

ΝΟΕΡΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗ

ΗΤΟΙ

ΕΡΜΗΝΕΙΑ

ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΜΕΘΟΔΟΥ ΕΙΣ ΤΗΝ ΕΙΧΗΝ

ΤΟΥ

ΚΥΡΙΕ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ,

ΚΑΙ

ΠΕΡΙ ΝΗΨΕΩΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΝΟΟΣ ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ.

ΝΙΚΗΦΟΡΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ

ΚΑΙ ΑΛΛΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ.

Εἰς ἣν προσετέθησαν καὶ Λόγοι ὠφέλιμοι ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ Ἱερο-
μονάχου, Ἡγουμένου χρηματίσαντος τῆς ἐν τῇ Βλαχίᾳ
Ἱερᾶς Μονῆς Ποργιάνα Μερούλου καλουμένης.

ΤΥΠΩΘΕΙΣΑ ΔΙΑ ΔΑΠΑΝΗΣ

ΣΤΕΦΑΝΟΥ Κ. ΣΚΑΘΑΡΟΥ

ΤΟΥ ΕΞ ΑΘΗΝΩΝ,

*Πρὸς χρῆσιν τῶν Ὀρθοδόξων Χριστιανῶν, ἐξαιρέτως δὲ
τῶν Μοραχῶν.*



ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ,

ΤΥΠΟΙΣ Φ. ΚΑΡΑΜΠΙΝΗ ΚΑΙ Κ. ΒΑΦΑ.

(ΠΑΡΑ ΤΗΣ ΟΔΟΥ ΒΥΣΣΗΣ, Ἄριθ. 301).

1852.

114395



« Γρηγορείτε καὶ προσέχεσθε, ἵνα μὴ εἰσέλθητε εἰς πειρασμόν ».

(Μαρκ. ιδ'. στίχ. 38).

« Νήψατε καὶ γρηγορήσατε, ὅτι ὁ ἀντίδικος ὑμῶν διάβολος, ὡς λέων ὠρνόμενος περιπατεῖ, ζητῶν τίνα καταπλεῖ ἀτίσθητε »
» αὐτῷ στερεοὶ τῆ πίστει ».

(Πέτρ. Κεφ. ἑ. στίχ. 8, 9).

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

114395





ΕΡΜΗΝΕΙΑ

ΣΥΝ ΘΕΩ ΛΟΓΩ

Τῆς Ἐπιστημονικῆς Μεθόδου εἰς τὴν Εὐχὴν τοῦ, ΚΥΡΙΕ
ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ, καὶ περὶ
ΝΗΣΕΩΣ καὶ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΝΟΟΣ πῶς
γίνεται, Νικηφόρου Ἀγιορείτου, καὶ
ἄλλων Πατέρων.

ΕΠΕΙΔΗ καὶ ἡ νῆψις εἶναι μία μέθοδος πνευματικῆς τῶν ἐμπαθῶν νοσημάτων καὶ λόγων, καὶ πρηρῶν ἔργων τῶν ἀνθρώπων ἐλευθερωτικὴ παντελῶς ἀνίσως καὶ πολυκαιρίση καὶ ὀδεύεται με προθυμίαν, καὶ χαρίζει εἰς ἐκεῖνον ὁποῦ τὴν μετέρχεται γῶσιν Θεοῦ ἀσφαλτον, ὅσον εἶναι δυνατὸν νὰ φθάσῃ, καὶ λύσιν τῶν ἀποκρύφων μυστηρίων, καὶ εἶναι ποιητικὴ πάσης ἐντολῆς Θεοῦ τῆς τε Παλαιᾶς καὶ Νέας Διαθήκης, καὶ χαρίζει κάθε καλὸν τοῦ νῦν αἰῶνος καὶ τοῦ μέλλοντος· καὶ κυρίως αὕτη εἶναι ἡ κάθαρσις τῆς καρδίας· ἡ ὁποία διὰ τὸ μέγεθος καὶ κάλλος τῆς· ἢ νὰ εἰπῶ καλλίτερα, ἀπὸ τὴν ἀμελειάν μας ἐχάθη τὴν σήμερον ἀπὸ τοὺς μοναχοὺς, καὶ μόλις εὐρίσκονται πολλὰ ὀλίγοι ὁποῦ τὴν ἐργάζονται, τὴν ὁποίαν ὁ Κύριος μακαρίζει λέγων· « Μακάριοι οἱ καθαροὶ τῇ καρδίᾳ, ὅτι αὐτοὶ τὸν Θεὸν ὄψονται ».

Αὕτη λοιπὸν μὲ τὸ νὰ ᾔηται τοιαύτη πολύτιμος, ἀγοράζεται καὶ μὲ πολλὴν τιμὴν· διότι αὕτη ἡ νῆψις, ὅταν πολυκαιρίση εἰς τὸν ἄνθρωπον, γίνεται ὁδηγὸς εἰς αὐτὸν, ὀρθοῦ λόγου καὶ βίου ἐναρέτου· καὶ αὕτη μᾶς διδάσκει νὰ κυβερνηθῶμεν δίκαια τὸ τριμερὲς τῆς ψυχῆς, καὶ γίνεται ἐπίβασις τῆς θει-



ρίας, και διδάσκει νὰ φυλάττωμεν καλῶς τὰς αἰσθήσεις, και κάθε ἡμέραν, αὐξάνει τὰς τέσσαρας γενικὰς ἀρετὰς εἰς ὅποιον τὴν ἀκολουθεῖ.

Αὕτη λέγεται και καρδιακὴ ἡσυχία, και φυλακὴ τοῦ νοῦς· ὅμως ὅποιος γεννηθῆ τυφλὸς, δὲν βλέπει τὸ φῶς τοῦ ἡλίου, και ὅποιος δὲν περιπατεῖ μὲ τὸ φῶς τῆς νήψεως, δὲν βλέπει πλουσιῶς τὴν θείαν χάριν, οὔτε θέλει ἐλευθερωθῆ ἀπὸ τὰ πονηρὰ και μισητὰ ἔργα και λόγια, και ἐννοίας βλαβεράς και οὔτε εἰς τὸν καιρὸν τοῦ θανάτου του δὲν θέλει περάσει ἐλευθερὰ τοὺς ταρταραίους ἄρχοντας· ἡ προσοχὴ εἶναι ἡσυχία παντοτεινὴ τῆς καρδίας, ἀπὸ κάθε λογισμὸν, και ἀναπνέει πάντοτε τὸν Κύριον ἡμῶν Ἰησοῦν Χριστὸν, και ἀντιπολεμεῖ πάντοτε πρὸς τοὺς ἐχθροὺς της, και ἐξομολογεῖται πάντοτε εἰς αὐτὸν, ὁ ὁποῖος μόνος δύναται νὰ συγχωρῆ ἁμαρτίας· και τὸν ἀσπάζεται πάντοτε νοερῶς μὲ τὴν ἐπίκλησιν μέσα εἰς τὴν καρδίαν κρυφίως, ὅπου αὐτὸς μόνος γινώσκει τὰ κρυφία της καλὰ και κακὰ· και δοκιμάζει μὲ κάθε τρόπον νὰ λανθᾶσῃ τοὺς ἀνθρώπους νὰ μὴ μάθωσι τὴν κρυπτὴν ἐργασίαν του, διὰ νὰ μὴν ἤθελε τὸν γελάσει ὁ διάβολος, και ἀρπάζῃ τὴν γλυκύτητα τῆς καρδίας του, και τὸν ἔσω ἀγῶνα του τῆς καλῆς ἐργασίας, και τοῦ δώσῃ τὴν κακίαν του.

Ἡ νῆψις εἶναι ἀκόμη μία ἔμμονος πῆξις τοῦ λογισμοῦ, και πῆξις και στάσις τοῦ νοῦς· εἰς τὴν πάλιν τῆς καρδίας, ὅπου βλέπει τοὺς κλέπτας λογισμοὺς ὅταν ἔρχονται· και ἀκούει τὰ ὅσα λέγουν, και τὰ ὅσα κάμνουν αὐτοὶ οἱ φονιάδες· και βλέπει τὰς μορφὰς ὅπου σκαλίζουν ὡσάν εἰδῶλα, και δοκιμάζει μὲ τὴν φαντασίαν νὰ ἀπατήσωσι τὸν νοῦν· ὅταν ὅμως ἡ διάνοια ἐπικαλεῖται τὸν Χριστὸν κατὰ τῶν πολεμίων, εἶναι ὡσάν ἓνα θῆριον ὅπου περικυκλωθῆ ἀπὸ πολλοὺς σκύλους, και στεκόμενον εἰς τὸ τειχόκαστρον, μὲ τὸ νὰ ἐφυλάχθῃ ἀπὸ τὰ ὀδόντια των, τὸ βλέπουσιν ἀπὸ μακρόθεν, και δὲν φοβεῖται τὸν γαυγισμὸν τους.

Καθὼς ἐκεῖνος ὅπου βλέπει εἰς τὸν αἰσθητὸν ἥλιον ἀδύνα-



τον εἶναι νὰ μὴ καταλάμπεται ἀπ' αὐτόν· ἔτσι καὶ ὁποῖος σκύπτει εἰς τὸν ἀέρα τῆς καρδίας δὲν εἶναι βολετὸν νὰ μὴ φωτίζεται· καὶ καθὼς εἶναι ἀδύνατον χωρὶς νὰ τρώγῃ τινὰς, νὰ ζῆσῃ εἰς τὴν γῆν, ἔτσι εἶναι ἀδύνατον καὶ χωρὶς φύλαξιν νοῦς, καὶ καθαρότητα καρδίας, νὰ φθάσῃ ἡ ψυχὴ εἰς κἀνὲν χάρισμα πνευματικόν, καὶ νὰ ἀρέσῃ τοῦ Θεοῦ, οὔτε δύναται ἡ διάνοια νὰ ἐλευθερωθῇ ἀπὸ τὴν ἀμαρτίαν ὅπου ἐργάζεται νοερῶς μὲ τὸν λογισμὸν, μὲ ὄλον ὅπου ἀγωνίζεται τινὰς νὰ μὴν ἀμαρτίσῃ διὰ τὸν φόβον τῆς κολάσεως. Ὅμως καὶ ἐκεῖνος ὅπου δὲν ἐνεργεῖ τὴν ἀμαρτίαν, εἶναι μακάριος ἀπὸ τὸν Θεὸν, καὶ ἀγγέλους, καὶ ἀνθρώπους, ἐπειδὴ καὶ βιάζει τὸν ἑαυτὸν του διὰ τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν. Ἄς ἠξεύρει ὁ πᾶς ἓνας, ὅτι·

Ἡμεῖς, καὶ οἱ δαίμονες οἱ κακοὶ, κάμνομεν τὴν ἀμαρτίαν μαζύ· οἱ μὲν δαίμονες μὲ τὸ νὰ ὑστερῶνται ἀπὸ σῶμα, μόνον μὲ τοὺς λογισμοὺς προξενοῦν τὴν ἀπάτην καὶ τὴν κόλασιν, καὶ εἰς ἡμᾶς, καὶ εἰς τὸν ἑαυτὸν τους· ἡμεῖς δὲ μὲ τὴν συγκατάθεσιν, καὶ μὲ τὸ ἔργον ἔξω ἀμαρτάνομεν· πλὴν ἡ μονολόγιτος εὐχὴ τοὺς κατακαίει, καὶ τοὺς ἀφανίζει.

Τοῦ Ἁγίου Καλλίστου Ἐκκλησιαστικοῦ.

Ἄνθρωπος τοῦ ἡλίου, ἐπικαλεσάμενος τὸν Κύριον ἡμῶν Ἰησοῦν Χριστὸν εἰς βοήθειαν· κάθισον εἰς σκαμνίον εἰς τόπον σκοτεινὸν καὶ ἥσυχον, καὶ μάζωξε τὸν νοῦν σου ἀπὸ ὅλα τὰ ἐξω πράγματα, καὶ ἄμπωσέ τον ἥσυχον μέσα εἰς τὴν καρδίαν σου μὲ τὴν ἐμβασιν τῆς πνοῆς, καὶ κράτησον τὴν εὐχὴν· τὸ, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱὲ τοῦ Θεοῦ, ἔλεησόν με· καὶ ἔχε μαζύ σου τὴν ἐνθύμησιν τοῦ θανάτου, μελέτην ἀλήθητον, ὁμοῦ μὲ ταπεινώσιν· διότι αὐτὰ τὰ δύο ὠφελοῦσι πολλὰ, καὶ ἔχε τὸν ἑαυτὸν σου ἀμαρτωλότερον ἀπὸ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους, καὶ βρωμερότερον· καὶ ἀπὸ τοὺς δαίμονας· καὶ μάλιστα περισσότερον ἀπὸ αὐτὸν τὸν λογισμὸν, πῶς ἔχεις νὰ κολάζεσαι αἰωνίως.



Καὶ ἀπὸ ὁποῖον λογισμὸν σοῦ ἔλθῃ πένθος καὶ δάκρυα, στάσου εἰς αὐτόν, ἕως νὰ περάσουν μοναχά τῶν, εἰ δὲ καὶ ἀκόμη δὲν ἠξιώθῃς τοῦ χαρίσματος τῶν δακρύων, ἀγωνίσου καὶ εὐχου μὲ ταπεινὸν φρόνημα νὰ τὸ ἀποκτήσῃς· ἐπειδὴ μὲ αὐτὰ καθαρζίζομεθα ἀπὸ τὸν μολυσμὸν τῶν παθῶν· ἀνίσως ὁμοῦ καὶ δὲν ἔχεις κατάνυξιν, ἤξευρε πῶς νοσεῖς ἀπὸ κενοδοξίαν· ἐπειδὴ αὐτὴ δὲν ἀφίνει τὴν ψυχὴν νὰ κατανυχθῇ· καὶ ἂν δὲν σοῦ ἔλθουν δάκρυα, κάθησον προσέχοντας εἰς αὐτοὺς τοὺς λογισμοὺς, ὁμοῦ μὲ τὴν εὐχὴν μίαν ὥραν· ἔπειτα σήκω καὶ ψάλλε τὸ Μικρὸν Ἀπόδειπνον προσεκτικά· καὶ πάλιν κάθησον καὶ βάστασον τὴν εὐχὴν μὲ ὅλην σου τὴν δύναμιν καθαρὰ, χωρὶς μέριμναν καὶ λογισμὸν, καὶ χωρὶς ἄλλην τινὰ φαντασίαν μὲ πολλὴν προσοχὴν καὶ νηφαλιότητα μισὴν ὥραν. Ἐπειτα σφράγισον τὸν ἑαυτὸν σου, καὶ τὴν κλίνην σου μὲ τὸν τύπον τοῦ τιμίου Σταυροῦ· ἔπειτα κάθησον καὶ ἐνθυμήσου τὴν ἀπόλαυσιν τῶν αἰωνίων ἀγαθῶν, καὶ τῶν κολάσεων, καὶ τῶν ῥευστῶν καὶ προσκαίρων πραγμάτων τὴν ἀπάτην, καὶ τοῦ αἰφνηδίου καὶ τοῦ κοινοῦ χρέους θανάτου· καὶ τὰ μετὰ ταῦτα ἀκόλουθα, καὶ τὰ πρὶν τοῦ τέλους, τὸ φρικτὸν λογοθέσιον· καὶ ἐνθυμήσου μὲ συντομίαν ὅλα σου τὰ ἁμαρτήματα, καὶ ζήτησον διὰ αὐτὰ τὴν συγχώρησιν.

Καὶ ἀκόμη ἐξέτασον τὸν ἑαυτὸν σου, πῶς ἐπέρασες εἰς αὐτὴν τὴν ἡμέραν, καὶ τότε ἐνάπεσον βαστώντας καὶ τὴν εὐχὴν· καὶ ὕπνωσον ὥρας πέντε ἢ ἕξ· καὶ ὅταν ἐξυπνήσῃς, καὶ δοξάσῃς τὸν Θεὸν, ἄρχισον πάλιν τὴν εὐχὴν καθαρὰ μίαν ὥραν· ἐπειδὴ τότε ὁ νοῦς εἶναι ἤσυχος καὶ ἀτάραχος· ἔπειτα ψάλλε τὸ Μεσονυκτικόν.

