

---

# ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ

---

ΤΟΜΟΣ

Δ





# ΟΣΙΟΣ ΘΕΟΛΗΠΤΟΣ, ΜΗΤΡΟ- ΠΟΛΙΤΗΣ ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑΣ

## Σύντομη βιογραφία

Ο Θεόληπτος, ο πραγματικά μεγάλος φωστήρας της Φιλαδελφείας, ήκμασε στα χρόνια του Άνδρονίκου Β' του Παλαιολόγου, γύρω στο 1325. Έζησε πρώτα στο Άγιον Όρος τον άναχωρητικό βίο, και από εκεί ανέλαβε ως προκαθήμενος τη Μητρόπολη Φιλαδελφείας. Έγινε καθοδηγητής του

ἀγίου Γρηγορίου ἀρχιεπισκόπου Θεσσαλονίκης (τοῦ Παλαμᾶ) καὶ μυσταγωγός του στὰ ἄριστα μαθήματα. Τὸν μυσταγωγήσε στὴν ἱερὴ νήψη καὶ τὴ νοερὰ προσευχή, ἐνῶ ἀκόμη ἦταν κοσμικός, ὅπως ἀναφέρεται στὸ βίο αὐτοῦ τοῦ Γρηγορίου ποὺ ἔγραψε ὁ πατριάρχης Φιλόθεος.

Ὁ παρῶν λόγος ποὺ φιλοπονήθηκε ἀπὸ αὐτόν, ἀποτελεῖ ἄριστη παρουσίαση καὶ ἀκριβὴ κανόνα τῆς μελέτης ποὺ ἐνεργεῖται ἐσωτερικὰ στὸ ὄνομα τοῦ Χριστοῦ. Τὰ ἀκόλουθα κεφάλαιά του ἔχουν συντεθεῖ ἄριστα μὲ θεῖα νοήματα καὶ καθαρότητα διατυπώσεως. Ὅλα αὐτὰ ἔχουν ἐνταχθεῖ ἐδῶ μὲ τὰ λοιπά, γιατί εἶναι χρήσιμα ὅσο τίποτε ἄλλο καὶ ἀξιόλογα γιὰ ὅσους ἐπιζητοῦν μὲ ζῆλο ν' ἀποκτήσουν σὲ σύντομη ἐπιτομὴ τὸ θεόσοφο μάθημά τῆς πνευματικῆς φιλοσοφίας.

## Εἰσαγωγικά σχόλια

Ὁ διάσημος διδάσκαλος τῆς νοερᾶς προσευχῆς Θεόληπτος καὶ ἐξακριβωμένα διδάσκαλος τοῦ ἀγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ, φέρεται ὅτι γεννήθηκε τὸ 1250 καὶ ἐκοιμήθη ἐν Κυρίῳ τὸ 1324-26. Διετέλεσε ἑγγάμος ἱεροδιάκονος, ἀλλὰ ἀπὸ συμφώνου διεζεύχθη γιὰ νὰ ἐπιδοθεῖ στοὺς ἀθηνωτικὸς ἀγῶνες κατὰ τὴν ἐνωτικὴ σύνοδο τῆς Λυών. Μετέβη στὸν Ἄθω καὶ ἐμόνασε στοὺς κύκλους τῶν ἡσυχαστῶν, ἀπὸ τοὺς ὁποίους διδάχθηκε τὴν νοερὰ προσευχὴ καὶ νήψη.

Ἀργότερα ἀνεχώρησε γιὰ τὴν Κωνσταντινούπολη γιὰ νὰ πολεμήσει τὴν ἐνωτικὴ πολιτικὴ τοῦ Μιχαὴλ Παλαιολόγου καὶ γιὰ τὴ δράση του θεωρήθηκε ὡς Ὀμολογητῆς, ἀφοῦ ὑπέστη βασανισμοὺς καὶ εἰρκτὴ ἀπὸ τὸν αὐτοκράτορα. Μετὰ τὸ θάνατο τοῦ Μιχαὴλ Η' ἐλευθερώθηκε καὶ ἐτιμᾶτο ἀπὸ τὸν λαὸ γιὰ τὸν ἀσκητικὸ βίο καὶ τὴν ὀρθοδοξία του.

Κατὰ τὸ 1284 ἡ πατριαρχικὴ σύνοδος τὸν ἐξέλεξε μητροπολίτη Φιλαδελφείας, ὅπου ἀνέπτυξε σημαντικὴ δράση, ἀλλ' ἀργότερα, γιὰ λόγους ἐκκλησιαστικούς, περιορίστηκε στὴν ἐπαρχία του. Ἐγραψε διάφορες πραγματείες, ποὺ μένουν ἀνέκδοτες καὶ θεωρεῖται ὅτι ἄσκησε ἀποφασιστικὴν ἐπίδραση στὴν πνευματικὴ ἀναγέννηση τῆς ἐποχῆς, ποὺ ἐπισφραγίστηκε μὲ τὸν ἅγιον Γρηγόριον τὸν Παλαμᾶ στὴ μυστικὴ θεολογία καὶ μὲ τὸ ὄνομα τοῦ Νικολάου Καβάσιλα στὴ λειτουργικὴ ζωὴ.

Οἱ ἅγιοι ἀνθολόγοι τῆς Φιλοκαλίας, φαίνεται ὅτι δὲν βρῆκαν ἄλλα ἔργα τοῦ ὁσίου Θεολήπτου, πλὴν ἑνὸς «Λόγου περὶ μοναδικοῦ ἐπαγγέλματος» καὶ ἑνῆς Κεφάλαια μὲ τὸν ἴδιον τίτλο, τὰ ὁποῖα καὶ παρέθεσαν. Ἀπὸ τὴν ἀνάκριση τῶν χρονολογιῶν, προκύπτει ὅτι ὑπῆρξεν ὄντως διδάσκαλος τῆς νηπτικῆς καὶ ἀσκητικῆς ἀγωγῆς τοῦ ἀγίου Γρηγορίου, πρὸ τῆς μονάσεώς του, δηλαδὴ πρὸ τῆς ἡλικίας τῶν εἰκοσι ἐτῶν, ποὺ ἀνεχώρησε γιὰ τὸ ἅγιον Ὄρος. Γιατί ὁ μὲν θεῖος Γρηγόριος ἀπὸ τὸ 1321 μέχρι τὸ 1340 παρέμενε συνεχῶς στὸν Ἄθω, πλὴν δύο βραχυτάτων ταξειδίων ποὺ ἔκανε στὴν Κωνσταντινούπολη, χάρι τῶν μοναζουσῶν κατὰ σάρκα ἀδελ-

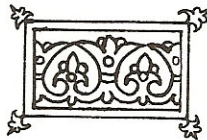


φῶν του, ὁ δὲ ὅσιος Θεόληπτος δὲν ἐπανήλθε ποτὲ στὸ ἅγιον Ὅρος.

Τὰ μικρὰ αὐτὰ ἔργα ἀπηχοῦν τὴν παράδοση τῶν ἡσυχαστῶν, στὶς κοινότητες τῶν ὁποίων ἐθήτευσε ὁ Θεόληπτος περίπου μιὰ δεκαετία. Καὶ στὶς γενικὲς γραμμές, ἀλλὰ καὶ στὶς λεπτομέρειες, θυμίζουν δέκατο τέταρτον ἡσυχαστικὸν αἰῶνα, ὅπου ἐξαιρέται ἡ ἐργασία τῆς νοερᾶς προσευχῆς, τῆς νήψεως, τῆς ἀσκητικῆς παραδοσιακῆς ἀγωγῆς καὶ τῶν καρπῶν τῆς ἱερᾶς ἡσυχίας.

Σοβαρὸς ἐρευνητὴς τοῦ βίου καὶ τοῦ ἔργου τοῦ ὁσίου Νικηφόρου μονάζοντος, θέλει τὸν Θεόληπτον μαθητὴν του. Οἱ δύο ἄνδρες ἦσαν βεβαίως σύγχρονοι καὶ κοινωνοὶ τῶν δεσμῶν καὶ τῆς φυλακῆς, γιὰ τὴν ἀντίθεσή τους στὴν ψευδένωση τῶν Ἐκκλησιῶν, ἀλλὰ στὰ γραπτὰ τοῦ Θεολήπτου οὔτε κἂν μνεῖα ἀπλῆ γίνεται τῆς ψυχосоματικῆς μεθόδου, τῆς ὁποίας ἐπινοητὴς καὶ διδάσκαλος εἶναι ὁ Μονάζων Νικηφόρος.

Ἡ διδαχὴ τοῦ Θεολήπτου, καθαρῶς ἐμπειρικὴ, δὲν παρουσιάζει καμμία πρωτοτυπία πλὴν τῆς ἰδιοτυπίας της, ἐνῶ ἀποτελεῖ ἀπλανῆ κανόνα ὀρθοδόξου πνευματικῆς πορείας, τῆ βάση τῆς ὁποίας κατέχει ἡ νοερὰ προσευχή, ἡ νήψη καὶ γενικὰ ἡ ἐπίπονη ἀσκητικὴ ἀγωγή. Καὶ εἶναι περίεργο — ἄς γραφεῖ αὐτὸ ἀκαδημαϊκῶς — πῶς ἡ ἐπὶ εἰκοσαετίαν μαθήτρια τοῦ Θεολήπτου, «βασίλισσα» Εἰρήνη Εὐλογία Χούμναινα Παλαιολογίνα, κατὰ ἓνα τρόπον ἀντινομικόν, ἔγινε ἡ πιὸ ἐμπαθὴς ἀντίπαλος τοῦ ἁγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ, κατὰ τὶς γνωστὲς ἔριδες τοῦ 14ου αἰῶνος! Ἐκτὸς ἂν, μὴ διαφωνοῦσα γιὰ ὅσα ἀναφέρονται στὴν νοερὰ προσευχή, ἀντετίθετο, ὅπως ὁ προστατευόμενός της Ἀκίνδυνος, στὸ δογματικὸ ζήτημα τῆς διακρίσεως Οὐσίας καὶ Ἐνεργείας τοῦ Θεοῦ.





