε νὰ ἀποκτήσει σὰν φυσικὸ τὸ μίσος κατὰ τῆς ἀμαρτίας, τότε νίκησε καὶ ἀπομακρύνθηκε ἀπὸ ἐκεῖνα πού γεννοῦν τὴν ἀμαρτία καὶ ἔβαλε στὴ μνήμη σου τὴν κόλαση. Καὶ γνώριζε ὅτι Ἐκεῖνος πού σὲ βοηθεῖ μένει κοντά σου· καὶ σὺ νὰ μὴ τὸν λυπεῖς μὲ καμία ἀμαρτία, ἀλλὰ κλαῖε ἐμπρός Του καὶ λέγει: «Ἐσὺ Κύριε ἔχεις τὸ ἔλεος γιὰ νὰ μὲ γλυτώσεις ἀπὸ τὴν ἀμαρτία καὶ τοὺς δαίμονες, γιατί ἐγὼ ἀδυνατῶ νὰ ξεφύγω ἀπὸ τοὺς ἐχθροὺς χωρὶς τὴ βοήθειά Σου». Καὶ πρόσεχε νὰ μὴν παραδεχτεῖς πονηρὲς σκέψεις, καὶ Αὐτὸς σὲ φυλάγει ἀπὸ κάθε κακό.

7. Ὅφειλε ὁ μοναχὸς νὰ κλείσει ὅλες τὶς πόρτες τῆς ψυχῆς, δηλαδὴ τὶς αἰσθήσεις του, γιὰ νὰ μὴν πέσει ἐξαιτίας τους στὴν ἀμαρτία. Καὶ ὅταν δεῖ ὁ νοῦς ὅτι δὲν κυριεύεται ἀπὸ κανένα πάθος, ἐτοιμάζεται γιὰ τὴν ἀθανασία καὶ μαζεῦει τὶς αἰσθήσεις του ὅλες κοντά καὶ τὶς κάνει ἓνα σῶμα.

8. Ἄν ἀπαλλαγεῖ ὁ νοῦς ἀπὸ κάθε ἐλπίδα αὐτοῦ τοῦ κόσμου, αὐτὸ εἶναι τὸ σημεῖο ὅτι πέθανε μέσα σου ἡ ἀμαρτία.

9. Ἄν ὁ νοῦς μείνει ἐλεύθερος ἀπὸ τὰ κοσμικὰ πράγματα, τότε ἐκείνη ἡ ἀπόσταση πού ὑπάρχει μεταξὺ τοῦ ἀνθρώπου καὶ τοῦ Θεοῦ, χάνεται.

10. Ἄν ἐλευθερωθεῖ ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου ἀπὸ ὅλους τοὺς ἐχθροὺς του, δηλ. ἀπὸ τὰ πάθη, καὶ ἀναπαυτεῖ, τότε βρίσκεται σὲ καινούργια ζωὴ καὶ σκέφτεται καινούργια πράγματα, θεϊκὰ καὶ ἄφθαρτα. Ὅπου βρίσκεται τὸ πτώμα, ἐκεῖ θὰ μαζευτοῦν οἱ ἀετοί⁶, (δηλ. ὅπου ἡ ἡρεμία ἀπὸ τὰ πάθη, ἐκεῖ καὶ οἱ θεϊκὲς καὶ ἄφθαρτες σκέψεις).

11. Οἱ δαίμονες συνηθίζουν νὰ ἀποτραβιοῦνται μὲ δόλο προσωρινά, γιὰ νὰ ξεθαρρευτεῖ ὁ ἄνθρωπος νομίζοντας ὅτι ἔγινε ἀπαθὴς καὶ νὰ ἀφήσει τὸν ἑαυτό του χωρὶς προσοχή. Καὶ τότε ξαφνικὰ πηδοῦν πάνω στὴν ταλαίπωρη ψυχὴ του καὶ τὴν ἀρπάζουν σὰν σπουργίτι. Καὶ ἂν τὴ νικήσουν, τὴ ρίχνουν χωρὶς οἶκτο σὲ κάθε ἀμάρτημα, χειρότερο ἀπὸ ἐκεῖνα γιὰ τὰ ὁποῖα ζητοῦσε πρωτύτερα συγχώρηση. Ἄς σταθοῦμε λοιπὸν μὲ φόβο Θεοῦ καὶ ἄς φυλάξομε τὴν καρδιά μας, ἐκτελώνοντας τὴν ἀσκησὴ μας. Καὶ ἄς κρατοῦμε τὶς ἀρετές, πού ἀποτελοῦν ἐμπόδιο στὴν κακία τῶν ἐχθρῶν δαιμόνων.