Εἰ δὲ καὶ ἀκόμη εἶσαι ἀστερέωτος εἰς τὴν ἡσυχίαν· κάμε καθὼς κάμνουν οἱ ἀρχάριοι καὶ μεσαῖοι· καὶ ψάλλε πρῶτον τὸ Μεσονυκτικὸν μὲ προσοχὴν· ἔπειτα κάθησον εἰς τὴν εὐχὴν μίαν ὥραν· καὶ ὅταν ἀποκάμῃς, ἐγείρου καὶ κάμε μετανοίας καθὼς ἠξέυρεις· ἔπειτα πάλιν κάθησον μισὴν ὥραν· καὶ τότε ἔγειρε καὶ ψάλλε συνειτῶς τὸν Ἐξάψαλμον, τὸν Πεντηχοστὸν,



καὶ ἓνα Κανόνα, ὅποιον βούλεσαι· καὶ πάλιν κάθησον καὶ κράτῃσαι τὴν εὐχὴν μισὴν ὦραν· καὶ πάλιν ἀναστὰς ψάλλε τοὺς Αἴνους, τὴν Δοξολογίαν, τὴν Πρώτην Ὦραν, καὶ κάμε ἀπόλυσιν. Καὶ τόσον μόνον νὰ ὑψώγῃς τὴν φωνὴν σου, ὅσον νὰ ἀκούῃς εἰς τὰ ὦτά σου.

Π ὧς νὰ διαύγῃς τὴν ἡμέραν.

Καὶ πάλιν τὴν ἡμέραν, ἀπὸ τὸ πρωτὸ ἕως τὸ γεῦμα ἐνώνου μὲ τὸν Θεὸν κατὰ τὴν δύναμίν σου· καὶ ἀνάγνωσον ὀρθῶς τὸ Ψαλτήριον, τὰ διορισμένα Καθίσματα, καὶ ἀπὸ τὸν Ἀπόστολον, καὶ Εὐαγγέλιον, καὶ ἀπὸ τὰς εὐχὰς ὅπου εἶναι διορισμένοι πρὸς τὸν Κύριον ἡμῶν Ἰησοῦν Χριστὸν, καὶ τὴν Κυρίαν Θεοτόκον· εἰς δὲ τὰς λοιπὰς ἀναγνώσεις ἀπὸ τὰ Πατερικὰ βιβλία, καὶ κάθησον.

Ἐπειτα ψάλλε τὰς διορισμένας Ὦρας, ἀποδιώκοντας παντελῶς τὴν ἀμέλειαν καὶ ἀργίαν· καὶ τότε φάγε, εἴαν δὲν ᾔῃαι Ἐννάτη· καὶ ὅταν τρώγῃς, κράτειε καὶ τὴν εὐχὴν μυστικῶς· καὶ μὴ μετεωρίζεται ὁ νοῦς σου.

Π ὧς νὰ λέγῃς τὴν Εὐχὴν.

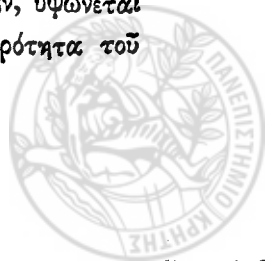
Τὴν εὐχὴν ἄλλοι μὲν ἀπὸ τοὺς Πατέρας παρέδωκαν νὰ τὴν λέγωμεν ὀλόκληρον, καὶ ἄλλοι δὲ τὴν μισὴν, κατὰ τὴν δύναμιν καὶ στάσιν τοῦ προσευχομένου· καὶ ὅποιος βιάζεται εἰς αὐτήν, θελεῖ εὖρη ὄλα, καὶ καλὰ, καὶ κακὰ· καὶ πρῶτον μὲν θελεῖ ἰδῆ μέσα εἰς τὴν καρδίαν του τὸ κακὸν, καὶ ἔπειτα τὸ καλόν· διότι ἡ ἐνθύμησις αὕτη τοῦ Κυρίου ἔχει νὰ κινήσῃ τὸν Δράκοντα, καὶ πάλιν αὕτη ἔχει νὰ τὸν ταπεινώσῃ· αὕτη ἡ ἐνθύμησις ἔχει νὰ ἐλέγξῃ τὴν ἁμαρτίαν ὅπου κατοικᾷ μέσα· καὶ αὕτη ἔχει νὰ δαπανήσῃ, καὶ νὰ νικήσῃ, καὶ νὰ τὴν ξεριζώσῃ κατὰ κράτος, ὁμοῦ μὲ ὄλην τὴν δύναμιν τοῦ ἐχθροῦ· πρῶτον μερικῶς, ὅπως κατερχομένη εἰς τὴν καρδίαν νὰ νι-



κήση τὸν δράκοντα, ὅπου κυριεύει . ἃ βωσκήματα τῶν ἐμπαθῶν λογισμῶν τῆς κακῆς ἁμαρτίας, καὶ νὰ σώσῃ, καὶ νὰ ζωοποιήσῃ τὴν ψυχὴν· λοιπὸν παρέμεινον ἀδιαλείπτως εἰς τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστοῦ, διὰ νὰ καταπῆ ἡ καρδία τὸν Κύριον, καὶ ὁ Κύριος τὴν καρδίαν, καὶ νὰ γίνουσι τὰ δύο ἓνα. Πλὴν τὸ ἔργον τοῦτο δὲν εἶναι μιᾶς ἡμέρας, ἢ δύο, ἀλλὰ καιροῦ πολλοῦ, καὶ ἀγῶνος, καὶ χρόνου χρεῖα, διὰ νὰ διωχθῆ ὁ ἐχθρὸς, καὶ νὰ κατοικήσῃ ὁ Κύριος· καὶ ἐκεῖ ὅπου στέκεται τὸ σῶμα, ἐκεῖ νὰ στέκεται καὶ ὁ νοῦς, διὰ νὰ μὴν εὑρίσκεται ἀναμέσον τοῦ Θεοῦ καὶ τῆς καρδίας κἀνένα ἄλλον ὡσάν φραγμὸς καὶ μεσότειχον νὰ σκοτίξῃ τὴν καρδίαν, καὶ νὰ χωρίξῃ τὸν νοῦν ἀπὸ τὸν Θεόν· καὶ ἀνίσως κἀμμίαν φορὰν ἀρπάξῃ τὸν νοῦν κἀνέναν λογισμὸν, δὲν πρέπει νὰ ἀργοπορῆ εἰς αὐτὸν, διὰ νὰ μὴ τοῦ λογισθῆ ὁ λογισμὸς ἐκεῖνος εἰς ἔργον πράξεως ἁμαρτίας.

Διότι ὅσοι μελετοῦν αὐτὸ τὸ ἔνδοξον ὄνομα εἰς τὸ βάθος τῆς καρδίας των, αὐτοὶ δύνανται νὰ βλέπωσι καὶ κἀμμίαν φορὰν τὸ φῶς τοῦ νοῦς των· ἐπειδὴ ἡ στενὴ μέριμνα ὅπου κρατεῖται ἀπὸ τὴν διάνοιαν, καταπλέγει τὸν ῥυθμὸν ὅπου ἐπιπολάζει εἰς τὴν ψυχὴν· καὶ ὅταν αὐτὸ τὸ ὄνομα πολυκαιρίζῃ εἰς τὴν ἐνθύμησιν τοῦ νοῦς, μᾶς προξενεῖ βέβαια τὴν θέρμην τῆς καρδίας, νὰ ἀγαπῶμεν τὴν ἀγαθότητα τοῦ Θεοῦ μὲ τὴν συνήθειαν.

Καὶ εἶναι δυνατὸν καὶ εἰς τοὺς ἀρχαρίους ποτὲ μὲν νὰ λέγωσι τὴν εὐχὴν σωστὴν, καὶ ἄλλοτε μέρος αὐτῆς· ἦγουν, Ἰησοῦ ἐλέησόν με· ὁμοῦ μῆσα εἰς τὴν καρδίαν πάντοτε· καὶ ἀπὸ τὸ νὰ προσμένῃ τινὰς εἰς τὴν καρδίαν, εἰς τὴν εὐχὴν τῆς προειρημένης καρδιακῆς προσοχῆς, ἔρχεται εἰς τὴν καθαρότητα, ἀπὸ τὴν ὁποίαν γεννᾶται κἀποια θέρμη εἰς τὴν καρδίαν· καὶ ἀπὸ αὐτὴν τὴν θέρμην γεννᾶται ἡ ἐπιρροή τῶν δακρῶν καὶ ὀλίγον, ὕστερον ἀπὸ αὐτὰ, δέχεται ἡ ψυχὴ τὴν εἰρήνην τῶν λογισμῶν· καὶ μετὰ τὴν εἰρήνην, ὑψώνεται εἰς τὴν καθαρότητα τοῦ νοῦς, καὶ ἀπὸ τὴν καθαρότητα τοῦ



νοὺς ἔρχεται ὁ ἄνθρωπος εἰς τὸ νὰ βλέπῃ τὰ μυστήρια τοῦ Θεοῦ· καὶ ἔπειτα φθάνει ὁ νοῦς νὰ θεωρῇ ἀποκαλύψεις καὶ σημεία.

Πρὸς τούτοις τὰ δάκρυα, καὶ ὁ ῥαπισμὸς τῆς κεφαλῆς εἰς τὴν προσευχὴν, καὶ νὰ κυλῖεται μὲ θερμότητα ἔμπροσθεν τοῦ Θεοῦ, ἐξυπνοῦν τὴν θέρμην τῆς γλυκύτητος αὐτῶν μέσα εἰς τὴν καρδίαν, καὶ πετᾷ ἡ καρδία μὲ ἔκστασιν ἐπαινουμένην πρὸς τὸν Θεόν· καὶ αὐτὴ ἡ θέρμη ἔχει τὴν γέννησίν της εἰς ἡμᾶς ποικιλοτρόπως, ἡ ὁποία ἀποδιώκει ἐκεῖνα, ἃ ἀρχήτερα ἐμπόδιζαν τὴν προσευχὴν νὰ γίνεται καθαρά· καὶ ἀπὸ αὐτὴν γεννᾶται ἡ ἀγάπη καὶ ὁ θεῖος πόθος τοῦ Ἰησοῦ.

Ἀπὸ τὴν ὁποίαν καρδίαν γεννᾶται τὸ δάκρυον, καὶ τρέχει καθαρίζον, καὶ παχαίνει ψυχικῶς ἐκεῖνον, ὅπου τὰ ἐκέρδισεν ἀπὸ τὴν ἀγάπην· τὰ ὁποῖα δὲν ξηραίνουν τὸ σῶμα, καθὼς τὸ ξηραίνουν ἐκεῖνα ὅπου γίνονται ἀπὸ θεῖον φόβον, ἀλλὰ τρέφουσι τὴν ψυχὴν, καὶ τὸ σῶμα τὸ λαμπρύνουσι, καὶ τὸ πιαίνουσιν ἀπὸ τὸν σφοδρὸν ἔρωτα τοῦ Κυρίου.

Καὶ ὁ μὲν ἀρχάριος παρομοιάζει μὲ ἐκεῖνον ὅπου περιπατεῖ νύκτα εἰς τὸ σκότος, καὶ δὲν βλέπει νὰ διακρίνῃ τὸν ἑαυτὸν τοῦ πηγαίνει.

Ὁ δὲ μεσαῖος παρομοιάζει μὲ ἐκεῖνον ὅπου περιπατεῖ τὴν νύκτα μὲ ξαστερίαν ὅπου φαίνονται τὰ ἄστρα, καὶ πολλάκις σκοντάπτει εἰς ταῖς πέτρας.

Ὁ δὲ τρίτος περιπατεῖ ὡσάν μὲ ὀλόφεγγον φεγγάρι.

Ὁ δὲ τέλειος ὁμοιάζει μὲ ἐκεῖνον ὅπου περιπατεῖ τὸ μεσημέριον μὲ τὸν ἥλιον, καὶ βλέπει καθαρά τὸν ἑαυτὸν του, καὶ διακρίνει τὰ προσκρούσματα, καὶ δὲν σκοντάπτει· καὶ λέγουν οἱ Πατέρες, ὅτι ἐκεῖνοι ὅπου θέλουν νὰ γρηγοροῦν, καὶ νὰ νήφουν πρέπει νὰ βιάζωνται πάντοτε μὲ τὴν ἔμβασιν τῆς πνοῆς ἀπὸ τὴν μύτην, νὰ προσεύχωνται, καὶ νὰ προσέχουν, καὶ νὰ μελετοῦν, καὶ νὰ νοοῦν μόνον τὰ λόγια τῆς εὐχῆς, ἕως τὸν καιρὸν τοῦ φωτισμοῦ τοῦ νοῦς καὶ τῆς καρδίας· διότι ὅσοι ἠμποροῦν νὰ μελετοῦν ἀκατάπαυστα τὸ πολυπόθητον ὄνο-



μα τοῦ Κυρίου μέσα εἰς τὸ βάθος τῆς καρδίας των, αὐτοὶ δύνανται νὰ βλέπουν τὸ φῶς τοῦ νοῦς, τὸ ὁποῖον ὅταν γίνῃ ἀπὸ θεῖαν ῥοπήν· ἀπὸ τότε πλέον καὶ ἔμπροσθεν περιπατοῦσιν ἀπλανῶς, χωρὶς νὰ σκοντάπτουν· καὶ οὕτως ἀνατέλει ὡσάν ἀπὸ ἡλιακὸν δίσκον τὸ διορατικὸν, καὶ προορατικὸν χάρισμα, καὶ κάθε φανέρωσις μυστηρίων.

Καὶ ἀπὸ αὐτὴν τὴν ὑπερφυσικὴν δύναμιν, ἐλαφρώνεται τὸ βάρος τοῦ σώματος, φωτιζόμενον ἀπὸ τὸ Ἅγιον Πνεῦμα· καὶ διὰ τοῦτο μερικοὶ ἀπὸ τοὺς ἁγίους Πατέρας, ἐπέρασαν ἀβρόχως ποταμούς καὶ θαλάσσας, καὶ δρόμους μακροὺς εἰς στιγμὴν ὥρας, καὶ ἄλλα ἐξαισία ἔργα ἐτέλεσαν· καὶ ἰστάμενοι εἰς προσευχὴν ὑψώνεται τὸ σῶμα αὐτῶν ὑψηλά· καὶ κατακλειόμενοι καὶ εὐρισκόμενοι μὲ τὸ ἀναλωτικὸν πῦρ· καὶ μὲ τὸ αὐλὸν τῆς χάριτος πῦρ ἄκαυστα διετέλουν· καὶ πάλιν μετὰ τὸ τέλος των μερικὰ φυλάττουν τὸ ἀδιάλυτον, πιστούμενοι φανερά τὴν ἐνοικοῦσαν εἰς αὐτοὺς ὑπερφυσικὴν χάριν καὶ δύναμιν· μὲ τὴν ὁποῖαν ὡσάν νὰ εὐγάνουν πτερὰ μὲ κᾶποιον τρόπον, θέλουν ἀρπασθοῦν εἰς τὸν ἀέρα μὲ τὰς νεφέλας εἰς ἀπάντησιν τοῦ Κυρίου.

Λοιπὸν, ἀδελφοί, ἐπειδὴ καὶ τοιαῦτα ἀγαθὰ εὐρίσκονται κείμενα ἔμπροσθέν μας, ὅχι μόνον μὲ τάξιμον, ἀλλὰ κατὰ ἀλήθειαν ἀπὸ ἐδῶ ἔτι· διὰ τοῦτο ἂς σπουδάσωμεν ἕως ὅπου ἔχομεν καιρὸν, διὰ νὰ καταξιοθῶμεν καὶ ἡμεῖς μὲ ὀλίγον καιρὸν, καὶ κόπον, καὶ περισσότερον μὲ τὴν μεγάλην δωρεάν καὶ χάριν τοῦ Θεοῦ, ἀγωνιζόμενοι εἰς τὴν πνευματικὴν αὐτὴν ἐργασίαν τῆς προσευχῆς.