# Λόγος για τὴν ἐν Χριστῷ ἐσωτερικὴ ἐργασία καὶ τὴ μοναχικὴ ζωὴ

**Ἡ** μοναχικὴ ζωὴ εἶναι ἓνα δένδρο ψηλό, πυκνόφυλλο καὶ γονιμότατο. Ρίζα τῆς εἶναι ἡ ἀποξένωση ἀπ' ὅλα τὰ σωματικά· κλαδιά τῆς ἡ ἀπαλλαγὴ τῆς ψυχῆς ἀπὸ ἐμπαθεῖς κλίσεις καὶ τὸ νὰ μὴν ἔχει ὁ μοναχὸς καμιά σχέση πρὸς τὰ πράγματα ἀπὸ τὰ ὁποῖα ἔφυγε. Καρπὸς τῆς εἶναι ἡ ἀπόκτηση τῶν ἀρετῶν, ἡ θεοποιὸς ἀγάπη καὶ ἡ ἀδιάκοπη εὐφροσύνη, καθὼς λέει ὁ Ἀπόστολος: «Ὁ καρπὸς τοῦ Πνεύματος εἶναι ἡ ἀγάπη, ἡ χαρὰ, ἡ εἰρήνη κλπ.»<sup>1</sup>.

Ἡ φυγὴ ἀπὸ τὸν κόσμον χαρίζει τὴν καταφυγὴν στὸ Χριστό. Καὶ κόσμον ἐννοῶ, τὴν ἀγάπη τῶν αἰσθητῶν πραγμάτων καὶ τῆς σάρκας. Ἐκεῖνος ποὺ μὲ ἐπίγνωση τῆς ἀλήθειας ἀποξενώνεται ἀπὸ αὐτά, γίνεται φίλος τοῦ Χριστοῦ, ἀποκτώντας τὴν ἀγάπη Του, γιὰ τὴν ὁποία ἀρνήθηκε ὅλα τὰ κοσμικὰ καὶ ἀγόρασε τὸ “πολύτιμο μαργαριτάρι”<sup>2</sup>, δηλαδὴ τὸ Χριστό.

Μὲ τὸ σωτήριο βάπτισμα ντύθηκες τὸ Χριστό<sup>3</sup>· μὲ αὐτὸ τὸ θεῖο λουτρὸ ἀπέβαλες τὴν ἀκαθαρσία καὶ ἔλαβες τὴ λαμπρότητα τῆς πνευματικῆς χάριτος καὶ τὴν εὐγένεια ποὺ εἶχε ὁ ἄνθρωπος ὅταν πλάστηκε. Ἄλλὰ τί ἔγινε; Ἡ μᾶλλον, τί ἔπαθε ὁ ἄνθρωπος ἀπὸ τὴν ἀπερισκεψία του; Ἐπειδὴ ἀγάπησε τὸν κόσμον, ἀλλοίωσε τὰ θεϊκὰ χαρακτηριστικά. Ἐπειδὴ στράφηκε στὰ πάθη τῆς σάρκας, κακοποίησε τὴ θεία εἰκόνα. Τὸ σκοτάδι τῶν ἐμπαθῶν λογισμῶν θάμπωσε τὸν καθρέφτη τῆς ψυχῆς στὸν ὁποῖο ἐμφανίζεται ὁ νοητὸς ἥλιος Χριστός. Ἐσὺ ὅμως καθήλωσες τὴν ψυχὴ σου μὲ τὸν φόβο τοῦ Θεοῦ. Κατάλαβες τὸ σκοτάδι τῆς ἀνωμαλίας τοῦ κόσμου. Συνειδητοποίησες τὸ διασκορπισμὸ τῆς διάνοιας ποὺ προξενοῦν οἱ κοσμικὲς μέριμνες. Εἶδες τὸν μάταιο περισπασμὸ ποὺ ἀντιμετωπίζουν οἱ ἄνθρωποι ἀπὸ τὴν πολυτάραχη ζωὴ. Πληγώθηκες μὲ τὸ βέλος τοῦ ἔρωτα τῆς ἡσυχίας. Ζήτησες τὴν εἰρήνην τῶν λογισμῶν, ἐπειδὴ ἐγκολπώθηκες τὸ παράγγελμα: «Ζήτησε τὴν εἰρήνην καὶ κυνήγησέ την»<sup>4</sup>· πόθησες τὴν ἀνάπαυση ποὺ αὐτὴ δίνει, ἐπειδὴ ἄκουσες τὸ λόγο: «Ξαναγύρισε ψυχὴ μου στὴν ἀνάπαυσή σου»<sup>5</sup>. Γιὰ ὅλα αὐτά, ἀναλογίστηκες νὰ ξανακερδίσεις τὴν εὐγένεια ποὺ ἔλαβες κατὰ χάρη μὲ τὸ βάπτισμα, ἀλλὰ τὴν ἔχασες θεληματικὰ ἀπὸ τὰ πάθη σου ζώντας στὸν κόσμον. Ἐτσι λοιπὸν ἔκανες πράξη τὴν ἀγαθὴ αὐτὴ γνώμη μὲ τὸ νὰ ἔρθεις στὸ ἱερὸ φροντιστήριον, νὰ φορέσεις τὰ σεμνὰ ἄμφια τῆς μετάνοιας καὶ νὰ ὑποσχεθεῖς ὀλόψυχα τὴν παραμονὴ σου στὸ μοναστήρι μὲχρι θανάτου.

Τώρα ἔκανες δευτέρη συμφωνία μὲ τὸ Θεό. Τὴν πρώτη τὴν ἔκανες κα-

1. Γαλ. 5, 22.

2. Ματθ. 13, 46.

3. Γαλ. 3, 27.

4. Ψαλμ. 33, 15.

5. Ψαλμ. 114, 7.



τά τὸ βάπτισμα, μὲ τὴν εἴσοδό σου σ' αὐτὴ τὴ ζωὴ· τὴ δεύτερη τώρα ποὺ σπεύδεις πρὸς τὸ τέλος αὐτῆς τῆς ζωῆς. Τότε σὲ προσέλαβε ὁ Χριστὸς μὲ τὴν εὐσέβεια· τώρα προσκολλήθηκες στὸ Χριστὸ μὲ τὴ μετάνοια. Ἐκεῖ βρῆκες δωρεά· ἐδῶ παραδέχτηκες ἓνα χρέος. Τότε, καθὼς ἦσουν νήπιο, δὲν ἐνόησες τὸ ἀξίωμα ποὺ σοῦ δόθηκε, ἀν καὶ ὅταν μεγάλωσες, κατάλαβες τὸ μέγεθος τῆς δωρεᾶς καὶ ἔχεις στὸ στόμα σου χαλινάρι. Τώρα ποὺ ἔχεις τέλεια σκέψη, ἐνοεῖς βαθιὰ τί σημαίνει τὸ ὅτι συντάχτηκες μ' Ἐκεῖνον. Πρόσεξε μὴν τυχὸν παραβεῖς καὶ αὐτὴ τὴν ὑπόσχεση καὶ σὰν ἀγγεῖο ποὺ ἔσπασε ἐντελῶς, ριχθεῖς στὸ σκότος τὸ ἐξώτερο, ὅπου εἶναι ὁ κλαυθμὸς καὶ ὁ βρυγμὸς τῶν ὀδόντων<sup>6</sup>. Γιατὶ ἔξω ἀπὸ τὸ δρόμο τῆς μετάνοιας, δὲν ὑπάρχει ἄλλος δρόμος ποὺ ξαναφέρειναι στὴ σωτηρία.

Ἄκουσε τί σοῦ ὑπόσχεται καὶ ὁ Δαβίδ: «Ἐκανες καταφυγὴ σου τὸν Ὑψίστο. Ἀφοῦ λοιπὸν ἐπέλεξες τὴν κατὰ Χριστὸν ζωὴ μὲ τίς δυσκολίες τῆς, δὲ θὰ σὲ πλησιάσουν πιά τὰ κακὰ ποὺ ἀπέκτησες ἀπὸ τὴν κοσμικὴ σου ζωὴ. Ἀφοῦ ἀποφάσισες νὰ μετανοεῖς, δὲ θὰ σὲ ἀκολουθήσει ἔρωτας χρημάτων, τρυφή, τιμὴ, καλλωπισμὸς, ἀκράτεια τῶν αἰσθήσεων· δὲ θὰ παραμείνουν μπροστά σου παράνομοι, δηλαδὴ μετεωρισμοὶ τῆς διάνοιας, αἰχμαλωσία τοῦ νοῦ, χαύνωση ποὺ προκαλοῦν οἱ ἀλλεπάλληλοι λογισμοί, καὶ κάθε ἄλλη θεληματικὴ ἐκτροπὴ καὶ σύγχυση. Οὔτε θὰ βρεθεῖ μπροστά σου ἀγάπη γονέων, ἀδελφῶν, συγγενῶν, φίλων καὶ γνωστῶν· οὔτε θὰ βρεῖ τόπο σὲ σένα ἢ ἀκαιρὴ καὶ ἀνώφελη συνάντηση καὶ συντροφιά μαζί τους. Ἄν ἀγαπήσεις τὴν ἀπάρνηση τῶν παραπάνω μὲ τὸ σῶμα σου καὶ τὴν ψυχὴ σου, δὲ θ' ἀγγίξει τὴν ψυχὴ σου τὸ μαστίγιό τοῦ πόνου, καὶ τὸ βέλος τῆς λύπης δὲ θὰ πληγώσει τὴν καρδιά σου, οὔτε τὸ πρόσωπό σου θὰ σκυθρωπάσει<sup>7</sup>. Ἐκεῖνοι δηλαδὴ ποὺ ἀπομακρύνθηκαν ἀπὸ τὴ φιλήδονη συνήθεια καὶ ἀπώθησαν τὸν ἐμπαθὴ δεσμὸ μὲ ὅλα ὅσα εἶπαμε, ἀμβλύνουν τὰ κεντριά τῆς λύπης. Γιατὶ ὁ Χριστὸς φανερώνεται στὴν ψυχὴ ποὺ ἀγωνίζεται καὶ δίνει στὴν καρδιά ἀνέκφραστη χαρὰ, καὶ τὴν πνευματικὴ χαρὰ δὲν μπορεῖ ποτὲ νὰ τὴν ἀναιρέσει κανένα ἀπὸ τὰ εὐχάριστα ἢ δυσάρεστα τοῦ κόσμου. Μελέτες ἀγαθῆς καὶ σωτήριες μνήμες καὶ θεῖα διανοήματα καὶ λόγοι σοφίας ὑπηρετοῦν τὸν ἀγωνιστὴ, καὶ τὸν φυλάγουν σὲ ὅλους τοὺς δρόμους τῶν ἔργων ποὺ κάνει γιὰ τὸ Θεό. Γι' αὐτὸ καὶ πατάει πάνω σὲ κάθε ἄλογη ἐπιθυμία καὶ αὐθάδῃ θυμὸ σὰν πάνω στὰ φίδια ἀσπίδα καὶ βασιλίσκο, καὶ καταπατεῖ τὴν ὀργὴν σὰν λιοντάρι καὶ τὴν ἡδονὴν σὰν δράκοντα<sup>8</sup>. Καὶ ἡ αἰτία τούτου εἶναι ὅτι, ἀφοῦ ἀπομάκρυνε κάθε ἐλπίδα τοῦ ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους καὶ τὰ πράγματα ποὺ εἶπαμε, τὴν ἔδωσε στὸ Θεὸ καὶ εἶναι πλούσιος σὲ γνῶση Θεοῦ καὶ πάντοτε καλεῖ νοερά τὸ Θεὸ νὰ τὸν βοηθήσει. Ὅπως λέει καὶ στὴ Γραφή: «Στήριξε τὴν ἐλπίδα του σ' ἐμένα, γι' αὐτὸ καὶ θὰ τὸν σώσω· θὰ τὸν προφυλάξω, γιατί γνωρίζεις τὸ ὄνομά μου. Ὅταν μὲ φωνάξει, θὰ τὸν ἀκούσω, καὶ ὄχι μόνο θὰ τὸν

6. Ματθ. 8, 12.

