

### ΠΡΟΛΕΓΟΜΕΝΑ

Από την Ιερά Μονή Παρακλήτου

Βλαστάρι θαλαρρό, από τα πιο νέα, της αγιοτόκου ρωσικής γης είναι και ο άγιος Δημήτριος, μητροπολίτης Ροστώφ, ο νέος θαυματουργός.

Ο άγιος Δημήτριος του Ροστώφ, γιος του αξιωματικού Σάββα Τουπτάλα, γεννήθηκε τον Δεκέμβριο του 1651 στην κωμόπολη Μακάρωφ, κοντά στο Κιεβο. Το βαπτιστικό του όνομα Λιαν Δανιήλ Ανατράφηκε και διδάχθηκε τα πρώτα γράμματα μέσα σε μια βαθύτατα ευσεβή οικογένεια. Από το 1662 μέχρι το 1665 ο Δανιήλ φοίτησε στο κολέγιο Κιεβο-Μογγιλιάνσκυ, όπου για πρώτη φορά εκδηλώθηκαν τα σπάνια χαρίσματα και οι εξαιρετικές διανοητικές ικανότητες του. Πολύ γρήγορα έμαθε την ελληνική και λατινική γλώσσα και σπούδασε κλασσικές επιστήμες. Στις 9 Ιουλίου του 1668 εκάρη μοναχός στη μονή του αγίου Κυρίλλου και πήρε το όνομα Δημήτριος, προς τιμήν του μεγαλομάρτυρα αγίου Δημητρίου του Θεσσαλονικέως.

Στις 25 Μαρτίου του 1669 χειροτονήθηκε διάκονος, υπό τον μητροπολίτη Κιέβου Ιωσήφ, και στις 23 Μαΐου του 1675 πρεσβύτερος, από τον αρχιεπίσκοπο Τσερνιγώφ Λάζαρο.

Υπηρέτησε ως ιεροκήρυκας και ηγούμενος σε διάφορες μονές της Ουκρανίας, Λιθουανίας και Λευκορωσίας. Γύρω στα 1684 άρχισε να συγγραφεί, στη Λαύρα του Κιέβου, το μεγάλο έργο του, τον Συναξαριστή («Τσέτμινεΐ»), δηλαδή τους βίους των αγίων ολοκλήρου του εκκλησιαστικού έτους. Ο προϊστάμενος της Λαύρας αρχιμανδρίτης Βαρλαάμ (Γιασίνσκυ), γνωρίζοντας καλά το υψηλό διανοητικό επίπεδο, τη μόρφωση, τη φιλοπονία και το λογοτεχνικό χάρισμα του μαθητού του, τον προέτρεψε επίμονα ν' ασχοληθεί μ' αυτή τη σπουδαία εργασία.

Από τότε ολόκληρη η ζωή του αγίου Δημητρίου αφιερώθηκε στη σύνταξη του Συναξαριστού. Το 1688 εκτυπώθηκε ο πρώτος τόμος (Σεπτέμβριος, Οκτώβριος, Νοέμβριος), το 1695 ο δεύτερος (Δεκέμβριος, Ιανουάριος, Φεβρουάριος) και το 1700 ο τρίτος (Μάρτιος, Απρίλιος, Μάιος).

Εν τω μεταξύ, το κηρυκτικό χάρισμα και το συγγραφικό έργο του ιερομόναχου Δημητρίου προκάλεσαν την προσοχή του πατριάρχου Αδριανού (+ 1700) και άλλων εκκλησιαστικών αξιωματούχων, οι οποίοι εκτίμησαν βαθιά τα πνευματικά προσόντα, τις αρετές και τον ένθεο ζήλο του. Έτσι, στις 23 Μαρτίου 1701 χειροτονείται στον ναό της Κοιμήσεως του Κρεμλίνου μητροπολίτης Τομπόλσκ και Σιβηρίας. Επειδή όμως, λόγω της εύθραυστης υγείας του, ήταν αδύνατη η παραμονή του στη Σιβηρία, στις 4 Ιανουαρίου 1702 εκλέγεται μητροπολίτης Ροστώφ και Γιαροσλάβ. Μόλις έφθασε στην έδρα του, την 1η Μαρτίου του 1702, άρχισε ένα ευρύ έργο για την πνευματική και υλική ανόρθωση της επαρχίας και του ποιμνίου του. Δυστυχώς όμως οι περισσότεροι οραματισμοί του έμειναν ανεκπλήρωτοι ή ημιτελείς, λόγω ελλείψεως οικονομικών μέσων: Ήταν η εποχή πού η πολιτεία επιζητούσε με όλα τα μέσα να περιορίσει τις δυνατότητες της Εκκλησίας, πλήττοντας πρωτίστως την οικονομική ευρωστία της.

Ο άγιος Δημήτριος αγωνίσθηκε σθεναρά και για την ενότητα της Ρωσικής Εκκλησίας, πού υπέστη βαρύτατο πλήγμα με το σχίσμα των παλαιοπίστων. Έκτος από πολυάριθμα κηρύγματα, αφιέρωσε στη μελέτη και την κριτική της σχισματικής διδασκαλίας και το έργο

«Έρευνα περί της πίστεως του Μπρύνσκ» (Μπρύνσκ ήταν η περιοχή πού ζούσαν οι πιο πολλοί σχισματικοί).

Το 1709, τελευταίο έτος της επιγείου ζωής του, ο άγιος Δημήτριος τελείωσε και τον τέταρτο τόμο του Συναξαριστού (Ιούνιος, Ιούλιος, Αύγουστος), ενώ συγχρόνως αναθεώρησε και τους προηγούμενους τρεις τόμους.

Στις 28 Οκτωβρίου του 1709, κατά τη διάρκεια νυκτερινής προσευχής, ο άγιος ιεράρχης αναπαύθηκε εν Κυρίω ζώντας μέσα σε απόλυτη πτώχεια. Έκτος από βιβλία και χειρόγραφα, δεν βρέθηκε κανένα άλλο περιουσιακό του στοιχείο. Τούτο μαρτυρεί και η συγκινητική διαθήκη του, την οποία μπορεί να διαβάσει ο αναγνώστης στο τέλος αυτού του βιβλίου. Ετάφη στη μονή του αγίου Ιακώβου του Ροστώφ, σε μια γωνιά του Καθολικού πού ο ίδιος είχε επιλέξει, στις 25 Νοεμβρίου του 1709. Η εύρεση του ιερού σκήνωματος του έγινε στις 21 Σεπτεμβρίου του 1752. Το δρύινο φέρετρο και τα χειρόγραφα, πού υπήρχαν μέσα σ' αυτό, είχαν σχεδόν καταστραφεί από την υγρασία του τόπου, αλλά το σώμα του αγίου ιεράρχου βρέθηκε άφθορο, καθώς επίσης και η αρχιερατική ενδυμασία και το μεταξωτό κομποσχοίνι του. Το χαριτόβρυτο σκήνος του, μετά την ανεύρεση του, άρχισε να χαρίζει τη θεραπεία σε πολλούς ασθενείς και να επιτελή ποικίλα θαύματα. Γι' αυτό η λαϊκή εκκλησιαστική συνείδηση του έδωσε την προσωνυμία του θαυματουργού.

Όταν η Ιερά Σύνοδος πληροφορήθηκε τα γεγονότα, απέστειλε επιτροπή, από τον μητροπολίτη Σουζντάλ Σίλβεστρο και τον αρχιμανδρίτη της μονής Σιμωνώφ Γαβριήλ, για να εξετάσει το σκήνωμα του ιεράρχου Δημητρίου και να πιστοποιήσει τις επιτελούμενες απ' αυτό θαυματουργικές θεραπείες.

Μετά από εισήγηση της επιτροπής, στις 29 Απριλίου του 1757 η Ιερά Σύνοδος της Εκκλησίας της Ρωσίας συγκατέλεξε με πράξι της τον αοίδιμο μητροπολίτη Ροστώφ και Γιαροσλάβ Δημήτριο, κατά κόσμον Δανιήλ Σάββιτς Τουπταλα, στη χορεία των αγίων. Η μνήμη του τιμάται στις 28 Οκτωβρίου και η ανεύρεσης του αγίου σκήνους του εορτάζεται στις 21 Σεπτεμβρίου.

\* \* \*

Ο άγιος Δημήτριος υπήρξε πρότυπο ποιμένος, αφοσιωμένου στη διακονία της σωτηρίας των ψυχών, πρότυπο ασκητού και ακτήμονος ιεράρχου, και πρότυπο εκκλησιαστικού συγγραφέως και λογίου. Την καρδιά του συγγραφικού του έργου αποτελούν τα «Τσέτ-μινεϊ». Για να τα σύνταξη χρησιμοποίησε τα Μηναία του μητροπολίτου Μόσχας αγίου Μακαρίου (1543-1563), αλλά και τις δυτικές συλλογές Vitae Sanctorum του Syrius και Acta Sanctorum των Βολλανδιστών. Το λογοτεχνικό τάλαντο του αγίου, σε συνδυασμό με την εύκολα αφομοιώσιμη γλώσσα του, έκαναν τα «Τσέτ-μινεϊ» δημοφιλέστατα στη Ρωσία, όπου γνώρισαν μεγάλη κυκλοφορία και πολλές επανεκδόσεις, παίζοντας σπουδαίο ρόλο στη διαμόρφωση της ρωσικής ευσέβειας.

Ανάλογη επιτυχία είχαν και τα κηρύγματα του αγίου Δημητρίου. Πολυάριθμες χειρόγραφες συλλογές τα έκαναν ευρύτατα γνωστά. Μέσα από τα κηρύγματα του ο άγιος δεν δίσταζε να καταγγέλλει την ανηθικότητα των συγχρόνων του (δεν φοβόταν να υπαινίσσεται μεταξύ αυτών και τον αυτοκράτορα Μέγα Πέτρο) και να στηλιτεύει την κοινωνική αδικία και την άνιση κατανομή των αγαθών.

Αν και δεν έμεινε ανεπηρέαστος από τα δυτικά ρεύματα, ο άγιος Δημήτριος παρέμεινε βαθύτατα προσηλωμένος στην Ορθοδοξία. «Ανήκει στην κατηγορία των ανδρών εκείνων - γράφει σχετικά ο Βλαδίμηρος Βοντώφ - πού προσπάθησαν με ειλικρίνεια, χρησιμοποιώντας

το διανοητικό οπλοστάσιο της δύσεως, να εμψυχώσουν τη ρωσική Ορθοδοξία, πού είχε αρτηριοσκληρωθεί μετά την εξασθένιση των δεσμών με την Ελλάδα και την Ανατολή, και μετά τους εσωτερικούς συγκλονισμούς, πού την έσεισαν από τον 15ο αι και έπειτα».

\* \* \*

Το «Πνευματικό Αλφάβητο» είναι ένα μικρό έργο του αγίου Δημητρίου, μέσα από το οποίο χαράζει βασικές κατευθυντήριες γραμμές της ορθόδοξου πνευματικής ζωής, πού φέρουν έντονη τη σφραγίδα της σκέψεως δύο μεγάλων ασκητικών Πατέρων και συγγραφέων, του οσίου Ιωάννου της Κλίμακας και του αββά Δωροθέου (6ος αι.).

Το πρωτότυπο είναι χωρισμένο σε τριαντατρία κεφάλαια, όσα τα γράμματα του ρώσικου αλφαβήτου αλλά και όσα τα έτη της επιγείου ενσάρκου παρουσίας του Κυρίου.

Κάποιες επαναλήψεις, ταυτολογίες ή και Θεολογικές ασάφειες, όχι σπάνιες στους ρώσους εκκλησιαστικούς συγγραφείς της εποχής εκείνης, μας έδωσαν την ευχέρεια να κάνουμε ορισμένες περικοπές και συγχωνεύσεις κεφαλαίων και παραγράφων, και έτσι να προσαρμόσουμε το έργο στα εικοσιτέσσερα γράμματα του ελληνικού αλφαβήτου. Για τον ίδιο λόγο ανατρέξαμε και σε άλλα κείμενα του αγίου Δημητρίου, τα όποια χρησιμοποιήσαμε για τον εμπλουτισμό ή την αποσαφήνιση των σκέψεων του «Πνευματικού Αλφαβήτου».

Ελπίζουμε ότι μέσα σ' αυτό το μικρό βιβλίο, πού πληθωρικά χρησιμοποιεί την Αγία Γραφή και την ορθόδοξη πατερική σοφία και εμπειρία, κάθε αγωνιζόμενος πιστός θα βρει πολύτιμες συμβουλές για την πνευματική του ζωή· τόσο ο αρχάριος, πού θέλει να χαράξει την πορεία του προς τον ουρανό, όσο και ο προχωρημένος και έμπειρος, πού θέλει να ανασύνταξη τις πνευματικές του δυνάμεις και να συνέχιση με περισσότερο ζήλο τον αγώνα του, αγώνα «ου προς αίμα και σάρκα, αλλά προς τας αρχάς, προς τας εξουσίας, προς τους κοσμοκράτορας του σκότους του αιώνας τούτου, προς τα πνευματικά της πονηρίας εν τοις επουρανίοις» (Εφεσ. 6. 12).

Παλαιόπιστοι ή ρασκόλνικοι (ρασκόλ = σχίσμα): Ρώσοι σχισματικοί, οι οποίοι τον 17ο-18ο αι, χωρίσθηκαν από την Ορθόδοξη Εκκλησία, επειδή η Ιερά Σύνοδος της Ρωσικής Εκκλησίας, με πρωτοβουλία του πατριάρχου Μόσχας Νίκωνος, έκανε ορισμένες διορθώσεις και βελτιώσεις στα βιβλία της λατρείας. πίσω

### Πόλεμος λογισμών

Από τους πονηρούς λογισμούς πού πολεμούν τον άνθρωπο, τρεις είναι οι πιο σκληροί: της απιστίας, της βλασφημίας και της πορνείας.

Για να κοπάσει αυτός ο πόλεμος, πρέπει πρώτα να γνωρίζεις πότε αμαρτάνεις και πότε όχι: Δεν αμαρτάνεις όταν ο νους, η Βούλησις, δεν συγκατατίθεται στους λογισμούς, πολύ περισσότερο όταν τους αποστρέφεται ή τους περιφρονεί. Αμαρτάνεις, κάποτε και θανάσιμα, όταν ο νους αυτοπροαίρετα συγκρατεί τους λογισμούς και η καρδιά ηδύνεται και ευχαριστείται μ' αυτούς. Όποιος πολεμείται από πονηρούς λογισμούς και δεν τους αποδέχεται, τaráσσεται όμως νομίζοντας ότι αμαρτήσε, αυτός είναι μικρόψυχος, εμπαιζεται από τον διάβολο και δεν γνωρίζει να διακρίνει μεταξύ προσβολής και συγκαταθέσεως.

Μην παραξενεύεσαι πού οι ίδιοι λογισμοί φέρνουν μαζί τους και θάνατο και ζωή, αιώνιο θάνατο ή αιώνια ζωή. Σ' εκείνον πού τους αποδέχεται προκαλούν θάνατο. Σ' εκείνον πού

τους αποστρέφεται και τους πολεμά χαρίζουν ζωή, και αυξάνουν τον μισθό του στον ουρανό.

Συμβαίνει κάποτε να έρχονται λογισμοί απιστίας ή βλασφημίας κατά του Θεού, της Υπεραγίας Θεοτόκου ή των αγίων. Καμιά φορά, αντικρίζοντας τα άχραντα και θεία Μυστήρια ή τις αγίες εικόνες, πέφτουν επάνω σου σαν μαύρο σύννεφο βλάσφημες σκέψεις. Περιφρόνησε αυτούς τους λογισμούς. Αδιαφόρησε. Μην ανήσυχης και μη θλίβεσαι, γιατί έτσι χαροποιείς τον διάβολο. Του αρκεί να σε βλέπει θλιμμένο και συγχυσμένο, αν δεν κατορθώσει κάτι χειρότερο, θα επαύξηση τότε τους λογισμούς σου, για να εξουθένωση τελείως τη συνείδηση σου. Όταν όμως σε δει να περιφρονείς τους βλάσφημους λογισμούς, θα απομακρυνθεί ντροπιασμένος.

Πρόσεξε, και θα διαπιστώσεις ότι και τα τρία είδη των λογισμών γεννιούνται συχνά από την κατάκριση. Μην κατακρίνεις τον αδελφό σου και θα καταφέρεις γενναίο πλήγμα στους πονηρούς λογισμούς. Επειδή όμως ο πόλεμος των λογισμών ταλαιπωρεί συνήθως τους υπερήφανους και φθονερούς, ο πιο σίγουρος τρόπος για ν' απαλλαγής απ' αυτόν είναι να καλλιεργήσεις μέσα σου την ταπείνωση και την ακακία.

Οι άγιοι Πατέρες διδάσκουν και υποδεικνύουν τα μέσα και τους τρόπους πού θα χρησιμοποιήσης για να νικήσεις τους λογισμούς και να καταισχύνης τους δαίμονες πού τους σπέρνουν μέσα σου:

Να τους φανερώνεις στον πνευματικό σου με την εξομολόγηση.

Να προσεύχεσαι στον Κύριο με θερμή, αναθέτοντας σ' Εκείνον την ασθένεια σου και ομολογώντας την αδυναμία σου.

Να καλλιεργείς μέσα σου τη συντριβή του νου, την αυτομεμψία και, γενικά, ταπεινό φρόνημα.

Ν' αγαπήσεις τη νηστεία, πού θανατώνει προ παντός τους σαρκικούς λογισμούς.

Ν' αγαπήσεις τους σωματικούς κόπους και μόχθους, πού ταπεινώνουν το σώμα και πνίγουν μέσα στον ιδρώτα σου τις πανουργίες των δαιμόνων.

Να ζεις συνέχεια με τη μνήμη του θανάτου και της φοβερής κρίσεως του Θεού.

Ν' αντιπαραθέτεις στους ρυπαρούς λογισμούς άλλους λογισμούς, υγιείς και θεάρεστους.

Τέλος, αν είσαι δυνατός, περιφρόνησε και περιγέλασε τους λογισμούς, κι υστέρρα προσπέρασε τους αδιάφορα.

Ο τελευταίος αυτός τρόπος εξευτελίζει τελείως τους δαίμονες.

#### Θείος φωτισμός

Βυθό βαθύ ονομάζει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος τα μυστήρια και τη σοφία του Θεού. Γι' αυτό, ενώ η ανθρώπινη σοφία διδάσκεται από τους ανθρώπους, η θεία σοφία διδάσκεται μόνο από τον Θεό και μόνο σε λίγους, όσους έχουν ζωντανή πίστη και καλή προαίρεση. Εκείνος πού δεν διδάχθηκε από τους ανθρώπους τη σοφία τους, δεν θα μπόρεσει ποτέ να την κατανοήσει και να την οικειοποιηθεί. Εκείνος πού διδάχθηκε από τον Θεό τη θεία σοφία, είναι σε θέση να κατανοεί τα πάντα, και θεία και ανθρώπινα.

Το Πνεύμα το Άγιον είναι πηγή κάθε σοφίας. «Το γαρ Πνεύμα πάντα έρευνα και τα βάθη του Θεού. Ημείς δε ου το πνεύμα του κόσμου ελάβομεν, αλλά το Πνεύμα το εκ του Θεού, ίνα ειδώμεν τα υπό του Θεού χαρισθέντα ημίν. Α και λαλούμεν ουκ εν διδακτοίς ανθρωπίνης σοφίας λόγοις, άλλ' εν διδακτοίς Πνεύματος Αγίου» (Α' Κορ. 2. 10, 12-13). Οι απόστολοι δεν μαθήτευσαν κοντά σε ανθρώπους, αλλά ξαφνικά «επλήσθησαν άπαντες Πνεύματος Αγίου, και ήρξαντο λαλείν ετέραις γλώσσαις καθώς το Πνεύμα εδίδου αυτοίς αποφθέγγεσθαι» (Πραξ. 2. 4). Και ο Κύριος δεν άνοιξε κανένα βιβλίο για να διδάξει τους μαθητές του, αλλά

«διήνοιξεν αυτών τον νουν του συνιέναι τὰς γραφὰς» (Λουκ. 24. 45). Γι' αυτό από μας απαιτείται μόνο δεκτικότητα της χάριτος του Θεού, δηλαδή καλή προαίρεσις, πνευματικός αγώνας και συνεχής εκζήτησις του ελέους και του φωτισμού του Θεού.

Κατά το μέτρο της προαιρέσεως και του πνευματικού αγώνος του ανθρώπου έρχεται σταδιακά ο φωτισμός του νου. Και κατά το μέτρο του φωτισμού του νου δίδεται η χάρις του Κυρίου. Και κατά το μέτρο της αποδοχής και της πληρώσεως της ψυχής με τη θεία χάρη, πραγματοποιείται η ένωσις με τον Κύριο. Εκείνος πού ενώθηκε νοερά με τον Κύριο είναι πεπεισμένος για τη σωτηρία του και αναστημένος πριν από την κοινή ανάσταση.

Όσο κανείς ασκείται, τόσο αναγνωρίζει την αδυναμία του. Και όσο αναγνωρίζει την αδυναμία του, τόσο πλουτίζει σε ταπεινώση και κατάνυξη. Και όσο αποκτά ταπεινώση και κατάνυξη, τόσο φωτίζεται η διάνοια του και διαπιστώνει ότι χωρίς τον Κύριο δεν είναι τίποτα και δεν έχει τίποτα.

Μέχρι να γνωρίσεις τελείως τον εαυτό σου, μέχρι να διαποτιστεί η ψυχή σου με τη χάρη του Θεού, μέχρι να φωτισθεί ο νους σου, μέχρι να καθαρθείς από τα πάθη, μέχρι να συμπιλωθείς με τον Θεό, μέχρι να ενωθείς οριστικά μαζί Του, μέχρι τότε είναι αδύνατο να ζεις χωρίς τη θλίψη, χωρίς τον φόβο και χωρίς την οδύνη. Όταν όμως ενωθείς με τον Θεό, ο φόβος και η οδύνη θα μεταβληθούν σε χαρά και ευφροσύνη από του νυν και έως του αιώνος. Αμήν.

#### Συνειδησις και διάκρισις

Για να δεις τα υλικά πράγματα, πρέπει να είναι υγιείς οι σωματικοί οφθαλμοί σου. Για να γνωρίσεις τα νοερά πράγματα, πρέπει να είναι υγιείς οι οφθαλμοί της ψυχής σου, να έχεις δηλαδή φωτισμένη συνειδηση και διάκριση. Μόνο μ' αυτή την προϋπόθεση θα εφαρμόζεις σωστά τις εντολές του Θεού «και ουκ εκκλίνεις απ' αυτών εις δεξιά ουδέ εις αριστερά, ίνα συνής εν πάσιν οίς εάν πράσσης» (Ιησ. Ναυή 1. 7).