Καὶ ἐὰν θέλῃς νὰ μάθῃς τὸν τρόπον, μιμήσου ἐκείνον ὁποῦ παίζει τὴν κιθάραν· καθὼς ἐκεῖνος κλίνει κάτω τὴν κεφαλὴν του, καὶ τὴν ἀκοήν του ἀκουμβίζει εἰς τὸ στῆθος, καὶ κινεῖ μὲ τὴν χεῖρά του τὸ πληκτρον, καὶ ὁποῦ μὲ τὴν σύγκρουσιν τῶν χορδῶν, ὁποῦ ἡ κιθάρα εὐγάνει τὸ μέλος, καὶ καθαρωδῶς πηδᾷ ἀπὸ τὴν γλυκύτητα τοῦ μέλους.

Οὕτω λοιπὸν καὶ σύ, ἀδελφί, ποίησον· καὶ κιθάραν μὲν



νόησον τὴν καρδίαν σου, χορδὰς δὲ τὰς αἰσθήσεις, καὶ πληκτρον τὴν διάνοιαν· ἡ ὁποία μὲ τὸ λογιστικὸν κινεῖ τὴν εὐχὴν προσεκτικὰ, ἡ ὁποία εἶναι ἐνθύμησις Θεοῦ, ἀπὸ τὴν ὁποίαν ἐπέρχεται ἄρρητος ἠδονὴ εἰς τὴν ψυχὴν, καὶ βλέπει μὲ καθαρὸν ὄμμα τοῦ νοῦς τὰς θείας αὐγὰς· καὶ ἀνίσως δὲν κλείσωμεν τὰς αἰσθήσεις τοῦ σώματος, δὲν θέλομεν ἰδῆ ὁποῦ νὰ ἀναβλύσῃ τὸ ἀλλόμενον ὕδωρ τοῦ Πνεύματος, τὸ ὁποῖον, ὅταν κατοικήσῃ εἰς τὴν ψυχὴν, κάμνει τὸν ἔσω ἄνθρωπον γεμάτον ἀπὸ θείαν ὀρώσον καὶ πνεῦμα, τὸν δὲ ἔξω κάμνει ὄλον πύρινον· καὶ ὅταν καθαρισθῇ ἀπὸ τὰ ἔξω, καὶ νικήσῃ μὲ τὴν πρακτικὴν ἀρετὴν τὰς αἰσθήσεις τελείως, τότε μένει ἀκίνητος καθὼς ὁ ἄξων τοῦ οὐρανοῦ, ἤγουν τὸ ἄστρον τῆς τραμουντάνας· καὶ ἀποβλέπει εἰς τὸ βάθος τῆς καρδίας, ὡσὰν εἰς κέντρον· ἔχοντας ὡς βολίδας τῆς διανοίας τὰς αὐγὰς ὁποῦ πίνουν τὰ θεῖα νάματα ἐκεῖθεν· καὶ ὑποτάσσει ὅλας τὰς αἰσθήσεις τοῦ σώματος.

Καὶ ὅταν ὁ νοῦς φωτισθῇ καὶ καθαρισθῇ μὲ τὴν νῆψιν, ἀνίσως δὲν καταγίνεται συχνὰ εἰς τὴν εὐχὴν, καὶ νὰ ἀφήσῃ ὅλας τὰς φροντίδας τοῦ κόσμου, εὐκόλα πάλιν σκοτίζεται· ἀμὴ ὅποιος συνήρμωσε τὴν προσευχὴν μὲ τὴν θεωρίαν, μὲ τὴν φύλαξιν τοῦ νοῦς, αὐτὸς δὲν φοβεῖται κρότους, οὔτε ἀποφεύγει βροντὰς καὶ κτύπους· ἐπειδὴ μὲ τὸ νὰ ἐτρῶθῃ ἡ ψυχὴ του ἀπὸ θεῖον ἔρωτα τοῦ Χριστοῦ, τοῦ ἀκολουθᾶ ὡς ἀδελφόν του· καὶ ἐὰν θέλῃς νὰ μάθῃς, πῶς πρέπει νὰ προσεύχῃσαι, περιεργάσου τὸ τέλος τῆς προσευχῆς, καὶ δὲν ἀπατάσαι· διότι ὕστερον ἀπὸ τὴν προσευχὴν εἶναι παντοτεινὴ κατάνυξις καὶ συντριβὴ καρδίας, καὶ ἀγάπη πρὸς τὸν πλησίον. Τὰ δὲ ἐναντία ἀπὸ αὐτὰ, φανερὰ εἶναι πῶς εἶναι τῆς πλάνης· διότι, ὅταν ἀρχίσῃ ὁ νοῦς μας νὰ αἰσθάνηται τὴν παρηγορίαν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, τότε καὶ ὁ Σατανᾶς παρηγορεῖ τὴν ψυχὴν μὲ κάποιαν γλυκοφανῆ αἰσθησιν.



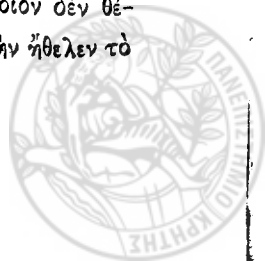
Περὶ τῆς πλάνης ὁποῦ ἀκολουθεῖ ρεῦσις
εἰς ὄραν τῆς προσευχῆς.

Αὕτη ἔρχεται μετ' ἡδονὴν παρηγορητὴν τρόπον τινὰ πρὸς τὰς
νυκτερινὰς ἡσυχίας, καὶ ὅταν κοιμᾶται ὑπνόν ἐλαφρόν, καὶ
κινεῖ τὴν ρεῦσιν ἀνεπαισθήτως· ἀμὴ ὁ νοῦς ἀνίσως εὐρεθῆ νὰ
κρατῆ τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου μετ' πολλὴν θέρμην, καὶ τὸ μετα-
χειρίζεται ὡς ὄπλον κατὰ τῆς πλάνης, μετ' τὸ ἅγιον ἐκεῖνο ὄνο-
μα, ἀναχωρεῖ μὲν ὁ σατανᾶς τότε ἀπὸ τὸν δόλον του, ἐξά-
πτεται ὅμως εἰς πόλεμον φανερόν κατὰ τῆς ψυχῆς· ὅθεν ὁ
νοῦς μετ' τὸ νὰ ἠξεύρῃ καλῶς τὴν πλάνην καὶ ἀπάτην του,
προκόπτει περισσότερον εἰς τὴν διάκρισιν.

Ὅταν δὲ πάλιν ἡ καλὴ παρηγορία τῆς χάριτος ἔρχεται, ἢ
ὅταν ἐξυπνᾷ τὸ σῶμα, ἢ εἰς τὸν ὑπνόν τοῦ ἔρχεται κάποια
ἐμφασις ἀπὸ τὴν θερμὴν ἐνθύμησιν τοῦ Κυρίου ὁποῦ ἀκολουθεῖ
εἰς τὴν ἀγάπην του· ὅταν λοιπὸν ὁ ἀγωνιστὴς ἐνθυμεῖται προ-
σεκτικῶς τὸ ὄνομα τοῦ Κυρίου, σκορπίζει τὴν αὖραν τῆς πλά-
νης τοῦ ἐχθροῦ· ἀμὴ ἀνίσως καὶ ἔχει κάμμιαν βρομερὰν ἐν-
θύμησιν πορνείας ὁπόταν ἐνεργεῖται, τότε ἄς ἠξεύρῃ πῶς ἡ
τοιαύτη ἐνέργεια καὶ παρηγορία εἶναι τῆς πλάνης· καὶ ἡ χαρὰ
ὁποῦ τοῦ γίνεται εἶναι ἄπιος καὶ ἀδιάθετος, μετ' τὸ νὰ θέλῃ ὁ
ἐχθρὸς νὰ μοιχεύηται ἡ ψυχὴ μετ' αὐτὴν, καὶ νὰ γίνῃ ἐκεῖνη
ἢ κάθυγρος γλυκύτης ἀγνώριστος εἰς αὐτὴν, ἀπὸ τὴν ἀδιαφο-
ρίαν καὶ ἀμέλειαν μετ' τὴν μίξιν τοῦ ἐχθροῦ.

Καὶ λοιπὸν ἀπὸ αὐτὸ θελομένον γνωρίζει τὸ πνεῦμα τῆς πλά-
νης, καὶ τὸ πνεῦμα τῆς ἀληθείας· διότι ἀδύνατον εἶναι εἰς
ἐκεῖνον ὁποῦ ἐγεύθη μετ' αἰσθησιν τῆς χρηστότητος τοῦ Κυρίου,
νὰ πειραχθῆ ἀπὸ τὴν πλάνην τῶν δαιμόνων.

Ἄνίσως μάλιστα δὲν πληροφορήσῃ τινὰς τὸν ἑαυτὸν του,
πῶς ἡ χάρις ὁποῦ ἐλάβαμεν ἀπὸ τὸ ἅγιον Βάπτισμα, εἶναι κα-
τοικημένη εἰς τὸ βάθος τοῦ νοός· τὰ δὲ πονηρὰ πνεύματα,
διατρίβουσι τριγύρω τῆς καρδίας τὰ μέλη, τὸ ὅποῖον δὲν θέ-
λουν ποτὲ νὰ τὸ πιστεύσουν οἱ ἄνθρωποι. διὰ νὰ μὴν ἤθελεν τὸ



γνωρίσει ὁ νοῦς των, καὶ ἀρματωθῶσι κατ' ἐπάνω τους μὲ τὸ δωτήριον ὄπλον τῆς νοεραῆς προσευχῆς· καὶ ἀνίσως, λέγω, δὲν τὸ γνωρίσει αὐτὸ ὁ νοῦς, δὲν θέλει κινήσῃ κατ' αὐτῶν τὰ ὄπλα.

! Καὶ ποῖος λοιπὸν νὰ διηγηθῇ τὴν γλυκύτητα τοῦ μέλητος τῆς καθαράς προσευχῆς εἰς ἐκείνους ὁποῦ δὲν τὴν ἐγεύθησαν; καὶ ἀκόμη περισσότερον· ! ποῖος νὰ διηγηθῇ τὴν εὐφροσύνην καὶ ὑπερφυσικὴν ἡδονὴν ὁποῦ πηγάζει ἀπὸ αὐτήν, καὶ πηδᾷ καὶ τρέχει πάντοτε; τὴν ὁποῖαν ἀλλέως νὰ τὴν ἀποκτήσῃ δὲν δύναται τιὰς, ἀνίσως καὶ δὲν ἠσυχάσῃ· οὔτε εἶναι δυνατόν νὰ καταπιασθῇ τὴν καθαρότητα, χωρὶς ἀναχώρησιν τῶν γνίνων φροντιδῶν· οὔτε ἠμπορεῖ νὰ ἀξιωθῇ τῆς συνομιλίας, καὶ θεωρίας τοῦ Θεοῦ, εὐρισκόμενος μὲ συναναστροφὴν τῶν ἀνθρώπων· διὰ τοῦτο ὅσοι ἐπιποθοῦν νὰ ἀπολαύσουν τὰς τοιαύτας χάριτας, ξετρέχουν μὲ σπουδὴν περισσοτέραν ἀπὸ κάθε ἄλλο ἔργον, νὰ ἀποφύγουν τὴν συναναστροφὴν τῶν ἀνθρώπων.

Καὶ ἀρχὴ τῆς ἠσυχίας εἶναι τὸ πένθος, ἡ αὐτομεμφία, ἡ κατάνυξις τοῦ ἑαυτοῦ του· τὰ ὁποῖα διὰ νὰ γίνουν καθαρότερα, γίνεται ἡ ἀγρυπνία, ἡ στάσις, ἡ ἐγκράτεια, καὶ ὁ σωματικὸς κόπος, τῶν ὁποίων τὸ τέλος ὁμοῦ γίνεται ἡ ῥοῆ τῶν δακρύων ἀπὸ τοὺς ὀφθαλμούς, μὲ τὸ νὰ φρονοῦν ταπεινὰ μὲ κατάνυξιν καρδίας, καὶ μὲ τὸ νὰ προσέχουν οὕτως εἰς τὴν καθαρότητα, τὴν ἀποκτοῦσιν εὐκόλως.

Καὶ πάλιν τὸ τέλος αὐτῶν γίνεται ἡ εἰρήνη τῶν λογισμῶν· καὶ ἀπὸ αὐτὸ ἀρχίζει ὁ νοῦς νὰ φαντάζεται τὴν φύσιν τῶν ὄντων, καὶ νὰ καταλαμβάνῃ τὴν τέχνην τοῦ Θεοῦ, καὶ νὰ συλλαμβάνῃ τὴν θεϊαν ἔννοιαν, καὶ νὰ θεωρῇ τὴν θεϊαν δύναμιν, καὶ σοφίαν καὶ δόξαν, καὶ ἀγαθότητά του· καὶ γίνεται χωρητικὸν δοχεῖον τοῦ ἁγίου Πνεύματος, καὶ κυριεύεται ἀπὸ τὸν θεῖον ἔρωτα, καὶ τρέχει νὰ φθάσῃ τὸ τέλος τῶν ἀρετῶν, χωρὶς νὰ πάσῃ ἀπὸ καμμίαν πλάνησιν εἰς αὐτὰ, οὔτε νὰ πέτῃ εἰς ἀμαρτητικὰ ψεῆματα καὶ ἀπρεπεῖς κινήσεις, ὅπου δοκιμάζει ἀπὸ πολλὰς αἰτίας ὡς ἀνθρώπος τρεπτὸς ὁποῦ εἶναι· ἀλλὰ πτερώνεται



μέ τήν εἰς Θεόν ἐλπίδα, καταγιγόμενος εἰς δάκρυα καί προσευχάς, καί ἄλλα τοιαῦτα.

Ἡ προσευχή λοιπὸν εἶναι ὀφθαλμὸς καί πτερὸν τῆς ψυχῆς, καί παρρησία πρὸς Θεόν· προσεύχου οὖν με ἦθος ταπεινόν, τρεφόμενον με ἐλπίδας χρηστάς, καί μεταχειρίζου τὰ δσα ταπεινῶνουν καί ἡσυχάζουν τὸ σῶμα, καί ἐλευθερώνουν τὸν νοῦν ἀπὸ τήν ἐνόχλησιν, τὰ ὁποῖα εἶναι τροφή σύμμετρος· πιστὸν ἐλαφρὸν με μέτρον· ὕπνος ὀλίγος· στάσιμον κατὰ δύναμιν γονυκλισίας καθὼς δύνασαι· φόρεμα ταπεινόν· λόγια ὀλίγα, τὰ ἀναγκαῖα μόνον· χαμαικοιτεία, καί δσα ἄλλα δαμάζουν τὸ σῶμα· καί νὰ μεταχειρίζεσαι τὰ δσα ἐξυπνοῦν τὸν νοῦν, καί συνεργοῦν εἰς τήν προσκάλεισιν τοῦ Θεοῦ, τὰ ὁποῖα εἶναι, ἀνάγνωσις τῶν Θείων Γραφῶν, καί τῶν ἐρμηνευτῶν Πατέρων εἰς αὐτά· καί εἰς τὰ νηπτικὰ καί ἀποφθέγματα τῶν ὁσίων, καί ψαλμοῦδια εὐσύνετος, νὰ καταλαμβάνῃς τὰ λεγόμενα, καί μελέτη τῶν ἀναγιγνωσκομένων, καί τῶν θαυμάτων ὁποῦ φαίνονται εἰς ὅλην τήν κτίσιν· προσευχή με τὸ στόμα, ἕως ὁποῦ νὰ σὲ κινήσῃ ἐνεργῶς ἡ θεία χάρις νὰ προσεύχουσαι με τήν καρδίαν· ἐπειδὴ τότε γίνεται εἰς ἐσένα ἐορτὴ καί πανήγυρις με παράδοξον τρόπον· ὄχι με τὸ στόμα, με τήν προσοχήν ὁποῦ ἐνεργεῖται εἰς τήν καρδίαν. Καί κάμνε οὕτω καθὼς σὲ ἐρμηνεύω.