4. Ἡσ. 43, 1-3.

5. Ἡσ. 50, 8.

6. Λουκ. 17, 37.

12. Ὁ δάσκαλός μας Ἰησοῦς Χριστός, πού γνωρίζει τήν ἀσπλαχνία τῶν δαιμόνων καί σπλαχνίζεται τὸ ἀνθρώπινο γένος, μᾶς ἔδωσε αὐστηρὴ ἐντολὴ λέγοντας· «Νὰ εἴστε ἕτοιμοι γιὰ κάθε ὥρα, γιατί δὲν γνωρίζετε ποιά ὥρα ἔρχεται ὁ ληστής, μήπως ἔρθει καὶ σᾶς βρεῖ νὰ κοιμᾶστε»⁷. Καὶ σὲ ἄλλο μέρος λέει· «Προσέχετε μὴ βαρύνουν οἱ καρδιές σας ἀπὸ τὴν κραιπάλῃ καὶ τὴ μέθη καὶ τὶς βιοτικὲς μέριμνες καὶ ἔρθει ξαφνικὰ ἡ ὥρα γιὰ σᾶς»⁸. Στάσου λοιπὸν καλὰ καὶ πρόσεχε τὶς αἰσθήσεις σου. Καὶ ἂν κρατεῖς εἰρηνικὰ στὸ νοῦ σου τὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ, τότε βλέπεις τοὺς ληστὲς δαίμονες πού προσπαθοῦν νὰ τὴν ἀφαιρέσουν κρυφά. Γιατὶ ἐκεῖνος πού προσέχει μὲ ἀκριβεία τοὺς λογισμοὺς του, ἀντιλαμβάνεται ἐκείνους πού θέλουν νὰμποῦν καὶ νὰ τὸν μολύνουν. Οἱ κακοὶ λογισμοὶ ταράζουν τὸ νοῦ γιὰ νὰ γίνῃ μετέωρος, φουσκωμένος καὶ ἀργός. Ἀλλὰ ἐκεῖνοι πού γνωρίζουν τὴν κακία τους, μένουν ἀτάραχοι, προσευχόμενοι στὸν Κύριο.

13. Ἄν ὁ ἄνθρωπος δὲν μισήσῃ τὰ ἔργα αὐτοῦ τοῦ κόσμου, δὲν μπορεῖ νὰ λατρεύσῃ τὸ Θεό. Καὶ ποιά εἶναι ἡ λατρεία τοῦ Θεοῦ; Τὸ νὰ μὴν ἔχει κανεὶς τίποτε ξένο στὸ νοῦ του, ὅταν προσεύχεται σ' Αὐτόν· νὰ μὴ νιώθει ἄλλη ἡδονή, ὅταν Τὸν δοξολογεῖ· νὰ μὴ διατηρεῖ καμιὰ κακία, ὅταν φάλλῃ σ' Αὐτόν· νὰ μὴν ἔχει μίσος ἐναντίον κανενός, ὅταν προτιμᾷ Αὐτόν· οὔτε νὰ ὑπάρχει καμιὰ ζηλοφθονία πονηρῇ πού νὰ μᾶς ἐμποδίζει ὅταν ἀπευθυνόμαστε σ' Αὐτόν συνεχῶς καὶ Τὸν θυμόμαστε πάντοτε. Γιατὶ τὰ παραπάνω σκοτεινὰ ἐμπόδια εἶναι τεῖχος πού περικυκλώνει τὴ δυστυχισμένη ψυχὴ καὶ δὲν μπορεῖ νὰ λατρεύσῃ καθαρὰ τὸ Θεό, ἐφόσον τὰ ἔχει αὐτά. Γιατὶ τῆς γίνονται ἐμπόδια στὸ δρόμο τῆς πρὸς τὸ Θεό καὶ δὲν τὴν ἀφήνουν νὰ Τὸν συναντήσῃ καὶ νὰ Τὸν δοξολογήσῃ μέσα τῆς καὶ νὰ προσευχηθεῖ σ' Αὐτόν μὲ γλυκύτητα στὴν καρδιά γιὰ νὰ φωτιστεῖ ἀπὸ Αὐτόν. Γι' αὐτὸ ὁ νοῦς σκοτίζεται πάντοτε καὶ δὲν μπορεῖ νὰ προκόψῃ κατὰ Θεόν, γιατί δὲν φροντίζει νὰ τὰ κόψῃ ὅλα αὐτὰ μὲ πνευματικὴ γνώση.