Διάκρισις είναι η ικανότητα της ψυχής να διακρίνει αλάθητα σε κάθε περίπτωση το καλό από το κακό, το θείο θέλημα από τη δαιμονική απάτη. Με τη διάκριση θα γνωρίσης πότε και πώς πρέπει να πολεμάς τα πάθη, πότε να υποχωρείς, πώς να αντιμετώπισης νικηφόρα τις πανουργίες των δαιμόνων, πότε οι λογισμοί σου προέρχονται από τον Θεό και πότε από τους δαίμονες. Αυτή τη νοερή αίσθηση την αποκτούν μόνο όσοι έχουν καθαρή καρδιά και καθαρό σώμα. αμόλυντη συνειδηση και αμόλυντες αισθήσεις.

Η συνειδησις σου είναι η φωνή και ο έλεγχος του φύλακος αγγέλου, πού σου έστειλε ο Θεός στο άγιο Βάπτισμα. Και λέω η φωνή του φύλακος αγγέλου, γιατί δεν τολμώ να πω ότι συνειδησις είναι η ίδια η φωνή του Αγίου Πνεύματος μέσα σου.

Η συνειδησις σου θα φωτισθεί και η διάκρισις σου θα καλλιεργηθεί και θ' αναπτυχθεί μόνο με τον αγώνα για την απαλλαγή από τα πάθη. Όσο καθαρίζεσαι από τον ρύπο των παθών, τόσο η συνειδησις σου θα φωτίζεται<sup>1</sup> και όσο φωτίζεται η συνειδησις, τόσο θα τελειοποιείται η διάκρισις και όσο τελειοποιείται η διάκρισις, τόσο πιο αποτελεσματικός και καρποφόρος θα γίνεται ο αγώνας σου κατά των παθών.

Για να τα κατορθώσεις όμως αυτά, γύμνωσε τον νου σου από το δικό σου θέλημα και τη δική σου γνώμη και κατάφευγε στον Κύριο για να σου δίνει τις λύσεις σε κάθε περίσταση, όπως κατέφευγε ο προφήτης ικετεύοντας: «Γνώρισον μοι, Κύριε, οδον εν ή πορεύσομαι... Δίδαξον με του ποιείν το θέλημα σου, ότι συ ει ο Θεός μου» (Ψαλμ. 142. 8. 10). Η φωνή της συνειδησεως είναι η φωνή του Θεού. Και φωνή του Θεού δεν είναι άλλη από τη φωνή των θείων Γραφών, η φωνή των αγίων, τη φωνή της Εκκλησίας και τη φωνή του πνευματικού σου.

Ο Θεός έδωσε στον άνθρωπο τον νου και τον όρισε βασιλιά και επίσκοπο των παθών και των επιθυμιών, για να επιβάλλεται σ' αυτά με σύνεση και διάκριση. Γι' αυτό υπάκουε πάντα στον έλλογο νου και όχι στα άλογα σαρκικά πάθη. Αν δεν υπακούς στον νου είσαι τυφλός. Τυφλή είναι και η σάρκα. «Τυφλός δε τυφλόν εάν οδηγή. αμφότεροι εις βόθυνον πεσούνται» (Ματθ. 15. 14).

Αν θέλεις εσωτερική γαλήνη και ψυχική υγεία στη γη αν θέλεις και την αιώνια μακαριότητα στον ουρανό, τότε κυβέρνησε τα πάθη σου, κάνοντας υπακοή στη φωνή της συνειδήσεως σου. Αν σε κυβερνούν τα πάθη, δεν θ' απολαύσεις παρά βάρος, πικρία, έλεγχο της συνειδήσεως ατή ζωή αυτή, και αιώνια κόλαση στην άλλη.

Ασχολήσου με τα έργα του Θεού, με την καλλιέργεια της ψυχής σου, με την απόκτηση των αρετών, πού θα σου χαρίσουν τα άφθαρτα αγαθά. Η σάρκα γρήγορα θα φθαρεί, η επιθυμία θα μαραθεί, μόνο η ψυχή θα ζήσει αιώνια. «Ο γαρ εάν σπείρει άνθρωπος, τούτο και θερίσει· ότι ο σπείρων εις την σάρκα εαυτού εκ της σαρκός θερίσει φθοράν, ο δε σπείρων εις το Πνεύμα εκ του πνεύματος θερίσει ζωήν αιώνιον». (Γαλ. 6. 7-8).

### Νηστεία και εγκράτεια

ΔΕΝ ΘΑ ΕΧΗΣ ποτέ πνευματική διαύγεια, σωστή κρίση και θεϊκά αποτελέσματα στον πόλεμο κατά των παθών σου, αν δεν αγαπήσεις τη νηστεία και δεν ασκηθείς σε γενικότερη εγκράτεια όλων των επιθυμιών σου. Αλλιώς θα δαπανήσεις τη ζωή σου μέσα στο σκοτάδι της συγχύσεως και της αλογίας και θα πάρεις ως αμοιβή τη στέρηση της ουράνιας μακαριότητας.

Φυλάξου από την πολυφαγία και το πιοτό. Σ' αυτά τα δύο βρίσκεται η αρχή κάθε αμαρτίας και προ παντός της πορνείας. Η ακράτεια γεννά όλα τα κακά. Από την πολυφαγία και τη μέθη βαρύνεται η ψυχή, θολώνει ο νους, επαναστατεί η σάρκα, αποθρασύνεται ο σατανάς και αποξενώνεται ο άνθρωπος από τη θεία αγάπη.

Αν θέλεις να φθάσεις απελευθερωμένος στον ουρανό, να νικάς τα ηδονικά πάθη και να κυριαρχείς επάνω τους με τα πνευματικά όπλα πού σου έχουν παραδώσει ο Κύριος και η Εκκλησία. «Τω νικώντι δώσω αυτώ φαγείν εκ του ξύλου της ζωής, ο εστίν εν τω παραδείσω του Θεού μου» (Άποκ. 2. 7), «το Πνεύμα λέγει ταις εκκλησίαις». Κι ακόμη: «εργάζεσθε μη την βρώσιν την απολυμμένην, αλλά την βρώσιν την μένουσαν εις ζωήν αιώνιον. Η σαρξ ουκ ωφελεί ουδέν» Πω. 6. 27, 63).

Ν' αποστρέφεται τον κορεσμό της κοιλιάς, για να μη βρεθείς δεμένος στα δεσμά των παθών. Υπομένοντας την πείνα και τη δίψα των σαρκικών ηδονών θα χορτάσεις από την ουράνια τροφή, τα χαρίσματα του Θεού και την ατελείωτη ευφροσύνη στη βασιλεία Του. «Ου γαρ εστίν η βασιλεία του Θεού βρώσις και πόσις, αλλά δικαιοσύνη και ειρήνη και χαρά εν Πνεύματι Αγίω» (Ρωμ. 14. 17).

Πόσες γήινες απολαύσεις έχεις δοκιμάσει! Πόσες ηδονές! Κι όμως, καπνός και σύννεφο ήταν όλες και χάθηκαν. Δεν έμεινε τίποτα στα χέρια σου και στην ψυχή σου. Η μάλλον έμεινε κάτι: ο έλεγχος της συνειδήσεως, ψυχική πίκρα, Βάρος και τύψεις και ντροπή απέναντι στον Κύριο. Κι όμως, δεν περνά πολύς καιρός κι επιστρέφεις πάλι αλόγιστα στα ίδια, «κύων επιστρέψας επί το ίδιον εξέραμα και ύς λουσαμένη εις κύλισμα βαρβάρου» (Β' Πέτρ. 2. 22).

Αν δεν ζήσης εδώ ουράνια, μην απατάσαι ότι θα κατάκτησης τον ουρανό. «Μη πλανάσθε· ούτε πόρνοι... ούτε πλεονέκται ούτε κλέπται ούτε μέθυσοι, ου λοιδοροί, ουχ άρπαγες βασιλείαν Θεού ου κληρονομήσουσι» (Α' Κορ. 6. 9-10). Όποιος σαηνεύθηκε από τα αγαθά της γης και την απάτη της σαρκικής ηδονής, να είναι Βέβαιος πώς θ' ακούσει: «Απέλαβες συ

τα αγαθά σου εν τη ζωή σου· νυν δε οδυνάσαι» (Λουκ. 16. 25).

Τις σωματικές σου ανάγκες ρύθμισε τες σύμφωνα με το θέλημα του Θεού, και μην αφήσεις να εξελιχθούν σε πάθη. Το θείο θέλημα είναι οικείο στη φύση σου, αφού είσαι εικόνα του Θεού. Τα πάθη σου είναι ανοίκεια, γιατί τ' απέκτησες με την πτώση στην οποία σε παρέσυρε ο διάβολος. Γι' αυτό βάλε μέτρο σ' όλες τις ανάγκες σου. «Ουκ έπ' άρτο μόνω ζήσεται άνθρωπος, άλλ' επί παντί ρήματι εκπορευομένω δια στόματος Θεού» (Ματθ. 4. 4). Στον μέλλοντα αιώνα δεν θα τρεφόμαστε με υλική τροφή και υλικό ποτό, αλλά με τη θεία χάρη του Παναγίου Πνεύματος, το καινόν βρώμα και πόμα για το οποίο μίλησε ο Κύριος όταν παρέδωσε το μυστήριο της θείας Ευχαριστίας: «Λέγω δε υμίν ότι ου μη πίνω άπ' άρτι εκ τούτου του γεννήματος της αμπέλου έως της ημέρας εκείνης, όταν αυτό πίνω μεθ' υμών καινόν εν τη Βασιλεία του πατρός μου» (Ματθ. 26. 29).

Μη προσκολλάς τα μάτια σου στα ωραία πρόσωπα, για να μην αιχμαλωτισθεί απ' τη φθαρτή ομορφιά τους η καρδιά σου και εξοριστεί απ' αυτήν ο Κύριος, «ο κάλλει ωραίος παρά πάντας ανθρώπους». Κάθε ανθρώπινος έρωτας, δεμένος με τη φθαρτή σάρκα, διαλύεται με τον θάνατο. Μόνο ο θείος έρωτας είναι ζωή και μένει στον αιώνα.

Μην αποδέχεσαι και μην υποκύπτεις στους πορνικούς λογισμούς για να μην εκπέσεις από την αγάπη του Θεού. Μη ζηλεύεις εκείνους πού κάνουν έργα τέτοια, για τα οποία «αισχρόν εστί και λέγειν» (Έφεσ. 5. 12), για να μην αποδειχθής ασυνετώτερος άπ' αυτούς τους ασύνετους. Βλέποντας το προσωρινό και μάταιο της επιθυμίας, περιφρόνησε την και υψώσου στα θεία και αιώνια. Αγάπησε βαθιά την αγνότητα και καθαρότητα και σύναψε πνευματικό γάμο με τον αγνό και καθαρό Ιησού για να γευθείς τις άρρητες ηδονές του ουρανού.

Μέχρι την παρακοή και την πτώση του, ο Αδάμ δεν είχε δοκιμάσει τη σαρκική επιθυμία. Αυτή εμφανίσθηκε μέσα του μετά την εξορία του από τον παράδεισο, και είναι γέννημα της πτώσεως του. θέλοντας γι' αυτό ο Κύριος να «εξαγάγη τίμιον από αναξίου» (Ίερ. 15. 19), αποφάσισε να διακόψει τη βιολογική μας ζωή με τον θάνατο για να μη διαιωνίζεται το κακό και για να μας οδηγήσει, μέσω του βιολογικού θανάτου, στη ζωή την άφθαρτη και αιώνια, περιβεβλημένους το αρχαίο Θεόμορφο κάλλος. Είμαστε λοιπόν πλασμένοι όχι για τον θάνατο, αλλά για τη ζωή, αφού είμαστε εικόνες του Θεού, της Ζωής του κόσμου. Και στη ζωή πού μας καλεί ο Κύριος, στη ζωή πού αρχίζει μετά τον θάνατο, δεν υπάρχουν σαρκικές επιθυμίες και ηδονές. Εκεί οι εκλεκτοί του Θεού «ούτε γαμούσιν, ούτε εκγαμίζονται, άλλ' ως άγγελοι Θεού εν ουρανώ εισί» (Ματθ. 22. 30), και θα ευφραίνονται με την πανευφρόσυνη παρουσία του θείου Νυμφίου. Να γιατί πολλές ηρωικές ψυχές ξεκινούν από την παρούσα ζωή τον αγγελικό δρόμο και ενώνονται από τώρα με τον Κύριο, περιφρονώντας κάθε γήινο.

### Θείες και γήινες παρηγοριές

Αν δεν προσκολληθείς στα γήινα πράγματα, θα μείνεις ελεύθερος και από τα δεσμά των θλίψεων. Ας μη σαγηνεύεται η καρδιά σου από τα υλικά, για να μη γίνει αιχμάλωτή τους. Μην αναζητάς ανάπαυση και παρηγοριά στις σαρκικές απολαύσεις, γιατί δεν θ' αναπαυθείς ποτέ σ' αυτές. Αναζήτησε τον Κύριο, τον πλάστη και ευεργέτη σου. Όλα τα επίγεια είναι πρόσκαιρα και απατηλά, μόνο ο Θεός και η αγάπη Του μένουν στον αιώνα.

Σε ώρες μεγάλης θλίψεως και αφόρητου πόνου, η ψυχή, επιζητώντας διέξοδο, στρέφεται, πολλές φορές με μανία αληθινή, σε επίγειες παρηγοριές. Αναζήτα σ' αυτές το αντίδοτο του πόνου. Ξεγελασμένη έτσι από τον διάβολο, αφού ικανοποιηθεί για λίγο, πέφτει μετά σε βαθύτερη θλίψη και απόγνωση. Γιατί η παρηγοριά πού δίνουν τα φθαρτά πράγματα στον άνθρωπο είναι κι αυτή φθαρτή. Γι' αυτό και πολλοί πού έζησαν όλη τους τη ζωή μέσα στις

ηδονές, φθάνοντας στο τέλος της ζωής τους συνειδητοποίησαν πώς τίποτα δεν απόλαυσαν, πώς όλα ήταν φευγαλέο όνειρο που άφησε πίσω του μόνο πίκρα. Αδιάκοπα η ψυχή πάσχει και υποφέρει και βασανίζεται και παλεύει. Από τη μια μεριά οι εξωτερικές πιέσεις και τα προβλήματα, που δεν την αφήνουν σε ησυχία. Το ένα κακό φεύγει, το άλλο έρχεται, το ένα πρόβλημα λύνεται, άλλο εμφανίζεται. Από την άλλη πάλι η ψυχή ταλαιπωρείται εσωτερικά από τα πάθη και τις συγκρούσεις τους, που της δημιουργούν τύψεις, αθυμία, πόνο, θυμό, ταραχή, ανησυχία. Που λοιπόν θα μπορέσει ν' ακουμπήσει λυτρωτικά η ψυχή με όλα αυτά; Ποιος θα της δώσει ειρήνη και ανάπαυση; Ποιος έχει τη δυνατότητα να της έμπνευση ηρωισμό και καρτερία για τα εξωτερικά προβλήματα, αλλά και να την λύτρωση από τις εσωτερικές συγκρούσεις των παθών και τις τύψεις; Ποιος;... Ξέρεις άλλον από τον Κύριο μας, τον Ιησού;

Π' αυτό λοιπόν νύχτα και μέρα αναζήτη με πόνο και πόθο τον Κύριο. Αναζήτησε Τον μέχρι να Τον βρεις και να Τον απόκτησης. Που θα τον αναζήτησης όμως; Ψάξε σ' όλα τα σημεία της γης- ζήτησε Τον στα πέρατα του κόσμου- ζήτησε Τον στα πλούτη, στη δόξα, στο σωματικό κάλλος, στις απολαύσεις και τις ηδονές... Πουθενά δεν θα Τον βρεις. Γιατί Εκείνος σε κρατά ολόκληρο μέσα στα χέρια Του, κι εσύ δεν το γνωρίζεις. Βρίσκεται όλος μέσα σου, κι ούτε αυτό το νιώθεις. Η Βασιλεία του ουρανού μέσα σου είναι, μην την ψάχνεις σ' άλλους τόπους.

#### Καύχσις και αυτοέπαινος

Ζητάς με πάθος και μανία τον έπαινο, την αναγνώριση και τη δόξα των ανθρώπων. Έκτος από τον Θεό, τον πάντων ποιητή, κανείς άλλος δεν είναι άξιος επαίνου και δόξης, «Μη καυχάσθω ο φρόνιμος εν τη φρονήσει αυτού. και μη καυχάσθω ο δυνατός εν τη δυνάμει αυτού, και μη καυχάσθω ο πλούσιος εν τω πλούτῳ αυτού, ἀλλ' εν τούτῳ καυχάσθω ο καυχώμενος. συνιῆν και γινώσκειν τον Κύριον και ποιῆν κρίμα και δικαιοσύνην εν μέσω της γης» (Α' Βασιλ. 2. 10).

Σε καμιά περίπτωση να μην αυτοεπαινείσαι αλλά και να μη ζητάς τον έπαινο των άλλων. Ούτε να ζηλεύεις εκείνους που επαινούνται από τους ανθρώπους. Αληθινά συνετός είναι εκείνος που επαινείται από τον Θεό και δοξάζεται από τον Θεό. «Ο καυχώμενος, εν Κυρίῳ καυχάσθω» (Α' Κορ. 1. 31). Μην αναπαύεσαι στους επαίνους των ανθρώπων. Στον Θεό αναζήτησε την αληθινή ανάπαυση. Όλα τα ανθρώπινα είναι πρόσκαιρα και μεταβλητά. Όλα τα θεία είναι αιώνια και αμετάβλητα Φρόντιζε για τη δόξα μόνο του Θεού, και ο Θεός θα σε δοξάσει. Αν φροντίζεις για τη δική σου δόξα, η χάρις του Θεού θα σ' εγκαταλείψει. «Μη ημίν. Κύριε, μη ημίν. ἀλλ' ἡ τῷ ὀνόματι σου δος δόξαν»(Ψαλμ. 113.9).

«Οι μακαρίζοντες υμάς πλανώσιν υμάς και τον τρίβον των ποδών υμών ταρασσούσα (Ησ. 3. 12). Διότι από τους επαίνους γεννάται η φιλαυτία· από τη φιλαυτία η υπερηφάνεια και η οίησης· κι απ' αυτές η πλήρης από τον Θεό αποξένωσις. Καυχήθηκε ο Δαβίδ για τα πλήθη του λάου του, και τον είδε ν' αφανίζεται από το φοβερό θανατικό. Καυχήθηκε ο Εζεκίας για τα πλούτη του, κι έχασε όλους τους θησαυρούς του. Καυχήθηκε ο Ναβουχοδονόσορ για τη Βαβυλώνα του, κι έχασε τα λογικά του. Καλύτερα να μην κάνης τίποτε αξιόλογο και να είσαι γι' αυτό ταπεινός, παρά να καυχάσαι για τις όποιες επιτυχίες σου. Ο Φαρισαίος έκανε καλά έργα, αλλά όταν καυχήθηκε γι' αυτά καταστράφηκε. Ο τελώνης δεν έκανε τίποτε καλό, σώθηκε όμως με την ταπεινώση του. Διότι όπως είπε ο Κύριος, «κατέβη ούτος δεδικαιωμένος εις τον οίκον αυτού η γαρ εκείνος» (Λουκ. 18. 14).

Μη φανερώνεις τα έργα σου για να μη λαβής εδώ στη γη τον μισθό σου από τους ανθρώπους



πού θα σ' επαινέσουν. Απόκρυψε τα με τη σιωπή και άφησε να τα γνωρίζει μόνον ο Θεός, πού θα σε αμείψει στον ουρανό. Εάν εσύ σιωπάς για τον εαυτό σου, ο Θεός θα φωνάξει για σένα. Από τον Θεό θα γνωρίσουν και οι άνθρωποι τα καλά σου έργα και θα σε επαινέσουν. «Έγκωμιαζέτω σε ο πέλας και μη το σον στόμα» (Παροιμ. 27. 1).

Κοίτα παραλογισμός; Τα αναρίθμητα κακά έργα σου δεν θέλεις σε κανένα να τα κοινοποιήσης. Κι ένα μικρό καλό σ' όλους το λες, για να θρέψης με τους επαίνους πού θ' ακούσης τη ματαιοδοξία σου. Δεν σου είναι αρκετό πού το καλό αυτό έργο είναι γνωστό και ευπρόσδεκτο στον Θεό; Άλλοι έκαναν πλήθος αγαθοεργιών: Σκόρπισαν την περιουσία τους στους φτωχούς, φώτισαν τον κόσμο, έσωσαν πολλές ψυχές. Και όμως δεν καυχήθηκαν για όλ' αυτά. Κι εσύ πού δεν έκανες κάτι σπουδαίο, κομπάζεις ασυλλόγιστα με το τίποτα; «Λέγεις ότι πλούσιος ειμί και πεπλούτηκα και ούδενος χρείαν έχω, - και ουκ οιδας ότι συ ει ο ταλαίπωρος και ελεεινός και πτωχός και τυφλός και γυμνός» (Άποκ. 3. 17). Διότι δεν έχεις τίποτε δικό σου. Όλα είναι δώρα του Θεού, και ο υλικός πλούτος και τα πνευματικά χαρίσματα. «Ως ακάθαρτοι πάντες ημείς, ως ράκος αποκαθήμενης πάσα η δικαιοσύνη ημών» (Ηο. 64. 6). Γι' αυτό και ο Κύριος μας παραγγέλλει: «Όταν ποιήσητε πάντα τα διαταχθέντα υμίν λέγετε ότι δούλοι αχρείοι έσμεν, ότι ο ωφειλομεν ποιήσαι πεποιήκαμεν» (Λουκ. 17. 10).

Γιατί ζητάς να σ' επαινέσουν οι άλλοι για ένα καλό σου έργο; Το καλό παραμένει πάντα καλό έστω κι αν κανείς δεν το επαινεί. Το κακό παραμένει κακό έστω κι αν κανείς δεν το κατηγορεί. Αν όλοι οι άνθρωποι σε επαινούν, τίποτε δεν θ' απόκτησης. Αν κανείς δεν σε επαινέσει, τίποτε δεν θα στερηθείς. Δεν κάνεις το καλό για ιούς ανθρώπους, μα για τον Θεό. Σου αρκεί λοιπόν του Θεού η αμοιβή.