Κλίνοντας πρῶτον τὸ γόνυ, κάμε μετανοίας δσας δύνασαι· διὰ νὰ κινήθῃ τὸ σῶμα, καί νὰ φύγῃ ἡ ἀμέλεια· ἐπειτα κάθησον, καί προσεύχου με τὸν νοῦν εἰς τήν καρδίαν, με τὸ ἐμβάσιμον τῆς πνοῆς προσεκτικὰ· ὄχι νὰ μὴν πνέῃς ποσῶς, ἀμὴ ἐμβαίνουσα ἡ πνοὴ μέσα εἰς τήν καρδίαν, νὰ ἐμβαίνει καί ἡ εὐχὴ ὁμοῦ, καί ἅς εὐγαίνει ἡ πνοὴ ἔξω. Καί ὅταν ἀκηδιάσῃς εἰς τήν εὐχὴν, σηκώσου εἰς τήν ὑμνωδίαν, καί πάλιν γύρισαι εἰς τήν εὐχὴν· καί ἀναγίνωσκε τὰς εὐχάς καί ὕμνους τοῦ Θεοκαρᾶ· μεταχειρίζου δὲ καί ἐργόχειρον διὰ τήν ἀμέλειαν· καί εἰς κάθε σου ἐργασίαν, ἀπὸ πρωτῆ ἕως ἐσπέρας, ἅς προηγῆται ἡ προσευχή· διότι ὅλα τὰ ἄλλα ἐδιορίσθησαν διὰ τήν ἀκηδείαν



τῆς προσευχῆς· ὁπότεν ὁμως ἔλθῃ τὸ ἔλεος τοῦ Θεοῦ εἰς τὴν ψυχὴν, καὶ βλέπει ἡ προσευχὴ εἰς τὴν καρδίαν, καθὼς τὸ νερόν ἀπὸ τὴν πηγὴν, τότε μόνος σχολάζει ὁ νοῦς εἰς τὴν προσευχὴν χωριζόμενος ἀπὸ ὅλα τὰ ἄλλα, καὶ μόνον αὐτὴν κατατρυφᾷ, καὶ εἰς τὴν θεωρίαν τοῦ παραδείσου τῆς θείας ἀγάπης· καὶ αὕτῃ ἡ προσευχὴ εἶναι τὸ κράτος ὅλων τῶν ἀγαθῶν ἔργων· αὕτῃ γεννᾷ τῆς μετανοίας τὸ δάκρυον, καὶ προχωρεῖ ἄκρως εἰς τὴν εἰρήνην τῶν λογισμῶν· αὕτῃ εἶναι ἡ γεννήτρια τῆς θείας ἀγάπης, καὶ καθαρίζει τὸ λογιστικὸν τῆς ψυχῆς, μὲ τὸ νὰ φαντάζεται τὸν Θεὸν ὅπου γεννᾷ τὴν κάθαρσιν εἰς τοὺς Ἄγγέλους καὶ ἁγίους· αὕτῃ φυλάττει καθαρόν τὸ ἐπιθυμητικὸν τῆς ψυχῆς, μὲ τὸ νὰ κείτεται ἔμπροσθεν τοῦ Θεοῦ, καὶ ὁμιλεῖ μὲ αὐτόν, καὶ προσκολλᾶται μὲ αὐτόν μὲ ὅλην τῆς τὴν ἐπιθυμίαν, καὶ ταπεινώνει τὸν θυμὸν· ἐπειδὴ καὶ ἐκεῖνος ὅπου δέεται τοῦ Θεοῦ, δὲν εἶναι δυνατὸν νὰ μὴν ἔχη ταπεινὸν τὸ φρόνημα, καὶ νὰ ἔχη θυμὸν· διὰ τοῦτο λέγομεν πῶς αὕτῃ ἡ ὅσα ταπεινώσεις καθαρίζει τὴν ψυχὴν μὲ ὅλας τὰς περιεκτικὰς καὶ νοεράς δυνάμεις.

Καὶ ἀπὸ ἐκεῖνον τὸν τόπον τῆς καρδίας ὅπου εὐγαίνει τὸ δάκρυον, ἐκεῖ μέσα ἄς νεύῃ, καὶ ἄς νοῆ, καὶ ἄς βλέπῃ ὁ λογισμὸς σου χωρὶς κάμμιαν ἐνόχλησιν, ὁμοῦ μὲ τὸ ἐμβάτιμον τῆς πνοῆς τῆς ῥινός, ὅταν προσεύχεσαι· καὶ ἐκεῖ ἄς μένη ὅσον δύνασαι· ἐπειδὴ καὶ εἶναι πολλὰ ὠφέλιμον, καὶ φέρνει το παντοτεινὸν πένθος, καὶ τὸ πολὺ δάκρυον, καὶ ἀφανίζει τὰς αἰχμαλωσίας τοῦ νοῦς, καὶ χαρίζει εἰρήνην νοεράν, καὶ γίνεται αἰτία προσευχῆς, καὶ συνεργὸς εἰς τὴν εὐρεσιν τῆς καρδιακῆς προσοχῆς, χάριτι τοῦ Κυρίου ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστοῦ.

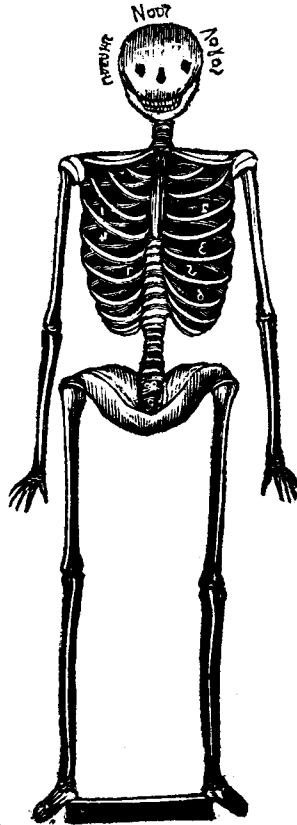


Τὸ τριμερὲς τῆς ψυχῆς κυρίως εἶναι:
ὁ ΝΟΥΣ, ὁ ΛΟΓΟΣ καὶ τὸ ΠΝΕΥΜΑ.

Τὸ λογιστικὸν
εἰς το στήθος.

Τὸ θυμικὸν
ἦτοι ὁ θυμὸς εἰς
τὴν ξανθὴν
χολήν.

Αἱ τρεῖς δυνά-
μεις τῆς ψυχῆς
εἶναι τὸ θυμικόν,
ἐπιθυμητικὸν καὶ
λογιστικόν.



Τὸ ἐπιθυμητι-
κὸν εἰς τὴν καρ-
δίαν.

Εἰς τοὺς νε-
φροὺς ταμειεύεται
τὸ γονητικὸν σπέρ-
μα· καὶ ἐκεῖθεν
κινοῦνται τὰ
ὑπογάστρια.

Οἱ ἐν τῷ Σκελετῷ ἀριθμοὶ δηλοῦσι τὰς θέσεις
τῶν ἀκολουθῶν·

- | | | |
|-------------------------|----------------|----------------|
| 1. Λογιστικὸν φλεγμόνι. | 2. Ξανθὴ χολή. | 3. Καρδία. |
| 4. Μελανὴ χολή. | 5. Σπλῆνα. | 6. Νεφρά. |
| 7. Ὀμφαλός. | 8. Κοιλία. | 9. Ὑπογάστρια. |

Καὶ εἰς τὸν ὀμφαλὸν ἐμφωλεύει ὁ δράκων, ὅπου κυριεύει τὰ
βοσκήματα τῶν παθῶν, καὶ περικυκλῶνει τὴν καρδίαν.



Ἡ χάρις.

Ἡ χάρις ὅπου ἐλάβαμεν, ἀπὸ τὸ ἅγιον Βάπτισμα, κατοικεῖ εἰς τὸ βάθος τοῦ νοῦς· καὶ ὅταν ὁ νοῦς προσέχει εἰς τὴν καρδίαν, τότε διώκεται ὁ πονηρὸς ἐκεῖθεν, καὶ γίνεται δοχεῖον τῆς χάριτος.

Περὶ τοῦ τόπου τῆς καρδίας, καὶ τῶν
τριῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς.

Τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου συνίσταται ἐκ τῶν τεσσάρων στοιχείων· καὶ ἀπὸ μὲν τὸ πῦρ ἔχει τὸ αἷμα, ἀπὸ δὲ τὸ ὕδωρ τὸ φλέγμα, ἀπὸ δὲ τὴν γῆν ἔχει τὴν μαύρην χολήν, καὶ ἀπὸ τὸν ἀέρα ἔχει τὴν ξανθὴν χολήν.

Καὶ τὸ μὲν αἷμα ἴσταται ἐπάνω τοῦ σκοτιοῦ εἰς τὸ δεξιὸν μέρος· ἡ ξανθὴ χολὴ ἴσταται εἰς τὸ ἀριστερὸν μέρος ἐπάνω τῆς σπλήνας· ἡ μελανὴ χολὴ ἴσταται ἐπάνω εἰς τὰ νεφρά· τὸ δὲ φλέγμα εὐρίσκεται ἐπάνω τοῦ στήθους εἰς τὸ φλεγμόνι, ἢ πνεύμονα.

Τὸ μὲν αἷμα αὐξάνει τὸ ἔαρ.

Ἡ ξανθὴ χολὴ αὐξάνει τὸ θέρος.

Ἡ μελαινα χολὴ αὐξάνει τὸ φθεινόπωρον.

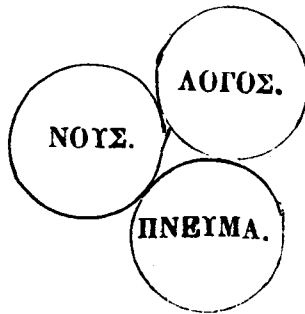
Τὸ δὲ φλέγμα αὐξάνει τὸν χειμῶνα.

Καὶ τὸ μὲν αἷμα ἀναπνέει ἀπὸ τὴν ῥίνα, ἥτοι τὴν μύτην· ἡ ξανθὴ χολὴ ἀναπνέει ἀπὸ τὰ αὐτία· ἡ μαύρη χολὴ ἀναπνέει ἀπὸ τὰ ὀμμάτια, καὶ τὸ φλέγμα ἀπὸ τὸ στόμα.

Αὐτὰ δὲ τὰ τέσσαρα συστατικὰ τοῦ σώματος μερίζονται εἰς τέσσαρας ἡλικίας τοῦ ἀνθρώπου· εἰς μὲν τὴν πρώτην ἡλικίαν, ἀπὸ γεννήσεως ἕως τὸν δέκατον τρίτον χρόνον τοῦ παιδὸς κυριεύει εἰς τὸ σῶμα τὸ αἷμα· ἀπὸ δὲ τοῦ δεκάτου τρίτου ἕως τοῦ εἰκοστοῦ ὀγδόου τῆς νεανικῆς ἡλικίας, κυριεύει ἡ ξανθὴ χολὴ τοῦ θυμοῦ· ἀπὸ δὲ τοῦ εἰκοστοῦ ἐνάτου ἕως τοῦ πεντηκοστοῦ τῆς ἀνδρικῆς ἡλικίας, κυριεύει ἡ μαύρη χολή· ἀπὸ δὲ τοῦ πεντηκοστοῦ πρώτου, ἕως τοῦ γήρατος, κυριεύει τὸ φλέγμα.



Καὶ ταῦτα ἐγράψαμεν διὰ νὰ γνωρίσῃς τὸ μέρος τῆς καρδίας, τοῦ θυμοῦ καὶ τῆς ἐπιθυμίας.



Ἡ ἅγια Τριάς ὁ Θεὸς εἶναι μονὰς ἀπλή καὶ Τριάς ἐν μονάδι· ὁ Θεὸς γινώσκεται Τριαδικῶς εἰς τὸ πᾶν, καὶ λέγεται συνοχεύς, διότι συνέχει καὶ κρατεῖ τὰ πάντα· ὁ Πατὴρ δι' Υἱοῦ ἐν Ἁγίῳ Πνεύματι. Καθὼς εἶναι εἰς τὸν ἄνθρωπον ὁ νοῦς, ὁ λόγος καὶ τὸ πνεῦμα· καὶ οὔτε ὁ νοῦς εἶναι χωρὶς λόγον, οὔτε λόγος χωρὶς πνεῦμα, ἀμὴ εὐρίσκονται ἓνα μὲ τὸ ἄλλο εἰς τοῦ λόγου των· ἐπειδὴ καὶ ὁ νοῦς μὲ τὸν λόγον ὁμιλεῖ, καὶ ὁ λόγος μὲ τὸ πνεῦμα φανερόνεται· καὶ κατ' αὐτὸ τὸ παράδειγμα ὁ ἄνθρωπος φέρει εἰκόνα ἀμυδρὰν τῆς ἀνωνύμου καὶ ἀρχετύπου Τριάδος. Μὲ τὸ νὰ δηλοῖ ἀπὸ αὐτὸ, καὶ μὲ αὐτὸ τὸ κατ' εἰκόνα.

Κυρίως λοιπὸν στοιχεῖα εἰς τὸν ἄνθρωπον, τὸ αἷμα καὶ τὸ φλέγμα εὐρίσκονται νὰ ἦναι· ἐκ τῶν ὁποίων γίνονται ἡ ξανθὴ καὶ μέλαινα χολή, ἐκ τῆς ῥινὸς καὶ τοῦ στόματος πνέοντα.

Αἱ τρεῖς δυνάμεις τῆς ψυχῆς, λογιστικὸν, θυμικὸν, καὶ ἐπιθυμητικὸν, ἀπὸ τὴν καρδίαν ὅπου εἶναι ἡ πηγὴ τοῦ αἵματος ἀναδίδονται· καὶ ὅταν αὐταὶ αἱ τρεῖς δυνάμεις τῆς ψυχῆς καταβυθισθῶσιν εἰς τὸν βυθὸν τῆς ἀπαθείας,¹ τότε νεκρώνεται μὲν τὸ σῶμα, ζωοῦται δὲ ἡ ψυχὴ, καθὼς καὶ ἐξ ἐναντίας· ὅτε ἡ ψυχὴ καταποντίζεται ἀπὸ τὸν βυθὸν τῶν καθῶν νεκρώνεται ἡ ψυχὴ, καὶ ζωώνεται τὸ σῶμα.



Όταν γάρ ὁ φόβος τοῦ Θεοῦ σμιχθῆ μετὴν ψυχὴν, ἐγγασφρώνεται μετὴν μετάνοιαν καὶ συλλαμβάνει τὸν λόγον τῆς κρίσεως· τὴν ὁποίαν περικυκλώνουν ὠδύνες τῶν κολάσεων τοῦ ἄδου, καὶ τὴν θλίβουσιν οἱ πόνοι τῆς μελλούσης ἀνταποδόσεως.

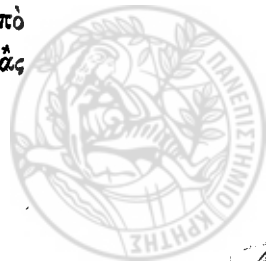
Ἐπειτα διὰ τῶν δακρύων ἀποτελειώσασα τὸ ἐν τῇ κοιλίᾳ αὐτῆς πνεῦμα ὀλόκληρον, γεννᾷ μὲν πνεῦμα σωτηρίας εἰς τὴν γῆν τῆς καρδίας μετὰ πολλοὺς πόνους· καὶ λυτρωθεῖσα τῶν ὠδύων τοῦ ἄδου, τότε τὴν διαδέχεται ὁ πόθος τῶν μελλόντων ἀγαθῶν, καὶ τὸν προσυπαντᾷ ἡ καθαρότης μετὴν σωφροσύνην, καὶ τὴν ἐνώνει μετὸν θεῖον ἔρωτα, καὶ αἰσθάνεται ἡδονὴν ἄρρητον, ὥστε νὰ χύνη τὰ δάκρυα ἔμπροσθεν τῆς κατανύξεως, καὶ νὰ εὐγαίη ἀπὸ τὴν αἴσθησιν τοῦ κόσμου τούτου, καὶ νὰ τρέχη ὀπίσω τοῦ Νυμφίου Χριστοῦ, ἕως νὰ τὸν φθάσῃ, ὅταν θελήσῃ αὐτὸς ὁ Χριστὸς ἀπὸ ἄκρην του συγκατάβασιν νὰ σταθῇ.

Νικηφόρου Μονάζοντος Ἀγιορείτου,
ἐρμηνεῖα ἀρίστη τῆς Νοερᾶς
Προσευχῆς καὶ Νήψεως.