14. Ὅταν ὁ νοῦς σώσῃ τὶς αἰσθήσεις τῆς ψυχῆς ἀπὸ τὰ θελήματα τῆς σάρκα καὶ τὶς ὀδηγήσῃ στὴν ἀπάθεια καὶ ξεχωρίσῃ τὴν ψυχὴ ἀπὸ τὰ θελήματα τῆς σάρκα, τότε ἂν δεῖ ὁ Θεὸς τὴν ἀδιαντροπία τῶν παθῶν, ὅτι ὁρμῶν πάνω στὴν ψυχὴ γιὰ νὰ φέρουν τὶς αἰσθήσεις στὴν ἁμαρτία, καὶ φωνάξῃ ὁ νοῦς κρυφὰ πρὸς τὸ Θεό καὶ ἀκατάπαυστα, στέλνει τὴ βοήθειά Του καὶ ὅλα αὐτὰ ἀμέσως τὰ καταστρέφει.

15. Σὲ παρακαλῶ, ἐφόσον βρῖσκεσαι στὴ ζωὴ, μὴν ἀφήσεις ἐλεύθερη τὴν καρδιά σου. Γιατὶ ὅπως ὁ γεωργὸς δὲν μπορεῖ νὰ εἶναι σίγουρος γιὰ τοὺς καρπούς του, ἐπειδὴ δὲ γνωρίζει τί μπορεῖ νὰ συμβεῖ μέχρις ὅτου τοὺς μαζέψῃ, ἔτσι καὶ ὁ ἄνθρωπος δὲν ἐπιτρέπεται νὰ ἀφήσῃ ἀφύλακτη τὴν καρδιά του ὅσο ἀναπνέει. Ὅπως δὲν γνωρίζει ὁ ἄνθρωπος ποιοὺ πάθος θὰ τοῦ ἔρθῃ ὡς τὴν τελευταία του πνοή, ἔτσι δὲν πρέπει νὰ ἀφήσῃ ἐλεύθερη τὴν

7. Ματθ. 24, 42-44.

8. Λουκ. 21, 34.

καρδιά του μέχρι τὴν ὥρα ἐκείνη, ἀλλὰ πρέπει πάντοτε νὰ φωνάζει πρὸς τὸ Θεὸ νὰ τὸν βοηθήσει καὶ νὰ τὸν ἐλεήσει.

16. Ἐκεῖνος πού δὲν βρίσκει βοήθεια σὲ καιρὸ πολέμου, οὔτε στὴν εἰρήνη μπορεῖ νὰ ἔχει ἐμπιστοσύνη.

17. Ὄταν χωριστεῖ κανεὶς ἀπὸ τὴν ἀμαρτωλὴ ζωὴ, θὰ γνωρίσει μὲ ἀκρίβεια ὅλα τὰ ἀμαρτήματα μὲ τὰ ὁποῖα ἀμάτησε στὸ Θεό. Γιατὶ δὲν βλέπει τίς ἀμαρτίες του πρὶν χωριστεῖ ἀπὸ αὐτές, πράγμα πού θὰ τοῦ φανεῖ πικρὸ καὶ δύσκολο. Ὅσοι φτάνουν σ' αὐτὸ τὸ μέτρο, κλαῖνε γιὰ τίς ἀμαρτίες τους καὶ παρακαλοῦν καὶ ντρέπονται μπροστὰ στὸ Θεό, φέρνοντας στὸ νοῦ τίς πονηρὲς φιλίες πού εἶχαν μὲ τὰ πάθη. Ἄς ἀγωνιστοῦμε λοιπὸν ἀδελφοὶ κατὰ τὴ δύναμή μας καὶ ὁ Θεὸς μᾶς βοηθᾷ κατὰ τὸ πλῆθος τοῦ ἐλέους Του. Καὶ ἂν δὲ φυλάξαμε καθαρὴ τὴν καρδιά μας, τουλάχιστον ἄς βάλομε τὰ δυνατά μας νὰ φυλάξομε τὰ σώματά μας, ὅπως ζητάει ὁ Θεός, ἀναμάρτητα καὶ ἄς πιστεύομε ὅτι κατὰ τὸν καιρὸ τῆς πνευματικῆς πείνας πού μᾶς βρῆκε, μᾶς ἐλεεῖ μαζὶ μὲ τοὺς ἁγίους Του.