7. Ψαλμ. 90, 9-10 καὶ 5, 5-6.

8. Ψαλμ. 90, 13.



ἀπαλλάξω ἀπό ἐκείνους πού τόν θλίβουν, ἀλλά και θά τόν δοξάσω»<sup>9</sup>.

Βλέπεις τούς ἀγῶνες και τὰ ἀκόλουθα βραβεῖα ὅσων ἀσκούνται σύμφωνα μέ τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ; Προσπάθησε λοιπὸν νὰ κάνεις τὴν κλήση πράξη. Και ὅπως μονώθηκες σωματικά κι ἀπέβαλες και τὰ νοήματα τῶν πραγμάτων και ἀλλαξες ἀμφίεση, γίνε και ξένος ἀποθέτοντας και τοὺς λόγους και τοὺς συγγενεῖς σου. Γιατί ἂν δὲ σταματήσεις τὴν περιπλάνηση στὰ ἐξωτερικά, δὲ θὰ ξεσηκωθεῖς ἐναντίον ἐκείνων πού ἐνεδρεύουν μέσα σου. "Ἄν δὲν νικήσεις ἐκείνους πού σὲ πολεμοῦν μέ τὰ φανερά, δὲν μπορεῖς νὰ κατατροπώσεις τοὺς ἀόρατους ἐχθρούς. "Ὅταν καταργήσεις τοὺς ἐξωτερικοὺς περισπασμοὺς και ἀφήσεις τοὺς ἐσωτερικοὺς λογισμοὺς, τότε διεγείρεται ὁ νοῦς γιά τὰ ἔργα και τοὺς λόγους τοῦ Πνεύματος. Και ἀντὶ νὰ ἔχεις συναναστροφή μέ συγγενεῖς και φίλους, ἐκτελεῖς τὶς ἀρετές. Και ἀντὶ νὰ ἀσχολεῖσαι μέ τὰ μάταια λόγια πού γεννᾶ ἡ κοσμικὴ συναναστροφή, φωτίζει και συνετίζει τὴν ψυχὴ ἢ μελέτη και ἡ φανέρωση τῶν θεικῶν λόγων, πού κινοῦνται μέσα στὴ διάνοια. Ἡ ἀπελευθέρωση τῶν αἰσθήσεων γίνεται δέσμευση τῆς ψυχῆς. Και ἡ δέσμευση τῶν αἰσθήσεων, χαρίζει ἐλευθερίαν στὴν ψυχὴ. Ἡ δύση τοῦ ἡλίου φέρνει τὴ νύχτα. Και ὁ Χριστὸς ἀποχωρεῖ ἀπὸ τὴν ψυχὴ και τὴν κυριεύει τὸ σκοτάδι τῶν παθῶν και τὰ νοητὰ θηρία τὴν κατασπαράζουν. Ἄνατέλλει ὁ αἰσθητὸς ἥλιος και τὰ θηρία μαζεύονται στὰ σπήλαιά τους. Ἄνατέλλει και ὁ Χριστὸς στὸ στερέωμα τῆς προσευχόμενης διάνοιας, και φεύγει και χάνεται κάθε κοσμικὴ συνήθεια, ἡ ἀγάπη τῆς σάρκας περνᾶ και ὁ νοῦς βαδίζει στὸ ἔργο του, δηλαδή στὴ μελέτη τῶν θείων, "ὡς τὸ βράδου"<sup>10</sup>. Ἡ ἔκφραση αὐτὴ δὲ σημαίνει ὅτι ἡ ἐργασία τοῦ πνευματικοῦ νόμου περιορίζεται σὲ κάποιον χρονικὸ διάστημα ἢ ὅτι ἔχει ὀρισμένο μέτρο, ἀλλὰ ὅτι διαρκεῖ ὥσπου νὰ φτάσει τὸ τέλος αὐτῆς τῆς ζωῆς, προκαλώντας τὴν ἔξοδο τῆς ψυχῆς ἀπὸ τὸ σῶμα. Αὐτὸ ἀκριβῶς φανέρωνε και ὁ προφήτης Δαβὶδ μέ τὰ λόγια: «Πόσο ἀγάπησα τὸ νόμο Σου, Κύριε! Εἶναι ἡ μελέτη μου ὅλη τὴν ἡμέρα»<sup>11</sup>. Ἡμέρα ἐννοεῖ ὅλη τὴ διάρκεια τῆς ζωῆς αὐτῆς.

Σταμάτησε λοιπὸν τὶς ἐξωτερικὲς συναναστροφές και πάλεψε μέ τοὺς ἐσωτερικοὺς λογισμοὺς, ἕως ὅτου βρεῖς τὸν τόπο τῆς καθαρῆς προσευχῆς και τὸν οἶκο ὅπου κατοικεῖ ὁ Χριστὸς, φωτίζοντας και γλυκαίνοντάς σε μέ τὴν ἐπίγνωση και τὴν ἐπίσκεψή Του, και κάνοντάς σε νὰ θεωρεῖς χαρὰ τὶς θλίψεις γιά χάρη Του και νὰ ἀποφεύγεις τὶς κοσμικὲς ἡδονές ὅπως τὸ κατάπιτρο ἀφίνθιο.

Οἱ ἄνεμοι σηκώνουν κύματα στὴ θάλασσα, και ἂν αὐτοὶ δὲ σταματήσουν, δὲν ἡσυχάζουν τὰ κύματα και δὲν ἡμερεύει ἡ θάλασσα. Και τὰ πνεύματα τῆς πονηρίας ἀνακινοῦν μέσα στὴν ψυχὴ τοῦ ἀμελοῦς τὴν ἐνθύμηση γονέων, ἀδελφῶν, συγγενῶν, γνωστών, συμποσίων, πανηγυριῶν, θεάτρων και ὅλες τὶς ἄλλες φαντασίες τῆς ἡδονῆς και τοῦ ὑποβάλλον νὰ τοποθετεῖ

9. Ψαλμ. 90, 14-15.

10. Ψαλμ. 103, 23.

11. Ψαλμ. 118, 97.



τὴν εὐτυχία στὰ μάτια, στὴ γλῶσσα καὶ στὸ σῶμα. "Ἐτσι καὶ τὴν ὥρα ἐκείνη τὴ σπαταλᾶς μάταια, καὶ στὴ συνέχεια τὴν ὥρα ποὺ μένεις μόνος μέσα στὸ κελί σου, τὴν ξοδεύεις στὴν ἀναπόληση ἐκείνων ποὺ εἶδες καὶ συζήτησες. Καὶ ἔτσι περνᾷ χωρὶς προκοπὴ ἢ ζωὴ τοῦ μοναχοῦ, καθὼς ἀποτυπώνουν τὶς μνημεις τους στὴ διάνοιά του οἱ κοσμικὲς ἀσχολίες, ὅπως τὰ πόδια τοῦ ἀνθρώπου ἀποτυπώνουν τὰ ἴχνη τους πάνω στὸ χιόνι. "Ἄν δίνουμε τροφή στὰ θηρία, πότε θὰ τὰ θανατώσουμε; Κι ἂν διαρκῶς ἀπασχολούμαστε μὲ ἔργα καὶ λογισμοὺς τῆς ἄλογης φιλίας καὶ συνήθειας, πότε θὰ νεκρώσουμε τὸ φρόνημα τῆς σάρκα; Πότε θὰ ζήσουμε τὴν κατὰ Χριστὸν ζωὴ ποὺ ὑποσχεθήκαμε; Τὰ ἴχνη τῶν ποδιῶν πάνω στὸ χιόνι ἢ διαλύονται ὅταν λάμψει ὁ ἥλιος, ἢ ὅταν βρέξει, ἐξαφανίζονται. Καὶ οἱ μνημεις ποὺ ἔχουν σκαφετῆ στὴ διάνοια, ἀπὸ τὴ φιλήδονη διάθεση καὶ τὶς ἀνάλογες πράξεις, ἐξαφανίζονται ὅταν ἀνατέλλει ὁ Χριστὸς στὴν καρδιά, μὲ τὴν προσευχὴ καὶ τὴν κατανοητικὴ βροχὴ τῶν δακρῦων. Ὁ Μοναχὸς λοιπὸν ποὺ δὲν πράττει σύμφωνα μὲ τὸ λόγο, πότε θὰ ἐξαλείφει ἀπὸ τὴ διάνοιά του τὶς ἐμπαθεῖς μνημεις;

Οἱ πρακτικὲς ἀρετὲς τελοῦνται μὲ τὸ σῶμα, ἂν ἀφήσεις τὴ σχέση μὲ τὸν κόσμο. Οἱ ἀγαθὲς μνημεις ἐντυπώνονται στὴν ψυχὴ καὶ οἱ θεϊκοὶ λόγοι ἀναπαύονται σ' αὐτὴν, ἂν μὲ συνεχεῖς προσευχὲς ποὺ ἀναπέμπονται μὲ θερμὴ κατάνυξη ἀπὸ τὴ διάνοια, ἐξαλείφεις τὶς μνημεις τῶν προηγουμένων σου πράξεων. Γιατὶ ὁ φωτισμὸς ἀπὸ τὴν πίστη καὶ τὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ καὶ τὴ συντριβὴ τῆς καρδιάς, ἀποξέουν σὰν ξυράφι τὶς πονηρὲς μνημεις. Μιμήσου τὴ σοφία τῶν μελισσῶν. Αὐτὲς ὅταν ἀντιληφθοῦν τὸ σμήνος τῶν σφηκῶν νὰ πετοῦν γύρω τους, παραμένουν μέσα στὴν κυψέλη καὶ ἀποφεύγουν τὴ βλάβη ἀπὸ τοὺς ἐχθρούς. Σφῆκες νὰ θεωρεῖς τὶς κοσμικὲς συναναστροφές, τὶς ὁποῖες ἀποφεύγοντας μὲ πολλὴ σπουδὴ, παράμενε μέσα στὸ κελί σου στὸ μοναστήρι. Καὶ ἀπὸ ἐκεῖ πάλι νὰ προσπαθεῖς νὰ μπαίνεις στὸ ἐσωτερικότερο φρουρίο τῆς ψυχῆς, ποὺ εἶναι ὁ οἶκος τοῦ Χριστοῦ καὶ ἐκεῖ ἀστράφτει ἀδιατάρακτη εἰρήνη καὶ χαρὰ καὶ γαλήνη. Τὰ δῶρα αὐτά, σὰν κάποιες ἀκτίνες τὰ ἐκπέμπει ἀπὸ τὸν ἑαυτὸ Του ὁ νοητὸς ἥλιος Χριστὸς καὶ μὲ αὐτὰ ἀμείβει τὴν ψυχὴ ποὺ τὸν ὑποδέχεται μὲ πίστη καὶ καλὴ ἐτοιμασία.