Ὅσοι ἐπιποθεῖτε νὰ ἐπιτύχητε τῆς μεγαλοπρεποῦς φωτόφανείας τοῦ Κυρίου ἡμῶν, καὶ νὰ λάβετε μετὰ αἴσθησιν τὸ ὑπερουράνιον φῶς· ὅσοι σπουδάζετε νὰ ἐπιτύχητε μετὰ δοκιμασίαν τὴν πρὸς Θεὸν φιλίαν, καὶ νὰ ἀποκτήσητε τὸν κεκρυμμένον θησαυρὸν εἰς τὰς καρδίας σας ὅπου δὲν τὸν ἤξεύρετε· ὅσοι θέλετε νὰ ἀνάψουν αἱ λαμπάδες τῶν ψυχῶν σας ἀπὸ ἐδῶ ἀκόμη, καὶ νὰ λάβετε μετὰ γνῶσιν καὶ δοκιμὴν τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν, ἡ ὁποία εὐρίσκεται μέσα σας· ἔλθετε νὰ σᾶς ἐρμηνεύσω μίαν μέθοδον ἐπιστήμης οὐρανόφωτου ζῶης πρόξενον· ὅπου ἐμβάζει εἰς τοὺς λιμένας τῆς ἀθανασίας χωρὶς κόπους καὶ ἀγῶνας.

Ἐάν ὁμως καὶ περιπατῆτε ἔξω ἀπὸ τὴν ζωὴν ὅπου διδάσκω· τότε φοβηθεῖτε, καὶ ἂν διατρέψετε ἀπὸ μακρόθεν καθὼς οἱ πρωτόπλαστοι.

Τὸ λοιπὸν ἀδελφοί, ἃς ἐπανεέλθωμεν εἰς τὸν ἑαυτὸν μας ἀπὸ τὴν ταραχὴν καὶ σύγχυσιν τῶν φροντίδων τοῦ κόσμου, καὶ ἃς



πιάσωμεν τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν ὅπου εὐρίσκεται μίσα μας, χωρὶς νὰ τὴν ἀφήσωμεν· ἐπειδὴ διὰ τοῦτο ἡ μοναδικὴ πολιτεία ἐκαλέσθη τέχνη τῶν τεχνῶν καὶ ἐπιστήμη τῶν ἐπιστημῶν, διότι αὐτὴ ἡ ὁσία δὲν ἀποκτᾶται ἀπὸ ἡμᾶς καθὼς τὰ πράγματα τοῦ κόσμου τούτου τὰ φθειρόμενα· ἀμὴ αὐτὴ μᾶς ὑπόσχεται κἄποια ἀγαθὰ ξένα καὶ ἄρρητα· καὶ ἡ πάλῃ μας πρὸς αὐτὰ δὲν εἶναι πρὸς αἷμα καὶ σάρκα, ἀλλὰ πρὸς τὰς ἀρχάς καὶ ἐξουσίας καὶ κοσμοκράτορας τοῦ αἰῶνος τούτου.

Καὶ ἀνίσως ἡ παροῦσα ζωὴ εἶναι σκότος, ἃς φύγωμεν ἀπὸ αὐτὴν μὲ μυστηριώδη τρόπον, καὶ μὴν εὐρίσκεται κἀνενα κοινὸν μεταξὺ ἡμῶν καὶ μὲ τὸν ἐχθρὸν τοῦ Θεοῦ· διότι ὅποιος θέλει φιλιωθῆ μὲ αὐτὸν, γίνεται ἐχθρὸς τοῦ Θεοῦ· καὶ ποῖος δύναται νὰ τὸν βοηθήσῃ; καὶ ἃς μιμηθῶμεν τὸν κεκρυμμένον θησαυρὸν εἰς τὰς καρδίας μας καθὼς ἐκεῖνοι· καὶ ὅταν τὸν εὐρωμεν ἃς τὸν κρατήσωμεν σφιγκτὰ, δουλεύοντες ὁμοῦ καὶ φυλάττοντες, διότι εἰς αὐτὸ ἐδιωρίσθημεν ἀπὸ τὴν ἀρχὴν.

Ἀμὴ ἀνίσως καὶ ἤθελε κἀνεὶς ἄλλος Νικόδημος νὰ φιλονικᾷ εἰς αὐτὸ καὶ νὰ λέγῃ, πῶς ἡμπορεῖ νὰ ἐμβῆ τινὰς εἰς τὴν καρδίαν του, καὶ νὰ ἐργάζεται ἐκεῖ; ἃς ἀκούσῃ καὶ αὐτὸς παρὰ τοῦ Σωτῆρος, ὅτι τὸ πνεῦμα ὅπου θέλει πνέει· καὶ ἐὰν ἀμφιβάλλῃ εἰς τὰ ἔργα τῆς πρακτικῆς ἐργασίας, οὕτω καὶ ἀπιστεῖ· ἀμὴ πῶς νὰ ἔλθουν εἰς ἡμᾶς τὰ ὑπὲρ φύσιν τῆς θεωρίας; ἐπειδὴ ἡ πρακτικὴ εἶναι τῆς θεωρίας ἐπίθασις· καὶ ἃς στοχασθῶμεν ἀπὸ τοὺς βίους τῶν ἁγίων· πῶς ὁ σωματικὸς κόπος ὁμοιάζει μὲ τὰ φύλλα τῶν δένδρων· ἡ δὲ τοῦ νοῦς νῆψις, καὶ φύλαξις τῆς καρδίας, ὁμοιάζει μὲ τὸν καρπὸν· καὶ λοιπὸν ἐν ὀνόματι τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ Χριστοῦ, ἃς ἀρχίσωμεν νὰ εἰπῶμεν τί πρᾶγμα εἶναι ἡ προσοχή, καὶ πῶς κατορθώνεται, ὅτι αὐτὸς ὁ Κύριος εἶπε, «χωρὶς ἐμοῦ οὐ δύνασθε ποιεῖν οὐδέν».

Ἄ π ὀ δ εἰ ξ ι ς τ ῆ ς μ ε θ ὀ δ ο υ τοῦ Ν ι κ η φ ὀ ρ ο υ .

Τὴν μὲν προσοχὴν τινὲς τῶν Πατέρων τὴν ὀνόμασαν νοδὸς τήρησιν, καὶ ἄλλοι πάλιν καρδιακὴν φυλακὴν, ἕτεροι δὲ νῆψιν,



καὶ ἄλλοι νοεράν ἡσυχίαν, καὶ ἄλλοι ἀλλέως· καὶ αὐταὶ δλαι αἱ ὀνομασίαι, ἐν καὶ τὸ αὐτὸ δηλοῦσιν ὡσάν νά εἰπῆς, ἄρτον, ψωμί, καὶ κομμάτι, καὶ βουκίον· τί δὲ ἐστὶ προσοχή, καὶ ποῖα εἶναι τὰ ἰδιώματά της μάθανε.

Προσοχή εἶναι γνώρισμα μετανοίας ἀληθινῆς· προσοχή εἶναι ψυχῆς ἀνακαινισμὸς, καὶ ἀνακάλεσις· προσοχή εἶναι ἀμαρτίας ἀπάρνησις, καὶ ἀπόκτησις ἀρετῆς· προσοχή εἶναι ἀρχὴ θεωρίας καὶ ὑπόθεσις· ἐπειδὴ ὁ Θεὸς μὲ τὸ νά παρακύψῃ ἀπὸ αὐτῆν ἐμφανίζεται εἰς αὐτόν· προσοχή εἶναι ἀταραξία νοῦς, καὶ ζῆσις, ὅπου δι' ἐλέους Θεοῦ χαρίζεται εἰς τὴν ψυχὴν· προσοχή εἶναι χαλασμός τῶν πονηρῶν λογισμῶν, καὶ παλάτιον ἐνθυμήσεων Θεοῦ, καὶ πίστεως, ἐλπίδος, καὶ ἀγάπης πρόξενος· καὶ ὀλίγοι εἰσὶν ὅσοι τὴν ἀπέκτησαν χωρὶς διδάσκαλον καὶ ὀδηγόν, ἀπὸ μόνῃν τὴν θερμὴν πίστιν καὶ ἀγάπην πρὸς τὸν Θεὸν ὅπου εἶχασι, καὶ τὸ σπάνιον νόμος δὲν γίνεται· διὰ τοῦτο λοιπὸν χρειάζεται νά ζητήσῃ τινὰς ὀδηγόν ἀπλανῆ ὅπου νά μάθῃ ἀπὸ αὐτὸν τὰς προσβολὰς ὅπου εἰς αὐτὴν τυχαίνουσι δεξιὰ καὶ ἀριστερά· ἐλλείψεις λέγω καὶ ὑπερβολὰς, ὅπου ἔρχονται ἀπὸ τὸν πονηρὸν, καὶ νά διδάσκεται ἀπὸ αὐτόν, τὰ ὅσα ἐκεῖνος ἔπαθε καὶ ἐγνώρισε μὲ τὴν δοκιμὴν, καὶ οὕτω νά περιπατήσῃ καὶ αὐτὸς αὐτὴν τὴν νοητὴν στρατὰν μὲ εὐκολίαν.

Ἄμῃ ἀνίσως καὶ ὀδηγὸς δὲν εἶναι, πρέπει νά ζητήσῃς ἐμπόνης, εἶδὲ καὶ δὲν εὐρίσκεται, ποιήσον τοῦτο ὅπου σὲ λέγω ἐπικαλούμενος τὴν βοήθειαν τοῦ Θεοῦ μὲ δάκρυα, καὶ μὲ ἀκρημοσύνην.

Ἑ ρ μ η ν ε ἰ α.

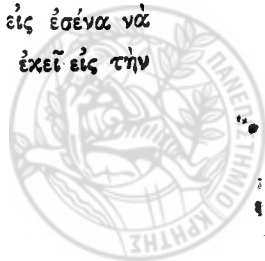
Ἡξεῦρεῖς, ὦ τέκνον, ὅτι πῶς ἡ πνοή, τὴν ὁποῖαν ἀναπνέομεν, εἶναι αὐτὸς ὁ ἀέρας, τὸν ὁποῖον εὐγάνομεν ἔξω, ὅχι διὰ ἄλλο τίποτε, παρὰ μόνον διὰ τὴν καρδίαν· ἐπειδὴ αὐτὴ εἶναι ὅπου δίδει τὴν ζωὴν καὶ τὴν θερμὴν εἰς τὸ σῶμα· τραβᾷ λοιπὸν ἡ καρδία τὸν ἀέρα, διὰ νά εὐγάλῃ ἔξω τὸν ἐδικόν της ζεστόν ἀέρα μὲ τὴν ἐκπνοήν, καὶ νά τὸν ἀμπώσῃ ἔξωθεν, καὶ νά δώσῃ



εἰς τὸν ἑαυτὸν τῆς ἄνεσιν. Ὁργανον δὲ τῆς τοιαύτης οἰκονομίας εἶναι τὸ πνευμόνι, τὸ ὁποῖον μὲ τὸ νὰ ἐκτίσθῃ ἀπὸ τὸν δημιουργὸν ἀραιὸν, ὡσάν ἕνα φυσιτήριον, ἐμβάζει μὲ εὐκολίαν, καὶ εὐγάζει τὸν ἀέρα, καὶ οὕτω τραβοῦσα ἢ καρδιά τὸ ψυχρὸν διὰ τοῦ ἀέρος μὲ τὸ πνευμόνι, καὶ ἀμπώθουσα ἔξωθεν τὸ ζετὸν, φυλάττει ἀπαραβάτως τὴν σύστασιν τοῦ ζώου, τὴν τάξιν δηλαδὴ, διὰ τὴν ὁποῖαν ὠκοδομήθη.

Ἐσὺ λοιπὸν κάθησον καὶ σύμμασον τὸν νοῦν σου, καὶ ἔμβα-
σέ τον εἰς τὴν ὁδὸν τῆς πνοῆς τῆς ρίνος, ἐκεῖ ὁποῦ ἐμβαίνει ὁ
ἀέρας εἰς τὴν καρδίαν, καὶ ἔμπασέ τον καὶ παραβιάσέ τον νὰ
συγκατέβῃ μὲ τὸν ἀέρα ὁποῦ εἰσέρχεται εἰς τὴν καρδίαν, καὶ
ὅταν ἔλθῃ ἐκεῖ δὲν εἶναι πλέον ὁποῦ νὰ μείνῃ χωρὶς εὐφροσύ-
νην, οὔτε γίνονται τὰ ὕστερα χωρὶς χαρὰν, ἀμὴ καθὼς ὁ ἄν-
θρωπος ὁποῦ λείπει ἀπὸ τὸν οἶκόν του, καὶ ἀπὸ τὴν γυναῖκα
καὶ παιδίᾳ του, καὶ ἔλθῃ καὶ ἀνταμωθῇ μὲ αὐτούς, δὲν ἔχει
τί νὰ γίνῃ ἀπὸ τὴν χαρὰν του· οὕτω καὶ ὁ νοῦς ὅταν ἐνωθῇ μὲ
τὴν ψυχὴν, γερμίζει ἀπὸ ἄρρητον εὐφροσύνην· λοιπὸν ἀδελφε,
συνειθήσον τὸν νοῦν σου ὁποῦ νὰ μὴν εὐγαίνῃ ὀργήγορα ἀπὸ
ἐκεῖ, ἐπειδὴ εἰς τὰς ἀρχὰς πολλὰ τὸ βαρύνεται ἀπὸ τὸν ἔσω
συγκλεισμὸν καὶ στένωσιν· ὁπόταν ὁμοῦς συνειθῆσῃ, δὲν θέλει
πλέον νὰ περισπᾶται ρεμβόμενος ἐδῶ καὶ ἐκεῖ εἰς τὰς ἔξωθεν
περιφορὰς καὶ ἑόλτας· ἐπειδὴ καθὼς εἶπεν ὁ Κύριος, ἡ Βασι-
λεῖα τῶν Οὐρανῶν ἐντὸς ἡμῶν ἐστὶ, τὴν ὁποῖαν ὁ νοῦς φυλάτ-
τοντάς την καὶ ἐπιζητῶντας την μὲ καθαρὰν καρδίαν, λο-
γιάζει ὅλα τὰ ἔξωθεν πράγματα τοῦ κόσμου μισητὰ καὶ βδε-
λυκτὰ, μάταια καὶ ἀποτρόπαια καθὼς ὁποῦ εἶναι τῶ ὄντι.

Ἀνίσως λοιπὸν καθὼς εἶπομεν, ὁ νοῦς ἐμβῆ ἀπὸ πρώτης
ἀρχῆς εἰς τὸν τόπον τῆς καρδίας μὲ τὸν τρόπον τῆς μεθοδου
ὁποῦ σὲ ἐρμήνευσα, ἃς εἶναι χάρις εἰς τὸν Θεόν, καὶ δόξα, καὶ
εὐχάριστησον καὶ σίρτησον, καὶ κράτει πάντοτε αὐτὴν τὴν
ἐργασίαν ἀναπόσπαστον ἀπὸ λόγου σου, καὶ αὐτὴ ἔχει νὰ σὲ
διδάξῃ καὶ ἐκεῖνα ὅσα δὲν ἤξεύρεις· πρέπει ὁμοῦς εἰς ἐσένα νὰ
μάθῃς καὶ τοῦτο· ὅτι ὅταν εὐρίσκειται ὁ νοῦς σου ἐκεῖ εἰς τὴν



καρδίαν συμμαζωμένος, νά μὴν σιωπᾷ καὶ κάθεται ἀργὸς ἀμὴ ἄς ἔχη ἔργον ἀκατάπαυστον τὴν εὐχὴν, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ Υἱὲ τοῦ Θεοῦ ἐλέησόν με· καὶ ἄς μελετᾷ, καὶ ἄς μὴ παύσῃ ἀπὸ αὐτὸ πάντοτε· ἐπειδὴ αὐτὸ κρατεῖ τὸν νοῦν ἀμετεώριστον, καὶ τὸν φυλάττει ἀπίαστον ἀπὸ τὰς προσβολὰς τῶν ἐχθρῶν, καὶ τὸν ἀνεβάζει κάθε ἡμέραν εἰς πόθον θεῖον καὶ ἀγάπην· ἀνίσως ὁμῶς καὶ μετὸ νά ἀποκάμῃ μὴ δυνάμενος νά ἐμβῆ εἰς τὸ μέρος τῆς καρδίας, καθὼς σοῦ ἔδειξα, ποιήσον ἀνάμεσα καὶ τοῦτο ὅπου σοῦ λέγω, καὶ Θεοῦ συνεργοῦντος θέλεις εὔρη τὸ ποθούμενον.