18. Ἐκεῖνος πού ἔδωσε τὴν καρδιά του στὴν ἀναζήτηση τοῦ Θεοῦ μὲ ἀληθινὴ εὐσέβεια, δὲν μπορεῖ νὰ σκέφτεται ὅτι εἶναι ἀρεστὸς στὸ Θεό. Ἐπειδὴ ὅσο τὸν ἐλέγχει ἢ συνειδησὴ του γιὰ τίς ἀμαρτίες πού ἔκανε, δὲν ἀπόκτησε τὴν ἐλευθερία. Ἐφόσον ὑπάρχει ὁ ἔλεγχος, ὑπάρχει καὶ ἐκεῖνος πού κατηγορεῖ· καὶ ἐφόσον ὑπάρχει κατηγορία, δὲν ὑπάρχει ἐλευθερία. Ἄν λοιπὸν στὴν προσευχὴ σου δεῖς ὅτι δὲν σὲ κατηγορεῖ κανένα εἶδος κακίας, ἄρα εἶσαι ἐλεύθερος καὶ μπῆκες στὴν ἀγία ἀνάπαυση τοῦ Θεοῦ, σύμφωνα μὲ τὸ θέλημά Του. Ἄν δεῖς ὅτι ὁ καλὸς καρπὸς δυνάμωσε καὶ δὲν τὸν πνίγουν πλέον τὰ ζιζάνια τοῦ ἐχθροῦ· καὶ ὅτι δὲν ἔφυγαν μόνοι τους οἱ ἐχθροὶ καὶ ἔπαψαν ἀπὸ πανουργία νὰ πολεμοῦν πλέον μὲ τίς αἰσθήσεις σου· καὶ ἂν ἡ νεφέλη ἔριξε τὴ σκιά της πάνω στὴ σκηνὴ καὶ ὁ ἥλιος δὲν σὲ ἔκαψε τὴν ἡμέρα, οὔτε ἡ σελήνη τὴ νύχτα⁹· καὶ ἂν βλέπεις ὅτι ἐτοίμασες τὴ σκηνὴ νὰ τὴ στήσεις καὶ νὰ τὴ φυλάξεις κατὰ τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ, τότε μὲ τὴ δύναμη τοῦ Θεοῦ ἔχεις νικήσει. Καὶ τότε Αὐτὸς θὰ ρίξει τὴ σκιά Του πάνω στὴ σκηνὴ γιὰτὶ εἶναι δική Του. Καὶ ἔως ὅτου γίνεται πόλεμος, ὁ ἄνθρωπος ἔχει φόβο καὶ τρόμο, ἢ νὰ νικήσει σήμερα, ἢ νὰ νικηθεῖ· ἢ νὰ νικηθεῖ αὔριο ἢ νὰ νικήσει· γιὰτὶ ὁ ἀγὼνας σφίγγει τὴν καρδιά ὀλόγυρα. Ἡ ἀπάθεια ὅμως εἶναι ἀκαταμάχητη, γιὰτὶ ἔλαβε πιά τὸ βραβεῖο καὶ ἔπαψε πιά νὰ μεριμνᾷ γιὰ κάποιον ἀπὸ τὰ τρία μέρη, ἐπειδὴ εἰρήνευσαν μεταξύ τους καὶ μὲ τὸ Θεό. Τὰ τρία αὐτὰ μέρη εἶναι ψυχὴ, σῶμα καὶ πνεῦμα. Ὄταν λοιπὸν τὰ τρία αὐτὰ γίνουν ἓνα μὲ τὴν ἐνέργεια τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, δὲν μποροῦν πλέον νὰ χωριστοῦν. Μὴ νομίζεις λοιπὸν τὸν ἑαυτὸ σου ὅτι εἶσαι νεκρὸς ὡς πρὸς τὴν ἀμαρτία, ὅσο στενοχωρεῖσαι καὶ πολεμεῖσαι μὲ ὀρμὴ ἀπὸ τοὺς ἐχθρούς σου τοὺς δαίμονες, εἴτε ξυπνητός, εἴτε στὸν ὕπνο σου. Ὅσο ὁ ταλαί-

9. Ψαλμ. 120, 6.