"Ὅταν λοιπὸν κάθῃσαι στὸ κελί σου, νὰ μνημονεύεις τὸ Θεό, ἀνυψώνοντας τὸ νοῦ σου ἀπ' ὄλα καὶ ὀδηγώντας τον ἄφωνο πρὸς τὸ Θεό, καὶ νὰ συγκεντρώνεις ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ ὅλη τὴ διάθεση τῆς καρδιάς σου, προσκολλώμενος σ' Αὐτὸν μὲ τὴν ἀγάπη. Γιατὶ ἡ μνήμη τοῦ Θεοῦ εἶναι θεωρία τοῦ Θεοῦ, ὁ ὁποῖος ἔλκει τὴν ὄραση καὶ τὴν ἐπιθυμία τοῦ νοῦ πρὸς τὸν ἑαυτὸ Του καὶ τὸν περιλάμπει μὲ τὸ φῶς Του. "Ὅταν δηλαδὴ ὁ νοῦς ἐπιστρέφει στὸ Θεό, ἀφήνοντας ὅλες τὶς εἰδοποιοὺς ἔνοιες τῶν ὄντων, βλέπει χωρὶς εἰκόνας καὶ λαμπρύνει τὴν ὄρασή του μὲ τὴν ἀγνωσία αὐτὴ ποὺ ὑπερβαίνει κάθε γνώση, λόγῳ τοῦ ὅτι ἡ θεία δόξα εἶναι ἀπρόσιτη. Καὶ ἐνῶ δὲ γνωρίζει, ἀφοῦ τὸ βλεπόμενο εἶναι ἀκατάληπτο, γνωρίζει ὡστόσο ἐπειδὴ βλέπει τὴν ἀ-



λήθεια του κυρίως ὄντος, του μόνου που ἔχει τὸ εἶναι που ὑπερβαίνει κάθε εἶναι. Καὶ μὲ τὴν πλούσια ἀγαθότητα που ἀναβλύζει ἀπὸ ἐκεῖ, τρέφοντας τὸν ἔρωτά του καὶ ἱκανοποιώντας πλήρως τὴν κινητικότητα του, ἀξιώνεται τὴν χωρὶς τέλος μακάρια ἀνάπαυση. Αὐτὰ εἶναι τὰ γνωρίσματα τῆς ὀρθῆς μνήμης τοῦ Θεοῦ.

Προσευχὴ τώρα, εἶναι διάλογος τῆς διάνοιας μὲ τὸν Κύριο. Ὁ διάλογος αὐτὸς μεταφέρει λόγια δεήσεως στὸ Θεό, μὲ ὀλοκληρωτικὴ προσήλωση τοῦ νοῦ πρὸς Αὐτόν. Γιατὶ ὅταν ἡ διάνοια ἐπικαλεῖται συνεχῶς τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου καὶ ὁ νοῦς προσέχει μὲ ἐνάργεια στὴν ἐπίκληση τοῦ θείου ὀνόματος, ἔρχεται τὸ φῶς τῆς γνώσεως τοῦ Θεοῦ καὶ ἐπισιιάζει σὰν φωτεινὴ νεφέλη ὀλοκληρῶς τὴν ψυχὴ. Τὴν ὀρθὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ ἀκολουθεῖ ἡ ἀγάπη καὶ ἡ χαρὰ, ὅπως λέει ὁ Ψαλμωδός: «Θυμήθηκα τὸ Θεὸ καὶ γέμισα εὐφροσύνη»<sup>12</sup>. Τὴν καθαρὴν προσευχὴ ἀκολουθεῖ ἡ γνώση καὶ ἡ κατάνυξη, ὅπως λέει ὁ ἴδιος: «Ὅποια μέρα θὰ σὲ ἐπικαλεσῶ, ἰδοῦ, γνωρίζω ὅτι ἐσὺ εἶσαι ὁ Θεὸς μου»<sup>13</sup>, καί: «Θυσία που ἄρᾶς στὸ Θεὸ εἶναι τὸ συντετριμμένο πνεῦμα»<sup>14</sup>. Ὅταν ὁ νοῦς καὶ ἡ διάνοια στέκονται μπροστὰ στὸ Θεὸ μὲ ἐνεργὸ προσήλωση καὶ θερμὴ δέηση, τότε ἀκολουθεῖ καὶ ἡ κατάνυξη τῆς ψυχῆς. Κι ὅταν ὁ νοῦς, ὁ λόγος καὶ τὸ πνεῦμα προσπίπτουν στὸ Θεό, ὁ νοῦς μὲ τὴν προσοχή, ὁ λόγος μὲ τὴν ἐπίκληση καὶ τὸ πνεῦμα μὲ τὴν κατάνυξη καὶ τὴν ἀγάπη, τότε ὅλος ὁ ἐσωτερικὸς ἄνθρωπος προσφέρει λατρεία στὸν Κύριο, σύμφωνα μὲ τὴν ἐντολή: «Θ' ἀγαπήσεις τὸν Κύριο, τὸ Θεὸ σου, μὲ ὅλη τὴν καρδιά σου»<sup>15</sup>.

Πλὴν ὅμως θέλω νὰ γνωρίζεις καὶ τοῦτο· μήπως ἐνῶ νομίζεις ὅτι προσεύχεσαι, βαδίζεις μακριὰ ἀπὸ τὴν προσευχὴ, κοπιάζεις χωρὶς κέρδος καὶ τρέχεις ματαιῶς. Ὅ,τι συμβαίνει στὴν ψαλμωδία, ὅταν ὁ νοῦς τρέχει ἄλλοῦ καὶ διασπᾶται σὲ πάθη καὶ διάφορα πράγματα, ὥστε ἔτσι νὰ χάνεται τὸ νόημα τῶν φαλλομένων, τὸ ἴδιο γίνεται καὶ μὲ τὴν διάνοια. Πολλὲς φορὲς δηλαδή, ἐνῶ αὐτὴ λέει τὰ λόγια τῆς προσευχῆς, ὁ νοῦς δὲν συνοδεύει, οὔτε προσηλώνεται στὸ Θεό, μὲ τὸν ὁποῖο γίνεται ἡ συνομιλία κατὰ τὴν προσευχὴ, ἀλλὰ ἐκτρέπεται ἀπὸ διαφορὰς σκέψεις χωρὶς νὰ τὸ καταλάβει. Ἔτσι, ἡ διάνοια λέει ἀπὸ συνήθεια τὰ λόγια, ὁ νοῦς ὅμως ἀπομακρύνεται ἀπὸ τὴν γνώση τοῦ Θεοῦ. Γι' αὐτὸ καὶ ἡ ψυχὴ φαίνεται τότε ὅτι οὔτε ἐννοεῖ, οὔτε ἔχει διάθεση, ἐπειδὴ ὁ νοῦς διασκορπίζεται σὲ κάποιες φαντασίες καὶ ἀπασχολεῖται σ' ἐκεῖνα που τὸν ξεγελοῦν ἢ σ' ἐκεῖνα που ἐπιθυμεῖ. Γιατὶ ὅταν δὲν ὑπάρχει γνώση τῆς προσευχῆς καὶ ὁ δεόμενος δὲν παραστέκεται μπροστὰ σ' Αὐτόν που παρέχει παρηγοριά, πῶς θὰ γλυκαθεῖ ἡ ψυχὴ; Πῶς θὰ εὐφρανθεῖ ἡ καρδιά που ὑποκρίνεται ὅτι προσεύχεται, ἀλλὰ δὲν ἐνδιαφέρεται γιὰ ἀληθινὴν προσευχὴ; Θὰ εὐφρανθεῖ ἡ καρδιά ὄσων ζητοῦν τὸν Κύριο<sup>16</sup>. Ζητεῖ τὸν

12. Ψαλμ. 76, 4.

13. Ψαλμ. 55, 10.

14. Ψαλμ. 50, 19.

15. Δευτ. 6, 5.

16. Ψαλμ. 104, 3.



Κύριο εκείνος πού με όλόκληρη τή διάνοια και θερμή διάθεση πέφτει έμπρός στο Θεό και άπομακρύνει κάθε νόημα του κόσμου για χάρη τής γνώσεως και τής αγάπης του Θεού, πού πηγάζουν από την συνεχή και καθαρή προσευχή.

Για να διασαφηνίσω τή θεωρία πού γεννιέται στο νοῦ κατά τή μνήμη του Θεού, και τήν αξία τής διάνοιας κατά τήν καθαρή προσευχή, θα καταφύγω σε παρομοίωση με το σωματικό μάτι και τή γλώσσα. "Ό,τι είναι δηλαδή ή κόρη για το μάτι και ή προφορά του λόγου για τή γλώσσα, το ίδιο είναι ή μνήμη για το νοῦ και ή προσευχή για τή διάνοια. "Όπως το μάτι όταν δεί κάποιο όρατο δέ λείει τίποτε, αλλά με τήν πείρα τής όράσεως δέχεται τή γνώση του βλεπομένου, έτσι και ο νοῦς, καθώς μέσω τής μνήμης παραδίδεται έρωτικά στο Θεό με τήν προσκόλληση τής διάπυρης διαθέσεως και με τή σιγή τής όλότελα άπλης νοήσεως, καταφωτίζεται από τή θεία έλλαμψη, λαμβάνοντας άρραβώνα τής μέλλουσας λαμπρότητας. Και πάλι, όπως ή γλώσσα, με τά λόγια πού λείει, φανερώνει στον άχροατή τήν άθέατη θέληση του νοῦ, έτσι και ή διάνοια, όταν άπαγγέλλει τά σύντομα λόγια τής προσευχής με θερμή και χωρίς διακοπή, παρουσιάζει στον παντογνώστη Θεό τήν αίτηση τής ψυχής. Και με τήν παραμονή στην προσευχή και με τήν επίμονη συντριβή τής καρδιάς, άνοίγουν τά φιλάνθρωπα σπλάχνα του Κυρίου πού είναι γεμάτος συμπάθεια, και ο προσευχόμενος δέχεται πλούσια τή σωτηρία, όπως λείει και ο Ψαλμωδός: «Ό Θεός δέ θα άπορρίψει τήν καρδιά πού έχει συντριβεί και ταπεινωθεί»<sup>17</sup>.