Όταν είσαι ευτυχισμένος και τιμημένος από τους ανθρώπους, μην ενθουσιάζεσαι. Και όταν είσαι δυστυχισμένος και περιφρονημένος, μην απελπίζεσαι. Και στην πρώτη και στη δεύτερη περίπτωση δείξε μετριοπάθεια και σύνεση. Γιατί στην παρούσα ζωή όλα είναι μεταβλητά. Για όλα λοιπόν να δοξάζεις τον Θεό και όλα να τα αποδέχεσαι ως προερχόμενα απ' Αυτόν και το άγιο θέλημα Του.

### Η ανθρώπινη δόξα

Η δόξα των ανθρώπων σου στερεί τη δόξα του Θεού. Μη γλυκαίνεσαι με την τιμή του κόσμου τούτου, για να μην πικραθείς ξαφνικά κι αναπάντεχα από την ατίμωση του κόσμου τούτου. Γιατί, σ' αυτή τη γη, τη δόξα ακολουθεί συνήθως η ατίμωσις. Μετά την ευδαιμονία έρχεται ή δυστυχία, μετά την ευφροσύνη η θλίψις, μετά τη χαρά ο πόνος, μετά τη ζωή ο θάνατος. Όλα μεταβάλλονται, όλα έρχονται και παρέρχονται, εκτός από τον αιώνιο Θεό και την αιώνια δόξα Του.

Οι Ιουδαίοι τιμήσαν και υποδέχθηκαν τον Κύριο σαν βασιλιά, «μετά Βαΐων και κλάδων». Και μετά από λίγο Τον ατίμωσαν, Τον εχλεύασαν, Τον ερράπισαν... Πρώτα γονάτισαν μπροστά Του και Τον προσκύνησαν. Κι έπειτα Τον άρπαξαν και Τον οδήγησαν στον Σταυρό. Τη μια μέρα ζητωκραύγαζαν «ωσαννά, ευλογημένος ο ερχόμενος εν ονόματι Κυρίου!» Και την άλλη παραληρούσαν «σταυρωθήτω!» Αυτοί είναι οι άνθρωποι. Κι αυτή είναι η δόξα της γης.

Όταν ευημερείς οι άνθρωποι σε ήμουν και σε δοξάζουν. Όταν δυστυχήσεις σ' εγκαταλείπουν και σ' αποστρέφονται. Όταν όλοι τιμούσαν και θαύμαζαν τον Κύριο, οι απόστολοι ήταν δίπλα Του. Την ώρα του πάθους Του όμως Τον εγκατέλειψαν κι έφυγαν μακριά Του.

Όσο μεγαλύτερη είναι η δόξα τόσο μεγαλύτερος και ο φόβος. Εκείνοι πού ορειβατούν στις επικίνδυνες βουνοκορφές των τιμών, διατρέχουν περισσότερους κινδύνους από εκείνους πού βαδίζουν με σιγουριά στις ομαλές πεδιάδες της ασημότητας. Τα ύψη της τιμής

διαδέχονται τα βάραθρα της ατιμίας και του ονειδισμού, είτε εδώ από τους ανθρώπους είτε εκεί από τους δαίμονες. «Όσα εδόξασεν εαυτήν..., τοσούτον δοτέ αυτή βασανισμόν και πένθος», διατάσσει ο άγγελος της Αποκαλύψεως για την νοητή Βαβυλώνα (Αποκ. 18. 7). Όσο λοιπόν περισσότερο σε τιμούν, τόσο θεώρησε τον εαυτό σου ανάξιο της τιμής, και κράτησε σταθερά μέσα στην καρδιά σου το φρόνημα της ταπεινώσεως. Θυμήσου τον θάνατο πού τους εξισώνει όλους, πλουσίους και φτωχούς, άρχοντες και υποτακτικούς, ένδοξους και άσημους, σοφούς και μωρούς, ανδρείους και αδυνάτους. Όλοι κλείστηκαν μέσα σ' ένα μικρό μνήμα.

### Υπερηφάνεια

Θυμήσου ότι από μόνη την υπερηφάνεια ένας άγγελος έπεσε από τον ουρανό. Και από άγγελος έγινε διάβολος.

Μην είσαι κι εσύ υπερήφανος και υψηλόφρων, για να μη γίνεις όμοιος με τους δαίμονες. Να είσαι ταπεινός και πράος, και θα γίνεις όμοιος με τους αγγέλους. Τότε θα ευλογηθείς από τον Κύριο: «Επί τίνα επιβλέψω, άλλ' η επί τον ταπεινόν και ήσύχιον και ιρέμονιά μου τους λόγους;» ( Ησ. 66. 2).

Δεν υπάρχει τίποτε πιο βδελυκτό στον Θεό, αλλά και στους ανθρώπους, από την υπερηφάνεια και την οίηση. Και δεν υπάρχει τίποτε πιο προσφιλές και ευχάριστο από την πραότητα και την ταπεινοφροσύνη.

Η υπερηφάνεια, είναι θυγατέρα της αλογίας, της αγνωσίας και της πνευματικής τυφλώσεως. Ενώ από την αληθινή γνώση προέρχεται η ταπεινωσις. Αν γνώριζες πραγματικά τον εαυτό σου δεν θα ήσουν υπερήφανος. Η έλλειψις της αυτογνωσίας σε οδηγεί στην υπερηφάνεια. Συνειδητοποίησε τουλάχιστον ότι «Κύριος υπερηφάνους αντιτάσσεται, ταπεινοίς δε δίδωσι χάριν» (Παροιμ. 3. 34). Από τον ταπεινό ο Κύριος και το πιο ασήμαντο δώρο το δέχεται, από τον υπερήφανο και το πιο μεγάλο το αποστρέφεται. Πιο αρεστός είναι στον Θεό ο ταπεινός αμαρτωλός από τον υπερήφανο δίκαιο. «Ακάθαρτος παρά Θεώ πάς υψηλοκάρδιος» (Παροιμ. 16. 5).

Μέσα στη ροή της ανθρώπινης ιστορίας, πάντοτε ο Κύριος αποστράφηκε τους υπερήφανους και δέχθηκε τους ταπεινούς. «Καθείλε δυνάστας από θρόνων και ύψωσε ταπεινούς· πεινώντας ενέπλησεν αγαθών και πλουτούντας εξαπέστειλε κενούς» (Λουκ. 1. 52-53). Αποστράφηκε τους σοφούς φιλοσόφους και τους υψηλόφρονες Φαρισαίους και επέλεξε για διαδόχους Του τους άσημους και αγράμματους ψαράδες. Αποστράφηκε τους πλουσίους και ευγενείς άρχοντες και διάλεξε για επίγειους γονείς Του τον φτωχό μαραγκό Ιωσήφ και την ταπεινή Μαριάμ. Ας μην υπερηφανεύεται λοιπόν κανείς για τους επιφανείς προγόνους του. Ένα κοινό πρόγονο έχουμε όλοι, τον παραβάτη και εξόριστο Αδάμ. Η κληρονομιά όλων μας είναι χώμα και λάσπη. Από τη γη πλασθήκαμε και στη γη θα επανέλθουμε.

Αν έχεις κάποιο ανώτερο αξίωμα, μην υψηλοφρονείς και μην εξουθενώνεις τους υφισταμένους σου. Ο ανώτερος απ' όλους τους ανθρώπους και όλη την κτίση, ο δημιουργός σου και δημιουργός του παντός Κύριος, σου έδωσε το παράδειγμα της ταπεινώσεως. Πήρε δούλου μορφή και «εταπεινώσεν εαυτόν γενόμενος υπήκοος μέχρι θανάτου, θανάτου δε σταυρού» (Φιλιππ. 2. 8). Όλα τα αξιώματα και όλα τα επίγεια αγαθά θα μείνουν εδώ, κι εσύ θα πας εκεί πού αυτά δεν θα έχουν καμμιά αξία, αλλά ο καθένας θα αμειφθεί από τον Κύριο κατά τα έργα του. Γι' αυτό «όσο μέγας ει, τοσούτο ταπεινού σεαυτόν, και έναντι Κυρίου ευρήσεις χάριν» (Σοφ. Σειράχ 3. 18).

«Υπερήφανοι παρηγόμουν έως σφόδρα, από δε του νόμου σου ουκ εξέκλινα» (Ψαλμ, 118.

51). Ο υπερήφανος δεν ακολουθεί ποτέ την ευθεία οδό του Κυρίου, αλλά τη δαιμονική οδό της παρανομίας. Τίποτε άλλο δεν απομακρύνει τόσο από τον Θεό, όσο η υπερηφάνεια και ο εγωισμός. Πίσω από κάθε πτώση βρίσκεται κρυμμένη ή υπερηφάνεια. Και πίσω από τα πνευματικά αγαθά, πού συνάζεις με τόσο κόπο, πάλι ή ίδια είναι κρυμμένη, για να σου τα σκορπίσει. Κάνεις ελεημοσύνες, και υπερηφανεύεσαι για τη φιλόανθρωπη καρδιά σου. Συγκρατείς τον θυμό σου, και υπερηφανεύεσαι για την αοργησία σου. Νηστεύεις και αγρυπνείς, και υπερηφανεύεσαι για τον ασκητικό ζήλο σου. Έτσι όμως αποβαίνουν μάταια όλα τα έργα και όλοι οι κόποι σου, όπως μάταια ήταν και για τον Φαρισαίο τα καλά του έργα, πού του τα σκόρπισε η υπερηφάνεια.

Όσες αρετές κατόρθωσες χωρίς τον νου, αυτές μόνο είναι δικές σου, αφού ο νους σου είναι δώρο του Θεού. Όσα σπουδαία πράγματα κατασκεύασες χωρίς τη χρήση των μελών του σώματος σου, αυτά μόνο οφείλονται σε σένα, αφού το σώμα σου είναι δημιούργημα του Θεού. Όσα κατορθώματα πέτυχες πριν γεννηθείς, γι' αυτά μόνο σου ανήκει έπαινος, αφού τα μετά τη γέννηση σου, καθώς επίσης και αυτή τη γέννηση, σου τα χάρισε ο Θεός. Λοιπόν, τι έχεις δικό σου για να υπερηφανεύεσαι;

Η υπερηφάνεια είναι ένα πολυκέφαλο τέρας, πού κλείνει στα σπλάγχνα του όλα τα πάθη και όλες τις κακίες. Αυτή γεννά τον θυμό, την κατάκριση, τον φθόνο, τη μνησικακία, την υποκρισία, την ασπλαχνία, τη βλασφημία, την εξουδένωση του πλησίον, την ισχυρογνωμοσύνη, την προπέτεια, την απείθεια στον νόμο του Θεού. Στο τέλος μάλιστα οδηγεί στην πλήρη απιστία, στην αποστασία, στη συμμαχία με τους δαίμονες και στην παραφροσύνη.

Θέσεις με ειλικρίνεια να νικήσεις την υπερηφάνεια, πού μόνη αυτή φτάνει για να χάσης τη βασιλεία των ουρανών; Να τι πρέπει να κάνης:

Ν' αγαπήσεις τη σιωπή.

Να ζεις στην αφάνεια, αποκρύπτοντας από τους ανθρώπους τα καλά έργα και τους πνευματικούς κόπους σου.

Να σηκώνεις αγόγγυστα τους έλεγχους, τις ατιμίες, τις λοιδορίες και την περιφρόνηση των ανθρώπων, καθώς και τα παιδαγωγικά ραπίσματα του Θεού.

Να θυμάσαι τα πολλά σου αμαρτήματα και να συντρίβεσαι γι' αυτά.

Να μελετάς και να θαυμάζεις τα υπερφυσικά κατορθώματα των αγίων του Θεού.

Να καλλιεργείς την εσωτερική αυτομεμψία.

Ν' αποφεύγεις τους επαίνους σαν τη φωτιά.

Τέλος, να κρατάς πάντοτε στον νου σου τη μνήμη του φοβερού δικαστηρίου του Κυρίου, εκεί πού όλοι οι υπερήφανοι θα ταπεινωθούν οριστικά.

#### Ταπεινώσις

Ικέτευε ακατάπαυστα τον Κύριο να σ' αξίωση ν' ανταποκριθείς στο θείο κάλεσμα Του: «Δεύτε προς με πάντες οι κοπιώντες και πεφορτισμένοι, κάγω αναπαύσω υμάς. Άρατε τον ζυγόν μου έφ' υμάς και μάθετε απ' εμού, ότι πρᾶος ειμί και ταπεινός τη καρδία, και ευρήσετε ανάπαυσιν ταις ψυχαίς υμών» (Μαθ. 11. 28-29). Πουθενά δεν θα βρεις τόση ανάπαυση, όση μέσα στην ταπεινώση. Πουθενά δεν θα βρεις τόση ταραχή, όση μέσα στην υπερηφάνεια. Ταπεινώσου μπροστά σε όλους και θα υψωθείς από τον Κύριο. Άλλα και όταν υψωθείς από Εκείνον μείνε πάλι ταπεινός, για να μη χάσης τη χάρη Του, «Ταπεινώθητε ενώπιον του Κυρίου και υψώσει υμάς» (Ιακ. 4. 10).

Ο Θεός σε τράβηξε από την ανυπαρξία και σ' έφερε στο φως της ζωής. Η ύπαρξις δεν είναι κατορθώμα δικό σου. Ούτε γνωρίζεις πού θα βρεθείς μετά την πρόσκαιρη παραμονή σου σ'

αυτή τη γη. Ταπεινώσου. λοιπόν. Και μαζί με τον προφήτη λέγε πάντοτε: «Κύριε, ουχ υψώθη η καρδιά μου. ουδέ εμετεωρίσθησαν οι οφθαλμοί μου, ουδέ επορεύθην εν μεγάλοις, ουδέ εν θαυμασίοις υπέρ εμέ» (Ψαλμ. 130. 1). Και ακόμα: «Εγώ δε ειμί σκώληξ και ουκ άνθρωπος, όνειδος ανθρώπων και εξουθένημα λαού» (Ψαλμ. 21, 7). Χωρίς τη βοήθεια του Θεού τίποτε δεν μπορείς να κάνης. Και όλα Όσα έχεις στον Θεό ανήκουν και από Εκείνον τα πήρες δωρεάν. Λοιπόν; «Τι έχεις ο ουκ έλαβες; ει δε και έλαβες, τι καυχάσαι ως μη λαθών;» (Α' Κορ. 4. 7).

Χωρίς τη χάρη του Θεού δεν είσαι τίποτα περισσότερο από ένα ξερό καλάμι, ένα άκαρπο δέντρο, ένα άχρηστο κουρελόπανο, σκεύος αμαρτίας, δοχείο παθών. Όλα τα καλά πού έχεις μέσα σου είναι της χάριτος του Θεού. Δικό σου είναι μόνο τα πάθη και οι αμαρτίες. Η μετάνοια, η συντριβή και το πένθος για τις αμαρτίες είναι η αρχή της ταπεινώσεως. Και όταν Βάλης αρχή στην ταπεινώση, τη γνήσια και ειλικρινή, το πρώτο πράγμα πού θα αισθανθείς θα είναι το μίσος προς κάθε έπαινο και κάθε ανθρώπινη δόξα. Έπειτα θα εξοριστούν σταδιακά από μέσα σου ο θυμός, η οργή, η μνησικακία, ο φθόνος και όλα τα κακά. Έστερα θ' αρχίσεις να θεωρείς τον εαυτό σου ως τον αμαρτωλότερο όλων των ανθρώπων και άξιο της κολάσεως. Αυτή η συνειδησις όμως θ' αυξάνει και θα τρέφει την ταπεινώση, κι έτσι όλο και περισσότερο θα προχωρείς προς την κατάκτηση της κορυφής αυτής της θείας αρετής.

Όποιος γνώρισε πραγματικά τον εαυτό του έκανε την αρχή για την απόκτηση της ταπεινώσεως, Γιατί είδε το μέγεθος της αδυναμίας του αλλά και τον βόρβορο πού κρύβει μέσα της η ψυχή του. Απελπισμένος τότε από τον εαυτό του, στράφηκε «συντετριμμένος και τεταπεινωμένος» προς τον Θεό ζητώντας ακατάπαυστα το έλεος Του.

Να λοιπόν με ποίον τρόπο, λένε οι Πατέρες, θα διαπίστωσης αν άρχισες ν' αποκτάς τη μακαριά ταπεινώση: αν κυριευθείς από μόνιμο και φλογερό έρωτα της προσευχής.

Τι είναι λοιπόν ταπεινώσις; Είναι, όπως είπε κάποιος άγιος, η γνώσις του εαυτού σου και της μηδαμινότητος σου. Και ο δρόμος πού οδηγεί στην ταπεινώση είναι οι σωματικοί κόποι, πού γίνονται με επίγνωση του σκοπού τους, το να θεωρείς ειλικρινά τον εαυτό σου χειρότερο απ' όλους τους ανθρώπους και, περισσότερο ακόμη, κάτω απ όλη την κτίση, καθώς και η αδιάλειπτη προσευχή. Αυτός ο δρόμος φέρνει στην ταπεινώση. Η φύσις της ταπεινώσεως όμως είναι θεϊκή και ακατάληπτη. Γι' αυτό και κανείς δεν μπορεί να σε διδάξει με λόγια το πώς δημιουργείται και αναπτύσσεται στην ψυχή, αν δεν το διδαχθείς νοερά από τον Κύριο και από την πείρα του πνευματικού αγώνος σου.

Γιατί οι σωματικοί κόποι οδηγούν στην ταπεινώση; Διότι οι κόποι ταπεινώνουν το σώμα. Και όταν ταπεινώνεται με επίγνωση το σώμα, ταπεινώνεται και η ψυχή.

Γιατί το να θεωρεί κανείς τον εαυτό του κάτω απ' όλη την κτίση οδηγεί στην ταπεινώση; Διότι όταν τοποθετηθείς εσωτερικά έτσι. είναι αδύνατο να θεώρησης τον εαυτό σου καλύτερο από τον αδελφό σου ή να υπερηφανευθείς για κάτι ή να κατακρίνεις ή να εξουθενώσεις κάποιον.

Και γιατί η αδιάλειπτη προσευχή οδηγεί στην ταπεινώση; Διότι, αν κοιτάξεις στα βάθη της ψυχής σου, θα δεις ότι κανένα καλό δεν έχεις και ότι τίποτε δεν μπορείς να κατορθώσεις χωρίς τη βοήθεια και τη χάρη του Θεού. Και τότε δεν θα κουραστείς να Τον ικετεύεις να σ' ελεήσει και να σε σώσει. Κι αν κατορθώσεις κάτι, γνωρίζεις καλά ότι στη δύναμη του Θεού το οφείλεις και όχι στη δική σου δύναμη Και ταπεινώνεσαι βαθιά, τρέμοντας μήπως χάσης τη Βοήθεια και τη χάρη του Θεού. Κι έτσι με ταπεινώση προσεύχεσαι και με την προσευχή ταπεινώνεσαι και προοδεύεις πνευματικά Τέτοια ταπεινώση είχαν οι άγιοι. Αυτή η ταπεινώσις, μας διδάσκει ο αββάς Δωρόθεος, είναι η τέλεια ταπεινώσις και αναπτύσσεται

στην ψυχή σαν φυσικό αποτέλεσμα της ακριβούς τηρήσεως των εντολών του Κυρίου.

#### Ανθρώπινη μηδαμινότητα και αδυναμία

Κράτησε μόνιμα μέσα στον νου σου ότι «εν ανομίαις συνελήφθης και εν αμαρτίαις εκίσσησε σε η μήτηρ σου» (πρβλ Ψαλμ. 50. 7). Η ύπαρξίς σου είναι συνυφασμένη με την αμαρτία, από τη στιγμή της συλλήψεως σου. Γι' αυτό μη νομίζεις πώς έχεις την παραμικρή αξία. «Ει γαρ δοκεί ης είναι τι μηδένων, εαυτόν φρεναπατά» (Γαλ. 6. 3).

Μην περιμένεις να νικήσεις με τις δικές σου δυνάμεις την αμαρτία, Γιατί από τη γέννησή σου έχεις τεθεί κάτω από τον ζυγό της, είσαι δούλος της. Θα ελευθερωθείς απ' αυτήν μόνο αν η χάρις του Θεού σε ενισχύσει. Και αυτήν ακόμη την καλή προαίρεση πρέπει να την διεγείρει μέσα σου ο Κύριος με τη χάρη Του. Αν η πηγή δεν αναβλύσει νερό, το ποτάμι στερεύει. Αν η θεία χάρις δεν ενεργήσει, ο άνθρωπος πνευματικά στερεύει.

Ο Κύριος είναι η κληματαριά. Εσύ το κλαδί. Όσο είσαι ενωμένος με την κληματαριά, θα καρποφορείς καρπούς αγαθούς. Όταν αποκοπής από τον Κύριο θα ξεραθείς και θα λιώσεις. «Καθώς το κλήμα ου δύναται καρπὸν φέρειν ἄφ' εαυτοῦ, εἰ μὴ μείνη ἐν τῇ ἀμπέλω, οὕτως οὐδὲ υμεῖς, εἰ μὴ ἐν ἐμοὶ μείνητε. Εγὼ εἰμὶ ἡ ἀμπελος, υμεῖς τὰ κλήματα. Ο μὲνων ἐν ἐμοὶ κἀγὼ ἐν αὐτῷ, οὗτος φέρει καρπὸν πολὺν, ὅτι χωρὶς ἐμοῦ ου δύνασθε ποιεῖν οὐδέν» (Ιω. 15. 4-5), λέει ο Κύριος. Κανένα καλό δεν μπορεί να είναι καλό εάν δεν γίνεται με τον Θεό και για τον Θεό.

Κανένα καλό δεν γίνεται χωρίς τη βοήθεια του Θεού και κανένα κακό χωρίς την ανοχή του. Όλα Εκείνος τα έπλασε και όλα Εκείνος τα κυβερνά. Ο Θεός, βέβαια, δεν είναι βοηθός του κακού αλλά του καλού. Παραχωρεί όμως και ανέχεται να κάνουμε το κακό γιατί σέβεται το αυτεξούσιο μας. Άλλοτε, κατά την πάνσοφη κρίση Του, εμποδίζει την τέλεση του κακού, άλλοτε συμπαρίσταται στο καλό και άλλοτε εμποδίζει και αυτό το καλό, ώστε και στις δυο περιπτώσεις, και στο κακό και στο καλό, να δοκιμασθεί η ελεύθερη θέλησις του ανθρώπου και να φανεί η ισχύς και η εξουσία του εν Τριάδι Θεού. Διότι μ' αυτό τον τρόπο ο άνθρωπος συναισθάνεται την αδυναμία του και καταφεύγει σ' Εκείνον για Βοήθεια. Αποφεύγει έτσι την αυτοπεποίθηση και ταπεινώνεται.

