



φιλοκαλικά σταχυολογήματα

28

2020.5

...διαβάζω...ακούω...καταγράφω

"ἔδοξε τοίνυν ἡμῖν τὰ ἐκ φιλομαθείας συνενεγκεῖν εὐρήματα" (Κύριλλος Ἀλεξανδρείας)

"Μένουμε σπίτι" - 1

(παρενέργειες ενός έπωφελοῦς τέστ)



ἂν γνῶριζες ποιά ἀνάπαυση προσδοκοῦμε!

Κάποιος ρώτησε ἓνα Γέροντα λέγοντας: «Γιατί μοῦ συμβαίνει νά αισθάνομαι ἀκηδία ὅταν κάθομαι στό κελλί;» Καί τοῦ ἀπαντᾷ ὁ Γέροντας: «Ἐπειδή ἀκόμα δέν γνώρισες οὔτε τήν ἀνάπαυση πού προσδοκᾶμε οὔτε τήν κόλαση πού μᾶς περιμένει. Γιατί, ἂν ἤξερες καλά αὐτά τά δύο, καί ἂν ἀκόμα τό κελλί σου ἦταν γεμάτο σκουλήκια, ὥστε νά εἶσαι βουτηγμένος σ' αὐτά μέχρι τό λαιμό, θά ὑπέμενες χωρίς νά ἀκηδιάζεις».¹

δέν ἐλευθερώθηκες! μᾶλλον ὑποδουλώθηκες

«Ἄφου εἶχα καθῆσει λίγο καιρό στήν ἔρημο, μέ πείραξε ὁ δαίμονας τῆς ἀκηδίας.² Τόν ἐπισκέφτηκα [τόν ἀββά Μωυσῆ] τότε καί τοῦ εἶπα: "Χθές ἐνοχλήθηκα πάρα πολύ ἀπό τήν ἀκηδία καί ἐξασθένησα ὑπερβολικά· καί δέν γλύτωσα ἀπό



¹ Εὐεργετινός, βιβλ. Γ' ὑπόθ. 13,7,3.

² Διηγείται ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Κασσιανός. Βλ. Φιλοκαλία 1, 108.

αυτή, παρά όταν σηκώθηκα και έπισκέφτηκα τον άββά Παύλο". Σ' αυτά μου άποκρίθηκε ο άββάς Μωυσής: "Έχε θάρρος· δέν έλευθερώθηκες από την άκηδία, αλλά μάλλον παραδόθηκες και ύποδουλώθηκες σ' αυτή. Νά γνωρίζεις λοιπόν ότι τώρα θά σέ πολεμήσει περισσότερο ως λιποτάκτη, άν στο έξής δέν φροντίσεις μέ την ύπομονή και την προσευχή και την έργασία των χεριών σου νά παλαίψεις έναντίον της και νά την νικήσεις"».

οί συνομιλίες δέν θεραπεύουν

«Η ύγεία του άνθρώπου πηγάζει από την ήσυχία. Η ήσυχία είναι ή παρηγοριά του. Στή συναναστροφή όμως δέν δέχεται ποτέ τό φως της παρηγοριάς και μέ τίς συνομιλίες των ανθρώπων δέν θεραπεύεται· άπλώς ο σκοτισμός ύποχωρεί προσκαίρως και έπειτα σηκώνεται πάλι έναντίον του ισχυρότερος... Μακάριος όποιος ύπομένει τέτοιους πειρασμούς μέσα στο κελλί του! Θά φτάσει άργότερα, καθώς οι Πατέρες λένε, σέ θαυμαστή και μεγάλη κατοικία».³

κάθησε καρτερικά

«Παιδί μου, άν θέλεις νά ώφεληθείς, κάθησε καρτερικά στο κελλί σου και πρόσεχε τον έαυτό σου και τό έργόχειρό σου. Γιατί δέν σέ ώφελεί τόσο τό νά βγαίνεις, όσο τό νά κάθεις στο κελλί».⁴

'ούχ ό τόπος, άλλ' ό τρόπος'