Θα σε χειραγωγήσει στην καθαρή προσευχή και εκείνο πού γίνεται με τον επίγειο βασιλιά. "Όταν δηλαδή παρουσιαστείς στο βασιλιά, και σωματικά είσαι μπροστά του και με τή γλώσσα τον ίκετεύεις και με τά μάτια τον άτενίζεις, κι έτσι προσελκύεις τήν ευμένειά του. Αυτό κάνε κι εσύ, είτε στη σύναξη τής εκκλησίας, είτε μόνος στο δωμάτιό σου. "Όταν δηλαδή συνάγεστε στο όνομα του Κυρίου με τους άδελφούς για τήν άκολουθία, όπως παρίστασαι με το σώμα και προσφέρεις με τή γλώσσα σου στον Κύριο τήν φαλμωδία, έτσι να έχεις και το νοῦ σου προσηλωμένο στα λόγια και στο Θεό και να γνωρίζεις με ποιόν συνομιλεί και ποιόν πλησιάζει. Γιατί όταν ή διάνοια παραδίδεται με ζέση και καθαρότητα στην προσευχή, τότε ή καρδιά αξιώνεται να άπολαύσει άναφαίρετη χαρά και άνέκφραστη ειρήνη. Και πάλι όταν παραμένεις μόνος στο δωμάτιό σου, μην αφήνεις τήν προσευχή από τή διάνοιά σου, με νήψη του νοῦ και συντριβή του πνεύματος· και με τή νήψη θα σε επισκιάσει ή θεωρία, ή γνώση θα κατασκηνώσει μέσα σου με τήν προσευχή και ή σοφία θα αναπαυθεί έντός σου με τήν κατάνυξη, έξορίζοντας τήν άλογη ήδονή και έγκαθιστώντας τή θεία αγάπη.

Πίστεφέ με, σου λέω αλήθεια· αν σε όλη σου τήν πνευματική εργασία άποκτήσεις άχώριστη τήν μητέρα των καλών, τήν προσευχή, αυτή δέ θα νυ-



στάξει ὥσπου νὰ σοῦ δείξει τὸν θεῖο νυμφώνα, νὰ σὲ ὀδηγήσει μέσα καὶ νὰ σε γεμίσει ἀνείπωτη δόξα καὶ εὐφροσύνη. Γιατὶ αὐτὴ ἀφαιρεῖ ὅλα τὰ ἐμπόδια, ἐξομαλύνει τὸ δρόμο τῆς ἀρετῆς καὶ τὸν κάνει εὐκόλο σ' ἐκεῖνον ποῦ τὴ ζητεῖ.

Πρόσεξε τώρα τὸν τρόπο τῆς προσευχῆς τῆς διάνοιας. Ἡ συνομιλία μὲ τὸ Θεὸ ἀφανίζει τοὺς ἐμπαθεῖς λογισμοὺς. Ἡ ἀνάταση τοῦ νοῦ στὸ Θεὸ φυγαδεύει τὶς ἔννοιες τοῦ κόσμου. Ἡ κατάνυξη τῆς ψυχῆς ἀπομακρύνει τὴ φιλία τῆς σάρκας. Καὶ τότε φανερώνεται ἡ προσευχή, ἀπὸ τὴν ἀσίγητη ἀπαγγελία τοῦ θείου ὀνόματος, ὅτι εἶναι συμφωνία καὶ ἔνωση τοῦ νοῦ, τοῦ λόγου καὶ τῆς ψυχῆς. «Ὅπου εἶναι — λέει ὁ Κύριος —, δύο ἢ τρεῖς συναγμένοι στὸ ὄνομά μου, ἐκεῖ εἶμαι κι ἐγὼ ἀνάμεσά τους»<sup>18</sup>. Ἔτσι λοιπὸν ἡ προσευχή, ἀνακαλώντας τὶς δυνάμεις τῆς ψυχῆς ἀπὸ τὸ διασκορπισμὸ ποῦ προκαλοῦν σ' αὐτὲς τὰ πάθη, τὶς συνδέει μεταξὺ τους· καὶ συνδέοντας τότε μαζὶ τῆς τὴν τριμερῆ ψυχὴ, τὴ συμφιλιώνει μὲ τὸν ἕνα τρισυπόστατο Θεό. Πρῶτα, δηλαδή, μὲ τοὺς τρόπους τῆς ἀρετῆς ἀφαιρεῖ ἀπὸ τὴν ψυχὴ τὴν ἀσχήμια τῆς ἀμαρτίας· ἔπειτα, ἀφοῦ ξαναζωγραφίσει στὴν ψυχὴ τὸ κάλλος τῶν θείων χαρακτήρων μὲ τὴν ἀγία γνώση ποῦ δίνει, τὴν παρουσιάζει στὸ Θεό. Καὶ ἡ ψυχὴ παρעוּתῶς γνωρίζει τὸν Ποιητὴ τῆς, ὅπως λέει ὁ Ψαλμωδός: «Ὅποια μέρα σὲ ἐπικαλεστώ, ἰδοῦ, γνωρίζω ὅτι ἐσὺ εἶσαι ὁ Θεός μου»<sup>19</sup>· καὶ αὐτὴ, γνωρίζεται ἀπὸ τὸ Θεό. Γιατὶ ὁ Κύριος γνωρίζει τοὺς δικούς Του<sup>20</sup>. Τὸν γνωρίζει, γιατί ἔχει μέσα τῆς καθαρῆς τὴν εἰκόνα Του, καὶ κάθε εἰκόνα ἀναφέρεται στὸ πρωτότυπο· καὶ γνωρίζεται ἀπὸ Αὐτὸν γιὰ τὴν ὁμοίωσή της μὲ Αὐτὸν λόγῳ τῶν ἀρετῶν, μὲ τὶς ὁποῖες καὶ γνώση Θεοῦ ἔχει, καὶ γνωρίζεται ἀπὸ τὸ Θεό.

Ἐκεῖνος ποῦ ζητάει τὴν εὐνοια τοῦ βασιλιᾶ, μεταχειρίζεται τρεῖς τρόπους: ἢ ἀπευθύνει λόγους ἰκεσίας, ἢ στέκεται σιωπῶντας, ἢ πέφτει στὰ πόδια ἐκεῖνου ποῦ μπορεῖ νὰ τὸν βοηθήσει. Ἔτσι καὶ ἡ καθαρὴ προσευχή, συναπτόμενη μὲ τὸ νοῦ, τὸ λόγο καὶ τὸ πνεῦμα, μὲ τὸ λόγο ἐπικαλεῖται τὸ θεῖο ὄνομα, μὲ τὸ νοῦ ἀτενίζει σταθερὰ τὸν παρακαλούμενο Θεό, ἐνῶ μὲ τὸ πνεῦμα ἐκδηλώνει τὴν κατάνυξη, τὴν ταπείνωση καὶ τὴν ἀγάπη. Καὶ ἔτσι ἐξευμενίζει τὴν ἀναρχὴ Τριάδα, τὸν Πατέρα καὶ τὸν Υἱὸ καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα, τὸν ἕνα Θεό.

Ὅπως ἡ ποικιλία τῶν φαγητῶν ἀνοίγει τὴν ὄρεξη νὰ τὰ δοκιμάσει κανεὶς, ἔτσι καὶ οἱ διάφορες ἔννοιες τῶν ἀρετῶν ξυπνοῦν τὴν κινητικότητα τοῦ νοῦ. Γι' αὐτό, βαδίζοντας τὸ δρόμο τῆς διάνοιας, νὰ διαλέγεις τὰ λόγια τῆς προσευχῆς καὶ ν' ἀπευθύνεσαι στὸν Κύριο μὲ ἀδιάκοπες φωνὲς χωρὶς νὰ ἀποθαρρύνεσαι· νὰ δέεσαι συνεχῶς μιμούμενος τὴν ἀναίδεια τῆς χήρας ποῦ πέτυχε νὰ κάμψει τὸν ἀμείλικτο δικαστὴ<sup>21</sup>. Τότε βαδίζεις σύμφωνα μὲ τὶς ἐ-

18. Ματθ. 18, 20.

20. Β' Τιμ. 2, 19.

19. Ψαλμ. 55, 10.

21. Λουκ. 18, 2-5.



πιταγές του Πνεύματος<sup>22</sup>. δὲν προσέχεις τίς σαρκικές ἐπιθυμίες καὶ δὲ διακόπτεις μὲ κοσμικοὺς λογισμοὺς τὴ συνέχεια τῆς προσευχῆς, ἀλλὰ γίνεσαι ναὸς τοῦ Θεοῦ καθὼς Τὸν ὑμνεῖς ἀπερίσπαστος. Ὅταν ἀσκεῖς ἔτσι τὴν κατὰ διάνοια προσευχή, ἀξιῶνεσαι νὰ φτάνεις καὶ στὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ καὶ νὰ εἰσέρχεσαι στὰ ἄδυτα τοῦ νοῦ καὶ νὰ κατοπτρεύεις τὸν Ἄδρατο μὲ μυστικές θεωρίες καὶ μόνος νὰ λατρεύεις στὴ μόνωση μόνον τὸ Θεὸ πλημμυρίζοντας ἀπὸ γνώση μαζί μὲ ἀγάπη.