«Εάν μη Κύριος οικοδόμησεν οίκον, εις μάτην εκοπίασαν οι οικοδομούντες- εάν μη Κύριος φύλαξῃ πόλιν, εις μάτην ηγρύπνησεν ο φυλάσων» (Ψαλμ. 126. 1). Ν' αγωνίζεσαι και ν' άγρυπνης για το καλό, αλλά χωρίς να στηρίζεσαι στον εαυτό σου. Να προσεύχεσαι ακατάπαυστα και με επιμονή στον Θεό και να ζητάς τη βοήθεια Του. Όλα τα έργα μας δεν εξαρτώνται τόσο από μας, όσο από το έλεος του Θεού. Και δεν έχουν καμιά αξία, όσο κι αν εμείς τα θεωρούμε σπουδαία, αν δεν τα καταξίωση η ευλογία και η έγκρισις του Θεού.

«Πάσα δόσις αγαθή και παν δώρημα τέλειον άνωθεν εστι καταβαίνον από του πατρός των φώτων» (Ιακ. 1. 17). Για να είσαι ταπεινός, κατανόησε την αδυναμία σου. Όλα είναι του Θεού. Όλα έγιναν από τον Θεό. Όλα ξεκινούν και όλα τελειώνουν στον Θεό. Όλοι οι κόποι σου χωρίς τη βοήθεια της χάριτος του Θεού είναι ιστός αράχνης. Κι εσύ, σε σύγκριση με το μεγαλείο του Θεού, μια μικρή αράχνη. Ένα πλάσμα ασήμαντο. Αν μάλιστα δεν έχεις ταπεινώση, είσαι ακόμη πιο ασήμαντος, ένα μηδέν. Να θυμάσαι: Από την προκοπή σου στην ταπεινώση εξαρτάται η πρόοδος σου σε κάθε άλλη αρετή και η επιτυχία κάθε κάλου έργου σου.

#### Κατάκρισις

Λύτρωση από τις αμαρτίες σου ποτέ δεν θα βρεις, όσο δεν εφαρμόζεις την εντολή και την προειδοποίηση του Κυρίου: «Μη κρίνετε ίνα μη κριθήτε - εν ω γαρ κρίματι κρίνετε

κριθήσεσθε, και εν ω μετρώ μετρείτε μετρηθήσεται υμίν» (Ματθ. 7. 1-2). Ποτέ να μην κρίνεις, Γιατί ένας είναι μόνο ο Κριτής, πού θα κρίνει ζώντας και νεκρούς. Κοίτα μόνο τον εαυτό σου και τα έργα σου, για τα οποία θα κριθής. Δεν βλέπεις πόσες αμαρτίες έχεις; Πώς τολμάς λοιπόν να κατακρίνεις τον άλλον;

Μην κρίνεις αν δεν θέλεις να κατακριθείς. Μην κρίνεις, Γιατί είσαι κι εσύ ένοχος της ίδιας αμαρτίας. «Αναπολόγητος ει, ω άνθρωπε, πάς ο κρίνων εν ω γαρ κρίνεις τον έτερον, σεαυτόν κατακρίνεις τα γαρ αυτά πράσσεις ο κρίνων» (Ρωμ. 2. 1).

Ερεύνησε και καλλιέργησε τον εαυτό σου, και μην ασχολείσαι με τα ξένα αμαρτήματα. Δεν θα δώσεις λόγο στον Θεό γι' αυτά, αλλά για τα δικά σου. Σου ζήτησε κανείς να παρατηρείς και να καταγραφής τις αμαρτίες των ανθρώπων; Αντίθετα, έχεις υποχρέωση να παρακολουθείς τη δική σου πνευματική πορεία: Ευαρεστείς τον Κύριο; Εκτελείς τις εντολές Του; Ακολουθείς τα ίχνη Του; Μιμείσαι τη ζωή των αγίων; Είναι κάθε πράξις, κάθε λόγος, κάθε σκέψις σου αρεστά στον Θεό;

Ποιος, αλήθεια, είναι απαλλαγμένος από την αμαρτία;

Ποιος θα βρεθεί ανένοχος; Μήπως εσύ; Προφήτης του Θεού ήταν ο βασιλιάς Δαβίδ, κι όμως έβησε: «Εν ανομίαις συνελήφθην και εν αμαρτίαις εκίσσησε με η μήτηρ μου» (Ψαλμ. 50. 7).

Ο ένας είναι ένοχος σε τούτο, ο άλλος σ' εκείνο. Ο ένας στο μεγάλο, ο άλλος στο μικρότερο. Όλοι αμαρτωλοί, όλοι ένοχοι, όλοι άνομοι, όλοι αναπολόγητοι. Όλοι έχουμε ανάγκη από το έλεος του Θεού, όλοι ελπίζουμε στη φιλανθρωπία Του. Διότι «ου δικαιωθήσεται ενώπιον του Κυρίου πας ζων» (Ψαλμ. 142. 2).

Γι' αυτό μην κατακρίνεις αυτούς πού σφάλλουν. Μην σφετερίζεσαι το έργο του Θεού. Μην γίνεσαι αντίπαλος του Κυρίου, αρπάζοντας το αξίωμα πού κράτησε για τον εαυτό Του. Και με τα ίδια σου τα μάτια αν δεις κάποιον να αμαρτάνει, μην τον καταδικάσεις, μην τον κακολογήσεις, μην τον διασύρεις, μην τον εξουθενώσεις. Καταδίκασε τον διάβολο πού τον εξαπάτησε και τον έριξε στην αμαρτία. Αν όμως καταδικάσεις τον αδελφό σου, θα επιβεβαιώσεις τον μεγάλο και άλογο εγωισμό σου. Και πρόσεξε, γιατί θα πέσεις κι εσύ στο ίδιο αμάρτημα. Κατά κανόνα, όποιος κρίνει τον άλλον για κάτι, πέφτει κατόπιν στο ίδιο. Κάλυψε λοιπόν σπλαχνικά με τη σιωπή το σφάλμα του αδελφού σου. Κι αν μπορείς διόρθωσε τον με αγάπη και ταπείνωση. Αν δεν μπορείς, μείνε στη σιωπή σου και καταδίκασε τον εαυτό σου για τα δικά σου αμαρτήματα. Σου αρκούν αυτά.

«Τι βλέπεις το κάρφος το εν τω οφθαλμό του αδελφού σου, την δε εν τω σω οφθαλμό δοκόν ου κατανοείς;» (Ματθ. 7. 3). Τα μάπα σου πέφτουν πάντα στα ξένα αμαρτήματα και όχι στα δικά σου. Είσαι τυφλός όπως ο Φαρισαίος, πού έλεγε: «Ο Θεός, ευχαριστώ σοι ότι ουκ ειμι ώσπερ οι λοιποί των ανθρώπων, αρπαγές, άδικοι, μοιχοί, ή και ως ούτος ο τελώνης» (Λουκ. 18. 11). Να όμως πού δικαιώθηκε ο κατηγορούμενος και καταδικάσθηκε ο κατηγορος.

Σου θυμίζω ένα περιστατικό από το Γεροντικό, και κράτησε το στη μνήμη σου:

Πήγε κάποτε ο αββάς Ισαάκ ο Θηβαίος σε κάποιο μοναστήρι. Εκεί είδε έναν αδελφό να σφάλλει και τον κατέκρινε. Μόλις όμως έφυγε και βγήκε στην έρημο, παρουσιάσθηκε ένας άγγελος Κυρίου, στάθηκε μπροστά στην πόρτα του κελιού του και δεν τον άφηγε να μπει. Εκείνος τότε τον παρακαλούσε να του εξήγηση την αιτία. Και ο άγγελος του αποκρίθηκε: «Ο Θεός με έστειλε να σε ρωτήσω: Που προστάζεις να βάλω τον αδελφό πού έκρινες;»

Αμέσως ο αββάς Ισαάκ κατάλαβε το νόημα των λόγων του αγγέλου και του έβαλε μετάνοια λέγοντας: «Αμάρτησα, συγχώρησε με». Ο άγγελος τότε του είπε: «Σήκω, σε συγχώρησε ο Θεός. Και φυλάξου από δω και πέρα, να μην κρίνεις κανένα πριν τον κρίνει ο Θεός».

## Γέλιο και αργολογία

Μην παρασύρεσαι σε άκαιρο και αδιάκριτο γέλιο και σε αργολογία, για να μη σκορπίσεις ο,τι μάζεψες με κόπο Και δάκρυ. Το αδιάκριτο γέλιο διασκορπίζει όλα τα καλά που μαζεύτηκαν στην ψυχή. Απομακρύνει τη χάρη του Κυρίου, φονεύει τη μνήμη του θανάτου, φέρνει τη λησμοσύνη της φοβερής κρίσεως, ψυχραίνει τον αγωνιστικό ζήλο, σκοτιάζει τη συνείδηση, θλίβει τους αγγέλους, χαροποιεί τους δαίμονες. Το γέλιο είναι αίτιο της αυθάδειας, παραγωγός της αμαρτίας, χειραγωγός στην ασωτία, πρόδρομος κάθε πτώσεως. Το γέλιο είναι γνώρισμα φιλήδονης καρδιάς, φανέρωσις ψυχής δειλής και απόδειξις πνευματικής ανανδρίας,

Φυλάξου από το άκαιρο γέλιο, για να μη σου κλέψει τα δάκρυα, που προξενούν κάθε πνευματικό καλό. Φυλάξου από το γέλιο, για να μην αδειάσει η ψυχή σου από την αρετή, για να μη σε κυριεύσει πνευματική αδιαφορία, για να μην πέσεις στα δίχτυα του διαβόλου. Ο Χριστός μακαρίζει όχι αυτούς που γελούν, αλλά αυτούς που με επίγνωση κλαίνε και πενθούν: «Μακάριοι οι πενθούντες, ότι αυτοί παρακληθήσονται» (Ματθ. 5. 4). «Μακάριοι οι κλαίοντες νυν, οτι γελάσετε» (Λουκ. 6. 21). Μακάριοι είναι όσοι κλαίνε σ' αυτή τη ζωή για τις αμαρτίες τους και τις παιδαγωγικές δοκιμασίες του Θεού, που με ευγνωμοσύνη και υπομονή αποδέχονται. Αυτοί θα γελάσουν και θα χαρούν στη μέλλουσα ζωή.

Φυλάξου όμως και από την πολυλογία και αργολογία. Αν δεν είναι ανάγκη να μιλήσεις, μη λες τίποτα, έστω κι αν θες να πεις κάτι καλό. Γιατί από τα περίσσια λόγια συνήθως προέρχονται πολλά κακά. «Το περισσόν εκ του πονηρού». Συχνά αρχίζοντας από θεάρεστους λόγους καταλήγουμε σε αισχρολογίες, όρκους, συκοφαντίες, ψεύδη και κάθε πονηρό. Η πολυλογία τρέφει την κενοδοξία όπως το λάδι τη φωτιά. Η πολυλογία καλλιεργεί τη λήθη του Θεού και των αμαρτιών μας και σκορπίζει την κατάνυξη. Η πολυλογία ψυχραίνει την πνευματική θερμότητα και γεννά την πνευματική οκνηρία και την ακηδία. Η πολυλογία χαλαρώνει την προσοχή και αδυνατίζει την προσευχή.

Πρόσεξε λοιπόν να μη γίνεις εχθρός του εαυτού σου, Γιατί «θάνατος και ζωή εν χειρί γλώσσης, οι δε κρατούντες αυτής έδονται τους καρπούς αυτής» (Παροιμ. 18. 21).

Η σιωπή είναι η αρχή της καθάρσεως της ψυχής από τα πάθη. Άκοπα διδάσκει όλες τις εντολές. Ο απόστολος Ιάκωβος λέει: «Η γλώσσα μικρόν μέλος εστί και μεγαλαυχεί... ακατάσχετον κακόν, μεστή του θανατηφόρου. Εν αύτη ευλογούμεν τον Θεόν και πατέρα, και εν αύτη καταρώμεθα τους ανθρώπους τους καθ' ομοίωσιν Θεού γεγονότος... Ει τις εν λόγω ου πταίει, ούτος τέλειος ανήρ, δυνατός χαλιναγωγήσαι και όλον το σώμα» (Ιακ. 3. 5, 8-9,2). Ο λόγος θέλει πολλή προσοχή. Πρέπει να σκεφθείς σε ποιο χώρο και χρόνο μιλάς, για ποιο σκοπό, σε ποιους απευθύνεσαι, ποιο είναι το κίνητρο και ποια τα αποτελέσματα του λόγου σου. Πριν μιλήσεις να τα σκέπτεσαι όλα αυτά. Ο σιωπηλός τα σκέφθηκε. Και γι' αυτό σιώπησε.

Την ήμερα της Κρίσεως θα δώσεις λόγο έστω και για έναν ασήμαντο άσκοπο λόγο. Μας διαβεβαίωσε ο ίδιος ο Κύριος γι' αυτό: «Λέγω δε υμίν ότι πάν ρήμα αργό ο εάν λαλήσωσιν οι άνθρωποι, αποδώσουσι περί αυτού λόγον ενήμερα κρίσεως» (Ματθ. 12. 36). Γι' αυτό, ήδη πολλούς αιώνες πριν, ο προφήτης Δαβίδ παρακαλούσε τον Θεό: «Θου, Κύριε, φυλακήν τω στόματι μου και θύραν περιοχής περί τα χείλη μου. Μη εκκλίνης την καρδίαν μου εις λόγους πονηρίας» (Ψαλμ. 140. 3-4). Και άλλου: «Φυλάξω τας οδούς μου του μη αμαρτάνειν με εν γλώσση μου· εθέμην τω στόματι μου φυλακήν εν τω συστήναι τον αμαρτωλόν εναντίον μου. Εκωφώθην και εταπεινώθην και εσίγησα» (Ψαλμ. 38. 2-3).

«Επί των ποταμών Βαβυλώνας εκεί εκαθήσαμεν και εκλαύσαμεν εν τω μνησθήναι ημάς την Στων... Πώς άσωμεν την ωδήν Κυρίου επί γης αλλότριας;» (Ψαλμ. 136. 1, 4). Όπως οι

Εβραίοι στη Βαβυλώνα, έτσι κι εμείς είμαστε αιχμάλωτοι, πάροικοι και παρεπίδημοι σ' αυτή τη γη. Πατρίδα μας δεν είναι η πρόσκαιρη γη, αλλά η αιώνια νέα Σιών του ουρανού. Τώρα ζούμε στην κοιλάδα του κλαύθμωνος· αύριο ελπίζουμε να βρεθούμε στη χώρα της αιωνίας παρηγοριάς και της χαράς. Τώρα ζούμε στην εξορία· αύριο θα είμαστε στην αληθινή μας πατρίδα. «Ου γαρ έχομεν ὡδε μένουσαν πάλιν, ἀλλὰ τὴν μέλλουσαν ἐπιζητούμεν» (Εβρ. 13. 14).

Πώς λοιπόν γελάς ενώ είσαι αιχμάλωτος και εξόριστος «επί γης αλλοτρίας»; Κλάψε και θρήνησε πού είσαι μακριά από την αιώνια πατρίδα σου και ζήτησε με δάκρυα από τον Κύριο να μη σου τη στερήσει όταν θα έρθει η μεγάλη ώρα της επιστροφής...

«Ταλαιπωρήσατε και πενήθησατε και κλαύσατε· ο γέλως υμών εις πένθος μεταστραφήτω και η χαρά εις κατήφειαν» (Ιακ. 4. 9). Έχε βαθιά συναισθήση της αμαρτωλότητας σου, πένθησε, κλάψε. Το γέλιο σου κάνε το πένθος μετανοίας. Τη χαρά σου κάνε την θλίψη συντριβής. Δύο είναι οι πηγές, αλλά και οι θυγατέρες, του γέλιου και της ευτραπείας: η υπερηφάνεια και η φιληδονία, τα δυο πιο θανάσιμα πάθη. Φυλάξου λοιπόν απ' αυτά, για να μη διαπιστώσεις την πνευματική σου φτώχεια κατά την έξοδο της ψυχής σου. Τότε πού θα είναι πολύ αργά πια για να βοηθήσεις τον εαυτό σου.

#### Μετάνοια

ΝΑ ΚΡΑΤΑΣ αδιάκοπα την ψυχή σου σε κατάσταση μετανοίας και πένθους. Διαπίστωσε και τις πιο ασήμαντες αδυναμίες σου και πολέμησε τες. Αν αδιαφορήσεις για τις μικρές πτώσεις και τα μικρά αμαρτήματα, να είσαι βέβαιος ότι θα δεις κάποτε τον εαυτό σου ν' αδιάφορη και για τα μεγάλα. Από την πιο φευγαλέα και λεπτή αμαρτωλή σκέψη γεννιέται κάποτε το πιο σοβαρό αμάρτημα.

Αρχή της σωτηρίας είναι η αρχή της μετανοίας. Αρχή της μετανοίας είναι η απόχρη από την αμαρτία. Αρχή της αποχής από την αμαρτία είναι η καλή πρόθεση, η αγαθή προαίρεση. Η αγαθή προαίρεση γεννά τους κόπους. Οι κόποι γεννούν τις αρετές. Οι αρετές γεννούν την πνευματική εργασία. Η πνευματική εργασία, τέλος, όταν είναι συνεχής και επίμονη, μονιμοποιεί στην ψυχή την αρετή και την κάνει φυσική κατάσταση της. Όταν φθάσεις σ' αυτή την τελευταία βαθμίδα, λίγο θ' απέχεις από την ψηλάφηση του Θεού!

Άκουσε με πολλή προσοχή πώς ορίζει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος την αληθινή μετάνοια: Μετάνοια σημαίνει ανανέωσης του βαπτίσματος. Μετάνοια σημαίνει συμφωνία με τον Θεό για νέα ζωή. Μετάνοια σημαίνει οριστική απόχρη από την αμαρτία. Μετάνοια σημαίνει βαθιά συντριβή και ταπείνωση. Μετάνοια σημαίνει μόνιμη απομάκρυνση από κάθε σωματική απόλαυση. Μετάνοια σημαίνει διαρκής αυτοκατάκριση. Μετάνοια σημαίνει αδιαφορία για τα πάντα και ενδιαφέρον μόνο για τη σωτηρία της ψυχής σου. Μετάνοια σημαίνει έργα αρετής αντίθετα προς τις προηγούμενες αμαρτίες. Μετάνοια σημαίνει κάθαρση της σκοτισμένης συνειδήσεως. Μετάνοια σημαίνει θεληματική υπομονή όλων των θλίψεων, από ανθρώπους και από δαίμονες. Μετάνοια σημαίνει αυτοτιμωρίες και συνεχείς ταλαιπωρίες της σάρκας. Μετάνοια σημαίνει κάψιμο των αμαρτιών με τη φωτιά της αδιάλειπτης δακρύρροης προσευχής.

Όλα αυτά αποτελούν την αληθινή μετάνοια. Είναι όμως γνωρίσματα της δικής σου μετανοίας;

Αυτός ο κόσμος, πού ξέχασε τον Θεό, δεν είναι παρά κοιλάδα της αμαρτίας και λαβύρινθος του θρήνου. Δεν έχει τίποτε καλό, τίποτε αξιόπαινο. Παντού βασιλεύει η αμαρτία, η παρανομία, η αποστασία· αλλά και οι άφευκτες συνέπειες τους: ο πόνος, η θλίψη, ο



στεναγμός. «Πάσα κεφαλή εις πόνον και πάσα καρδιά εις λύπην. Από ποδών έως κεφαλής ουκ εστίν εν αύτω ολοκληρία... ουκ εστί μάλαγμα επιθήναι ούτε ελατον ούτε καταδέσμους» (Ησ. 1. 5). Γι αυτό εσύ, αδελφέ μου, «κατάγαγε ως χείμαρρους δάκρυα ημέρας και νυκτός· μη δως έκνηψιν σεαυτώ μη σιωπήσαιτο ο οφθαλμός σου» (πρβλ. θρην. Ίερεμ. 2.18).

Όλοι οι άγιοι έκλαψαν και πένθησαν πολύ, μετανοώντας για τις αμαρτίες τους, κι ας ήταν λιγότερες από τις δικές σου. «Έγενήθησαν τα δάκρυα αυτών αυτοίς άρτος ημέρας και νυκτός» και «το πόμα αυτών μετά κλαυθμού εκίρνων» (πρβλ. Ψαλμ. 41. 4 & 101.10). Και ο Κύριος έκλαψε, όχι γιατί είχε ανάγκη από τα δάκρυα της μετανοίας, αλλά για να θρηνήσει την αμετανοησία και τη σκληροκαρδία των ανθρώπων: «Ίδών την πόλιν (την Ιερουσαλήμ) εκλαυσεν έπ' αύτη, λέγων ότι ει εγνως και συ, και γε εν τη ήμερα σου ταύτη, τα προς ειρήνην σου! νυν δε εκρύβη από οφθαλμών σου» (Λουκ. 19. 41-42).

Πώς να μην κλάψεις όταν ή ζωή σου είναι γεμάτη από δοκιμασίες, θλίψεις, πόνο, συμφορές; «Ποία του βίου τρυφή διαμένει λύπης αμέτοχος; Ποία δόξα έστηκεν επί γης αμετάθετος; Πάντα σκιάς ασθενέστερα, πάντα ονειρών απατηλότερα· μία ροπή, και ταύτα πάντα θάνατος διαδέχεται». Πώς να μη θρηνήσεις όταν και την άλλη ζωή, την αιώνια, κινδυνεύεις να τη χάσης; Αυτή θα είναι η πιο μεγάλη συμφορά. Κανείς δεν ξέρει τι θα του συμβεί εκεί. Καμιά είδησης, καμιά πληροφορία... Θα έρθει σαν κλέφτης ο θάνατος, θα χωρισθεί ή ψυχή από το σώμα και θ' ακολουθήσει ο φοβερός τελωνισμός της από τα πονηρά πνεύματα. Ω, ποία ώρα τότε! θα πάει η ψυχή εκεί πού ποτέ δεν ήταν. Θα δη εκείνα πού ποτέ δεν γνώρισε. Θ' ακούσει όσα ποτέ δεν άκουσε.