«Είπε ή Άμμās Θεοδώρα, ότι ύπήρχε κάποιος μοναχός. Και έπειδή είχε νά κάνει μέ πλήθος πειρασμών, λέγει: "θά φύγω από έδω". Καθώς λοιπόν φόρεσε τά σαντάλια του, βλέπει έναν άλλο άνθρωπο [τόν δαίμονα της άκηδίας] νά φορά και αυτός τά δικά του και νά του λέγη: "Δέν φεύγεις έξ αίτίας μου; Λοιπόν, θά σέ συνοδεύσω όπου και άν πάς"».⁵

τό «σύνδρομο της Κυριακής»

Άπό δημοσίευμα του 2003:

«Ψυχίατροι σέ Εύρώπη και Άμερική, παρατήρησαν μιά ασθένεια, πού προσβάλλει τούς ανθρώπους μόνο για δυό ήμέρες την έβδομάδα: τό Σάββατο και την Κυριακή. Την παράξενη αυτή άρρώστια, οι έρευνητές την όνόμασαν «Σύνδρομο της



«Σύ, Κύριε, κατά μόνας έπ' έλπίδι κατώκισάς με» (Ψαλμ. 4:9)

³ 'Ισαάκ Σύρος, Λόγ. 57, ΕΠΕ 8 Β, 365-367.

⁴ Γεροντικό, Σεραπίων, 4

⁵ Γεροντικό, Άμμās Θεοδώρα, 7.

Κυριακής». Καί έκδηλώνεται μέ τά ἐξῆς συμπτώματα: Πλήξη, ἀνία, τάση φυγῆς, νευρικότητα καί ἀπρόβλεπτα ξεσπάσματα. Οἱ γιατροί ἔχουν ἀνησυχήσει, γιατί βλέπουν ὅτι αὐτή ἡ περίεργη ἀσθένεια ἀποκτᾷ τόν χαρακτήρα «κυριακάτικης ἐπιδημίας».

Φταίει, λένε, τό ὅτι προσπαθοῦμε νά σπάσουμε τήν ρουτίνα τῆς Κυριακῆς μέ μιᾶ ἄλλη ρουτίνα... γιά νά γεμίσει τό ΚΕΝΟ, πού νιώθει κανείς μέσα του... Συνειδητοποιεῖ ὅτι αὐτό τό κενό, τό κουβαλάει μέσα του καί κατά τίς ἐργάσιμες ἡμέρες. Μόνο πού ἡ φασαρία τῆς καθημερινότητας τόν παραπλανᾷ. Τόν κάνει νά τό ξεχνάει. Μέ ἄλλα λόγια, ὁ ἄνθρωπος, μέσα στήν ἡσυχία τῆς Κυριακῆς κάνει τήν ὀδυνητή διαπίστωση, ὅτι λείπει κάτι. Τόν βασανίζει μιᾶ πείνα καί μιᾶ δίψα, πού δέν μπορεῖ νά τή σβήσει σέ καμμιά ταβέρνα, σέ κανένα φαγοπότι. Ἡ Κυριακή εἶναι ἡ ὥρα τῆς ἀλήθειας... Ἔχουν μιᾶ Κυριακή χωρίς τόν Κύριο!»⁶

σέ μοναχούς καί λαϊκούς

«Εἶναι, ἀδελφοί μου, σέ ὅλους δυνατό, ὄχι μόνο σέ μοναχούς, ἀλλά καί στούς λαϊκούς, τό νά μετανοοῦν πάντοτε καί διαρκῶς καί νά κλαίουں καί νά παρακαλοῦν τόν Θεό καί μέ αὐτές τίς πράξεις νά ἀποκτήσουν καί ὅλες τίς ὑπόλοιπες ἀρετές. Καί ὅτι αὐτό εἶναι ἀληθινό, τό ἐπιβεβαιώνει μαζί μου καί ὁ Ἰωάννης τό χρυσό στόμα. Λέει πώς ἕνας πού θέλει, κι' ἄν ἀκόμη ἔχει γυναίκα καί τέκνα, μπορεῖ ὄχι μόνο νά κλαίει καθημερινά καί νά προσεύχεται καί νά μετανοεῖ, ἀλλά καί νά φθάσει στό τέλειο τῆς ἀρετῆς καί νά λάβει Πνεῦμα Ἅγιο καί νά γίνε φίλος τοῦ Θεοῦ».⁷



ἴσάν τά κλεισμένα θηρία

ἦ - ἡ εὐτυχία τῆς φυλακῆς

Ὁ συγγραφέας καί ἀκαδημαϊκός Ζαχαρίας Παπαντωνίου (1877-1940) στό βιβλίο του Ἅγιον Ὄρος, διηγεῖται τίς ἐντυπώσεις του ὅταν - λόγω καιρικῶν συνθηκῶν - ἀποκλείσθηκε γιά μερικές μέρες μέ ἄλλους φίλους του σέ κάποιο μοναστήρι τοῦ Ἄθωνα.