Ἡξέυρεις καλὰ, πῶς τὸ λογιστικὸν κάθε ἀνθρώπου εὐρίσκειται εἰς τὸ στῆθος· ἐπειδὴ μέσα εἰς τὸ στῆθος ὅταν σιωποῦν τὰ χεῖλιά μας, ὁμιλοῦμεν ἐκεῖ καὶ βουλευόμεθα, καὶ εὐχόμεθα, καὶ ψάλλομεν, καὶ συνομιλοῦμεν ἄλλα πολλὰ· ἀπ' αὐτὸ λοιπὸν τὸ λογιστικὸν, ἔπαρέ του κάθε ἄλλον λογισμὸν, καὶ βάλλε του τὸ, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ Υἱὲ τοῦ Θεοῦ ἐλέησόν με· καὶ βίασέ το νά τὸ φωνάζῃ αὐτὸς διὰ κάθε ἄλλην ἔννοιαν ὅπου συλλογίζεται· καὶ ὅταν τὸ κρατήσῃ αὐτὸ εἰς καιρὸν, ἀπὸ τοῦτο θέλει σοῦ ἀνοιχθῆ καὶ ἡ ἔμβασις τῆς καρδίας, καθὼς σοῦ ἐγράψαμεν, χωρὶς κάθε ἀμφιβολίαν, καθὼς καὶ ἡμεῖς τὸ ἐγνωρίσαμεν μετὴν δοκιμὴν, καὶ νά σοῦ ἔλθῃ ὁμοῦ μετὴν πολυπόθητον καὶ τερπνὴν προσοχὴν, καὶ ὅλος ὁ χορὸς τῶν ἀρετῶν· ἀγάπη, λέγω, χαρὰ, εἰρήνη, καὶ τὰ λοιπά. Ἀπὸ τὰ ὅποια θέλεις λαμβάνει δλα σου τὰ αἰτήματα, ἐν Χριστῷ Ἰησοῦ τῷ Κυρίῳ ἡμῶν.

Γρηγορίου τοῦ Σιναΐτου.

Ἐν τῷ τρόπῳ ἐνόσεως καὶ εἰσόδου τῆς Νοεραῆς Προσευχῆς εἶναι, ὅπου ἐνεργεῖται εἰς τὴν καρδίαν διὰ τοῦ πνεύματος, ἀπὸ τὰς ὁποίας, ἢ ὁ νοῦς προλαμβάνει τὴν εὐχὴν κολλώμενος τῷ Κυρίῳ, ἢ ἡ εὐχὴ τὸν δεσμεύει πρὸς τὴν ἐπίκλησιν τοῦ Κυρίου· καὶ προηγεῖται κάποια ἢ μία τῆς ἄλλης· καὶ ποτὲ μὲν ἡ ἐνέργεια γίνεται εἰς τὴν καρδίαν, μετὸ νά τυφλώνονται τὰ πάθη ἀπὸ τὴν συχνὴν ἐπίκλησιν τῆς θείας θερμῆς, καὶ ἄλλοτε πάλιν τὸ πνεῦμα τραβᾷ τὸν νοῦν πρὸς τοῦ λόγου του εἰς τὸ βάθος τῆς καρ-



δίας· και τότε ο νοῦς με τὸ νὰ προσκαλεσθῆ εἰς τράπεζαν πλουσιοπάροχον, εὐφραίνεται ἀπὸ τὴν οὐράνιον τροφήν, και μεθύσκειται ἀπὸ οἶνον κατανύξεως, πόματος δακρῦν.

Και τὸ μὲν ἐσπέρας δύνοντας τοῦ ἡλίου, κάθησαν εἰς σκαμνίον ὑψηλὸν ὡς μίαν σπιθαμὴν, και σύναξον τὸν νοῦν σου, σκύπτοντας ἀπὸ τὸ ἡγεμονικὸν εἰς τὴν καρδίαν, και κράτει αὐτὰν ἐκεῖ ἐμπόνως, και περιαλγῶν τὰ στέρνα και τοὺς ὤμους, και τὸν τράχηλον, και κράτει νοερῶς εἰς τὴν καρδίαν τὴν εὐχὴν, τὸ, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ ἐλέησόν με· μόνον αὐτό. Ἐπειτα διὰ τὸ κοπιαστικὸν, και ἴσως με τὸ νὰ ἀηδιάξῃς εἰς αὐτό· ἄλλαξε τὸν λόγον εἰς τὸ ἄλλο ἡμισυ τῆς εὐχῆς, και λέγε· Υἱὲ τοῦ Θεοῦ ἐλέησόν με· και μὴ τὸ συχνοαλλάξῃς, ἐπειδὴ δὲν ριζώνει· κράτει δὲ και τὸν ἀνασασμὸν τῆς πνοῆς, διὰ νὰ μὴ πνέῃ ἄφοβα· ἐπειδὴ ἡ αὔρα τῶν ἀνέμων ὅπου ἀναδίδεται ἀπὸ τὴν καρδίαν, σκοτίζει τὸν νοῦν, και ριπίζει τὴν διάνοιαν, ἐμποδίζοντάς τον ἀπὸ ἐκεῖ, και ἡ τὸν παραδίδει εἰς τὴν λησμονησίαν τῆς εὐχῆς αἰχμάλωτον, ἡ τὸν κάμνει νὰ μελετᾷ, ἄλλα ἀντὶ ἄλλων ἀναισθητῶς, και νὰ εὐρίσκειται εἰς ἐκεῖνα ὅπου δὲν πρέπει· και ἀνίσως ἰδῆς τὰς ἀκαθαρσίας τῶν πονηρῶν δαιμόνων, ἡ τῶν λογισμῶν ὅπου ἀναδίδονται, ἡ μορφώνονται εἰς τὸν νοῦν σου, μὴ θαυμάσης, ἂν και νὰ σοῦ φαίνονται διὰ καλὰ· ὅμως ἐσὺ μὴ προσέχῃς εἰς αὐτά· ἀμὴ κρατῶν τὸ εὐγαλμα τῆς πνοῆς ὅσον δύνασαι, και κλείοντας τὸν νοῦν εἰς τὴν καρδίαν και ἐναργῶς συχῶς, και ἐπιμελούμενος τὴν ἐπίκλησιν τοῦ ὀνόματος τοῦ Κυρίου, ὀργήγορα τοὺς κατακαίεις και τοὺς διώκεις, καθὼς Ἰωάννης ὁ Κλίμαξ. Ἰησοῦ ὀνόματι μάστιζε πολεμίους· διότι δὲν εἶναι ἄλλο ὄνομα δυνατώτερον, οὔτε ὄπλον ἰσχυρότερον ἀπὸ αὐτό, οὔτε εἰς τὸν οὐρανὸν, οὔτε εἰς τὴν γῆν· και ὅτι πρέπει νὰ κρατῆς τὴν πνοὴν μέτρια, τὸ λέγουν οἱ πατέρες, κράτει τὸν ἀκράτητον νοῦν, με τὴν τῆς ρίνος κράτησιν, με τὸ νὰ ἀμπώθεται και σκορπίζεται ἀπὸ τὰς ἐναντίας δυνάμεις· ἐπειδὴ και ἀγκαλὰ νὰ ἐδιώχθη ἀπὸ τὸ ἅγιον Βάπτισμα, ὅμως ἀπὸ τὴν ἐμέλειάν μας ἐξαναγύρισε πάλιν εἰς τὴν ἀμελεῖ ψυχὴν,



ομοῦ μὲ ἄλλα πονηρὰ πνεύματα, χειρότερα, ἀπὸ τὰ πρῶτα, μὲ τὸ νὰ ἐξεπέσαμεν εἰς τὰ πάθη· καὶ ἀντὶ νὰ γεμίζωμεν ἀπὸ ἅγιον πνεῦμα, ἐγεμίσαμεν ἀπὸ ἀναπνοὴν πονηρῶν πνευμάτων· καὶ εἶναι φανερὸν ἀπὸ τὸ χάσκημα τοῦ στόματος καὶ τὸν τανυσμὸν ὅπου γίνεται εἰς αὐτὸ, διότι ἐκεῖνος ὅπου ἀπόκτησε πνεῦμα ἅγιον, καὶ ἐκαθαρίσθη ἀπὸ αὐτὸ, ἐμπνέει ζωὴν θεῖαν, καὶ ἀπὸ αὐτὸ θερμαίνεται, καὶ ὁμιλεῖ καὶ κινεῖται, κατὰ τὴν φωνὴν τοῦ Κυρίου· ὁμοίως καὶ ἐκεῖνος ὅπου ἔχει τὸ πνεῦμα τῆς πλάνης καὶ κυριεύεται ἀπὸ αὐτὸ, πράττει καὶ λέγει τὰ ἐναντία.

Πρόσεχε λοιπὸν ἀκριβῶς μὲ γνώσιν, ὅποταν ἐργάζεσαι τὸ ἔργον αὐτό· ἐὰν ἰδῆς τιποτες μορφὴν ἀγγέλου, ἢ ἄλλου τινὸς ἁγίου, τάχα, μὴν τὸ δεχθῆς, διὰ νὰ μὴν πάθης τιποτες βλάβη· οὔτε νὰ ἀφίσης τὸν νοῦν σου νὰ τὰ τυπώνη αὐτά· διότι ὅλα αὐτὰ εἶναι ἄκαιρα, μὲ τὸ νὰ τυπώνονται ἕξωθεν καὶ γίνονται διὰ νὰ πλανήσουν τὴν ψυχὴν· ἐπειδὴ ἡ ἀρχὴ τῆς ἀληθινῆς προσευχῆς εἶναι ἡ καρδιακὴ θέρμη ὅπου φλογίζει τὰ πάθη, καὶ προξενεῖ εἰς τὴν ψυχὴν ἰλαρότητα καὶ χαρὰν μὲ ἀδίστακτον πόθον· καὶ πληροφορίαν ἀνευδύαστον βεβαιώνουσα τὴν καρδίαν.

Καὶ λέγουσιν οἱ Πατέρες, ὅτι εἰς ὅσα ἡ καρδία διστάζει, καὶ δὲν τὰ παραδέχεται, δὲν εἶναι ἀπὸ τὸν Θεόν, ἀμὴ ἀπὸ τὸν διάβολον· καὶ ἀνίσως ἰδεῖς τὸν νοῦν νὰ τραβᾷ τὰ ἕξωθεν, ἢ ἄνωθεν, ἀπὸ κἄμμίαν ἀόρατον δύναμιν, μὴ πιστεύσης εἰς αὐτὸν, καὶ μὴν τὸν ἀφίσης νὰ σύεται, ἀμὴ σύρε τον εὐθύς εἰς τὸ ἔργον του· καὶ ἐκεῖνα ὅπου εἶναι ἀπὸ τὸν Θεόν, ἔρχονται μονάχα των χωρὶς νὰ ἤξεύρης ἐσὺ τὸν καιρὸν· ἐπειδὴ ὁ ἐχθρὸς ὅπου κάθεται εἰς τὴν ὄσφυν κάτοικος, μετασχηματίζει τὰ πνευματικὰ καθὼς θέλει, καὶ φαντάζει ἄλλα ἀντὶ ἄλλων· καὶ ἀντὶ θέρμης, φέρνει τὴν ἰδικὴν του ἀνώμαλον καθῶσιν τὸσον ὅπου βαρύνεται ἡ ψυχὴ τότε εἰς τὴν τοιαύτην ἀπάτην· καὶ ἀντὶ εὐφροσύνης, φέρνει χαρὰν ἄλογον, καὶ ἠδύτητα κἄθυγον ρεύσεως· καὶ ἀπὸ αὐτὰ γεννᾷ ὑψηλοφροσύνην, καὶ πλανᾷ λανθαστικὰ τὸν ἀμαθῆ· καὶ τὸν βιάζει νὰ τὰ στοχάζεται διὰ ἐνέργειαν χάριτος· εἰς ὄσους ὁμῶς γνωρί-

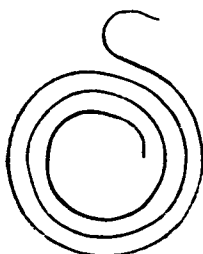


ζουν τὰς πανουργίας του, ὁ καιρὸς καὶ ἡ αἰσθησις κάμνει φανεράν τὴν πλάνην του· διότι λέγει ἡ Γραφή· ὁ λάρυγκας διακρίνει τὰ φαγητά· ἤγουν ἡ πνευματικὴ γεῦσις δείχνει ἀπλανῶς ὅλα καθαρά· ποία εἶναι τῆς χάριτος, καὶ ποία τῆς πλάνης.

Ποία εἶναι ἡ ἴσια κίνησις τοῦ
Νοῦς, ἥτοι εὐθεῖα.

Εὐθεῖα κίνησις τοῦ νοῦς εἶναι, ὅταν ὁ νοῦς δὲν εἶναι συμμαζομένος, ἀμὴ περιέρχεται καὶ περιεργάζεται τὰ ἔξω ὅπου τοῦ κάμνουν χρεῖα διὰ νὰ στοχάζεται· ἤγουν, τὸ τι νὰ πράξῃ καὶ νὰ ἐργασθῇ, καὶ μὲ τὸ στόμα ἀναγινώσκει· τότε ἡ τοιαύτη κίνησις λέγεται εὐθεῖα κατὰ τὸν μέγα Διονύσιον τὸν Ἀρειοπαγίτην.

Ποία εἶναι ἡ ἐλικοειδῆς κίνησις
τοῦ νοῦς.

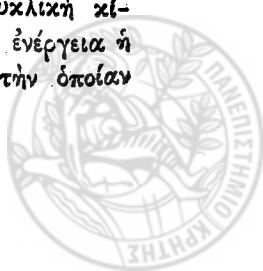


Ἐλικοειδῆς κίνησις τοῦ νοῦς εἶναι ὅταν, ἡ ψυχὴ κινεῖται ἐλικοειδῶς κατὰ τὸ σχῆμα αὐτό, καὶ ὅσον ἐλλάμπεται τὰς θείας γνώσεις ἀπὸ λόγου τῆς μόνου καὶ ὄχι νοερῶς καὶ ἐνιαίως ἀμὴ διεξοδικῶς· μὲ ἀργοπορίαν, χωρὶς νὰ ἀρπάζεται ἀπὸ θείαν ἐνέργειαν τῆς χάριτος.

Ποία εἶναι ἡ κυκλικὴ κίνησις τοῦ νοῦς,
ἤγουν αὐτή.