Κλάψε, λοιπόν. Μετανόησε και προσκόμισε στον Κύριο τα δάκρυα σου σαν μύρο μετανοίας. Το δάκρυ καθαρίζει την ψυχή και την ξεπλένει από κάθε κηλίδα, λαμπικάρει τη συνείδηση, φωτίζει τον νου, σπάζει τα δεσμά των παθών, σχίζει τα χειρόγραφα της αμαρτίας. Κλάψε και θρήνησε με μετάνοια, για να ξεπλυθείς κι εσύ από τις αμαρτίες σου, για να καθαρίσεις τον ρύπο της ψυχής σου, για να θεραπευθείς από την πνευματική τύφλωση, για να πνίξεις στη θάλασσα των δακρύων τον νοητό διώκτη Φαραώ, για να σβήσεις με τους κρουούς των ματιών σου τη φλόγα της γεένης και ν' αξιωθείς της αιωνίας ζωής εν Χριστώ Ιησού τω Κυρίω ημών.

Μνήμη θανάτου και αδιαφορία για τα φθαρτά

«Ξένος και παρεπίδημος ει επί της γης» (πρβλ. Έβρ. 11. 13). Δεν θ' αργήσεις ν' αποδημήσεις από τον μάταιο τούτο κόσμο. Να θυμάσαι λοιπόν πάντοτε τον θάνατο, και τότε ούτε με τα παρόντα και πρόσκαιρα θα δεθείς, ούτε θ' αμαρτήσεις: «μιμήσκου τα έσχατα σου, και εις τον αιώνα ουχ αμαρτήσεις» (Σοφ. Σειρ. 7. 36).

Φέρνε συχνά στον νου σου με φόβο και τρόμο την ώρα της εμφανίσεως σου στο αδέκαστο κριτήριο του Θεού. Εκεί θα κριθούν όλοι δίκαια και απροσωπόληπτα, «Βασιλεύς ή στρατιώτης ή πλούσιος ή πένης». Εκεί θα βρίσκονται όλοι εξισωμένοι, γυμνωμένοι από τη δόξα, τον πλούτο, την εξουσία. «Έπελθών γαρ ο θάνατος, ταύτα πάντα εξηφάνισται». Η βασιλεία των ουρανών θα είναι ανοιχτή για όλους. Όμως «ου μη εισέλθη εις αυτήν πάν κοινον και ο ποιων βδέλυγμα» (Άποκ. 21. 27).

Αν πεθάνεις πριν πεθάνεις, δεν θα πεθάνεις όταν πεθάνεις! Αν δηλαδή πριν από τον Βιολογικό σου θάνατο γίνεις νεκρός ως προς την αμαρτία, τότε το τέλος της επιγειου ζωής σου δεν θα είναι θάνατος, αλλά μετάβασις σε μιαν άλλη ατελεύτητη και μακαριά ζωή. Θα μπορείς τότε, την ώρα της εξόδου σου, να πεις με παρηρησία στον Κύριο: «Έτοιμη ή καρδιά μου, ο Θεός, έτοιμη ή καρδιά μου. ασομαι και ψάλω εν τη δόξη μου» (Ψαλμ. 56. 8).

Μην αιχμαλωτίζεσαι από την πρόσκαιρη ομορφιά και μην παρασύρεσαι από τη σαρκική

επιθυμία. Κοίτα «εν τοις τάφοις κειμένην την κατ' εικόνα Θεού πλασθείσαν ημίν ωραιότητα, άμορφον, άδοξον, μη έχουσαν είδος». Γη και σποδός καταντά η ομορφιά του ανθρώπου. Και το δικό σου κάλλος θα μαραθεί σαν άνθος και θα χαθεί σαν σκιά.

Μη νομίζεις ότι ο θάνατος σου είναι μακριά. Μη σκέπτεσαι πώς έχεις ακόμα πολλά χρόνια ζωής. Όχι! Είναι δίπλα σου ο θάνατος και караδοκεί. Το δρεπάνι του αγγίζει κιόλας τις ρίζες του δένδρου της ζωής σου. Το δικαστήριο είναι έτοιμο για να σε κρίνει. Ο τάφος σου είναι ανοιχτός. Η γη σε περιμένει ανυπόμονα. Βλέπεις τους ανθρώπους γύρω σου καθημερινά να πεθαίνουν, ξεχνάς όμως ότι κάποια στιγμή θα βρεθείς κι εσύ στην ίδια θέση. «Τις έστιν άνθρωπος, ος ζήσεται και ουκ όψεται θάνατον; ρύσεται την ψυχήν αυτού εκ χειρός άδου;» (Ψαλμ. 88. 49). Πέθαναν οι Βασιλείς, οι κυβερνήτες, οι άρχοντες... Πέθαναν και οι προφήτες, οι απόστολοι, οι δίκαιοι, οι ιεράρχες, οι όσιοι, όλοι οι άγιοι. Κοινός κλήρος όλων ο θάνατος. Μην ξεχνιέσαι. Έρχεται και η δική σου σειρά.

Γι' αυτό κάθε μέρα, κάθε ώρα να είσαι έτοιμος γι' αυτή τη μεγάλη, τη φοβερή στιγμή. Φυλάκισε μέσα στο μυαλό σου τη μνήμη του θανάτου. Μην είσαι ποτέ αμέριμνος. Άκουσε τι μας λέει ο Κύριος: «Γρηγορείτε, ότι ουκ οίδατε ποια ώρα ο Κύριος υμών έρχεται... Γίνεσθε έτοιμοι, ότι η ώρα ου δοκειτε ο υιός του ανθρώπου έρχεται» (Ματθ. 24. 42, 44). Σαν τον κλέφτη θα έρθει ο θάνατος. Όταν δεν θα τον περιμένεις. Όταν θα έχεις παρασυρθεί από τις βιοτικές μέριμνες. Σ' αυτή τη θέση βρέθηκε εκείνος πού θέλησε να γκρεμίσει τις αποθήκες του και να χτίση μεγαλύτερες, εκείνος πού άκουσε το τρομερό: « Άφρον ταύτη τη νυκτί την ψυχήν σου απαιτούσιν από σου, α δε ητοιμάσας τινι έσται;» (Λουκ. 12. 20). Παρόμοια θ' ακούσει και κάθε άλλος άνθρωπος «θησαυρίζων εαυτώ. και μη εις Θεόν πλούτων» (Λουκ. 12. 21).

Ο θάνατος για τους δικαίους δεν είναι συμφορά, άλλ' αντίθετα απελευθέρωσις από την τυραννία των παθών και αιώνια πνευματική ένωσις με τον Κύριο. Η παρούσα ζωή και ο ακατάπαυστος πόλεμος των παθών συσσωρεύουν πολύ κόπο στην ψυχή. Ο κατά Θεόν θάνατος είναι ανάπαυσις της ψυχής από τους κόπους. Μη φοβάσαι λοιπόν τον θάνατο, μόνο να είσαι έτοιμος κάθε στιγμή για τον ερχομό του.

Πώς θα ετοιμαστείς για τον θάνατο; Αποφεύγοντας την αμαρτία και αγαπώντας τον Κύριο μ' όλη τη δύναμι της καρδιάς σου.

Δεν βρίσκω άλλο μεγαλύτερο κακό από την αμαρτία, Γιατί φέρνει τον χωρισμό και την αποξένωση από τον Κύριο. Δεν βρίσκω άλλο μεγαλύτερο καλό από την κάθαρση της ψυχής, πού οδηγεί στην ένωση με τον Θεό, στη Βασιλεία των ουρανών.

Δεν υπάρχει μεγαλύτερη δυστυχία από τον σωματικό θάνατο πού οδηγεί στην αιώνια κόλαση. Δεν υπάρχει μεγαλύτερη ευφροσύνη από τον σωματικό θάνατο πού οδηγεί στον παράδεισο, στα χέρια του Θεού.

Τι είναι λοιπόν θάνατος; Ο τέλειος χωρισμός από τον Θεό. Τι είναι λοιπόν ζωή; Η τέλεια ένωσις με τον Θεό.

Ανάπαυσις της ψυχής κοντά στον Κύριο

Όσο και ν' αναζητάς ανάπαυση και παρηγοριά ο' αυτόν τον πρόσκαιρο κόσμο δεν θα την βρεις. Την ειρήνη και την παρηγοριά μπορεί να τη δώσει στην ψυχή μόνον ο Κύριος, με τη χάρη Του. Όπως ο ίδιος είπε: «Ειρήνην αφήμι υμίν, ειρήνη την εμήν δίδωμι υμίν ου καθώς ο κόσμος δίδωσιν. εγώ δίδωμι υμίν» (Ιω. 14. 27).

Σκέψου, που και σε ποια γήινη απόλαυση θα βρεις την ειρήνη και την ανάπαυση; Που θα βρεις την εσωτερική γαλήνη και τη μόνιμη χαρά; Μήπως στη δόξα; Αλλά σήμερα είσαι τιμημένος και αύριο ατιμασμένος. «Πάσα δόξα ανθρώπου ως άνθος χόρτου· εξηράνθη ο

χόρτος, και το άνθος εξέπεσε» (Ησ. 40. 6-7). Αλλά μήπως στον πλούτο; Όχι μόνο ειρήνη και ανάπαυση δεν σου χαρίζει, άλλ' αντίθετα πολλή μέριμνα και ανησυχία και ανασφάλεια, μέρα και νύχτα. Οι άνθρωποι σε φθονούν και σε αντιπαθούν, κι εσύ πάλι δεν είσαι ποτέ ικανοποιημένος με όσα έχεις. Θέλεις ν' αποκτάς όλο και περισσότερα, ξεχνώντας πώς τίποτε απ' τον πλούτο σου δεν θα σου μείνει. Λέει ο πλούσιος: «Εύρον ανάπαυσιν και νυν φάγομαι εκ των αγαθών μου, και ουκ οίδε τις καιρός παρελεύσεται και καταλείψει αυτά ετέροις και αποθανείται» (Σοφ. Σειρ. 11. 19). «Καθώς εξήλθεν από γαστρός μητρός αυτού γυμνός, επιστρέψει του πορευθήναι ως ήκει, και ουδέν ου λήψεται εν μοχθώ αυτού, ίνα πορευθή εν χειρί αυτού... ώσπερ γαρ παρεγένετο, ούτω και απελεύσεται, και τις η περίσσεια αυτού, ή μοχθεί εις άνεμον;» (Εκκ/Υ 5.14-15). Μην ξεχνάς ακόμη πώς ο πλούτος γίνεται αφορμή για πολλές αμαρτίες και θανάσιμες πτώσεις, όπως διαπιστώνει και ο απόστολος: «Οι βουλόμενοι πλουτείν εμπίπτουσιν εις πειρασμόν και παγίδα και επιθυμίας πολλάς ανοήτους και βλαβερός, αίτινες Βυθίζουσι τους ανθρώπους εις όλεθρον και απώλειαν» (Α' Τιμ. 6. 9). Γι' αυτό τον λόγο και ο Κύριος αναφώνησε κάποτε με πόνο: «Πώς δυσκόλως οι τα χρήματα έχοντες εις την βασιλειαν του Θεού εισελεύσονται!... Ευκοπώτερον εστί κάμηλον δια τρυμαλιας ραφίδος εισελθειν ή πλούσιον εις την βασιλειαν του Θεού εισελθειν!» (Μαρκ. 10. 23,25). Τι θα προτιμήσεις, λοιπόν; Τον πρόσκαιρο πλούτο ή τη Βασιλεία του Θεού;

Αλλά μήπως θα βρεις γαλήνη και ανάπαυση στη σαρκική ηδονή; Ούτε εκεί υπάρχει. Η σαρκική αμαρτία - το ξέρεις καλά, αν τη δοκίμασες - συνοδεύεται από εσωτερική πικρία, ψυχικό βάρος, συνειδησιακό έλεγχο. Και όταν η ψυχή πωρωθεί, τότε επέρχεται η τελεία εγκατάλειψις από τον Θεό και η τελεία υποδούλωσις στη φιληδονία. Κανένα άλλο πάθος δεν υποδουλώνει τον άνθρωπο τόσο σκληρά και αναπόδραστα όσο αυτό. Κι αφού τον υποδουλώσει, γεννά μέσα του άπειρα άλλα κακά: τη σκληροκαρδία, την αναισθησία, την αποχαύνωση, τη Βλασφημία, την οργή, τέλος δε και την τελεία απιστία. Ο λόγος του Θεού δεν συγκινεί τις καρδιές των φιληδονων, Γιατί τ' αγκάθια του πάθους πνίγουν κάθε καλό σπόρο πού πέφτει μέσα τους: «...το δε εις τας άκανθας πεσόν, ούτοι εισιν οι ακούσαντες και υπο... ηδωνών του βίου πορευόμενοι συμπνίγονται και ου τελεσφορούσι» (Λουκ. 8. 14), εξηγεί ο Κύριος στην παραβολή του σπορέως.

Λοιπόν; Αν στη δόξα δεν υπάρχει ανάπαυσις· αν στον πλούτο δεν υπάρχει ανάπαυσις· αν στην ηδονή δεν υπάρχει ανάπαυσις· τότε πού θ' αναπαυθούμε; Ας ακούσουμε τον ψαλμωδό: «Εν εικόνι διαπορεύεται πας άνθρωπος, πλην μάτην ταρασσεται... Και νυν τις ή υπομονή μου; Ουχί ο Κύριος;» (Ψαλμ. 38. 7-8).

Η ελπίδα σου, η προσδοκία σου, η χαρά σου, η ανάπαυσις σου η παντοτινή είναι ο Κύριος. Ο ελεήμων και οικτίρμων και μακρόθυμος, ο πανάγαθος και φιλόανθρωπος, ο Θεός της ειρήνης, ο Θεός πάσης παρακλήσεως, ο Νυμφίος της ψυχής σου, πού της κράζει με πόθο: «Ιδού ει καλή, η πλησίον μου, ιδού ει καλή... έλευση και διέλευση από αρχής πίστεως...» (Ασμα 4.1, 8).

Κράτησε, αδελφέ μου, μέσα στην καρδιά σου και τα λόγια του Κυρίου προς την πολυμέριμνη Μάρθα: «Μάρθα, Μάρθα, μεριμνάς και τυρβάζει περί πολλά ενός δε εστί χρεία· Μαρία δε την αγαθή μερίδα εξελέξατο, ήτις ουκ αφαιρεθήσεται απ' αυτής» (Λουκ. 10. 41-42). Άφησε κι εσύ τις Βιοτικές μέριμνες. Κάθισε ταπεινά «παρά τους πόδας του Ιησού» και ανάπαυσε την ψυχή σου με τη θαλπωρή της θείας παρουσίας Του. Σου φτάνει αυτό. Υπάρχει μεγαλύτερος πλούτος; Υπάρχει μεγαλύτερη δόξα; Υπάρχει και μεγαλύτερη ηδονή;

Φιλαργυρία και ελπίδα στον Θεό

«Πλούτος εάν ρέει, μη προστίθεσθε καρδίαν» (Ψαλμ. 61. 11). Μη θαμπώνεσαι από τον πλούτο. Θαμπώσου από τη δόξα και την παντοδυναμία του Θεού, και στήριξε σ' Αυτόν κάθε ελπίδα σου. Μη δίνης την καρδιά σου στο χρυσάφι. Δώσε την στον Κύριο και μη φοβάσαι ούτε γι' αυτή τη ζωή ούτε για την άλλη.

Η τσιγκουνιά και η φιλαργυρία είναι σημάδια τόσο ολιγοπιστίας όσο και υπερηφάνειας. Ο πιστός και ταπεινός άνθρωπος είναι πάντα ελεήμων. Γνωρίζει πώς ο Θεός είναι πλούσιος, και ο πλούτος Του δεν τελειώνει ποτέ. Και ότι είναι πανάγαθος και μισθαποδότης, γι αυτό και δεν είναι δυνατό να τον εγκαταλείψει. «Νεώτερος εγενόμην και γαρ εγήρασα και ουκ είδον δίκαιον εγκαταλελειμμένον, ουδέ το σπέρμα αυτού ζητούν άρτους» (Ψαλμ. 36. 25), διαβεβαιώνει ο ψαλμωδός. Και ο Κύριος παρατηρεί: «Εμβλέψατε εις τα πετεινά του ουρανού, ότι ου σπείρουσιν ουδέ θερίζουσιν ουδέ συνάγουσιν εις αποθήκας, και ο πατήρ υμών ο ουράνιος τρέφει αυτά· ουχ υμείς μάλλον διαφέρετε αυτών; ...Μη ουν μεριμνήσητε λέγοντες, τι φάγωμεν ή τι πίωμεν ή τι περιβαλώμεθα;... οίδε γαρ ο πατήρ υμών ο ουράνιος ότι χρήζετε τούτων απάντων. Ζητείτε δε πρώτον την βασιλείαν του Θεού και την δικαιοσύνην αυτού, και ταύτα πάντα προστεθήσεται υμίν» (Ματθ. 6. 26, 31-33).

Ο άνθρωπος του Θεού είναι και ολιγαρκής. Πλούτος του είναι η χάρις του Αγίου Πνεύματος πού τον επισκιάζει. Θησαυρός του είναι η ζωντανή παρουσία του Κυρίου γύρω του και μέσα του, πού του χαρίζει την ειρήνη, «την πάντα νουν υπερέχουσιν». Καθημερινό του βίωμα είναι το ψαλμικό: «Αγαθός μοι ο νόμος του στόματος σου (Κύριε) υπέρ χιλιάδας χρυσίου και αργυρίου» (Ψαλμ. 118. 72). «Κρείσσον ολίγον τω δικαίω υπέρ πλούτον αμαρτωλών πολύν ότι βραχίονες αμαρτωλών συντριβήσονται, υποστηρίζει δε τους δικαίους ο Κύριος» (Ψαλμ. 36. 17).

Μη δένεσαι με τα χρήματα για να μην αποκοπής τελείως από την αγάπη του Θεού. Μην είσαι φιλάργυρος, για να μην περιπέσης σε απιστία ή σε πλάνη. «Ρίζα γαρ πάντων των κακών εστίν η φιλαργυρία, ης τινές ορεγόμενοι απεπλανήθησαν από της πίστεως και εαυτούς περιεπειραν οδύναις πολλαίς» (Α' Τιμ. 6. 10).

Μην αρνείσαι τη βοήθεια σου σ' όσους έχουν ανάγκη, για να μη σου αρνηθεί και ο Θεός τη βοήθεια Του όταν θα την χρειαστείς. Μην κλείνεις την πόρτα σου στον φτωχό, για να μη σου κλείσει και ο Θεός τη θύρα του ελέους Του. «Μακάριος ο συνιών επί πτωχόν και πένητα· εν ημέρα πονηρά ρύσεται αυτόν ο Κύριος» (Ψαλμ. 40. 1).

### Ζήλεια και φθόνος

Ρύπος της ψυχής είναι η ζήλια, ο φθόνος, πού γεννιέται από την υπερηφάνεια.

Μη ζηλεύεις, αδελφέ μου, κανέναν άνθρωπο για την ευτυχία του εδώ στη γη. Μη ζηλεύεις τον πλούσιο και τον ένδοξο. Μη ζητάς «θησαυρούς επί της γης, όπου σης και βρώσις αφανίζει, και οπού κλέπτεται διορύσσουσι και κλέπτουσι» (Ματθ. 6. 19). Να ζηλεύεις και να μιμείσαι τον εργάτη της αρετής, τον άνθρωπο του Θεού τον χαριτωμένο από το Άγιο Πνεύμα, τον πιο ένδοξο από τους ένδοξους και τον πιο πλούσιο από τους πλουσίους, πού αποταμιεύει «θησαυρούς εν ουρανώ, όπου ούτε σης ούτε βρώσις αφανίζει, και οπού κλέπται ου διορύσσουσιν ουδέ κλέπτουσιν» [Ματθ. 6. 20).

Μη ζηλεύεις αυτόν πού επαινούν και κολακεύουν οι άνθρωποι. Οι ανθρώπινοι έπαινοι είναι ασταθείς και ευμετάβλητοι. Συχνά μάλιστα είναι ιδιοτελείς και υστερόβουλοι. Σήμερα τα λόγια τους «γλυκύτερα υπέρ μέλι και κηρίον» (Ψαλμ. 18. 11). Αύριο το στόμα τους «αράς και πικρίας γέμει» (Ρωμ. 3. 14). Ζήλεψε λοιπόν το μεγαλείο του αφανούς και άδοξου κατά κόσμον ανθρώπου της αρετής, «ου ο έπαινος ουκ εξ ανθρώπων, άλλ' εκ του Θεού» (Ρωμ. 2. 29).

Μη λιώνεις από τον φθόνο βλέποντας άλλους να έχουν όσα εσύ δεν έχεις. Ο δικαιοκρίτης Κύριος γνωρίζει καλύτερα από σένα σε ποιον θα δώσει κι από ποιον θα στερήσει, τότε θα χαρίσει και τότε θα ζητήσει, τι θα δώσει και τι θα αφαιρέσει. «...Η ουκ έξεστι μοι ποιήσαι ο θέλω εν τοις εμοίς;», λέει ο ίδιος στους εργάτες του αμπελώνας που διαμαρτυρήθηκαν για την «άδικη» μεταχείρισί τους (Ματθ. 20. 1-16).

Η ζήλια και ο φθόνος είναι αίτια κάθε κάκου και εχθρός κάθε κάλου. Από αυτή την αιτία ο Κάϊν φόνευσε τον Άβελ, ο Ησαΰ θέλησε να εξοντώσει τον Ιακώβ, ο Σαούλ καταδίωξε τον Δαβίδ.

Η ζήλια και ο φθόνος τυφλώνουν τον νου, αμαυρώνουν την ψυχή, σκοτιζουν τη συνείδηση, θλίβουν τον Θεό, χαροποιούν τους δαίμονες, κλείνουν τον ουρανό, ανοίγουν την κόλαση. «Ο μισών τον αδελφόν αυτού εν τη σκότια εστί και εν τη σκότια περιπατεί, και ουκ οίδε που υπάγει, ότι η σκότια ετύφλωσε τους οφθαλμούς αυτού» (Α' Ίω. 2. 11).

### Οργή και μνησικακία

Σαφής, αλλά και φοβερή, είναι η προειδοποίηση του Κυρίου: «Πας ο οργιζόμενος τω αδελφώ αυτού εικη, ένοχος έσται τη κρίσει» (Ματθ. 5. 22). Μην οργίζεσαι εναντίον κανενός ανθρώπου, έστω κι αν πραγματικά έχεις απ' αυτόν αδικηθεί. «Οργή γαρ ανδρός δικαιοσύνη Θεού ου κατεργάζεται» (Ίακ. 1. 20). Γι' αυτό «ο ήλιος μη επιδυέτω επί τω παροργισμώ υμών... πασά πικρία και θυμός και οργή και κραυγή και Βλασφημία αρθήτω άφ' υμών συν πάση κακία. Γίνεσθε δε εις αλλήλους χρηστοί, εύσπλαχνοι, χαριζόμενοι εαυτοίς καθώς και ο Θεός εν Χριστώ εχαρίσατο υμίν» (Εφ. 4. 26, 31-32).