«Τά πράγματα ἔγιναν χειρότερα, ἐπειδή ὁ γαλήνιος καιρός ἀγρίεψεν ἔξαφνα καί σηκώθηκε ἕνας ἀέρας μανιασμένος ἀπό κείνους πού φυσοῦν στόν Ἄθωνα. Κοιτάζομε ἀπό τό παράθυρο τῆς φυλακῆς μας καί βλέπομε τήν τεράστια ρεματιά ἀνάστατη. Τά

⁶ Μηνύματα ἀπό τή Λυχνία, Β', 2003, 7-9.

⁷ Συμμένων Ν. Θεολόγος Κατήχ. 5.122-125.

πηχτά της φυλλώματα στριφογύριζαν σέ αγωνιώδη χορό μέ τόν άνεμο καί, γιά νά θυμηθώ τή φράση κάποιου συγγραφέα, τά κλαριά τινάζονταν σά μικροί σκύλοι πού θέλουν νά γλυτώσουν άπό τήν άλυσίδα. Καταχνιά κατέβαινε άπό τό βουνό. Κάποιος άγωγιάτης μάς είπε πώς ό άγέρας αυτός, όταν έρχεται, μπορεί νά πάψη σέ λίγες ώρες ή νά κρατήση καί δυό βδομάδες. Άν γινόταν λοιπόν τό δεύτερο, θά έπρεπε νά φάμε όλο τό πιπέρι του μοναστηριού. Άρχισαμε νά βηματίζωμε στό χαγιάτι σάν τά κλεισμένα θηρία. Μιά παρηγοριά μόνο έφεγγε στήν άπελπισίαν αυτή. Ή έλπίδα πώς κάποτε θά φύγωμε. Μά θά φύγωμε; Ή καταχνιά πού όλο κατέβαινε, ό άέρας πού τάραζε τή χούνη, μάς έλεγε πώς ή στιγμή αυτή άργεί... Οί καλόγεροι, οί θαυμάσιοι αυτοί φιλόσοφοι ήταν άποσυρμένοι στό κελλιά τους. Ή πλάνη πώς ένας καλόγερος πλήττει μέσα στό κελλί του, πλάνη καί δική μας καί όλου του κόσμου, διαλύθηκε άμέσως. Μόνο έμείς οί ξένοι είχαμε γεμίσει άνία—τήν άνία τή δική μας, πού τήν πήγαμε καί στό μοναστήρι τους. Αυτόι ήταν πολύ καλά. Στά κατάβαθα τής σιωπής, στό άπειρο τής μοναξιάς τους, στή φοβερή επανάληψη των ίδιων πραγμάτων, είχαν βρή τήν εύτυχία».⁸



άπομάκρυνση άπό τούς άνθρώπους

«Πρώτη των σωματικών πράξεων είναι ή ήσυχία, δηλαδή τρόπος ζωής χωρίς περισπασμούς, μακριά άπό κάθε βιοτική μέριμνα, γιά νά μπορέσει κανείς μέ τήν άπομάκρυνση άπό τούς άνθρώπους καί τούς περισπασμούς νά άποφύγει τό θόρυβο καί τό διάβολο πού σάν λιοντάρι βρυχιέται καί περπατά ζητώντας ποιόν θά καταπιεί μέ τίς συνομιλίες καί τίς μέριμνες του βίου, καί γιά νά έχει μία μόνο μέριμνα, πώς νά άρέσει στό Θεό καί νά κάνει τήν ψυχή του νά βρεθεί άκατάκριτη τήν ώρα του θανάτου, καί γιά νά μάθει μέ κάθε λεπτομέρεια τά τεχνάσματα των δαιμόνων καί τίς άμαρτίες του πού είναι περισσότερες άπό τήν άμμο τής θάλασσας καί οί περισσότεροι τίς άγνοούν όπως τή δυσδιάκριτη λεπτή σκόνη».⁹



«έπιστήμη έπιστημών»

«Ή πνευματική ζωή είναι τέχνη τεχνών καί έπιστήμη έπιστημών. Μόνον πού, διά νά τήν γνωρίσει κανείς, πρέπει ν' αγωνισθεί πολύ, νά σκάψει βαθιά μέσα του. Νά

⁸ Ζαχαρία Παπαντωνίου, Άγιον Όρος, Άθήνα 1934, 136-137.