Ὅταν ὁ νοῦς ἐπαναστατῇ εἰς τὸν ἑαυτὸν, καὶ ἐνεργεῖ καθ' ἑαυτὸν, καὶ βλέπει τὸν ἑαυτὸν του, τότε κινεῖται κίνησιν κυκλικήν, κατὰ τὸν αὐτὸν Διονύσιον Ἀρειοπαγίτην, καὶ αὐτὴ ἡ κυκλικὴ κίνησις τοῦ νοῦς εἶναι ἡ θεία ἐνέργεια ἡ μεγάλη καὶ ἰδιαιτάτη· ἀπὸ τὴν ὁποῖαν



ἔρχεται ὁ νοῦς καὶ ὑπὲρ τὸν ἑαυτὸν του, καὶ ἐνώνεται μὲ τὸν Θεόν· εἰς τὴν ὁποίαν αὐτὴν τὴν κυκλικὴν κίνησιν, ἀδύνατον εἶναι νὰ περιπέσῃ κάμμία πλάνη κατὰ τὸν αὐτὸν· Διονύσιον κυκλικὴ λοιπὸν κίνησις τοῦ νοῦς εἶναι ἡ ἔμβασίς του εἰς τὴν καρδίαν ἀπὸ τοὺς ἔξωθεν μετεωρισμοὺς, καὶ χαρίζει εἰς τὴν ψυχὴν τὸ ἀπλανὲς ὡσὰν εἰς κάποιον κύκλον, καὶ τὴν συμμαζώνει πρῶτον εἰς τὸν ἑαυτὸν της· καὶ ἔπειτα μὲ τὸν Θεόν. Διὰ δὲ τὸ κράτημα τῆς πνοῆς χρειάζεται διάκρισις· ὅτι λέγει ὁ ἅγιος Γρηγόριος ὁ Σιναΐτης· κράτησον τὸν ἀνασασμὸν τῆς πνοῆς τοῦ νοῦς σου, καὶ οὐχὶ τῆς ῥινόσ σου, ἵνα μὴ βλαφθῆς ξεφουσκωνόμενος καθὼς τὸ κάμνουσιν οἱ ἀμαθεῖς· σφύγε δμως τὸ στόμα σου διὰ νὰ μὴν ἀναπνέῃ ἀφόβως συχνά· διότι ἡ χάσμη τοῦ στόματος εἶναι ἐνέργεια τῆς ἔσωθεν πλάνης ὅπου κρύπτεται εἰς τὴν καρδίαν, διὰ τοῦτο κάμνει χρεία βίας εἰς τὴν εὐχὴν.

Καὶ αὕτη ἡ μέθοδος τῆς νηπνικῆς ἐργασίας λέγεται γνῶσις πνευματικὴ· καὶ πρακτικὸς λέγεται ἐκεῖνος ὅπου μετέρχεται τὰς πράξεις τῆς ἀρετῆς· θεωρητικὸς δὲ λέγεται ἐκεῖνος ὅπου ἔφθασεν εἰς ἀποκαλύψεις Κυρίου, ὁ ὁποῖος ἔφθασεν εἰς τὸν φωτισμὸν, καὶ ἀπόκτησε τὴν θεῖαν ἐνέργειαν τῆς ἀδελείπτου προσευχῆς, καὶ δὲν παύει ἡ εὐχὴ ἀπὸ τὴν καρδίαν του καὶ ἔξυπνος, καὶ κοιμώμενος· καθὼς λέγει, ἐγὼ καθεδύω καὶ ἡ καρδία μου ἀγρυπνεῖ.

Φωτισμὸς λέγεται, τὸ φῶς τοῦ παρακλήτου τὸ ἀληθινὸν αἰδίδιον ἀπλανὲς, ὅπου δίδεται εἰς ἐκεῖνον ὅπου ἀξιώθη τῆς θείας ἐνεργείας, ἀνίσως καὶ ἐπιμεληθῆ, καὶ δὲν τὴν ἀφίση νὰ σβέσῃ, τοῦ ὁποίου Θείου φωτὸς ἀξιώνεται νὰ ἰδῇ ὁ νοῦς, καὶ νὰ ἀρπασθῆ εἰς αὐτὸ τὸ ὅποιον φῶς δὲν εἶναι καθὼς τὸ ὑλικὸν πῦρ, ἀμὴ εἶναι λαμπρὸν, γαληνὸν, ἴλαρὸν, καὶ γεμίζει τὴν καρδίαν χαρᾶς καὶ εὐφροσύνης ἀρρήτου· τὸ δὲ φῶς ὅπου δείχνει ὁ Σατανᾶς εἰς ὄσους πλάνεση, εἶναι πυροειδὲς ἄχαρον, καὶ προξενεῖ ταραχὴν καὶ κλόνον εἰς τὴν ψυχὴν.

Διορατικὸν χάρισμα εἶναι, τὸ νὰ προβλέπη τὰ μέλλοντα πταίσματα ὅπου τυχαίνει νὰ πέσῃ τινὰς, καὶ νὰ προφυλάτ-



τεται ἀπὸ αὐτὰ μὲ τὴν ἐμπορείαν ὅπου ἐδοκίμασε, ὁμοίως νὰ θλέπη καὶ τὰ ἐνεστώτα ὅπου τοῦ γίνονται μὲ τὴν καθαρότητα τοῦ νοῦς· καὶ αὐτὴ ἡ διόρασις δὲν εἶναι ὑπερφυσική, ἀλλὰ τῆς φύσεως ὅπου τὴν εἶχεν ὁ Ἀδάμ, κατὰ φύσιν, καὶ μὲ τὰ πάθη τὸ ἐσκεπάσαμεν· ὅταν ὁμῶς καθαρισθῇ ὁ νοῦς, ἔρχεται πάλιν εἰς τὸν ἀγωνιστὴν, πλὴν καὶ αὐτὸ χωρὶς ἀποκρυφον ἐνέργειαν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, δὲν δύναται νὰ ἔχη τινάς.

Περὶ διορατικοῦ χαρίσματος.

Τὸ δὲ διορατικόν, φέρει ὕστερον καὶ τὸ προορατικόν· τὸ ὁποῖον εἶναι χάρισμα πνευματικόν, καὶ δίδεται εἰς τοὺς χαριτωμένους, εἰς ὅσους ἀπόκτισαν ἐνοικον τὴν χάριν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος· ἀπὸ τὸ ὁποῖον προβλέπουν, καὶ προλέγουν τὰ μέλλοντα, καθὼς οἱ Θεηγόροι Προφῆται, καὶ οἱ τέλειοι ὄσιοι Πατέρες ἡμῶν Ἀντώνιος, Εὐθύμιος, Σάββας, Θεοδοσίος καὶ οἱ λοιποί.

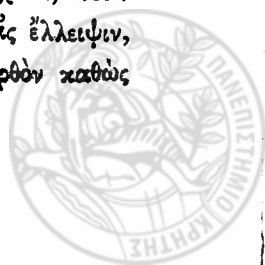
Πόσαι δυνάμεις τῆς ψυχῆς εἶναι.

Δυνάμεις τῆς ψυχῆς εἶναι πέντε· α'. ὁ νοῦς· β'. ἡ διάνοια, ἥτοι τὸ λογιστικόν· γ'. ἡ δόξα, ἥτοι τὸ δοκοῦν· δ'. ἡ φαντασία· ε'. ἡ αἴσθησις ὅπου αἰσθάνεται ἡ ψυχὴ ἢ καλὸν ἢ κακόν.

Καὶ πάλιν, δυνάμεις τῆς ψυχῆς λέγονται, τὸ λογιστικόν, τὸ θυμικόν, καὶ τὸ ἐπιθυμητικόν, τὰ ὅποια λέγονται τριμερὲς τῆς ψυχῆς, οὐχὶ κυρίως· διότι τὸ κυρίως τριμερὲς τῆς ψυχῆς εἶναι ὁ νοῦς, ὁ λόγος, καὶ τὸ πνεῦμα· καὶ τοῦτο εἶναι τὸ κατ' εἰκόνα Θεοῦ.

Τί ἐστὶ Δικαιοσύνη.

Δικαιοσύνη λέγεται κάθε ἀρετὴ σωματικὴ καὶ ψυχικὴ, ὡσὰν ὅπου φυλάττει τὸ δίκαιον, καὶ δὲν ἐκκλίνει, οὔτε εἰς ἔλλειψιν, οὔτε εἰς ὑπερβολὴν, ἀμὴ ἀκολουθεῖ τὸ ἴσιον καὶ ὀρθὸν καθὼς



ἢ ζυγαριᾶ, τότε εἶναι δίκαια ὅταν ἰσοσταθμίσουσι αἱ δύο πλάστιγγες, καὶ ἴστανται ἴσια, καὶ δὲν κλίνουν, οὔτε δεξιὰ, οὔτε ἀριστερὰ, οὔτε εἰς ὑπερβολὴν δηλαδὴ, οὔτε εἰς ἔλλειψιν.

Τὶ δηλοῦσιν αἱ Μετάνοιαι.

Αἱ μεγάλαι μετάνοιαι κατὰ τὸν ἱερὸν Θεόληπτον δηλοῦσι, τὸ μὲν κλίσιμον τῶν γονάτων, καὶ πέσημον κατὰ γῆς, εἰκονίζει τὸ πέσημον τῆς ἁμαρτίας, καὶ δίδει ἔμφασιν εἰς τὸν Θεὸν ἐξομολογήσεως· τὸ δὲ ἀνάστημα ἐπάνω πάλιν ὅπου ἐγειρόμεθα, ὑποσημαίνει τὴν μετάνοιαν εἰς τὰς ἁμαρτίας ὅπου ἐπέσαμεν· ἢ ὅποια αἰνίττεται ὑπόσχεσιν τοῦ κατὰ τὴν ἀρετὴν βίου, μὲ τὴν τελείαν ἀποχὴν τῆς ἁμαρτίας· καὶ εἰς κάθε μετάνοιαν πρέπει νὰ λέγεται ἡ εὐχή· ἢ τὸ Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ ἐλέησόν με, ἢ τὸ, ὁ Θεὸς ἰλάσθητί μοι τῶν ἁμαρτωλῶν· διὰ νὰ προσπίπτωμεν εἰς τὸν Κύριον, καὶ μὲ τὴν ψυχὴν, καὶ μὲ τὸ στόμα, καὶ νὰ τὸν ἐξιλεοῦμεν διὰ τὰς ἁμαρτίας ἡμῶν.

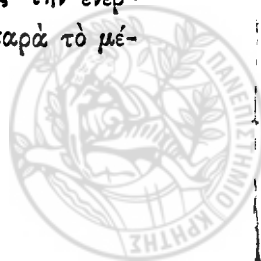




ΛΟΓΟΣ ΩΦΕΛΙΜΟΣ

Συντεθειμένος παρὰ Βασιλείου Ἱερομονάχου ἡγουμένου,
χρηματίσαντος τῆς ἐν Βλαχίᾳ Ἱερᾶς Μονῆς
ΠΟΓΙΑΝΑ ΜΕΡΟΥΛΟΥΙ καλουμένης.

ΜΕ τὴν παροῦσάν μου ὑπόμνησιν δίδω νύξιν εἰς τοὺς
ποθοῦντας μαθεῖν τὴν δεξιὰν καὶ ἀριστερὰν ὁδὸν, τῆς
ζωῆς ὀπλαδὴ καὶ τοῦ θανάτου, τῆς χάριτος τῆς προσγινομένης διὰ
τῆς Ἱερᾶς Μεθόδου τῆς Νοερᾶς Προσευχῆς, καὶ τῆς πλάνης ὅπου
ἀκολουθεῖ ἐκ φθόνου τοῦ σατανᾶ ἵνα μὴ πλανῶνται οἱ ταύτην
ἐνεργοῦντες· οὔτε δειλιῶντες νὰ παραιτοῦνται ἀπὸ τοῦ τοιοῦ-
τον ψυχοσωτήριο ἔργου, ὅτι καθὼς εἰς τὸν ἐσπαρμένον σίτον
φυτρῶνουσιν ἄγρια βότανα ζιζάνια· οὕτω καὶ ὁ πονηρὸς σπέρ-
νει τὴν πλάνην του ἀναμέσον τῆς καθαρᾶς προσευχῆς· καὶ
τοῦτο συμβαίνει εἰς τὴν ἀρχὴν τῶν ἀγωνιζομένων· καὶ ἔχει
θεραπείαν τὴν ταπεινώσιν, καὶ τὴν Πνευματικὴν συμβουλήν,
οὐχὶ δὲ νὰ παραιτηθῇ τῆς νοερᾶς ἐπωφελοῦς προσευχῆς· καθὼς
καὶ ὁ ἅγιος Γρηγόριος ὁ Σιναΐτης γράφει « ὅτι δὲν πρέπει νὰ
» φοβούμεθα, οὔτε νὰ ἀμφιβάλλωμεν ποσῶς περὶ τοῦ ἔργου τῆς
» καθαρᾶς εὐχῆς καὶ νὰ παραιτούμεθα, καὶ ἐάν τινες ἀσθενεῖς
» τὸν νοῦν ἐπλανήθησαν· τοῦτο συνέβη εἰς αὐτοὺς ἀπὸ ὑψηλο-
» φροσύνης, καὶ ἀρχαίριοι ὄντες μὴ παγιωθέντες εἰς τὴν ἐνέρ-
» γειαν, τὸ δὲ αἷτιον τῆς ὑψηλοφροσύνης εἶναι ἢ παρὰ τὸ μέ-



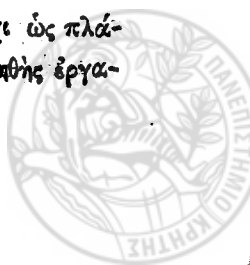
» τρον νηστεία, και ἰδιορρυθμία ὁποῦ δὲν ἔχει συμβουλήν ἐμ-
» πράκτου διδασκάλου. » Ταῦτα λέγει ὁ Ἅγιος· ὅτι ὅστις ἀ-
γωνίζεται εἰς τὴν νοερὰν ἐργασίαν ταύτην, πρέπει νὰ περιπατῇ
τὴν βασιλικὴν ὁδόν, νὰ ἔχη ὁδηγόν· εἰ δὲ μὴ γε εὐκόλως πλα-
νᾶται ἀπὸ ἑπαρσιν, ἧτις γεννᾷ τὴν πλάνην· διότι οἱ τέλειοι
ὁποῦ ἀπέκτησαν τὴν θεῖαν ἐνέργειαν, δύνανται ἀντιπολεμεῖν με-
τοὺς δαίμονας ἄνευ ὁδηγοῦ, και εὐγάνειν τὸ ξίφος κατ' ἐπάνω
αὐτῶν, τὸ ὁποῖον εἶναι ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ· ἡ δὲ πλάνη ἔρχεται
ἀπὸ σμίξιν τοῦ ἐχθροῦ ὁποῦ εὐρίσκεται ὁ πονηρὸς εἰς τοὺς νε-
φροὺς και κινεῖ τὴν κακὴν ἐπιθυμίαν εἰς τὰ ὑπογάστρια· και
δεύτερον ἀκολουθεῖ πλάνη ἀπὸ τὴν φαντασίαν τοῦ νοός, με τὴν
ὁποῖαν τυπώνοντας εἰδῶλα αἰσχυρῶν λογισμῶν εἰς τὴν ὄραν
τῆς εὐχῆς, κινεῖ τὴν ἐπιθυμίαν και ἀκολουθεῖ βεῦσις· ὅθεν πρὸς
μὲν τὴν πρώτην φύλαξιν λέγει ὁ Ἅγιος, ὅτι ἔάν και ὁ ἐχθρὸς
εἰκονίζει και σχηματίζει τὰ τῆς πλάνης τῆς ἐδικῆς του ἐπιθυ-
μίας με τὰ πνευματικὰ τῆς καθαρᾶς εὐχῆς, καθὼς βούλεται και
εἰς τόπον τῆς πνευματικῆς ζέσης τῆς εὐχῆς, φέρει αὐτὸς τὴν ἐδι-
κὴν του πύρωσιν, και ἄχαρον χαρὰν, και ἠδυπάθειαν μεμολυ-
σμένην, ἀγωνιζόμενος ἵνα ἀποδείξῃ τὴν πλάνην, ὡσπερ τὴν χά-
ριν, ἀμὴ ὁ δόκιμος γνωρίζει τὴν ἐπιβουλήν, καθὼς ὁ λάρυγξ
διακρίνει τὸ καλὸν φαγητὸν ἀπὸ τὸ πικρὸν, ὁμοίως και διὰ
τὴν φύλαξιν τῆς φαντασίας, λέγει ὁ αὐτὸς, ὅτι ὁ ἀγωνιζόμενος
νὰ μὴ δέχεται τελείως σχῆμα οὔτε εἶδος ἀγίου, ἢ ἄλλου τινός,
οὔτε ἔσωθεν, οὔτε ἔξωθεν· οὔτε φῶς, οὔτε εὐωδίαν ἢ ἄλλο τι
τῶν τοιούτων· ἀλλὰ νοερῶς με σιωπὴν νὰ εὔχεται με τὸ ἐμ-
βάσιμον τῆς εὐχῆς· και πάλιν ὁ ἐχθρὸς ἵνα πλανήσῃ τοὺς ἐρ-
γάτας τῆς Νοερᾶς Προσευχῆς διεγείρει αὐτοὺς εἰς τὴν ψαλμω-
δίαν, νὰ ἀφίσωσι τὴν εὐχήν. Πλὴν γνωστὸν ἔστω πᾶσιν, ὅτι
ἂν και ἡ πλάνη προχωρεῖ με τὰ τοιαῦτα ἀπὸ τὴν ἀμέλειαν τοῦ
ἀγωνιστοῦ, ἡμεῖς ὅμως ἄς προσέχωμεν εἰς τὴν διδασκαλίαν
Ἰωάννου τοῦ Κλίμακος ὁποῦ λέγει· « Ἰησοῦ ὀνόματι, μᾶστιζε
τοὺς ἐχθρούς σου » νὰ μὴ προσέχωμεν εἰς φαντασίας.