Μην οργίζεσαι ποτέ εναντίον κανενός και για καμιά αιτία, εκτός κι αν κάποιος θελήσει να σε χωρίσει από τον Θεό και την αγάπη Του. Ποιος όμως έχει τη δύναμη να το κατορθώσει αυτό, αν δεν το θέλεις εσύ ο ίδιος; «Τις ημάς χωρίσει από της αγάπης του Χριστού; ...Ούτε θάνατος ούτε ζωή ούτε άγγελοι ούτε αρχαί ούτε δυνάμεις ούτε ενεστώτα ούτε μέλλοντα ούτε ύψωμα ούτε Βάθος ούτε τις κτίσις ετέρα δυνήσεται ημάς χωρίσαι από της αγάπης του Θεού της εν Χριστώ Ιησού τω Κυρίω ημών» (Ρωμ. 8. 35, 38-39).

«Παύσαι από οργής και εγκατάλιπε θυμόν, μη παραζήλου ώστε πονηρεύεσθαι οτι οι πονηρεύόμενοι εξολοθρευθήσονται, οι δε υπομένοντες τον Κύριον αυτοί κληρονομήσουσι γην» (Ψαλμ. 36. 8-9). Γράψε μέσα στην καρδιά σου αυτή τη σαφή εντολή που δίνει ο Θεός με το στόμα του προφήτου, και δίωξε μακριά σου το πάθος της οργής. Δεν υπάρχει σ' αυτό τον κόσμο καμιά εύλογη αιτία για να οργίζεσαι και να θυμώνεις, εκτός από τις περιπτώσεις που προσβάλλεται η δόξα του Θεού και περιφρονείται ο νόμος Του. Άλλα και τότε πρέπει να σύζευξης την οργή με τη διάκριση, για να μη βλάψεις την ψυχή σου. «Οργίζεσθε και μη αμαρτάνετε» (Εφ. 4. 26), παραγγέλλει με σοφία ο απόστολος.

Ο Κύριος μας δεν ήταν θυμώδης και οργίλος, αλλά πάντοτε πράος και μακρόθυμος με τους αμαρτωλούς. «Μάθετε απ' εμού ότι πράος ειμί και ταπεινός τη καρδία, και ευρήσετε ανάπαυσιν ταις ψυχαίς υμών» (Ματθ. 11. 29). Όταν οι μαθητές Του οργισμένοι κατά των Σαμαρειτών που δεν Τον δέχθηκαν, είπαν «Κύριε, θέλεις είπωμεν πυρ καταβήναι από ουρανού και αναλώσαι αυτούς;», ο Κύριος «επετίμησεν αυτοίς και είπεν ουκ οίδατε ποιου πνεύματος έστε υμείς» (Λουκ. 9. 54-55), Άλλοτε πάλι. διδάσκοντας, έλεγε: «Εάν αφήτε τοις ανθρώποις τα παραπτώματα αυτών, αφήσει και υμίν ο πατήρ υμών ο ουράνιος· εάν δε μη αφήτε τοις ανθρώποις τα παραπτώματα αυτών, ουδέ ο πατήρ υμών αφήσει τα παραπτώματα υμών» (Ματθ. 6. 14-15).

Θα μου πεις: Μα ο τάδε με αδίκησε, με προσέβαλε, με συκοφάντησε, μ' έβλαψε χωρίς λόγο...

Αλλά πες μου κι εσύ, ποιος αδικήθηκε περισσότερο από τον ίδιο τον Θεό; Ποιος κακολογήθηκε, ποιος συκοφαντήθηκε, ποιος χλευάσθηκε, ποιος ατιμάσθηκε περισσότερο, αν και αναμάρτητος; Ποιος ραπίσθηκε, ποιος εμπτύσθηκε, ποιος μαστιγώθηκε, ποιος τέλος σταυρώθηκε σαν κακούργος, αν και τελείως αθώος; Κι όμως, με όλα αυτά, Εκείνος δεν ωργίσθηκε και δεν κάκισε τους ανόμους σταυρωτές του. Αλλά και πάνω στον Σταυρό ακόμη προσευχόταν λέγοντας: «Πάτερ, άφες αυτοίς· ου γαρ οίδασι τι ποιούσι» (Λουκ. 23. 34). Η πραότητα μαλακώνει και τις πιο πέτρινες καρδιές. Η οργή σκληραίνει και τις πιο μαλακές. Αν έχεις εξουσία, μην επιβάλλεσαι ποτέ με την οργή, προκαλώντας στους υφισταμένους σου τον φόβο. Είναι καλύτερο να σ' αγαπούν παρά να σε φοβούνται. Από τον φόβο προέρχονται το ψεύδος και η υποκρισία, από την αγάπη η ειλικρίνεια και η εγκαρδιότητα.

Ο οργισμένος άνθρωπος είναι τυφλός και τρελός. Δεν συναισθάνεται π λέει και τι κάνει. Συχνά, μετά το ξέσπασμα του, μετανοεί πικρά για όσα άτοπα είπε και έκανε. Γιατί η οργή που δεν δαμάζεται συγχύζει τον νου, ταραίζει την ψυχή, καταστρέφει τη λογική, φυγαδεύει το Πνεύμα του Θεού και αφήνει τον άνθρωπο έρμαιο στα χέρια του διάβολο. Όποιος δαμάζει τον θυμό του, εύκολα θα συγκράτηση τον εαυτό του απ' όλα τα κακά.

Αν λοιπόν συμβεί ποτέ να οργιστείς με κάποιον, μην πεις τίποτα. Σιώπησε ή φύγε, και μην επιτρέψεις να βγει από μέσα σου η φλόγα της οργής, πού θα κατακαύσει και σένα κι εκείνους πού σε περιβάλλουν. Και όταν η καρδιά σου ειρηνευση, τότε πες, αν χρειάζεται, δυο λόγια αγάπης για την «οικοδομήν της χρείας». Ένας ειρηνικός και πράος λόγος είναι πιο καρποφόρος και πειστικός από χίλια λόγια οργισμένα, έστω και σωστά

Τέλος, πάντα να θυμάσαι πώς αν ήσουν ταπεινός δεν θα οργιζόσουν. Η οργή είναι η πιο εκλεκτή θυγατέρα του εγωισμού. Όπου εμφανισθεί η ταπεινώσις εξαφανίζεται σαν καπνός ο θυμός.

Γέννημα τής οργής είναι η μνησικακία. Μνησικακία είναι η συντήρησις της οργής, μια διαρκής κακία, σαράκι τής ψυχής, ένα καρφί μπηγμένο μόνιμα στην ψυχή, φονευτής τής αγάπης, της προσευχής, τής μετανοίας και όλων των αρετών. Αν θέλεις να νικήσεις τη μνησικακία, πολέμησε το πάθος τής οργής, πού τη γεννά. Αν θέλεις όμως να τη φονεύσεις, τότε πρέπει πρώτα να παλέψεις για την απόκτηση τής αγάπης και τής ταπεινώσεως. Μέχρι τότε, χρησιμοποίησε σαν προσωρινό βάλαμο για την κατασίγαση του πάθους την ανάμνηση των παθημάτων του Κυρίου Ιησού Χριστού. Η ανάμνησις των φρικτών παθών και του σταυρικού Του θανάτου θα μαλακώσει την ψυχή σου πού μνησικακε!, Γιατί θα αισθανθείς υπερβολική ντροπή αναλογιζόμενος τη δική Του ανεξικακία.

### θλίψεις

Τις δοκιμασίες και τις θλίψεις, που έρχονται και παρέρχονται και ξεχνιούνται, μην τις αντιμετώπιζεις με άλογη απελπισία. Ο χρόνος φέρνει τη λήθη και η λήθη την παρηγοριά και τη θεραπεία κάθε κακού. Όλα είναι περαστικά και φευγαλέα, η ευτυχία και η δυστυχία, η χαρά και η λύπη, η ηδονή και ο πόνος, η ζωή και ο θάνατος. Τα μόνα μόνιμα και αμετάβλητα είναι η αιώνια ζωή και η αιώνια κόλασις. Αυτό μην το ξεχνάς ποτέ.

Ακόμη κι αν αμάρτησες τόσο όσο κανείς άλλος άνθρωπος πάνω στη γη, πάλι μην απελπίζεσαι. Δεν υπάρχει αμάρτημα ικανό να νικήσει την ευσπλαχνία του Θεού. Όλα τα αμαρτήματα όλων των ανθρώπων μαζί δεν μπορούν να συγκριθούν με την άβυσσο του θείου ελέους. Η ευσπλαχνία του Θεού μας σώζει δωρεάν.

Όσο αμαρτωλός κι αν είσαι στρέψε το βλέμμα σου στον Κύριο, «τον δι' ημάς τους ανθρώπους και δια την ήμετέραν σωτηρίαν κατελθόντα εκ των ουρανών», και θα σωθείς κι

εσύ όπως σώθηκαν χιλιάδες αμαρτωλών μέσα στους αιώνες. Μόνο σταμάτησε την αμαρτία, μετανόησε βαθιά και ειλικρινά, εξομολογήσου στον πνευματικό και ξεκινά μια νέα εν Χριστώ ζωή. Ο ψαλμωδός σου δείχνει τον δρόμο: «Την αμαρτίαν μου εγνώρισα και την ανομίαν μου ουκ έκάλυψα. Είπα· εξαγορεύσω κατ' εμού την ανομίαν μου τω Κυρίω· και συ αφήκας την ασέβειαν της καρδιάς μου» (Ψαλμ. 31. 5).

Μην αγανακτείς πού τα πράγματα δεν έρχονται πάντοτε όπως τα θέλεις εσύ στη ζωή σου. Δεν είναι δυνατόν, αλλά και συμφέρον σου δεν είναι, να γίνονται όλα κατά τη σκέψη σου, κατά την επιθυμία σου. κατά το θέλημα σου. Η σκέψις σου πολύ συχνά είναι πλανεμένη, η επιθυμία σου εμπαθής, το θέλημα σου ολότελα εγωιστικό. Και ο παντογνώστης Θεός φυσικά το γνωρίζει αυτό, έστω κι αν εσύ δεν το συνειδητοποιείς. Γι' αυτό και δεν επιτρέπει να εκπληρώνονται πάντα οι επιθυμίες σου, για να μη βλαφτεί ή ψυχή σου, ο πιο πολύτιμος θησαυρός πού διαθέτεις. «Τι γαρ ωφελείται άνθρωπος εάν τον κόσμον όλον κερδήση, την δε ψυχήν αυτού ζημιωθή;» (Ματθ. 16. 26).

Άφησε λοιπόν τον εαυτό σου στα χέρια του Θεού, εγκατάλειψε τον στην πανάγαθη βούληση Του. Έγινε κάτι όπως το ήθελες; Ευχαρίστησε Τον. Δεν έγινε; Δόξασέ Τον. Τίποτε δεν σου είναι αναγκαίο, έφ' όσον δεν σου το δίνει ο Θεός. Τίποτε, εκτός από ένα: να μην αποξενωθείς από Εκείνον και τη χάρη Του. Γι' αυτό «επίρριπον επί Κύριον την μέριμνάν σου. και αυτός σε διαθρέψει ου δώσει εις τον αιώνα σάλον τω δικαίω» (Ψαλμ. 54. 23).

Για τρεις λόγους κυρίως ο πανάγαθος Θεός δεν εκπληρώνει τις επιθυμίες μας και παραχωρεί τις δοκιμασίες στη ζωή μας. Πρώτον, για να συναισθανθούμε την αδυναμία μας, ν' αποδεσμευτούμε από την αυτάρκεια και την εγωιστική αυτοπεποίθηση μας, και να αναθέσουμε με ταπείνωση κάθε ελπίδα μας σ' Εκείνον. Δεύτερον, για να μας ασκήσει στην καρτερία και την υπομονή, πού φέρνει πολύ πνευματικό καρπό στην ψυχή, καθώς μας Βεβαιώνει παρηγορητικά και ο απόστολος: «Πάσαν χαράν ηγήσασθε. αδελφοί μου, όταν πειρασμοίς περιπέσητε ποικίλοις, γινώσκοντες ότι το δοκίμιον υμών της πίστεως κατεργάζεται υπομονήν ή δε υπομονή έργον τέλειον εχέτω. ίνα ήτε τέλειοι και ολόκληροι, εν μηδενί λειπόμενοι» (Ιακ. 1. 2-4). Και τρίτον, σαν πάνσοφος και αλάθητος γιατρός ο Κύριος, ανατρέπει συχνά τις επιθυμίες μας και παραχωρεί πικρίες και χτυπήματα για ν' απομακρύνει τον νου και την καρδιά μας από τη λατρεία των υλικών πραγμάτων, από την αιχμαλωσία της γης, και να μας ωθήσει στην αναζήτηση του ουρανού και των αιώνιων αγαθών. «Το γαρ παραυτικά ελαφρόν της θλίψεως ημών καθ' υπερβολήν εις υπερβολήν αιώνιον Βάρος δόξης κατεργάζεται ημίν, μη σκοπούντων ημών τα Βλεπόμενα, αλλά τα μη Βλεπομενα τα γαρ Βλεπόμενα πρόσκαιρα, τα δε μη Βλεπόμενα αιώνια» (Β' Κορ. 4. 17-18). Όσες θλίψεις υπομεινεις με ευγνωμοσύνη και δοξολογία προς τον Θεό, πού κατεργάζεται μ' αυτό τον τρόπο την ψυχή σου, τόσες άρρητες παρηγοριές θα λαβής απ' Αυτόν, καθώς βεβαιώνει και ο προφήτης: «Κύριε, κατά το πλήθος των οδυνών μου εν τη καρδία μου αί παρακλήσεις σου εύφραναν την ψυχήν μου» (Ψαλμ. 93. 19).

«Εν τω κοσμώ θλίψιν έξετε - αλλά θαρσείτε, εγώ νενίκηκα τον κόσμον» (Ιω. 16. 33), Ο Κύριος επιβεβαιώνει, προειδοποιεί και ενθαρρύνει. Θέτει το πρόβλημα. Δίνει και τη λύση. Οι θλίψεις αναπόφευκτες. Άλλα και η νίκη του πιστού, του πιστού πού γνωρίζει καλά πώς «δια πολλών θλίψεων δει εισελθειν εις την Βασιλείαν του Θεού» (Πραξ. 14. 22), θα είναι ένδοξη και περίτρανη, σαν τη νίκη του Κυρίου μας, που «εξήλθε νικών και ίνα νικήση» (Άποκ. 6. 2). «Πολλάί αι θλίψεις των δικαίων και εκ πασών αυτών ρύσεται αυτούς ο Κύριος» (Ψαλμ. 33. 20). Απορείς: Γιατί οι δίκαιοι ζουν συνήθως μέσα σε θλίψεις και δοκιμασίες, ενώ οι αμαρτωλοί και άδικοι μέσα στην άνεση, τον πλούτο, τη δόξα, την ευμάρεια; Μη θαυμάζεις; «Ον γαρ αγαπά Κύριος παιδεύει, μαστιγεί δε πάντα υιόν ον παραδέχεται» (Παροιμ. 3. 12).

Όχι Βέβαια για τιμωρία, «ἀλλ' εις νουθέτησιν μαστιγοί Κύριος τους εγγίζοντας αυτώ» (Ιουδιθ 8. 27). Δυστυχείς και θλίβεσαι και πειράζεσαι; Χαίρε, γιατί ο Κύριος ασχολείται μαζί σου, είναι δίπλα σου. Ευτυχείς και πλούτεις και δοξάζεσαι; Πρόσεξε μήπως απομακρυνθείς από τον Κύριο και μείνεις μόνος σου, πλούσιος σε επίγεια αλλά φτωχός σε ουράνια αγαθά. Φτωχός στη ζωή, φτωχός και στον θάνατο: «Μη φοβού, όταν πλουτήση άνθρωπος ή όταν πληθυνθή η δόξα του οίκου αυτού· ότι ουκ εν τω αποθνήσκειν αυτόν λήψεται τα πάντα, ουδέ συγκαταβήσεται αυτώ η δόξα αυτού» [Ψαλμ. 48. 17-19).

Όλοι οι άγιοι πέρασαν τη ζωή τους μέσα στον πόνο και τη θλίψη, στη στέρηση και την ασθένεια, στους διωγμούς και τα βάσανα. Κι εσύ; Θέλεις να ζήσης χωρίς αυτά τα ψυχοσωτήρια δώρα; Θέλεις λοιπόν ν' αποκοπής από τον χορό των εκλεκτών του Θεού;... Μη γένοιτο! Παρηγορήσου όμως με τη σκέψη ότι ο Κύριος δεν θα παραχωρήσει ποτέ να σε βρει πειρασμός πού να ξεπερνά την αντοχή σου. πνευματική η σωματική. «Πιστός ο Θεός, ος ουκ εάσει υμάς πειρασθήναι υπέρ ο δύνασθε, αλλά ποιήσει συν τω πειρασμώ και την έκβασιν του δύνασθαι υμάς υπενεγκείν» (Α' Κορ. 10. 13), διαβεβαιώνει ο απόστολος. Γι' αυτό και δεν υπάρχει θλίψις χωρίς τέλος, δεν υπάρχει δάκρυ πού να μη στεφανωθεί με τη χαρά. «Το εσπέρας αυλισθήσεται κλαυθμός και εις το πρωϊ αγαλλίασις» (Ψαλμ. 29. 6).

Οι Άγιοι Πάντες «εμπαιγμών και μαστιγών πείραν έλαβον, έτι δε δεσμών και φυλακής, ελιθάσθησαν. επιρίσθησαν, επειράσθησαν, εν φάνω μαχαίρας απέθανον, περιήλθον εν μηλωταίς. εν αιγείοις δέρμασιν. υστερούμενοι, θλιβόμενοι. κακουχούμενοι, ων ουκ ην άξιος ο κόσμος» (Έβρ. 11. 36-38), «οδοιπορίαίς πολλάκις, κινδύνοις ποταμών, κινδύνοις ληστών, κινδύνοις εκ γένους, κινδύνοις εξ εθνών, κινδύνοις εν πολει, κινδύνοις εν ερημία, κινδύνοις εν θαλασσή, κινδύνοις εν ψευδαδέλφοις· εν κοπώ και μοχθώ, εν αγρυπνίαίς πολλάκις, εν λιμώ και δίψει. εν νηστείαίς πολλάκις, εν ψύχει και γυμνότητι» (Β' Κορ. 11. 26-27). Και όμως, ολ' αυτά τα υπέμειναν και τ' αντιμετώπισαν «έν αγνότητι, εν γνώσει, εν μακροθυμία. εν χρηστότητι, εν Πνεύματι Αγίω» (Β' Κορ. 6. 6). Ενώ εσύ, με το παραμικρό συγχύζεσαι, απογοητεύεσαι, οργίζεσαι, ολιγοπιστείς. Εκείνοι, αν και άγιοι και ευάρεστοι στον Θεό, τα υπέμειναν όλα αγόγγυστα. Εσύ, πού κάθε μέρα αμαρτάνεις και θλίβεις τον Θεό, δυσαρεστείσαι και με την πιο μικρή δυσκολία.

Διωγμένοι, βασανισμένοι, εξευτελισμένοι οι άγιοι, «επορεύοντο χαίροντες... ότι υπέρ του ονόματος αυτού (του Ιησού) κατηξίωθησαν ατιμασθήναι» (Πραξ. 5. 41). Εσύ, αναπαυμένος στην ευμάρεια σου. λυπάσαι και απελπίζεσαι και με την πιο ασήμαντη παιδαγωγική δοκιμασία του Θεού. Αλήθεια, πόσο μακριά Του είσαι!

Δεν έχεις φόβο Θεού, γι' αυτό σε κυριεύει ο φόβος των δοκιμασιών. Δεν πενθείς για τις αμαρτίες σου, γι' αυτό είσαι λιπόψυχος. Δεν έχεις «καρδιαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην» (Ψαλμ. 50. 19), γι' αυτό δεν είσαι ανδρείος στους πειρασμούς. Όποιος έχει φόβο Θεού, όποιος έχει κατά Θεόν πένθος, όποιος έχει ταπεινώσι δεν φοβάται ποτέ τις δοκιμασίες. Και δυναμωμένος με τη χάρι του Θεού πολεμά και νικά και αναμένει την εκπλήρωσι των λόγων Του: «Ο νικών έσται ούτω ταύτα, και έσομαι αυτώ Θεός και αυτός έσται μοι υιός. Τοις δε δειλοίς και απίστοις και έβδελυγμένοις... το μέρος αυτών εν τη λίμνη τη καιομένη εν πυρί και θείω, ο εστιν ο θάνατος ο δεύτερος» (Αποκ. 21. 7-8).

Αν κάποιος σε προσβάλει, σε θίξει, σε συκοφαντήσει, σε βλάψει άδικα και αδικαιολόγητα με οποιονδήποτε τρόπο, μην οργιστείς εναντίον του, μη μνησικακήσεις, μη κυριευθείς από εκδικητικότητα. Αντίθετα, ταπεινώσου, κλάψε με συντριβή καρδιάς και προσευχήσου ικετευτικά στον Κύριο να συγχωρήσει τις αμαρτίες σου. Γι' αυτές τις αμαρτίες παραχωρεί ο Θεός να σου συμβαίνουν όλα αυτά, για να ταπεινωθής και να διορθωθής. Πίστεψε Βαθιά μέσα σου πώς είσαι άξιος τέτοιας, κι ακόμη χειρότερης συμπεριφοράς εκ μέρους των



ανθρώπων. Και δέξου την με ευγνωμοσύνη σαν φάρμακο θεραπευτικό της άρρωστης ψυχής σου. Υπόμεινε τώρα εδώ άδικα, για να μην υποφέρεις εκεί δίκαια. Καταδικάσου εδώ στη γη, έστω κι αν είσαι ανένοχος, για να μην καταδικαστείς αιωνίως στον ουρανό σαν ένοχος. Δεν είναι σπουδαίο κατόρθωμα το να εκδικηθείς αυτόν που σ' έβλαψε. Είναι όμως αληθινός ηρωισμός, είναι ψυχικό μεγαλείο το να υπομείνεις το κακό αγόγγυστα και με ευγνωμοσύνη προς τον Θεό. Ούτε το να πάσχεις δίκαια είναι σπουδαίο. «Ποιον γαρ κλέος, ει αμαρτάνοντες και κολαφιζόμενοι υπομενείτε; Αλλ' ει αγαθοποιούντες και πάσχοντες υπομενείτε, τούτο χάρις παρά Θεώ. Εις τούτο γαρ εκλήθητε» (Α' Πέτρ. 2. 20-21).