Ὅταν λοιπὸν δεῖς νὰ σὲ κυριεύει χαύνωση στὴν προσευχή, τότε νὰ μεταχειρίζεσαι βιβλίον, καὶ διαβάζοντας προσεκτικὰ, νὰ δέχεσαι μέσα σου τὴ γνώση. Μὴν προσπερνᾷς βιαστικὰ τὰ λόγια, ἀλλὰ νὰ τὰ στοχάζεσαι βαθιὰ καὶ νὰ θησαυρίζεις τὸ νόημά τους. Ὑστερα νὰ ἀναλογίζεσαι ὅσα διάβασες, ὥστε μὲ τὴ μελέτη αὐτὴ νὰ τὰ κατανοεῖς, νὰ γλυκαίνεται ἡ διάνοιά σου καὶ νὰ σοῦ μένουν ἀλησμόνητα. Κι ἔτσι ν' ἀναρριπίζεται ὁ ζῆλος σου γιὰ τὰ θεῖα διανοήματα, σύμφωνα μὲ τὸ ρητό: «Κατὰ τὴ μελέτη μου θ' ἀνάψει μέσα μου φωτιά»<sup>23</sup>. Ὅπως ἡ τροφή μὲ τὴ μάσηση εὐχαριστεῖ τὴ γεύση, ἔτσι καὶ τὰ θεῖα λόγια, ὅταν στρέφονται μέσα στὴν ψυχή, τρέφουν καὶ κατευφραίνουν τὴ διάνοια, ὅπως λέει καὶ ὁ Ψαλμωδός: «Πόσο γλυκὰ εἶναι τὰ λόγια Σου στὸ λάρυγγά μου!»<sup>24</sup>. Ν' ἀποστηθίζεις καὶ λόγια τοῦ Εὐαγγελίου καὶ ἀποφθέγματα τῶν μακαρίων Πατέρων καὶ νὰ ἐρευνᾷς τοὺς βίους τους, γιὰ νὰ τὰ ἔχεις μελέτημά σου κατὰ τίς νύχτες· ὥστε ὅταν ἡ διάνοιά σου κουραστεῖ ἀπὸ τὴν προσευχή, νὰ τὴν ἀνανεῶνεις μὲ τὴν ἀνάγνωση καὶ τὴ μελέτη τῶν θείων λόγων καὶ νὰ τὴν κάνεις προθυμότερη στὴν προσευχή. Ἐπίσης νὰ χρησιμοποιεῖς τὴν φαλμωδία, ἀλλὰ μὲ φωνὴ πολὺ σιγανὴ καὶ μὲ παρακολούθηση ἀπὸ τὸ νοῦ, δίχως νὰ ἀνέχεσαι ν' ἀφήσεις κάποιον λόγο νὰ περάσει χωρὶς νὰ τὸν ἐννοήσεις. Κι ἂν ποτὲ κάτι διαφυγε τὴν προσοχή σου, ἐπανάλαβε τὸ στίχο, ὅσες φορὲς χρειαστεῖ, μέχρις ὅτου κάνεις τὸ νοῦ σου νὰ παρακολουθεῖ τὰ λεγόμενα. Γιατὶ ὁ νοῦς ἔχει τὴ δύναμη καὶ νὰ φάλλει μὲ τὸ στόμα, καὶ τὸ Θεὸ νὰ μνημονεύει. Καὶ αὐτὸ διδάξου το ἀπὸ τὴ φυσικὴ πείρα. Ὅπως δηλαδὴ ἐκεῖνος ποὺ βρίσκεται καὶ συνομιλεῖ μὲ κάποιον, τὸν βλέπει ταυτόχρονα καὶ μὲ τὰ μάτια του, ἔτσι κι ἐκεῖνος ποὺ φάλλει μὲ τὰ χεῖλη μπορεῖ συνάμα καὶ νὰ ἀτενίζει μὲ τὴ μνήμη τὸ Θεό. Τίς γονυκλισίες μὴ τίς ἀφήνεις, γιὰ τὴ μὲ τὸ γονάτισμα εἰκονίζεται ἡ πτώση τῆς ἀμαρτίας καὶ γίνεται ἕνα εἶδος ἐξομολογήσεως, ἐνῶ μὲ τὴν ἀνόρθωση ὑποδηλώνεται ἡ μετάνοια καὶ συμβολίζεται ἡ ὑπόσχεση γιὰ ἐνάρετο βίον. Κάθε γονυκλισία νὰ γίνεται μὲ τὴ νοερὴ ἐπίκληση τοῦ Χριστοῦ, ὥστε πέφτοντας μπροστὰ στὸν Κύριο μὲ τὴν ψυχὴ καὶ μὲ τὸ σῶμα, νὰ κάνεις εὐδιάλλακτο τὸ Θεὸ τῶν ψυχῶν καὶ τῶν σωμάτων. Ἄν, τέλος, ἀπασχολήσεις καὶ τὰ χέρια σου μὲ κάποιον ἔργο ἀθόρυβο μαζί μὲ τὴν κατὰ διάνοια προσευχή, γιὰ νὰ ἀποκρούεις τὸν ὕπνο καὶ τὴ ραθυμία, καὶ τοῦτο συμβάλλει στὸν ἀσκητικὸ ἀγώνα.

22. Γαλ. 5, 16.

23. Ψαλμ. 38, 4.

24. Ψαλμ. 118, 103.



“Ολες αὐτὲς οἱ ἐργασίες, ὅταν γίνονται μαζί μὲ τὴν προσευχή, ἀκονίζου τὸ νοῦ, ἐξορίζου τὴν ἀκηδία, κάνουν πιὸ ζωηρὴ τὴν ψυχὴ καὶ τὸ νοῦ ὀξύτερο καὶ θερμότερο στὴν ἀπασχόλησή του μὲ τὴν κατὰ διάνοιαν ἐργασία.

“Ὅταν χτυπήσει τὸ τάλαντο, βγῆς ἀπὸ τὸ κελί σου, ἔχοντας τὰ σωματικά μάτια στραμμένα στὴ γῆ καὶ τὴ διάνοια στερεωμένη στὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ. Ἄφου μπεῖς στὴν ἐκκλησία καὶ πάρεις τὴ θέση σου στὸ χορό, μήτε νὰ ἀργολογεῖς μὲ τὸν διπλανό σου Μοναχό, μήτε νὰ μετεωρίζεσαι μὲ τὸ νοῦ σὲ ματαιότητες. Ἄλλὰ ν’ ἀσφαλιζέεις τὴ γλώσσα σου μὲ μόνη τὴν ψαλμωδία καὶ τὴ διάνοιά σου μὲ τὴν προσευχή. “Ὅταν γίνει ἀπόλυση, πήγαινε στὸ δωμάτιό σου καὶ ἄρχισε τὸν κανόνα πού σοῦ ἔχει ὀρίσει. “Ὅταν πᾶς στὴν τράπεζα, μὴν παρατηρεῖς γύρω τίς μερίδες τῶν ἀδελφῶν, μήτε νὰ ἀφήνεις τὴν ψυχὴ σου σὲ διαφορὲς ὑποψίες ὅχι καλές. Νὰ βλέπεις καὶ νὰ τρῶς ἐκεῖνα πού ἔβαλαν ἐμπρός σου, δίνοντας στὸ στόμα τὴν τροφή, στὴν ἀκοή τὴν ἀκρόαση τῶν ἀναγνωσμάτων καὶ στὴν ψυχὴ σου τὴν προσευχή. “Ἔτσι θὰ τρέφεσαι σωματικά καὶ πνευματικά καὶ θὰ δοξολογεῖς ὀλοκληρωμένα Αὐτὸν πού σοῦ παρέχει πλοῦσια τὰ ἀγαθὰ τῆς ἐπιθυμίας σου<sup>25</sup>. Ἄπὸ ἐκεῖ ἀφου σηκωθείς μὲ σεμνότητα καὶ σιωπὴ, πήγαινε στὸ κελί σου καὶ σὰν ἐργατικὴ μέλισσα νὰ ἐπιδοθεῖς στὴν ἐργασία τῶν ἀρετῶν. “Ὅταν ἐκτελεῖς μιὰ διακονία μαζί μὲ τοὺς ἀδελφούς, νὰ ἐργάζονται τὰ χέρια σου, τὰ χεῖλη νὰ σιωποῦν καὶ ὁ νοῦς νὰ μνημονεῦει τὸ Θεό. Καὶ ἂν κανένας ἀρχίσει νὰ ἀργολογεῖ, γιά νὰ διακόψεις αὐτὴ τὴν ἀταξία σήκω καὶ βάλε μετάνοια.

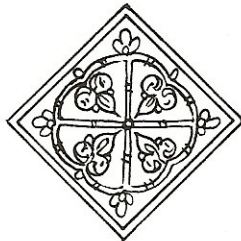
Ν’ ἀποδιώχνεις τοὺς λογισμοὺς καὶ νὰ μὴν τοὺς ἐπιτρέπεις νὰ διαβαίνουν ἀπὸ τὴν καρδιά σου καὶ νὰ πολυκαιρίζουν σ’ αὐτὴν, γιὰ τὴν ἢ παραμονὴ τῶν ἐμπαθῶν λογισμῶν ζωογονεῖ τὰ πάθη καὶ θανατῶνει τὸ νοῦ. Ἀμέσως τὴν ὥρα πού σὲ προσβάλλουν, μὲ τὴν πρώτη κίνηση τοῦ νοῦ, βιάσου νὰ τοὺς ἐξοντώσεις μὲ τὸ βέλος τῆς προσευχῆς. Κι ἂν ἐπιμένουν νὰ σὲ ἐνοχλοῦν καὶ νὰ προκαλοῦν σύγχυση στὴ διάνοιά σου, καὶ ἄλλοτε νὰ ὑποχωροῦν, ἐνῶ ἄλλοτε νὰ ἐπιτίθενται, νὰ ξέρεις ὅτι εἶναι ὀχυρωμένοι πίσω ἀπὸ προηγούμενό σου θέλημα. Καὶ ἐπειδὴ ἔχουν ἀποκτήσει δικαίωμα στὴν ψυχὴ σου λόγω τῆς ἥττας τῆς προαιρέσεώς της, γι’ αὐτὸ σὲ ταράζουν καὶ σὲ ἐνοχλοῦν. Γι’ αὐτὸ πρέπει νὰ τοὺς στηλιτεύεις μὲ τὴν ἐξομολόγηση· γιὰ τὸ ὅταν φανερωθοῦν οἱ πονηροὶ λογισμοί, τρέπονται σὲ φυγὴ. “Ὅπως δηλαδὴ ὅταν φωτίζει τὸ φῶς, τὸ σκότος ὑποχωρεῖ, ἔτσι καὶ τὸ φῶς τῆς ἐξομολογήσεως ἀφανίζει τοὺς λογισμοὺς τῶν παθῶν, πού κι αὐτοὶ εἶναι σκότος. Τοῦτο γίνεται ἐπειδὴ ἢ κενοδοξία καὶ ἢ ἄνεση, λόγω τῶν ὀποίων ἔβρισκαν τόπο οἱ λογισμοί, καταστράφηκαν μὲ τὴν αἰσχύνη τῆς ἐξομολογήσεως καὶ τὴν κακοπάθεια τοῦ κανόνα πού ἐπιβλήθηκε. “Ἔτσι, καθὼς οἱ λογισμοὶ βρίσκουν τὴ διάνοια ἐλεύθερη ἀπὸ τὰ πάθη μὲ τὴ συνεχὴ καὶ καταनुκτικὴ προσευχή, τρέπονται σὲ φυγὴ ντροπιασμένοι. “Ὅταν ὁ ἀγωνιστὴς προσπαθεῖ μὲ τὴν προσευχὴ νὰ ἀ-