⁹ Πέτρος Δαμασκηνός, Φιλοκαλία, 3, 82.

κλείεσθε μίαν ὥραν τὴν ἡμέρα στὸ δωμάτιό σας καὶ νὰ σκέπτεσθε τὸν Χριστὸν καὶ τὸν προορισμὸν σας. Ἡ ἡσυχία εἶναι ἀπαραίτητη διὰ τὴν ψυχικὴν καλλιέργειαν τοῦ ἀνθρώπου. Τὸν ἀέρα ποὺ φυσᾷ ἔξω δὲν μπορεῖς νὰ τὸν σταματήσεις. Μπορεῖς ὅμως νὰ κλείσεις τὴν πόρτα. Ἀσφαλῖστε τὴν πόρτα τῆς ψυχῆς σας καὶ μένετε στὴν ἡσυχία, διὰ νὰ μὴν σᾶς παρασύρει τὸ ρεῦμα».¹⁰

ἂν ἤξερες τὴ γλυκύτητα

«Ἄν ἤξερες, χαρά μου, τὴ γλυκύτητα καὶ τὴν εὐτυχία ποὺ περιμένει τίς ψυχές τῶν δικαίων στὸν οὐρανό, τότε θὰ ἀποφάσιζες σ' αὐτὴ τὴν πρόσκαιρη ζωὴ νὰ ὑποφέρεις μὲ εὐγνωμοσύνη κάθε θλίψη, διωγμὸ καὶ συκοφαντία. Ἄν αὐτὸ τὸ ἴδιο τὸ κελλί μας ἦταν γεμάτο ἀπὸ σκουλήκια, καὶ ἂν αὐτὰ τὰ σκουλήκια ἐπρόκειτο νὰ τρῶνε τίς σάρκες μας σέ ὅλη τὴ διάρκεια τῆς πρόσκαιρης ζωῆς μας, ἔ! λοιπὸν θὰ τὸ δεχόμασταν μὲ μεγάλη εὐχαρίστηση, παρά νὰ στερηθοῦμε ἐκείνη τὴν οὐράνια χαρὰ ποὺ ὁ Θεὸς ἐτοιμάζει σ' αὐτοὺς ποὺ Τὸν ἀγαπούν. Ἐκεῖ δὲν ὑπάρχουν ἀρρώστειες, οὔτε λύπες, οὔτε στεναγμοί. Ἐκεῖ ὑπάρχει ἄρρητος γλυκασμὸς καὶ χαρὰ. Ἐκεῖ οἱ δίκαιοι θὰ λάμπουν σάν τὸν ἥλιο. Ἄν ὁ πατέρας μας, ὁ ἀπόστολος Παῦλος (Β' Κορ. 12:2-4) δὲν μπόρεσε νὰ ἐκφράσει αὐτὴ τὴν οὐράνια δόξα καὶ χαρὰ, ποιά ἄλλη ἀνθρώπινη γλῶσσα μπορεῖ νὰ πεῖ γιὰ τὴν ὁμορφιά τῆς κατοικίας ποὺ θὰ στεγάζει τοὺς ἀγίους;»¹¹



Ἐκδότης: Ἀρχιεπίσκοπος Γ.Ο.Χ. Ἀθηνῶν & πάσης Ἑλλάδος Μακάριος
Ἐπικοινωνία: archbishopmakarios@gmail.com

¹⁰ Π.Μπότση, *Γέροντας Ἱερώνυμος, ὁ ἡσυχαστὴς τῆς Αἴγινας*, 1991, 217.

¹¹ Ὅσιος **Σεραφεῖμ τοῦ Σάρωφ**, Παράκλητος 2004, 95.