### Υπομονή

Υπομονής έχετε χρεια, ίνα το θέλημα του Θεού ποιήσαντες κομίσησθε την επαγγελίαν» (Εβρ. 10. 36). Αυτοί που υπομένουν αγόγγυστο και με καρτερία τα πάντα, μένουν πιστοί στο θέλημα του Θεού. Κι αυτοί που μένουν πιστοί στο θέλημα του Θεού, θα πάρουν την αμοιβή που υποσχέθηκε Εκείνος: τη βασιλεία των ουρανών. Γι' αυτό κι εσύ «μη νικώ υπό του κακού, άλλα νικά εν τω αγαθώ το κακόν... Μηδενί κακόν αντί κάκου αποδίδοντες προνοουμένοι καλά ενώπιον πάντων ανθρώπων μη εαυτούς εκδικούντες, αγαπητοί, αλλά δοτέ τόπον τη οργή - γέγραπται γαρ· εμοί εκδίκησις, εγώ ανταποδώσω, λέγει Κύριος» (Ρωμ. 12. 21, 17, 19). Στον Κύριο ανήκει η κρίσις και η καταδική όσων σε αδικούν. Σε σένα η καλοσύνη και η μακροθυμία. Στον Κύριο ανήκει η τιμωρία και η πάταξις του κάκου. Σε σένα η ανεξικακία και η υπομονή.

Η υπομονή στις δοκιμασίες είναι ένα ασφαλές μέσο για να ενωθούμε με τον Θεό. Όσο ο γογγυσμός χωρίζει από τον Θεό, τόσο η υπομονή σφυρηλατεί την ενότητα μας μαζί Του. Αν λοιπόν υπομένεις μ' ευγνωμοσύνη όλες τις δοκιμασίες για χάρη Του, θα σου ανταποδώσει την αιώνια μακαριότητα.

Μέσω της θλίψεως και της υπομονής εισέρχεσαι στον χώρο της αληθινής γνώσεως και καθαρίζεις από το πλήθος των αμαρτιών σου.

Πρόσεχε ωστόσο να μην εκθέτης θεληματικά τον εαυτό σου σε κινδύνους. Να προσεύχεσαι στον Κύριο με τα λόγια της προσευχής που Εκείνος διδάξε: «Μη εισενέγκης με εις πειρασμόν, αλλά ρύσαι με από του πονηρού»! Μην επιδιώκεις εσύ τις δοκιμασίες, για ν' ασκηθής τάχα στην υπομονή. «Μη δώης εις σάλον τον πόδα σου, μηδέ νυστάξη ο φυλάσσων σε» (Ψαλμ. 120. 3). Μην εκτίθεσαι ο ίδιος σε κινδύνους και πειρασμούς. Να είσαι όμως πάντα έτοιμος να υπομείνης με ευγνωμοσύνη όσους θα παραχωρήσει ο Θεός. Ο ίδιος ο Κύριος μας διδάσκει με το παράδειγμα Του. Όταν πριν από το πάθος προσευχόταν στον Πατέρα Του. έλεγε: «Πάτερ μου, ει δυνατόν έστι, παρελθέτω άπ' εμού το ποτήριον τούτο». Θυμήσου ακόμη πόσες φορές φυλαγόταν από τους Ιουδαίους και τους ξέφευγε, ή προφυλάσσονταν από τους κινδύνους που τον απειλούσαν. Ήταν όμως έτοιμος πάντα να υποταχθεί στο θέλημα του Πατρός: «πλην ουχ ως εγώ θέλω. άλλ' ως συ» (Ματθ. 26. 39). Ο λόγος για την υπομονή δεν τελειώνει εύκόλα. Θυμάμαι πάλι τους λόγους του Κυρίου: «Εν τη υπομονή υμών κτήσασθε τας ψυχάς υμών» (Λουκ. 21. 19). «ο δε υπομείνας εις τέλος ούτος σωθήσεται» (Ματθ. 10. 22). Αλλα και στο διάστημα της επιγείου ζωής Του ο Κύριος έγινε για μας πρότυπο υπομονής, μακροθυμίας και ανεξικακίας· «ος λοιδορούμενος ουκ αντελοιδορεί, πάσχων ουκ ηπειλεί, παρεδίδου δε τω κρίνοντι δικαίως» (Α' Πέτρ. 2. 23). Υπόμεινε κι εσύ με χαρά τα πάντα, για ν' ακούσης τη φωνή Του να λέει: «Ότι ετήρησας τον λόγον της υπομονής μου, καγώ σε τηρήσω εκ της ώρας του πειρασμού της μελλούσης έρχεσθαι επί της οικουμένης όλης, πειράσαι τους κατοικούντας επί της γης» (Απόκ. 3. 10).

«Υπομένων υπέμεινα τον Κύριον και προσέσχε μοι και εισήκουσε της δεήσεώς μου» (Ψαλμ. 39. 1). Ο Κύριος δέχεται σαν θυσία ευάρεστη την ανδρεία υπομονή, ενώ αποστρέφει το πρόσωπο Του από τη μικροψυχία. Οι άνθρωποι της υπομονής ακολουθούν πιστά τα ίχνη Του, οι δειλοί και οι μικρόψυχοι απομακρύνονται από κοντά Του· «πολλοί απήλθον εκ των μαθητών αυτού εις τα οπίσω και ουκέτι μετ' αυτού περιεπάτου» (Ιω. 6. 66).

Ποιος τραυματισμένος θεράπευσε ποτέ την πληγή του χωρίς υπομονή στον πόνο και στα θεραπευτικά μέσα του γιατρού; Ποιος μπορεί ν' ακολουθήσει πίσω από τον Χριστό χωρίς να σήκωση στους ώμους τον σταυρό της υπομονής; Κανένας. "Όλοι όσοι Τον ακολούθησαν και Τον ακολουθούν ήταν και είναι έτοιμοι ν' αντιμετωπίσουν με υπομονή τις δοκιμασίες πού οπωσδήποτε θα τους βρουν, καθώς τονίζει και ο σοφός Σειράχ: «Τέκνον, ει προσέρχη δουλεύειν Κυρίω θεώ, ετοίμασον την ψυχήν σου εις πειρασμόν» (2. 1).

«Ει τις θέλει οπίσω μου ελθείν. απαρνησάσθω εαυτόν και αράτω τον σταυρόν αυτού και ακολουθείτω μοι» (Ματθ. 16. 24). Τι μας λέει μ' αυτά τα λόγια Του ο Κύριος; Ότι Όποιος θέλει να βαδίσει στα ίχνη Του πρέπει πρώτα ν' αρνηθεί τον εαυτό του, δηλαδή τη φιλαυτία του και το θέλημα του. έπειτα να σήκωση τον σταυρό του, σταυρό υπομονής και ανδρείας, και τέλος να Τον ακολουθήσει.

Αγωνίσου να παραμείνεις χωρίς μεταπτώσεις σε κατάσταση πνευματικής εγρηγόρσεως, υπομονής και ανδρείας, γιατί μόνο έτσι θα καταβολής τον νοητό Άμαλήκ πού επιβουλεύεται την ψυχή σου, θ' απαλλαγής από βάσανα και θλίψεις και θ' αξιωθεις των αιωνίων αγαθών, όταν θα επανέλθει ο Κύριος για να κρίνει τον κόσμο.

«Ουαί υμίν τοις απολωλεκόσι την υπομονήν και τι ποιήσετε όταν επισκέπτηται ο Κύριος;» (Σοφ. Σειράχ 2. 14).

Οκνηρία στα πνευματικά έργα

ΦΥΛΑΞΕ την ψυχή σου από τη φοβερή παραλυσία, πού οι Πατέρες ονομάζουν ακηδία. την οκνηρία δηλαδή στα πνευματικά έργα. Να θυμάσαι πάντοτε τα λόγια του απόστολου πού μας συμβουλεύει να είμαστε «τη σπουδή μη οκνηροί, τω πνεύματι ζέοντες, τω Κυρίω δουλεύοντες» (Ρωμ. 12. 11). Μην είσαι ράθυμος και χλιαρός, για να μην ακούσης κάποτε τα λόγια: «Ούτως ότι χλιαρός ει, και ούτε ζεστός ούτε ψυχρός, μέλλω σε εμέσαι εκ του στόματος μου» (Άποκ. 3. 16). Αγωνίζου, άγρυπνα, νήφε, μη χάνεις μάταια τον χρόνο της ζωής σου, τον χρόνο πού σου δόθηκε για την καλλιέργεια της ψυχής και την απόκτηση των αιωνίων αγαθών. Φρόντιζε να μην πέραση ούτε μια μέρα σου αργή από πνευματικά έργα. Ο χρόνος πού περνά δεν γυρίζει πίσω.

Η ζωή μας είναι σαν ένας πόλεμος, σαν μια αγορά, σαν ένα σχολείο, σαν ένα μακρύ θαλασσινό ταξίδι. Στις μάχες δεν συγχωρείται ανάπαυσις, στο εμπόριο δεν χωρεί αδράνεια, στο σχολείο δεν επιτρέπεται αμέλεια, στο θαλασσινό ταξίδι δεν έχει θέση η αμεριμνία. Γι' αυτό μην τεμπελιάζεις, μην αμελής στα έργα του Θεού, αλλά ασκήσου και κοπίαζε, ιδού για σένα το πεδίο της μάχης, ιδού η αγορά, ιδού το σχολείο. Το τάλαντο πού κατέχεις μην το κρύψεις, αλλά πολλαπλασίασε το, για να μην ακούσης κάποτε: «Πονηρέ δούλε και οκνηρέ! ηδεις Ότι θερίζω όπου ουκ έσπειρα και συνάγω όθεν ου διασκόρπισα! έδει ουν σε βαλείν το αργύριον μου τοις τραπεζίταις, και ελθών εγώ έκομισάμην αν το εμόν συν τόκω» (Ματθ. 25. 26-27). Τι θ' απάντησης τότε, τη φοβερή μέρα της Κρίσεως, πού όχι μόνο δεν πολλαπλασίασες το τάλαντο σου. αλλά ούτε τον τόκο του δεν διαθέτεις;

Η πνευματική επαγρύπνησις και ο αγώνας σου κατά του δαιμονικού κακού θα διαρκέσει μέχρι το τέλος της ζωής σου: «Γίνου πιστός άχρι θανάτου, και δώσω σοι τον στέφανον της ζωής» (Άποκ. 2. 10). Κι αυτό. γιατί ο σατανάς συνεχώς επαγρυπνει και ποτέ δεν ησυχάζει,

αλλά σαν άγριο λιοντάρι περιφέρεται παντού ζητώντας να καταπιεί όποιον του έχει ξεφύγει. Αλίμονο σ' εκείνον πού θα τον βρει κοιμισμένο!

Πρόσεξε ιδιαίτερα όσα σε συμβουλεύει ο σοφός Σολομών: «Ίθι προς τον μύρμηκα, ω οκνηρέ, και ζήλωσον ιδών τάς οδούς αυτού και γενού εκείνου σοφώτερος· εκείνω γαρ γεωργίου μη υπάρχοντος, μηδέ τον αναγκάζοντα έχων, μηδέ υπό δεσπότην ων, ετοιμάζεται θέρους την τροφήν πολλήν τε εν τω άμητω ποιείται την παράθεσιν. Ή πορεύητι προς την μέλισσαν και μάθε ως εργάτις εστί την τε εργασίαν ως σεμνήν ποιείται ης τους πόνους βασιλείς και ιδιώται προς υγίειαν προσφέρονται· ποθεινή δε έστι πάσι και επίδοξος· και περ ούσα τη ρώμη ασθενής, την σοφίαν τιμήσασα προήχθη. Έως τίνος, οκνηρέ, κατάκεισαι; πότε δε εξ ύπνου έγερθήση; ολίγον μεν υπνοίς, ολίγον δε κάθησαι, μικρόν δέ νυστάξεις, ολίγον δε εναγκαλίζη χερσί στήθη· εϊτ' εμπαραγίνεται σοι ώσπερ κακός οδοιπόρος η πενία και η ένδεια ώσπερ αγαθός δρομεύς. Εάν δε άοκνος ης, ήξει ώσπερ πηγή ο άμητος σου, η δε ένδεια ώσπερ κακός δρομεύς απαυτόμολήσει» (Παροιμ. 6. 6-12).

Να γιατί δεν πρέπει να οκνης, αλλά με προθυμία να εργάζεσαι στο αγαθό. Γιατί τώρα είναι καιρός εργασίας, μετά καιρός ανταποδόσεως. Στη γη πόλεμος, στον ουρανό ανάπαυσις. Και αναγκαστικά ένα από τα δύο θα κάνης, είτε θα νικήσεις είτε θα νικηθείς· είτε θα μείνεις κοντά στον Θεό είτε θα χωρισθείς απ' Αυτόν. Τρίτος δρόμος δεν υπάρχει.

Μη λυπάσαι να δουλαγωγής τη σάρκα σου για χάρη του Χριστού, γιατί Εκείνος την έπλασε. Μην τρομάξεις μπροστά στους πόνους, γιατί Εκείνος έχει τη δύναμη κάθε πληγή να θεραπεύσει. Μη λυπάσαι να Του προσφέρεις ολόκληρη την ύπαρξη σου, γιατί Εκείνος θα την ανακαινίσει, θα την δοξάσει και θα σου την προσφέρει πάλι «εν κροσσωτοίς χρυσοίς περιβεβλημένην πεποικιλμένην» (Ψαλμ. 44. 14) στη βασιλεία των ουρανών. Όπως ο Χριστός υπέφερε για χάρη σου, υπόφερε κι εσύ για χάρη τού Χριστού. Ρίξε ένα βλέμμα γύρω σου και δες πόσος πόνος, πόση δυστυχία, πόσες θλίψεις υπάρχουν στους ανθρώπους. Όσο κι αν πονάς, υπάρχουν άλλοι πού πονούν περισσότερο. Όσο κι αν δυστυχής, υπάρχουν άλλοι πού δυστυχούν περισσότερο. Δόξασε κι ευχαρίστησε τον Θεό πού δεν σου στέλνει πιο μεγάλες συμφορές. Πάρε θάρρος, βάλε αρχή και ευαρέστησε Τον με τον πνευματικό αγώνα σου. Με λίγο προσωρινό κόπο θ' απόλαυσης αιώνια και ατελεύτητα αγαθά, «α οφθαλμός ουκ είδε και ους ουκ ήκουσε και επί καρδίαν ανθρώπου ουκ άνέβη» (Α' Κορ. 2. 9).

Ξέρεις γιατί κυριεύεσαι από πνευματική ραθυμία και ακηδία; Επειδή δεν αγαπάς μ' όλη σου την καρδιά τον Κύριο. Και όποιος δεν αγαπά τον Κύριο μ' όλη τη δύναμη της ψυχής του.

Βλέπει την οδό πού οδηγεί στη ζωή πολύ στενή και τεθλιμμένη, αισθάνεται τον ζυγό του Κυρίου ασήκωτο και τον νόμο Του ακατόρθωτο. Αγάπησε τον Κύριο «εξ όλης της καρδίας σου και εξ όλης της ψυχής σου και εξ όλης της δυνάμεως σου» (Δευτερ. 6. 5), και τότε θα βαδίζεις στον δρόμο Του με χαρά και προθυμία, «ηγούμενος πάντα σκύβαλα είναι ίνα Χριστόν κερδήσης» (πρβλ. Φιλιππ. 3. 8). Οι άγιοι της Εκκλησίας μας, πού Βαθιά αγάπησαν τον Θεό, κάθε κόπο για χάρη Του τον θεωρούσαν άκοπο, κάθε πόνο άπονο, κάθε θλίψη ευεργεσία. Μερικοί μάλιστα, φλεγόμενοι από θείο ερωτά, δεν άντεχαν ούτε για λίγο ν' αναχαιτίζουν τον χειμαρρώδη εκείνο πόθο πού τους ωθούσε στην ένωση με τον Θεό.

Περιφρονούσαν ακόμη και τις πιο βασικές ανθρώπινες ανάγκες, την τροφή και τον ύπνο, για να μη στερηθούν την απόλυτη και απρόσκοπτη επικοινωνία τους με τον εκλεκτό Νυμφίο της ψυχής τους. Τόσο φλογισμένες και συνεπαρμένες ήταν οι ψυχές των αγίων από τη θεία αγάπη. Με χαρά, σαν ασώματοι άγγελοι, παραδίδονταν σε υπεράνθρωπες νηστείες, ατελεύτητες αγρυπνίες, αδιάλειπτες προσευχές και δοξολογίες προς τον αγαπώμενο Κύριο, κι έφθαναν για χάρη Του μέχρι τον θάνατο, αντιμετωπίζοντας τον όχι σαν κακό μα σαν λύτρωση και δυνατότητα απόλυτης και αιωνίας ένωσης μαζί Του. Όλα αυτά βέβαια

πού κατόρθωσαν θα ήταν απραγματοποίητα, αν στην αγάπη τους προς τον Θεό δεν προσετίθετο και η θεία χάρις, «η πάντοτε τα ασθενή θεραπεύουσα και τα ελλείποντα αναπληρούσα», πού ενδυναμώνει όσους δείχνουν έμπρακτη αγάπη στον Κύριο. Έτσι, «τοίς αγαπώσι τον Θεόν πάντα συνεργεί εις αγαθόν» (Ρωμ. 8. 28), ώστε να επαληθεύεται πάντοτε η αψευδής ρήσις Εκείνου: «Ο ζυγός μου χρηστός και το φορτίον μου ελαφρόν εστίν» (Ματθ. 11. 30).

Ετοιμάσου λοιπόν, αδελφέ μου, ετοιμάσου για την υποδοχή του ουρανού Νυμφίου, του υπερένδοξου Κυρίου Ιησού Χριστού. Ιδού, «έρχεται εν τω μέσω της νυκτός, και μακάριος ο δούλος ον ευρήσει γρηγορούντα, ανάξιος δε πάλιν ον ευρήσει ραθυμούντα». Ξύπνα, ετοίμασε τη λαμπάδα της καρδιάς σου. «Ανάστα, τι καθεύδεις; το τέλος εγγίζει και μέλλεις θορυβείσθε». Έρχεται Εκείνος πού μαζί Του θα ζεις και θα συνευφραίνεσαι αιωνίως. Πρόσεξε να μη σβήση η λαμπάδα σου. Πρόσεξε να μη νυστάξει η ψυχή σου από τη ραθυμία και την ακηδία. Ετοιμάσου να δεχθής μέσα σου τον Κύριο της δόξης. Έρθε και χτυπά κιάλας τη θύρα της καρδιάς σου. Άκουσε Τον: «Ϊδού έστηκα επί την θύραν και κρούω· εάν τις ακούση της φωνής μου και άνοιξη την θύραν, και εισελεύσομαι προς αυτόν και δειπνήσω μετ' αυτού και αυτός μετ' εμού. Ο νικών, δώσω αυτό καθίσει μετ' εμού εν τω θρόνω μου... Ο έχων ους ακουσάτω...» (Άποκ. 3. 20-22).

Μυστική ένωση με τον Κύριο

Άρα και ευφροσύνη απέραντη, γιορτή και πανηγύρι αιώνιο της ψυχής είναι η μυστική ένωση της με τον Κύριο Ιησού Χριστό.

Αδελφέ μου, «έρχου και ίδε!» (Ιω. 1. 47). Έλα και δεξ τον Ιησού! Έλα και δόξασε Τον! Έλα και ύμνησε τον Κύριο σου! Έλα και γονάτισε και κλάψε μπροστά στον πλάστη σου! Έλα, προσκύνησε Τον, αναγνώρισε Τον, ομολόγησε Τον! «Πρόσελθε προς αυτόν και φωτίσθητι. και το πρόσωπον σου ου μη κατασχυνθή» (Ψαλμ. 33. 6).

Έλα πεινασμένε, να ευφρανθείς από τη θεία τροφή! Έλα τυφλέ, ν' απόλαυσης το αιώνιο φως! Έλα αιχμάλωτε, να χάρης την ελευθερία! Έλα θνητέ, ενώσου με τον Αθάνατο, για ν' αξιωθείς της αιωνίας ζωής!

Έλα πονεμένε και θλιμμένε, να νιώσεις την παντοτινή χαρά! Έλα απελπισμένε, να βρεις την ελπίδα! Έλα ψυχρέ, να φλογιστείς σαν τη φωτιά! Έλα φτωχέ, να πλουτίσεις με τον αδαπάνητο θησαυρό! Έλα γυμνέ, να ενδυθείς αθάνατη δόξα και χιτώνα αφθαρσίας!

Ϊδού, ο Κύριος «έρχεται μετά των νεφελών, και όψεται αυτόν πάς οφθαλμός και οίτινες αυτόν εξεκέντησαν, και κοφονται έπ' αυτόν πάσαι αι φυλαί της γης» (Άποκ. 1. 7). Ναι, έρχεται και δεν θ' αργήσει ο Κύριος. Μακάριος όποιος τηρεί τις εντολές Του. Μακάριος όποιος φυλάττει τον νόμο Του. Μακάριος όποιος είναι νοερά και μυστικά ενωμένος μαζί Του.

Σήκωσε, αδελφέ μου, σήκωσε τους νοητούς οφθαλμούς της καρδιάς σου προς τον Θεό και ικέτευσέ Τον να την φλογίσει με τη θεία αγάπη Του. Ταύτισε το θέλημα σου με το θέλημα του Κυρίου. Σαν άλλος Βαρτίμαιος φώναξε κι εσύ πάλι και πάλι: «Υιέ Δαβίδ Ιησού, ελέησον με!» (Μαρκ. 10. 47). Και όσο οι δαίμονες, με τα τεχνάσματα και τις παγίδες τους, προσπαθούν να εμποδίσουν την αναφορά σου προς τον Κύριο, εσύ «πάλλω μάλλον κράζε· υιέ Δαβίδ, ελέησον με!» (Μαρκ. 10. 48], δίδαξε με να κάνω πάντοτε το θέλημα Σου και ν' ανήκω μόνο σε Σένα!