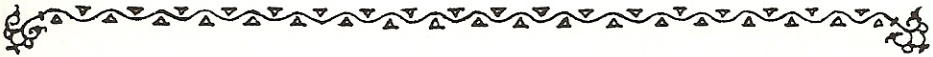
νακόπτει τούς λογισμούς πού τόν ταράζουν, τούς ἀνακόπτει γιά λίγο καί ἐμποδίζει τὰ ποικίλα νοήματά τους καθώς παλεύει καί ἀντιπολεμᾷ· δὲ λυτρώνεται ὅμως τελείως, γιατί ἀποδέχεται τίς αἰτίες τῶν λογισμῶν πού τόν ἐνοχλοῦν, δηλαδή τῆ σωματική ἀνάπαυση καί τὴν ἐπιθυμία τῶν κοσμικῶν τιμῶν, καί γι' αὐτές τίς αἰτίες δὲ σπεύδει στὴν ἐξομολόγηση. "Ἐτσι δὲν ἔχει εἰρήνη, ἀφοῦ κατέχει αὐτὰ πού ἀνήκουν δικαιοματικά στοὺς ἐχθρούς. Ποιὸς εἶναι ἐκεῖνος πού κατέχει ξένα σκεύη καί δὲν τοῦ τὰ ζητοῦν οἱ ἰδιοκτῆτες τους; Καί ποιός, πού δὲν ἀποδίδει ὅταν τοῦ ζητοῦν ἐκεῖνα πού κακῶς κατέχει, ἐλευθερώνεται ἀπὸ τοὺς ἀντιδίκους του; "Ὅταν ὅμως ὁ ἀγωνιζόμενος, ἐνισχυμένος ἀπὸ τὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ, ἀγαπήσει τὴν ἐξουθένωση καί τὴν κακοπάθεια τῆς σάρκα καί προχωρήσει χωρὶς νὰ ντρέπεται στὴν ἐξομολόγηση τῶν λογισμῶν του, ἀμέσως οἱ ἐχθροὶ ἀναχωροῦν καί ἡ διάνοια ἐλευθερωμένη ἐξασφαλίζει ἀδιάκοπη τὴ συνέχεια τῆς προσευχῆς καί τὴ μελέτη τῶν θείων.

Κάθε ὑπόνοια πού δημιουργεῖται στὴν καρδιά σου ἐναντίον κάποιου, νὰ τὴν ἀπορρίπτεις τελείως, γιατί καταλύει τὴν ἀγάπη καί τὴν εἰρήνη. Κάθε συμφορὰ πού σοῦ ἔρχεται ἀπ' ἔξω, νὰ τὴ δέχεσαι μὲ γενναιότητα, γιατί προξενεῖ τὴ σωτήρια ὑπομονή, τὴν ὑπομονή πού χαρίζει τὴ διαμονή καί τὴν ἀνάπαυση στοὺς οὐρανοὺς. "Ὅταν ἔτσι περνᾷς τίς ἡμέρες σου, θὰ ζήσεις τὴν παρούσα ζωὴ μὲ καλὴ διάθεση, καθὼς θὰ σὲ εὐφραίνουν οἱ μακάριες ἐλπίδες, ἐνῶ κατὰ τὸ θάνατό σου θὰ μεταθεθεῖς ἀπὸ τὰ ἐδῶ μὲ παρρησία καί θὰ μεταβεῖς στοὺς τόπους τῆς ἀναπαύσεως, τοὺς ὁποίους σοῦ ἐτοίμασε ὁ Κύριος, ὡς ἀνταπόδοση τῶν ἐδῶ κόπων σου, γιὰ νὰ συμβασιλεύεις μὲ Αὐτόν.

Στὸν Κύριο ἀνήκει κάθε τιμὴ καί προσκύνηση, μαζὶ μὲ τὸν ἄναρχο Πατέρα Του καί τὸ πανάγιο, ἀγαθὸ καί ζωοποιό Του Πνεῦμα, τώρα καί πάντοτε καί σὲ ὅλους τοὺς αἰῶνες. Ἀμήν.







## Κεφάλαια

**Ο**ταν ὁ νοῦς φεύγει ἀπὸ τὰ ἔξω πράγματα καὶ συνάγεται πρὸς τὰ ἔσω, τότε ἐπιστρέφει στὸν ἑαυτό του· ἐνώνεται δηλαδὴ φυσικῶς μὲ τὸν κατὰ διάνοια λόγο καί, μὲ τὸ λόγο πού ἐνυπάρχει οὐσιωδῶς μέσα του, ἐνώνεται μὲ τὴν προσευχή. Καὶ διὰ μέσου τῆς προσευχῆς ἀνεβαίνει στὴ γνώση τοῦ Θεοῦ μὲ ὅλη τὴν ἀγαπητικὴ του δύναμη καὶ διάθεση. Τότε ἡ σαρκικὴ ἐπιθυμία ἀναχωρεῖ, κάθε ἡδονικὴ αἴσθηση μένει ἀργὴ καὶ τὰ ὠραῖα τῆς γῆς φαίνονται ἀηδῆ. Γιατὶ ἡ ψυχὴ, ἀφοῦ ἔριξε πίσω τῆς ὅλα ὅσα ἀνήκουν στὸ σῶμα ἢ σχετίζονται μὲ αὐτό, τρέχει πίσω ἀπὸ τὴν ὠραιότητα τοῦ Χριστοῦ, ἀκολουθώντας Τον ὑπάκουα μὲ τὰ ἔργα τῆς σεμνῆς πολιτείας καὶ τῆς ἀγνείας τῆς διάνοιας καὶ φάλλοντας: «Παρθένες θ' ἀκολουθήσουν πίσω ἀπὸ τὸν βασιλιά»<sup>26</sup>. Φαντάζεται καὶ βλέπει ἐμπρὸς τῆς τὸ Χριστό, καὶ λέει: «Βλέπω πάντοτε τὸν Κύριο ἐμπρὸς μου, γιατί στέκεται στὰ δεξιὰ μου»<sup>27</sup>. Στὸ Χριστὸ προσκολλᾶται μὲ τὴν ἀγάπη καὶ Τοῦ λέει: «Κύριε, σ' ἐσένα στρέφεται ὅλη ἡ ἐπιθυμία μου»<sup>28</sup>. Στὸ Χριστὸ ἀτενίζει διαρκῶς καὶ ἀναφωνεῖ: «Τὰ μάτια μου εἶναι διαρκῶς στραμμένα πρὸς τὸν Κύριο»<sup>29</sup>. Μὲ τὸ Χριστὸ συνομιλεῖ μέσω τῆς καθαρῆς προσευχῆς προξενώντας εὐχαρίστηση σ' Αὐτὸν καὶ εὐφροσύνη στὸν ἑαυτό τῆς, κατὰ τὸ ψαλμικό: «Εἶθε νὰ εὐχαριστήσῃ τὸν Κύριο ἡ συνομιλία μου μὲ Αὐτόν, κι ἐγὼ θὰ εὐφρανθῶ ἀπὸ τὴν ἐπικοινωνία μου μαζί Του»<sup>30</sup>. Γιατὶ ὁ Θεὸς δέχεται τὴ συνομιλία τῆς προσευχῆς ἐπειδὴ Αὐτὸς εἶναι πού ἡ ψυχὴ ἀγαπᾶ καὶ ἐπικαλεῖται καὶ ζητᾶ τὴ βοήθειά Του, καὶ χαρίζει στὴν δεόμενὴ ψυχὴ τὴν ἀνέκφραστη χαρὰ. Καθὼς δηλαδὴ αὕτὴ μνημονεῖ τὸ Θεὸ κατὰ τὴ συνομιλία τῆς προσευχῆς, εὐφραίνεται ἀπὸ τὸν Κύριο, ὅπως λέει ὁ Ψαλμωδός: «Θυμήθηκα τὸ Θεὸ καὶ εὐφράνθηκα»<sup>31</sup>.

2. Ν' ἀποφεύγεις τίς αἰσθήσεις, καὶ θὰ ἀδρανοποιήσεις τὴν ἡδονὴ τῶν αἰσθητῶν. Ν' ἀποφεύγεις τίς φαντασίες τῶν εὐχαρίστων πραγμάτων κατὰ τὴ διάνοια, καὶ θὰ καταργήσεις τὴν ἡδυπάθεια τῶν λογισμῶν. Κι ὅταν ὁ νοῦς μένει χωρὶς φαντασίες, γιατί δὲν ἐπιτρέπει οὔτε στοὺς τρόπους τῆς ἡδονῆς, οὔτε στοὺς λογισμοὺς τῆς ἐπιθυμίας νὰ τοῦ ἀποθέτουν τὸ ἐκτύπωμα καὶ τὴ σφραγίδα τους, τότε βρίσκεται στὴν καθαρότητα. Καὶ ἀφοῦ ἀνεβεῖ πάνω ἀπ' ὅλα τὰ αἰσθητὰ καὶ τὰ νοητὰ, ἀνεβάζει τὴν ἔννοια στὸ Θεό. Καὶ μὲ τὴ συνεχὴ μνήμη, φωνάζει ἀπὸ τὰ βάθη τῆς ψυχῆς του τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου καὶ τίποτε ἄλλο, ὅπως τὸ βρέφος φωνάζει τὸ ὄνομα τοῦ πατέρα του. «Θὰ καλέσω, λέει στὴ Γραφή, μὲ τὸ ὄνομά μου τὸν Κύριο ἐνώπιόν σου»<sup>32</sup>. Κι ὅπως ὁ

26. Ψαλμ. 44, 15.

27. Ψαλμ. 15, 8.

28. Ψαλμ. 37, 10.

29. Ψαλμ. 24, 15.

30. Ψαλμ. 103, 34.

31. Ψαλμ. 76, 4.

32. Ἐξ. 33, 19.



Ἄδாம், ἀφοῦ πλάστηκε ἀπὸ χῶμα μὲ τὸ χέρι τοῦ Θεοῦ, ἔγινε ψυχὴ ζῶσα μὲ τὸ θεῖο ἐμφύσημα<sup>33</sup>, ἔτσι κι ὁ νοῦς, ἀφοῦ διαπλαστεῖ μὲ τὶς ἀρετές, προφέροντας ἀδιάκοπα τὴν ἐπίκληση τοῦ Κυρίου μὲ καθαρὴ διάνοια καὶ θερμὴ διάθεση, ὑφίσταται τὴ θεία ἀλλοίωση, καθὼς ζωογονεῖται καὶ θεοποιεῖται, ἐπειδὴ γνωρίζει καὶ ἀγαπᾷ τὸ Θεό.