πωρος ἄνθρωπος βρίσκεται στοῦ στάδιο τοῦ ἀγώνα, δὲν μπορεῖ νὰ εἶναι ἀσφαλής.

19. Ἄν ὁ νοῦς ἀποκτήσει πνευματικὴ δύναμη καὶ ἐτοιμάσει τὸν ἑαυτό του νὰ ἀκολουθήσει τὴν ἀγάπη πού σβήνει ὅλα τὰ πάθη τοῦ σώματος καὶ πού δὲν ἀφήνει μὲ τὴ δύναμή της καμιὰ κακία νὰ ἐξουσιάζει τὴν καρδιά, τότε ὁ νοῦς ἀντιστέκεται ἐναντίον τῆς κακίας μέχρις ὅτου τὴν χωρίσει ἀπὸ τὶς καλὲς διαθέσεις τῆς ψυχῆς.

20. Ἐξέταξε ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ μὲ μεγάλη προσοχὴ τὸν ἑαυτό σου, ἀδελφέ, κάθε ἡμέρα, καὶ βλέπε τὴν καρδιά σου, ποιὸ πάθος βρίσκεται μέσα σ' αὐτήν. Καὶ πέταξέ το μακριὰ ἀπὸ τὴν καρδιά σου, γιὰ νὰ μὴ σοῦ γίνῃ ἀφορμὴ καταδίκης.

21. Πρόσεχε λοιπὸν ἀδελφέ μου τὴν καρδιά σου καὶ ἀγρύπνα γιὰ ν' ἀντιμετωπίσεις τοὺς ἐχθρούς σου. Γιατὶ εἶναι πανοῦργοι καὶ μὲ κάθε εἶδος κακίας. Καὶ πίστεψε μέσα σου βαθιὰ ὅτι εἶναι ἀδύνατο ὁ ἄνθρωπος πού πράττει τὸ κακό, νὰ πράξῃ καλά. Γι' αὐτὸ καὶ ὁ Σωτήρας μας μᾶς δίδαξε νὰ εἴμαστε προσεκτικοὶ καὶ ἄγρυπνοι, λέγοντας· «Ὅτι εἶναι στενὴ ἡ πύλη καὶ δύσκολος ὁ δρόμος πού ὁδηγεῖ στὴ ζωὴ καὶ εἶναι λίγοι ὅσοι τὸν βρίσκουν»¹⁰.

22. Πρόσεχε λοιπὸν στὸν ἑαυτό σου μήπως κάτι ἀπ' ὅσα ὁδηγοῦν στὴν ἀπώλεια σὲ ἀπομακρύνει ἀπὸ τὴν ἀγάπη τοῦ Θεοῦ, καὶ φύλαγε τὴν καρδιά σου καὶ μὴν ἀμελήσεις καὶ πείς: «Πῶς νὰ φυλάξω τὴν καρδιά μου, ἀφοῦ εἶμαι ἄνθρωπος ἁμαρτωλός;» Γιατὶ ὅταν ὁ ἄνθρωπος ἐγκαταλείφῃ τὶς ἁμαρτίες του καὶ ἐπιστρέφῃ στοῦ Θεοῦ μετανοιωμένος, ἢ μετάνοια τὸν ξαναγεννᾷ καὶ τὸν κάνει ὅλον καινούργιο.