Πλὴν ἄς ἴδωμεν και ἄς δοκιμάσωμεν ὁποῖαν γλυκύτητα



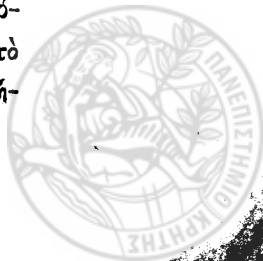
ἡδονῆς σαρκικῆς ἐμπαθείας ἔρχεται εἰς ἡμᾶς ἀπὸ τὴν ψαλμωδῖαν· καὶ ποῖα ἔρχεται ἀπὸ τοὺς θεῖους λόγους τῆς εὐχῆς, καὶ ἀπὸ τὴν δύναμιν ὁποῦ ἡ εὐχὴ ἔχει· διότι καὶ ὅταν ψάλλῃ τις καὶ ἀναγινώσκει εὐχάς, καὶ ἡδύνηται καταταυρόμενος, σμίγει ὁ ἐχθρὸς τὴν ἐδικήν του ἡδονὴν καθὼς καὶ εἰς τοὺς εὐχομένους νοερῶς, τὸ ὅμοιον ποιῶσι ὅθεν ὅσοι δὲν ἐγεύθησαν τὴν γλυκύτητα τῆς νοερᾶς καθαρᾶς προσευχῆς, καταγίνονται μόνον εἰς τὸ νὰ τελῶσι τὴν συνειθισμένην ἀκολουθίαν· ἐὰν ὅμως καὶ διὰ νὰ ἀποφύγῃ τὴν σατανικὴν πύρωσιν ὁποῦ τοὺς φέρνει ὁ πονηρὸς εἰς τὴν νοεράν εὐχὴν, μετέρχονται τὴν κοινήν ἀκολουθίαν, τοῦτο ἔχει τὸν λόγον του ὅτι καλῶς ποιῶσιν· διότι μὴ ὄντες γυμνασμένοι δὲν γνωρίζουν πῶς ἡ πύρωσις τοῦ σατανᾶ ἀρχίζει ἀπὸ τοὺς πόδας πρῶτον νὰ πυρώνονται καὶ ἔπειτα ἀνεβαίνει εἰς τὰ ὑπογάστρια, καὶ δὲν γνωρίζουν τὸ πῶς νὰ ἐκφύγῃ τὴν τοιαύτην πύρωσιν· ἐκ τούτου λοιπὸν δῆλον γίνεται, ὅτι ἡ Νοερά Προσευχὴ δὲν εἶναι τὸ αἷτιον τῆς πλάνης, ἀλλὰ τὸ νὰ μὴν ἔχη ὁδηγὸν τινά, καὶ ὑψηλοφροσύνην ἐκ θείας παραχωρήσεως· ὅθεν δὲν πρέπει νὰ ἀποφεύγωμεν τὴν εὐχὴν, ἀλλὰ τὴν πλάνην, ὡς προείπομεν· διότι ἡ εὐχὴ ἀνοίγει τοὺς ὀφθαλμοὺς τοῦ νοῦς πρὸς διόρασιν καὶ προόρασιν· τὸ ὁποῖον χάρισμα ἀδύνατον εἶναι νὰ ἀποκτήσῃ τις ἄνευ τῆς ἐργασίας τῆς νοερᾶς καρδιακῆς προσευχῆς, καὶ νὰ ἦναι μέγας ἀγωνιστὴς εἰς τὰς λοιπὰς ἀρετάς.

Ἄς ἡξεύρωσι δὲ καὶ τοῦτο οἱ ἐργάται τοῦ Θεοῦ τούτου ἔργου, ὅτι ὅταν αἰσθανθῶσι νὰ πυρωθῇ ἡ μέση τῆς ὀσφύος αὐτῶν χωρὶς νὰ ἔχῃσι λογισμὸν κακῆς ἐπιθυμίας καὶ ἀνέστη ἡ πύρωσις εἰς τὴν καρδίαν, ἅς μὴ φοβηθῶσιν, οὔτε νὰ ἀσθενήσῃ ὁ τόνος τῆς ψυχῆς αὐτῶν· ἀλλὰ νὰ μὴ συγκατέβῃ ὁ λογισμὸς αὐτῶν, καὶ κλίνει εἰς τὴν ἡδυπάθειαν, ἀλλὰ νὰ ἀποστρέφονται καὶ μισῶσι τὴν σατανικὴν ἐκείνην ἐνέργειαν, ὡσὰν ὁποῦ χωρὶς νὰ θέλωσι τοὺς ἡλθεν, ἀλλὰ ἀνίσως καὶ παραδεχθῶν τὴν πύρωσιν ἐκείνην, καὶ τὴν λογιᾶσθαι ὡς χάριν, καὶ ὅχι ὡς πλάνην, τότε πλανῶνται καὶ ἀμαρτάνουσιν· διότι ἡ ἄληθης ἐργα-



σία τῆς Νοερᾶς Προσευχῆς ἄρχεται ἀπὸ τὴν καρδίαν, καὶ πάλιν εἰς τὴν καρδίαν τελειώνει· ὥστε ὁ νοῦς νὰ σκεπάζεται εἰς τὸ βάθος τῆς καρδίας, καὶ ὅχι νὰ κλίνη εἰς τὸ ἐμπαθὲς μέρος τῶν ὑπογαστρίων· καθὼς λέγει ὁ ἱερός Κάλλι-στος·

Τὸ δὲ πλέον ἀναγκαιότερον εἶναι εἰς τὴν ὥραν τῆς προ-σευχῆς νὰ μὴ προσέχη ὁ νοῦς εἰς τὸ μέσον τῆς καρδίας, οὔτε ὑποκάτωθεν αὐτῆς, ἀμὴ ἐπάνω τῆς καρδίας νὰ προσέχη· καὶ αὐτὸ εἶναι δοκιμασμένον ἀπὸ τοὺς δοκίμους τῆς τοιαύτης ἐργασίας· διότι ἀνίσως καὶ μὲ τὸν νοῦν προσέχη εἰς τὸ μέσον τῆς καρδίας εὐχόμενος νοερῶς, τότε καὶ μὴ θέλοντας ἐγγίζει εἰς τὴν πύρωσιν τοῦ παθητικοῦ μέρους, καὶ θέλει ἔχει πείραξιν καὶ ταραχὴν ἕως νὰ φέρῃ τὸν νοῦν εἰς τὴν τάξιν του· καὶ πάλιν ἀνίσως καὶ εὐχόμενος προσέχη εἰς τὸ κάτωθεν μέρος τῆς καρδίας, ὁ τοιοῦτος μοιχεύει μὲ τὴν καρδίαν του μὲ τὸ νὰ ἐξάπτωνται τὰ μέλη του ἀπὸ ἠδυπάθειαν τῆς ἀσωτείας· καὶ αὐτοθελήτως δίδει εἰς τὸν ἐχθρὸν προχώρησιν, ἣ ὅποια εἶναι φανερά πλάνη· καὶ αὐτὸ τὴν σήμερον πολλοὶ τὸ ἔπαθον ἀπὸ ἀγνώσϊαν τους, καὶ παραιτήθησαν ἀφρόνως ἀπὸ τὴν ἐργα-σίαν τῆς Νοερᾶς Προσευχῆς, λέγοντες, ὅτι τὸ ἔργον αὐτὸ εἶναι ἴδιον τῶν ἀγίων μόνον, καὶ τῶν ἀπαθῶν, καὶ ἐπροξένησαν σκάνδαλον καὶ ἐμπόδιον εἰς τοὺς βουλομένους ἀρχίζειν τῆς ψυχωφeloῦς ἐργασίας, εἰς τοὺς ὁποίους κατὰ τὸν λόγον τοῦ Κυρίου, κάλλιον ἦτον νὰ δέσουν λίθον εἰς τὸν λαιμόν τους, καὶ νὰ καταποντισθοῦν εἰς τὴν θάλασσαν, παρά ὁποῦ ἐπροξένησαν τὸ σκάνδαλον εἰς τὸν ἑαυτὸν τους, καὶ εἰς ἄλλους ἐμπόδιον προξενήσαντες· καὶ αὐτὸ τὸ ἔπαθον μὴ συμβουλευόμενοι τοὺς δοκίμους, ἀμὴ ἀφ' ἑαυτὸν των ἐτόλμησαν νὰ γίνουιν διδάσκα-λοι, καὶ διδάσκοντες ἄλλους νὰ μὴ καταπιασθῶσι τῆς τοιαύ-της ἐργασίας, ἵνα μὴ πάθωσι τὰ ὅμοια, διὰ τοῦτο κάμνει χρεία νὰ προσέχη ὁ ἀγωνιζόμενος ἐπάνωθεν τῆς καρδίας, καὶ εὐχό-μενος νὰ προσέχη εἰς τὸ βάθος τῆς καρδίας· ὅχι ὅμως πρὸς τὸ μέρος τοῦ στήθους, ἀλλ' ἐπάνω τῆς μέσης τῆς καρδίας καθή-



μενος ὁ νοῦς ὡς βασιλεὺς ἐπὶ θρόνου ὑψηλοῦ, δύναται ἀποδιώξας τὴν πύρωσιν τῆς αἰσχρᾶς ἡθικῆς, καὶ νὰ βλέπῃ τοὺς δαίμονας ὅπου ἔρπονται ὡς ἕβρις ὑποκάτωθεν τῆς κερδίας, καὶ ἄλλους μὲν νὰ ἀποδιώκῃ, ἄλλους δὲ νὰ θανατιώῃ μετὰ τὴν πέτραν τῆς εὐχῆς τοῦ Σωτηρίου ὀνόματος· καὶ αὐτοὶ εἶναι ὅπου καλοῦνται νήπια Βαβυλωνοὶ οἱ ἀκάθαρτοι λογισμοί.

Ὅσοι γοῦν ἀπαρνῶνται τὸν κόσμον καὶ μονάζουν, λαμβάνουσι τὴν πνευματικὴν μάχαιραν ὡς στρατιῶται Χριστοῦ, καὶ ἐξέρχονται εἰς πόλεμον μετὰ τὰ ἀκάθαρτα πνεύματα. ὡς λέγει ἡ εὐχὴ τῆς Κουρᾶς· « Λάβε τὴν πνευματικὴν ῥομφαίαν, ἥτις ἐστὶ ῥῆμα Θεοῦ, καὶ νὰ μελετᾷς τὴν εὐχὴν ἀδιαλείπτως στόματι καὶ καρδίᾳ καὶ νῶ· ἦτοι τὸ, « Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ ἐλέησόν με τὸν ἁμαρτωλόν ». Ἀλλὰ τὴν σήμερον οἱ πολλοί, καὶ σχεδὸν εἰπεῖν, ὅλοι ἔχουσι τὴν ῥομφαίαν ταύτην ἀπὸ μόνην συνήθειαν καὶ οὐχὶ νὰ τὴν μεταχειρισθῶσι πρὸς μάχην κατὰ τῶν ἐχθρῶν, διότι μὴ γινώσκοντες νὰ στρέψωσι τὴν ῥομφαίαν κατὰ τῶν ἐχθρῶν μένει ἀνενέργητος, οἱ δὲ περισσότερον μακρυνόμενοι ἀπὸ αὐτὸ τὸ ῥῆμα τοῦ Θεοῦ, τὸ ὅποιον εἶναι μάλιστα τηλεθέλον ὄργανον (τουφέκι) κατὰ τῶν ἐχθρῶν, καὶ προσφυλάττει τὴν θύραν τῆς καρδίας, εὐχαριστοῦνται μόνον μετὰ τὴν ἀνάγνωσιν τοῦ Παπτηρίου καὶ τῶν Κανόνων καὶ Τροπάρια, τὰ νενομοθετημένα παρὰ τῆς Ἐκκλησίας, καὶ τοὺς φαίνεται, ὅτι μόνον διὰ τοὺς ἀγραμμάτους μοναχοὺς εἶναι ἡ εὐχὴ ἢ νοερά, νὰ τελειώσουν τὴν ἀκολουθίαν τους, τὴν ὁποίαν ὁ Ἀρχιεπίσκοπος Σουλινῶν βουλόμενος ἀποδειξάι, ὅτι χρεωστεῖ νὰ τὴν ἔχη ὁ πᾶς ἕνας, ἐνομοθέτησεν εἰς ὅλους τοὺς Ἀρχιερεῖς, Ἀρχιμανδρίτας, Ἡγουμένους, Ἱερομονάχους, Διακόνους, Μοναχοὺς καὶ αὐτοὺς τοὺς κοσμικοὺς, ἀποδεικνύων μετὰ πᾶσαν ἀξιοσύνην καὶ πολυτεχνίαν, ὅτι πρέπει νὰ ἔχωσιν αὐτὴν τὴν ἱεράν προσευχὴν καθὼς τὴν ἀναπνοὴν τῆς ζωῆς αὐτῶν πάντοτε εἰς τὴν καρδίαν, καὶ μετὰ τὸ στόμα νὰ τὴν ἐργάζωνται εἰς κάθε ὥραν κατὰ τὴν Ἀποστολικὴν διάταξιν « Ἀδιαλείπτως προσεύχεσθαι »· μετὰ ὅλον ὅπου οἱ ἐν κόσμῳ διάγοντες, δὲν δύναται ἐπιστημονικῶς νὰ



Πλοῦτος ἄπιστος, καὶ διαρρήϊον χρῆμα,
Τρόπος δὲ χρηστὸς, ἀθάνατος καὶ θεῖος.
Ῥοῦν τὸν Εὐρύπου, μιμείται τὰ τοῦ βίου,
Ἄνω κάτω θέοντα, ῥοαῖς ἀστάτοις.
Σκεῦος τίμιον, ψυχὴ τυγχάνει πᾶσιν,
Ἦν ἄσπιλον δεῖ, φυλάττειν διὰ βίου.
Τέλος ἡγοῦ μοι, τῶν παρόντων ἀπάντων,
Ἄλλα δὲ πάλιν, καινότερα προσδόκα.
Υφਾਲὸς πέτρα, πονηρὸς ἅπας καὶ κακοῦργος τυγχάνει,
Κᾶν γὰρ φιλίαν, ὑποκρίνεται μάτην,
Ἄλλ' ἔνδον ἔχει, ταμιεύων τὸν δόλον.
Φρόνησις πάντων, τιμιώτατον χρῆμα,
Ἦν κτῆσαι κόσμον, καὶ ῥυθμὸν τοῦ σοῦ βίου.
Χεῖρας ἀεὶ, πρότεινε τοῖς δεομένοις,
Ἐλευθέρας τε, καὶ βοηθοὺς ἐν πᾶσι.
Ψεῦδος ἀπέστω, παντελῶς σῶν χειλέων,
Ἀλήθεια δὲ, σεμνυνέτω σὸν στόμα.
Ωδηκὸν ἦθος, καὶ φρόνημα μὴ κτήσῃ,
Ἵπέρογκα γὰρ, τὸ μέτριον δ' ἀσπάζω.

Τῷ δὲ Θεῷ ἡμῶν, δόξα, κράτος, τιμὴ, καὶ προσκύνησις
εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. **Αμήν.**

- » Ὅνησιν παρέχουσι ταῦτα τοῖς μονοτρόποις,
» Θεῷ δὲ δόξαν, νῦν καὶ εἰς τοὺς αἰῶνας.
-

Χρηστῶν ἀπάντων, Χριστὸς ἀρχὴ καὶ τέλος.
αωμὲ, Ἰουλίου κς'.