3. Ἄν ἀπομακρυνθεῖς ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία τῶν γηίνων μὲ τὴν συνεχή καὶ εἰλικρινή προσευχή καὶ ἀναπαυθεῖς ὄχι μὲ ὕπνο, ἀλλὰ ἀφήνοντας κάθε ἔννοια πού ἀφορᾷ στὰ κτίσματα καὶ στηριχθεῖς ἀποκλειστικὰ σὲ μόνη τὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ, θὰ οἰκοδομηθεῖ μέσα σου, σὰν ἄλλη βοηθός, ἡ ἀγάπη τοῦ Θεοῦ. Γιατὶ ἡ κραυγὴ τῆς προσευχῆς πού βγαίνει ἀπὸ τὴν ἐσωτερικὴ διάθεση, κάνει νὰ βλαστήσει ἡ θεία ἀγάπη· καὶ ἡ θεία ἀγάπη ἀφυπνίζει τὸ νοῦ γιὰ νὰ τοῦ φανερώσει τὰ ἀπόκρυφα. Τότε ὁ νοῦς, ἀφοῦ ἐνωθεῖ μὲ τὴν ἀγάπη, καρπώνεται τὴ σοφία· καὶ μὲ τὴ σοφία ἐξαγγέλλει τὰ ἀπόρρητα. Ὁ Θεὸς Λόγος δηλαδὴ, ὅταν καλεῖται μὲ τὴν κραυγὴ τῆς προσευχῆς πού βγαίνει ἀπὸ τὴν ἐσωτερικὴ διάθεση, παίρνει τὴ νοητικὴ ἐνέργεια τοῦ νοῦ σὰν νὰ ἦταν ἡ πλευρὰ τοῦ Ἄδாம், χαρίζοντας τὴ γνώση· καὶ στὴ θέση της ἀναπληρώνει τὴν ἀγαθὴ διάθεση, δωρίζοντας τὴν ἀρετὴ. Στὴ συνέχεια οἰκοδομεῖ τὴ φωτοποιὸ ἀγάπη καὶ τὴν ὀδηγεῖ στὸ νοῦ πού βρίσκεται σὲ ἔκσταση καὶ ὕπνο καὶ ἀναπαύεται ἀπὸ κάθε γήινη ἐπιθυμία. Ἡ ἀγάπη παραστέκεται σὰν ἄλλη βοηθός τοῦ νοῦ, ὁ ὁποῖος ἀναπαύθηκε ἀπὸ τὴν ἄλογη προσκόλληση στὰ αἰσθητὰ, γι' αὐτὸ καὶ τὸν ἀφυπνίζει, γιὰτὶ εἶναι πιὰ καθαρός, γιὰ ν' ἀκούσει τὰ λόγια τῆς σοφίας. Τότε ὁ νοῦς, βλέποντας πρὸς τὴν ἀγάπη καὶ γεμίζοντας ἀπὸ ἠδονή, φανερώνει στοὺς ἄλλους τὶς κρυφὲς καταστάσεις τῶν ἀρετῶν καὶ τὶς ἀθέατες ἐνέργειες τῆς γνώσεως, ἀναπτύσσοντάς τις μὲ τὸ λόγο.

4. Ἀποσπάσου ἀπὸ ὅλα τὰ αἰσθητὰ καὶ ἐγκατάλειψε τὸ νόμο τῆς σάρκας καὶ ὁ πνευματικὸς νόμος θὰ γραφεῖ στὴ διάνοιά σου. Ὅπως δηλαδὴ ἐκεῖνος πού κινεῖται ἀπὸ τὶς ἐμπνεύσεις τοῦ Πνεύματος, δὲν ἐκτελεῖ τὶς ἐπιθυμίες τῆς σάρκας, κατὰ τὸν Ἀπόστολο<sup>34</sup>, ἔτσι κι ἐκεῖνος πού βγαίνει ἔξω ἀπὸ τὶς αἰσθήσεις καὶ τὰ αἰσθητὰ, δηλαδὴ ἔξω ἀπὸ τὴ σάρκα καὶ τὸν κόσμο, φτάνει νὰ κινεῖται ἀπὸ τὸ Πνεῦμα καὶ νὰ φρονεῖ τὰ τοῦ Πνεύματος. Καὶ αὐτὸ μάθε το ἀπὸ ἐκεῖνα τὰ ὁποῖα ἔκανε ὁ Θεὸς στὸν Ἄδாம் πρὶν ἀπὸ τὴν παρακοή.

5. Ἐκεῖνον πού ἀγωνίζεται νὰ φυλάει τὶς ἐντολὲς καὶ καρτερεῖ μέσα στὸν παράδεισο τῆς προσευχῆς καὶ μένει κοντὰ στὸ Θεό μὲ τὴν ἀδιάκοπη μνήμη Του, ὁ Θεὸς τὸν ἀποσπᾷ ἀπὸ τὶς φιλήδονες ἐνέργειες τῆς σάρκας, ἀπ' ὅλα τὰ κινήματα τῆς αἰσθήσεως καὶ ἀπ' ὅλα τὰ ἐμπαθῆ σχήματα τῆς διάνοιας. Καὶ κἀνοντάς τον νεκρὸ γιὰ τὰ πάθη καὶ τὴν ἁμαρτία, τὸν καθιστᾷ μέτοχο τῆς θείας ζωῆς. Ὅπως δηλαδὴ ἐκεῖνος πού κοιμᾶται, καὶ μὲ νεκρὸ μοιάζει, καὶ ζωντανὸς εἶναι, τὸ πρῶτο κατὰ τὴν ἐνέργεια τοῦ σώματος, τὸ

33. Γεν. 2, 7.

34. Γαλ. 5, 16.



δεύτερο με τὴ συνέργεια τῆς ψυχῆς, ἔτσι κι ἐκεῖνος ποὺ μένει κοντὰ στὸ Πνεῦμα· γίνεται νεκρὸς γιὰ τὴ σὰρκα καὶ τὸν κόσμο, ζεῖ ὅμως κατὰ τὸ φρόνημα τοῦ Πνεύματος.

6. Ἄν κατανοεῖς ἐκεῖνα ποὺ φάλλεις, ἀποκτᾶς τὴν ἐπίγνωσή τους. Ἄπο τὴν ἐπίγνωση ἀποκτᾶς σύνεση. Ἄπο τὴ σύνεση βλαστάνει ἡ πράξι ἐκείνων ποὺ κατανόησες. Ἄπο τὴν πράξι καρπώνεσαι τὴν γνώση ποὺ ἀποτελεῖ ἔξι. Ἡ γνώση ποὺ συνοδεύεται ἀπὸ τὴν πείρα, πηγάζει τὴν ἀληθινὴ θεωρία. Ἄπο αὐτὴν ἀνατέλλει ἡ σοφία καὶ γεμίζει μετὰ τὰ φωτοβόλα λόγια τῆς χάρης τὸν ἀέρα τῆς διάνοιας καὶ ἐξηγεῖ καὶ στοὺς ἄλλους τὰ ἀπόκρυφα.

7. Πρῶτα ὁ νοῦς ζητᾷ καὶ βρίσκει, καὶ κατόπιν ἐνώνεται μ' ἐκεῖνο ποὺ βρῆκε. Τὴν ἀναζήτηση τὴν κάνει μετὰ τὸ λογικὸ, ἐνῶ τὴν ἐνωση μετὰ τὴν ἀγάπη. Καὶ ἡ μὲν ἀναζήτηση μέσω τοῦ λογικοῦ γίνεται γιὰ τὴν ἀλήθεια, ἡ δὲ ἐνωση τῆς ἀγάπης γιὰ τὸ ἀγαθὸ.

8. Ἐκεῖνος ποὺ ξεπερνᾷ τὴ ρευστὴ φύση τῶν παρόντων καὶ παραβλέπει τὴν ἐπιθυμία τῶν προσκαιρῶν, δὲ βλέπει κάτω, δὲν ἐπιθυμεῖ τὰ ὠραῖα τῆς γῆς· ἀλλὰ τοῦ ἀνοίγονται τὰ ἄνω θεάματα καὶ κατοπτεῦει τὰ κάλλη τῶν οὐρανῶν καὶ τὴ μακαριότητα τῶν ἀμόλυντων πραγμάτων. Ὅπως δηλαδὴ γιὰ κεῖνον, ποὺ χάσκει ἐμπρὸς στὰ ὑλικά πράγματα καὶ εἶναι σκυμμένος στὴς ἡδονὲς τῆς σάρκας, εἶναι κλειστοὶ οἱ οὐρανοί, ἀφοῦ εἶναι σκοτισμένα τὰ νοερὰ μάτια του, ἔτσι κι ἐκεῖνος ποὺ περιφρονεῖ τὰ κάτω καὶ τ' ἀποστρέφεται, ἔχει ὑψωμένο ἐπάνω τὸ νοῦ του καὶ βλέπει τὴ δόξα τῶν αἰωνίων, καὶ ἀντικρῶζει τὴ λαμπρότητα ποὺ ἔχει ἐτοιμαστῆ γιὰ τοὺς Ἁγίους. Αὐτὸς δέχεται καὶ τὴν ἀγάπη τοῦ Θεοῦ ποὺ κατέρχεται σ' αὐτὸν ἀπὸ τὸν οὐρανὸ καὶ γίνεται ναὸς τοῦ Ἁγίου Πνεύματος καὶ ποθεῖ τὰ θελήματα τοῦ Θεοῦ καὶ ὁδηγεῖται ἀπὸ τὸ Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ καὶ ἀξιώνεται τὴν υἰοθεσία καὶ ὁ Θεὸς εὐαρεστεῖται καὶ ἰκανοποιεῖται ἀπὸ αὐτόν. Γιατὶ ὅσοι ὁδηγοῦνται ἀπὸ τὸ Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ, αὐτοὶ εἶναι υἱοὶ τοῦ Θεοῦ<sup>35</sup>.

9. Ὅσο ἀναπνεῖς, μὴν ἀφήσεις ἐξαιτίας ἀσθένειας τὴν προσευχὴ οὔτε μία ἡμέρα, ἀκούγοντας τὸν Ἀπόστολο ποὺ λέει: «Ὅταν ἀσθενῶ, τότε εἶμαι δυνατός»<sup>36</sup>. Ὅταν κάνεις ἔτσι, θὰ ὠφεληθεῖς πολὺ, καὶ ἡ προσευχὴ θὰ σὲ σηκώσει γρήγορα ἐπάνω, μετὰ τὴ βοήθεια τῆς χάρης. Γιατὶ ὅπου ὑπάρχει ἡ παρηγορία τοῦ Πνεύματος, δὲν ἐπιμένει ἡ ἀσθένεια ἢ ἡ ἀκηδία.