23. Παντοῦ ἢ Ἁγία Γραφή, Παλαιὰ καὶ Καινὴ, μιλά γιὰ τὴν φύλαξη τῆς καρδιάς. Ὁ Δαβὶδ λέει· «Γιοὶ τῶν ἀνθρώπων, ὡς πότε θὰ ἔχετε βαριὰ καρδιά;»¹¹, καὶ πάλι· «Ἡ καρδιά τους εἶναι κούφια»¹². Γιὰ ἐκείνους πάλι πού σκέφτονται μάταια, λέει· «Εἶπε μέσα στὴ καρδιά του, θὰ μείνω ἀμετακίνητος»¹³. Καὶ πάλι· «Εἶπε μέσα στὴν καρδιά του, ξεχάστηκε ὁ Θεός»¹⁴, καὶ ἄλλα πολλὰ παρόμοια. Ὅφειλε λοιπὸν ὁ μοναχὸς νὰ ἐννοεῖ τὸ σκοπὸ τῆς Γραφῆς, γιὰ ποιὸν καὶ πότε μιλάει, καὶ νὰ κρατᾷ συνεχῶς τὸν ἀγώνα τῆς ἀσκήσεως· νὰ προσέχει τὶς ἐπιθέσεις τοῦ διαβόλου καὶ σὰν καλὸς πλοίαρχος νὰ ξεπερνᾷ τὰ κύματα, καθὼς θὰ τὸν κυβερνᾷ ἡ χάρις, χωρὶς νὰ ξεφεύγῃ ἀπὸ τὸ δρόμο του καὶ νὰ προσέχει μόνον στὸν ἑαυτό του· καὶ νὰ πλησιάζῃ τὸ Θεό, χωρὶς νὰ πλανιέται ἢ σκέψη του ἐδῶ καὶ ἐκεῖ, καὶ χωρὶς περιέργεια τοῦ νοῦ του.

24. Ὁ καιρὸς τῶν ἀγώνων ἀπαιτεῖ ἀπὸ μᾶς τὴν προσευχή, ὅπως τὸν πλοίαρχο οἱ ἄνεμοι καὶ οἱ τρικυμίες καὶ οἱ φουρτοῦνες. Γιατὶ δεχόμεστε

10. Ματθ. 7, 14.

12. Ψαλμ. 5, 10.

14. Ψαλμ. 9, 32.

11. Ψαλμ. 4, 3.

13. Ψαλμ. 9, 27.

προσβολή λογισμῶν καὶ ἐναρέτων καὶ κακῶν. Κύριος τῶν παθῶν εἶναι ὁ εὐσεβῆς καὶ φιλόθεος λογισμός. Πρέπει ἐμεῖς οἱ ἡσυχαστὲς μὲ σύνεση νὰ διακρίνομε καὶ νὰ ξεχωρίζομε καὶ τὶς ἀρετὲς καὶ τὶς κακίες· καὶ ποιῆς ἀρετὲς νὰ ἐργαζόμεσθε μπροστὰ στοὺς ἀδελφούς μας καὶ ποιῆς μόνοι μας· καὶ ποιά εἶναι ἡ πρώτη ἀρετὴ, ποιά ἡ δεύτερη καὶ ποιά ἡ τρίτη· καὶ ποῖο πάθος εἶναι ψυχικὸ καὶ ποῖο σωματικόν, καὶ ποιά ἀρετὴ ψυχικὴ καὶ ποιά σωματικὴ· καὶ ἀπὸ ποιά ἀρετὴ ἡ ὑπερηφάνεια χτυπᾷ τὸ νοῦ, ἀπὸ ποιά ἔρχεται ἡ κενοδοξία, ἀπὸ ποιά πλησιάζει ὁ θυμὸς καὶ ἀπὸ ποιά ἔρχεται ἡ γαστριμαργία. Γιατὶ ὀφείλομε νὰ ἀνατρέπομε τὶς πονηρὲς σκέψεις καὶ κάθε ὑψηλοφροσύνη πού ὑψώνεται καὶ ἐμποδίζει τοὺς ἀνθρώπους νὰ γνωρίσουν τὸ Θεό¹⁵.

25. Πρώτη ἀρετὴ εἶναι ἡ ἀμεριμνία, δηλ. θάνατος σὲ σχέση μὲ κάθε ἄνθρωπο καὶ κάθε πράγμα. Αὐτὴ γεννᾷ τὴν ἐπιθυμία τοῦ Θεοῦ. Κι αὐτὴ πάλι γεννᾷ τὴ φυσικὴ ὀργή, ἡ ὁποία ἀντιστέκεται σὲ κάθε πειρασμὸ τοῦ διαβόλου. Τότε ὁ φόβος τοῦ Θεοῦ βρῖσκει κατοικία στὸν ἄνθρωπο καὶ διὰ μέσου τοῦ φόβου φανερώνεται ἡ ἀγάπη.