«Ει δώσω (= δεν θα δώσω) ύπνον τοίς οφθαλμοίς μου και τοίς βλεφάροις μου νυσταγμόν και ανάπαυσιν τοίς κροτάφοις μου, έως ου εύρω τόπον τω Κυρίω, σκήνωμα τω Θεώ Ιακώβ» (Ψαλμ. 131. 4-5). Βιάζε τον εαυτό σου νύχτα και μέρα, μην του δίνης ανάπαυση και ησυχία,

μέχρι ν' άνοιξης την καρδιά σου στον Κύριο, ν' άνοιξης μέσα σου τόπο για Κείνον και να γίνεις ολόκληρος κατοικητήριο της χάριτος Του. Γι' αυτό άλλωστε πλάσθηκες και αυτός είναι ο μοναδικός σκοπός της ζωής σου: η ένωσις σου με τον Θεό.

Την ολοκληρωτική ένωση σου με τον Κύριο θα επιτυχής καλλιεργώντας την αδιάκοπη επικοινωνία μαζί Του δια της προσευχής. Ξέχασε όλα τα γήινα και μάταια και στρέψε όλες τις επιθυμίες και τις διαθέσεις σου προς Αυτόν, ζήτα το έλεος Του αδιάλειπτα, κράτα τη μνήμη Του συνεχώς στον νου σου και βυθίσου όλος μέσα στο πέλαγος της αγάπης Του. Αυτός είναι ο Θεός σου, Αυτός ο δημιουργός σου, Αυτός η δόξα σου, Αυτός η σωτηρία και η αιώνια ζωή σου.

Απόκτησε λοιπόν κι εσύ, «από του νυν και έως του αιώνος» τον ασίγαστο πόθο του προφήτου: «Όν τρόπον επιποθεί η έλαφος επί τας πηγάς των υδάτων, ούτως επιποθεί η ψυχή μου προς σε, ο Θεός» (Ψαλμ. 41. 1-2).

### Προσευχή

Ψυχή χωρίς προσευχή είναι καταδικασμένη να πεθάνει από πνευματική ασφυξία, όπως το σώμα όταν στερηθεί το οξυγόνο.

Δυο ειδών προσευχές έχουμε: την κοινή, τη φανερή· και την ατομική, τη μυστική. Η κοινή προσευχή πρέπει να γίνεται πάντοτε σύμφωνα με την ταξί και το τυπικό που ορίζει η Εκκλησία μας. Στην κοινή προσευχή δεν έχουμε δικαίωμα ν' αυτοσχεδιάζουμε, όπως κάνουν οι αιρετικοί. Έχει τον καθορισμένο χρόνο και το καθορισμένο από την Εκκλησία περιεχόμενο της: μεσονυκτικό, όρθρος, ώρες, λειτουργία, εσπερινός, απόδειπνο. Το ίδιο το Πανάγιο Πνεύμα, που συγκροτεί ολόκληρη την Εκκλησία, όρισε αυτές τις προσευχές, για να λατρεύεται και να δοξάζεται αδιάκοπα ο αληθινός Θεός στη γη από τους ανθρώπους, όπως δοξάζεται στον ουρανό από τους αγγέλους.

Η ατομική προσευχή δεν είναι προκαθορισμένη. Είναι η προσωπική συνομιλία και επικοινωνία του ανθρώπου με τον ουράνιο Πατέρα του, του πλάσματος με τον πλάστη του. Αυτή ή προσευχή, διδάσκει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος, ως προς την ποιότητα της είναι συνουσία και ένωσις ανθρώπου και Θεού· και ως προς την ενέργεια της, έχει τέτοια και τόση δύναμη, ώστε συντηρεί και διατηρεί τον κόσμο, συμφιλιώνει με τον Θεό, σβήνει πλήθος αμαρτημάτων, σώζει από τους πειρασμούς, συντρίβει τα τεχνάσματα των δαιμόνων, γεννά όλες τις αρετές, χορηγεί τα χαρίσματα του Αγίου Πνεύματος, τρέφει την ψυχή, φωτίζει τον νου, διαλύει τη λύπη και την ακηδία, σβήνει τον θυμό, καλλιεργεί την ελπίδα, καθρεπτίζει την πνευματική πρόοδο, αποκαλύπτει τα μέλλοντα.

«Συ δε όταν προσεύχη, εισελθε εις το ταμειόν σου, και κλείσας την θύραν σου προσεύξαι τω πατρί σου τω εν τω κρύπτω» (Ματθ. 6. 6). «Ταμειόν» πνευματικό είναι η καρδιά που ενώνεται με τον νου και γεννά ο,τι ο άγιος Θεοφύλακτος ονομάζει μυστική διάνοια. Εκεί μέσα επιτελείται η εσωτερική προσευχή. Δεν χρειάζεται να κινηθούν τα χείλη, να χρησιμοποιηθούν βιβλία, να επιστρατευθούν τα μάπα και η γλώσσα και οι φωνητικές χορδές· χρειάζεται όμως ν' ανυψωθεί ο νους προς τον Θεό και να βυθιστεί μέσα σ' Αυτόν. Το πνευματικό «ταμειόν» της καρδιάς σου χωρεί και κλείνει μέσα του ολόκληρο τον Κύριο και τη βασιλεία των ουρανών, καθώς ο ίδιος διαβεβαίωσε: «Η βασιλεία του Θεού εντός υμών εστίν» (Λουκ. 17. 21 ]. Η καρδιά, εξηγεί ο άγιος Μακάριος ο Αιγύπτιος, είναι μικρό όργανο, αλλά μέσα της χωρούν τα πάντα: εκεί ο Θεός, εκεί οι άγγελοι, εκεί η αιώνια ζωή και βασιλεία, εκεί οι άγιοι, εκεί ο θησαυρός της χάριτος. Σ' αυτό λοιπόν το εσωτερικό καρδιακό ταμείο ν' αποσύρεσαι συχνά, να συγκεντρώνεις όλο σου τον νου, να παρίστασαι νοερά ενώπιον του Θεού και να επικοινωνείς μαζί Του μυστικά, με πνευματική θέρμη και ζώσα

πίστη, ασκούμενος στη νίψη, για να εξελιχθής «εις άνδρα τέλειον άριστο τρόπο της προσευχής: Πρώτα ν' απευθύνεις στον Θεό ειλικρινή και βαθιά ευχαριστία «πάντων ένεκεν». Στη δεύτερη θέση βάλε την εξομολόγηση των αμαρτιών σου, με μετάνοια, συναισθηση και συντριβή ψυχής. Και τελευταία ας αναφέρεις τα αιτήματα σου προς τον ουράνιο Πατέρα σου.

Αν προσεύχεσαι πολύν καιρό και ο Θεός δεν εισάκουει τα αιτήματα σου. οπωσδήποτε τούτο συμβαίνει για τρεις αίτιες: Ή διότι ζητάς κάτι πριν έρθει η κατάλληλη ώρα, ή διότι ζητάς ανάξια και υπερήφανα, ή διότι ο παντογνώστης Κύριος γνωρίζει πώς αν εκπληρώσει την επιθυμία σου θα πέσεις κατόπιν σε υπερηφάνεια ή σε αμέλεια.

Υπάρχει προσευχή ευάρεστη στον Θεό και καρποφόρα. Και υπάρχει προσευχή βδελυκτή στον Θεό και άκαρπη. Αν θέλεις να δεχθεί ο Κύριος την προσευχή σου, πλησίασε Τον με πολλή ταπεινώση και συντριβή, με καθαρούς τους λογισμούς, με βαθιά εμπιστοσύνη στην πρόνοια Του, με καθαρή την καρδιά από την αργή και τη μνησικακία, με Πνεύμα μαθητείας και υπακοής στο θέλημα Του. Αυτές είναι οι βασικές προϋποθέσεις της καρποφόρας προσευχής.

«Προσευχόμενοι δε μη βατολογήσητε ώσπερ οι εθνικοί δοκούσι γαρ ότι εν τη πολυλογία αυτών εισακουσθήσονται» (Ματθ. 6. 7), λέει ο Κύριος. Και ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος πάλι διδάσκει: «Μη ζητάς να λες πολλά στην προσευχή σου, για να μη διασκορπισθή ο νους σου αναζητώντας λόγια. Ένας λόγος τελωνικός εξιλέωσε τον Θεό, και ένας λόγος πίστεως έσωσε τον ληστή. Η πολυλογία στην προσευχή πολλές φορές δημιούργησε στον νου φαντασίες και διάχυσι, ενώ αντιθέτως η μονολογία συγκεντρώνει τον νου».

Γι' αυτό ασκήσου στην αδιάλειπτη καρδιακή προσευχή, τη νοερά προσευχή, το «Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με», υπακούοντας στα λόγια του απόστολου: «Θέλω πέντε λόγους δια του νοός μου λαλήσαι... ή μυρίους λόγους εν γλώσση» (Α' Κορ. 14. 19). Αν αυτή η προσευχή γίνει η αναπνοή της ψυχής σου, θα σε οδήγηση κατ' ευθείαν στη μυστική ένωση με τον Κύριο. Την αληθινή και καθαρή προσευχή δεν μπορεί να σου τη διδάξει άλλος, εκτός από τον Κύριο.

Η προσευχή δεν έχει άλλο δάσκαλό εκτός από τον ίδιο τον Θεό, «τον διδάσκοντα άνθρωπον γνώσιν και δίδοντα ευχήν τω εύχομένω» (Ψαλμ. 93. 10 - Α' Βασ. 2. 9). Γι' αυτό μιμήσου τον μαθητή εκείνο πού με απλότητα παρακάλεσε τον Χριστό: «Κύριε, δίδαξον ημάς προσεύχεσθαι» (Λουκ. 11. 1).

### Αγάπη προς τον Κύριο

«Ωσαννά , ευλογημένος ο ερχόμενος»! Πω. 12. 13) κράζει, πληγωμένη από θείο πόθο και θεία αγάπη, κάθε ψυχή πού ποθεί την ένωσί της με τον Νυμφίο Χριστό. Και Τον καλεί ακατάπαυστα, στολίζοντας τη λαμπάδα της με τις αρετές. Καμία προκοπή δεν θα κάνη η ψυχή πού αγωνίζεται στο πνευματικό στάδιο, αν δεν φλέγεται από αγάπη στον Κύριο Ιησού. Για να μπορείς νύχτα και μέρα ν' ακολουθείς με ζήλο τα ίχνη του Ιησού, για να ενωθείς μυστικά μαζί Του, πρέπει και η δική σου καρδιά να είναι πληγωμένη από τη θεία αγάπη. Προσκολλήσου στον Κύριο με πάθος, για ν' απελευθερωθείς από τα πάθη, να λυτρωθείς από τις πτώσεις, να βρεις έλεος για τις αμαρτίες σου, όπως βρήκε και η αμαρτωλή εκείνη γυναίκα του Ευαγγελίου: «ότι ηγάπησε πολύ» (Λουκ. 7, 47). Πρέπει όμως να φλέγεται και να λιώνεται από θείο πόθο και να προσθετής κάθε μέρα αγάπη στην αγάπη, ζήλο στον ζήλο, φλόγα στη φλόγα.

Τα ξύλα πού προσθέτεις στη φωτιά αυξάνουν τη φλόγα της. Έτσι και η συχνή προσευχή

αυξάνει τη φλόγα της αγάπης στον Θεό και διεγείρει στην καρδιά τον θείο έρωτα. Και όταν η καρδιά φλογιστεί, θερμαίνεται και φωτίζεται όλο τον έσω άνθρωπο· τον διδάσκει τα μυστικά της σοφίας και τα άγνωστα μυστήρια του Θεού τον μετατρέπει σε πύρινο Σεραφείμ. Και τότε, παρίσταται πλέον διαρκώς εν πνεύματι ενώπιον του Θεού.

Αναζήτησε λοιπόν τον Κύριο ακατάπαυστα και επίμονα. «Ο ζητών ευρίσκει και τω κρούοντι ανοιγήσεται» (Ματθ. 7. 8). Όταν Τον βρεις και Τον ενθρονίσεις στην καρδιά σου, θα πληρωθείς απ' όλα τα αγαθά. «Οι έκζητώντες τον Κύριον ουκ ελαττωθήσονται παντός αγαθού».

Κάθε πλούτος του παρόντος κόσμου είναι μάταιος. Κάθε ηδονή ανούσια. Κάθε δόξα, ψέμα και απάτη. Ένα μόνο πράγμα δεν έχει ούτε σκιά ματαιότητας ή απάτης ή ψεύδους: η αγάπη και η ένωση της νύμφης ψυχής με τον Νυμφίο Χριστό. Μόνο αυτή παραμένει στον αιώνα. Ας είναι για σένα παντοτινή χαρά και αδιάκοπο πανηγύρι η θεία αγάπη Του και η παρουσία Του στη ζωή σου και στο βασίλειο της καρδιάς σου. Τίποτε καλύτερο και τιμιότερο και ενδοξότερο απ' αυτό δεν θα βρεις ούτε στη γη ούτε στον ουρανό. Καμιά γήινη απόλαυσις και κανένας ανθρώπινος ερωτάς δεν δίνουν στην ψυχή τόσο απόλυτη και ατελεύτητη παρηγοριά, ευφροσύνη και χαρά, όσο ο έρωτας του Θεού, η αγάπη προς τον Κύριο.

Αγάπησε, αγάπησε τον Κύριο! Και μην ξεχνάς ποτέ:

Απόδειξις της αγάπης σου προς Αυτόν είναι η τήρησις των εντολών Του.

Αρχή της αγάπης σου είναι η τελωνική ταπεινώσις.

Πλήρωμα της αγάπης σου είναι η νίκη κατά των δαιμονικών παθών και η κάθαρσις της καρδιάς σου.

Αποτέλεσμα της αγάπης σου είναι η κατοίκισις στην καρδιά σου Εκείνου πού είπε·

«Μακάριοι οι καθαροί τη καρδια, ότι αυτοί τον Θεόν όψονται» (Ματθ. 5. 8).

Αυτώ η δόξα εις τους αιώνας. Αμήν.

Ευχή εις την Υπεραγίαν Θεοτόκον,

Ποίημα αγίου Δημητρίου, μητροπολίτου Ροστώφ, την έλεγε καθ' εκάστην.

Υπεραγία Θεοτόκε Παρθένε, σκέπε με και διαφύλαττε με, τον δούλον σου, από παντός κακού ψυχής τε και σώματος, και από παντός εχθρού ορατού και αοράτου.

Χαίρε, κεχαριτωμένη Μαρία ο Κύριος μετά σου. Ευλογημένη συ εν γυναιξί και ευλογημένος ο καρπός της κοιλίας σου, ότι Σωτήρα έτεκες των ψυχών ημών. Χαίρε και ευφραίνου, Θεοτόκε Παρθένε, και πρέσβευε υπέρ του δούλου σου. Κυρία και Δέσποινα των Αγγέλων και Μήτηρ των χριστιανών, βοήθησαν μοι τω δούλω σου. Ω Μαρία παναμώμητε, χαίρε νύμφη ανύμφευτε· χαίρε, η χαρά των θλιβομένων και ή παραμυθία των λυπουμενων χαίρε, η τροφή των πεινώντων και ο λιμήν των χειμαζομένων χαίρε, των αγίων αγιωτέρα και πάσης κτίσεως τιμιωτέρα χαίρε, του Πατρός άγιασμα, του Υιού το σκήνωμα, και του Αγίου Πνεύματος το επισκίασμα χαίρε, του πάντων Βασιλέως, Χριστου του Θεού ημών, το τερπνόν παλάτιον χαίρε, η Μήτηρ των ορφανών και η βακτηρία των τυφλών χαίρε, το καύχημα των χριστιανών και των προσκαλουμένων σε η έτοιμη βοηθος.

Παναγία Δέσποινα μου, φύλαξαν με υπό την σκέπην σου ότι εις τας πανάχραντους χείρας σου παρατίθημι το πνεύμα μου. Γενού βοηθός και σκέπη της ψυχής μου εν τη φοβερά ήμερα της κρίσεως, και πρέσβευε υπέρ εμού του αναξιου, 'ινα εισέλθω καθαρός και αγνός εις τον Παράδεισον. Μη απόρριψης με, Κυρία μου, τον δούλον σου' αλλά βοήθησαν μοι. και δος μοι παν το συμφέρον τη ψυχή μου. Λύτρωσαι με από παντός κινδύνου, επίβουλης, ανάγκης και ασθενείας, και δώρησαι μοι προ του τέλους μετάνοιαν ινα, σωζόμενος τη μεσιτεία και βοήθεια σου, διαφυλάττομαι εν τω παρόντι βίω από παντός εχθρού, ορατού και αοράτου,

πορευόμενος θεαρέστως εν τοις θελήμασι του αγαπητού σου Υιού και Θεού ημών. Και εν τη φοβερά ήμερα της κρίσεως ρύσαι με από της αιωνίου και φοβέρας κολάσεως, ίνα προσκυνώ, ευχαριστώ και δοξάζω το πανάγιον σου όνομα εις τούς αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Η διαθήκη του άγιου Δημητρίου  
Εις το όνομα του Πατρός και του Υιού  
και του Αγίου Πνεύματος. Αμήν.

Εγώ ο ταπεινός αρχιερέυς Δημήτριος, μητροπολίτης Ροστώφ και Γιαροσλάβ. άκουσα τη φωνή του Κυρίου μου να λέει μέσα από το άγιο Ευαγγέλιο: «Γίνεσθε έτοιμοι, ότι η ώρα ου δοκεΐτε ο υιός του ανθρώπου έρχεται» (Ματθ. 24. 44), «οψέ μεσονυκτίου ή άλεκτοροφωνίας ή πρωΐ. μη ελθών εξαιφνης εύρη υμάς καθεύδοντας» (Μαρκ. 13. 35-36). Ακούγοντας αυτή τη φωνή του Κυρίου, κυριεύθηκα από φόβο. Επειδή μάλιστα συχνά προσβάλλομαι από ασθένειες και μέρα με τη μέρα καταβάλλομαι σωματικά, προσδοκώ δε κάθε στιγμή την ώρα του θανάτου και ετοιμάζομαι κατά τις δυνάμεις μου για την αναχώρηση από τη ζωή αυτή, έκρινα σωστό να γράψω την παρούσα διαθήκη μου. Θέλω μ' αυτή να καταστήσω γνωστό σε όλους ότι από τότε που αξιώθηκα του αγίου μοναχικού Σχήματος (στη μονή Κυριλλοφσκυ του Κιέβου, σε ηλικία 18 ετών) και υποσχέθηκα ενώπιον του Θεού να ζήσω με εκούσια πτώχεια, δεν απέκτησα καμιά περιουσία ούτε δέχθηκα ποτέ δώρα, εκτός από τα ιερά βιβλία. Ας μην ταλαιπωρηθεί λοιπόν κανείς αναζητώντας περιουσιακά στοιχεία στο κελί μου. Ούτε να ταλαιπωρήσει τους ανθρώπους πού για την αγάπη του Θεού με υπηρέτησαν, για να του αποκαλύψουν πού έχω τάχα κρυμμένους θησαυρούς ή πλούτη. Από τα νεανικά μου χρόνια δεν μάζεψα ποτέ χρυσό ή άργυρο, ούτε επέτρεψα στον εαυτό μου ν' απόκτηση περιττά ενδύματα ή οποιαδήποτε άλλα πράγματα, εκτός από τα απολύτως απαραίτητα. Προσπαθούσα πάντοτε, κατά το δυνατόν, να τηρήσω με ακρίβεια, στη θεωρία και στην πράξη, τη μοναχική ακτημοσύνη. Ουδέποτε μερίμνησα για τον εαυτό μου. Εμπιστευόμουν και ακουμπούσα τα πάντα στην πρόνοια του Θεού, πού ποτέ δεν μ' εγκατέλειψε. Όσες προσφορές έπαιρνα από τους ευεργέτες μου για τη συντήρηση μου. τις χρησιμοποιούσα για τις λίγες προσωπικές μου ανάγκες και για τις πολλές ανάγκες των μοναστηριών της επαρχίας μου. Όπου υπηρέτησα, είτε ως ηγούμενος είτε ως αρχιερέυς, δεν αποθησαύρισα ποτέ τις εισφορές των πιστών και των ενοριτών, οι οποίες άλλωστε δεν ήσαν πολλές. Τις ξόδευα για τις ανάγκες εκείνων πού είχαν ανάγκη, όπως κάθε φορά πρόσταζε ο Θεός. Κανείς λοιπόν ας μην κοπιάσει μετά τον θάνατο μου ερωτώντας ή ψάχνοντας για κάποιο περιουσιακό μου στοιχείο. Ούτε για την ταφή μου αφήνω κάτι, ούτε για τα μνημόσυνα μου. Κι αυτό, για να λάμψη η αξία της μοναχικής πτώχειας ενώπιον του Θεού. ιδιαίτερα τώρα στα τέλη μου. Πιστεύω ότι θα είμαι πιο ευάρεστος στον Θεό, αν μετά τον θάνατο μου δεν βρεθεί ούτε ένα δηνάριο, παρά να βρεθεί πλούτος πολός και να μοιρασθεί στους φτωχούς. Και αν, ως πάμπτωχο, δεν θα θέληση κανείς να με κήδευσης. όπως συνήθως συμβαίνει με τους απόρους, παρακαλώ εκείνους που συλλογίζονται τα δικά τους τέλη. να σύρουν τουλάχιστον το αμαρτωλό σώμα μου μέχρι έναν απέριττο ομαδικό τάφο, και να το πετάξουν εκεί ανάμεσα στα άλλα πτώματα.

Αν πάλι προστάξει ο άρχοντας να κηδευθώ με δημόσια δαπάνη, τότε παρακαλώ τους φιλόχριστους κηδευτές μου να με ενταφιάσουν στο μοναστήρι του προστάτη μου αγίου Ιακώβου, επισκόπου Ροστώφ, σε μια γωνία του ναού, πού έχω ήδη επιλέξει. Για τον κόπο και την αγάπη τους, τους βάζω με ευγνωμοσύνη βαθειά μετάνοια.

Όσο για τα μνημόσυνα μου, αν κάποιος απαιτεί αμοιβή, τον παρακαλώ, ας μη με μνημονεύει



τον φτωχό. Όποιος θελήσει όμως χωρίς χρήματα να θυμάται την αμαρτωλή μου ψυχή στις προσευχές του για την αγάπη του Θεού, θα θυμηθεί και εκείνον ο Κύριος στη βασιλεία των ουρανών.

Ο Θεός ας γίνει ίλεως σε όλους μας, και προ παντός σε μένα τον αμαρτωλό, στους αιώνες. Αμήν.

Έγραψα με το χέρι μου αυτή τη διαθήκη, στο επισκοπείο της Θεόσωστης πόλεως του Ροστώφ, στις 4 Απριλίου του 1706.

+ Δημήτριος Μητροπολίτης Ροστώφ και Γιαροσλάβ