26. Πρέπει τὴν προσβολὴ τοῦ πονηροῦ λογισμοῦ νὰ τὴν ἀνατρέπομε ἀπὸ τὴν καρδιά μας μὲ εὐσεβῆ ἀντιλογία κατὰ τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς, μήπως καὶ βρεθοῦμε νὰ προσευχόμεσθε στὸ Θεὸ μὲ τὰ χεῖλη, ἐνῶ στὴν καρδιά νὰ σκεφτόμαστε τὰ ἄτοπα. Γιατὶ ὁ Θεὸς δὲν δέχεται ἀπὸ τὸν ἡσυχαστὴ προσευχὴ θολὴ καὶ περιφρονητικὴ. Σὲ ὅλα τὰ μέρη τῆς ἡ Γραφῆ συνιστᾷ ἔντονα νὰ φυλάγομε τὶς αἰσθήσεις τῆς ψυχῆς. Ἄν ὑποταχθεῖ τὸ θέλημα τοῦ μοναχοῦ στὸν νόμο τοῦ Θεοῦ, κατὰ τὸ νόμο αὐτὸ θὰ κυβερνήσει καὶ ὁ νοῦς ὅσα ἐξαρτῶνται ὡς ὑπήκοοί του ἀπὸ αὐτόν, δηλ. ὅλες τὶς ψυχικὲς κινήσεις καὶ ἰδιαίτερα τὸ θυμὸ καὶ τὴν ἐπιθυμία. Αὐτοὶ εἶναι οἱ ὑπήκοοι τοῦ νοῦ. Ἀρετὴ ἐργαστήκαμε καὶ κάναμε τὸ σωστό, στρέψαμε τὴν ἐπιθυμία στὸ Θεὸ καὶ τὰ θελήματά Του, καὶ τὸ θυμὸ κατὰ τῆς ἁμαρτίας καὶ τοῦ διαβόλου. Τί εἶναι λοιπὸν ἐκεῖνο πού ζητεῖται ἀπὸ μᾶς; Ἡ ἐσωτερικὴ μελέτη.

27. Ἄν ὁ σπόρος τῆς αἰσχροτήτας σπαρεῖ στὴν καρδιά σου, ὅταν κάθῃσαι στὸ κελί σου, πρόσεξε. Ἀντιστάσου κατὰ τῆς κακίας, μήπως σὲ κυριεύσει. Θυμήσου τὸ Θεὸ ὅτι εἶναι παρὼν καὶ σὲ προσέχει, καὶ ὅτι ἔχεις στὴν καρδιά σου εἶναι φανερὸ μπροστὰ Του. Πὲς λοιπὸν στὴν ψυχὴ σου: Ἄν φοβᾶσαι ὁμοίους σου ἀνθρώπους ἁμαρτωλοὺς νὰ μὴ δοῦν τὶς ἁμαρτίες σου, πόσο μᾶλλον τὸ Θεὸ πού ὅλα τὰ βλέπει; Καὶ ἀπὸ αὐτὸ φανερώνεται ὁ φόβος τοῦ Θεοῦ στὴν ψυχὴ σου. Καὶ ἂν μείνεις μαζί του, μένεις ἀκίνητος ὡς πρὸς τὰ πάθη, ὅπως εἶναι γραμμένον: «Ὅσοι στηρίζονται στὸν Κύριον εἶναι ὡς ὄρος Σιών· δὲν θὰ σαλευτεῖ στὸν αἰῶνα ὅποιος κατοικεῖ στὴν Ἱερουσαλήμ»¹⁶. Καὶ σὲ κάθε πράγμα πού κάνεις, νὰ πιστεύεις ὅτι ὁ Θεὸς βλέπει κάθε σκέψη σου καὶ δὲν θὰ ἁμαρτήσεις ποτέ. Σ' Αὐτόν ἀνήκει ἡ δόξα στοὺς αἰῶνες. Ἀμήν.

15. Β' Κορ. 10, 5.

16. Ψαλμ. 124, 1.