



υχή

Πρέπει,

όποιος κάνει τον εσωτερικό αγών, αν έχει κάθε στιγμή τα παρακάτω τέσσερα πράγματα μέσα του: ταπείνωση, απόλυτη προσοχή, αντίρρηση και προσευχή.

Ταπείνωση, για να έχει, επειδή πρέπει να παλέψει με αντιπάλους τους περήφανους δαίμονες, πρόχειρη τη βοήθεια του Χριστού. Ο Κύριος μισεί τους περήφανους (Παροιμ. Γ' 34).

Προσοχή, για να έχει την καρδιά του ελεύθερη από κάθε λογισμό κι αν ακόμα φαίνεται τάχα αγαθός.

Αντίρρηση, για να προβάλλει μόλις ίδη να έρχεται ο πονηρός αμέσως αντιρρήσεις με οργή. «Και αποκριθήσομαι, λέει ο Ψαλμωδός, τοις ονειδίζουσί μου κακά, ουχί τω Θεώ υποταγήσεται η ψυχή μου;» (θα αποκριθώ σ' αυτούς που με κατηγορούν και μου αποδίδουν κακά, δεν πρέπει να υποταχθώ στον Θεό η ψυχή μου; - Ψαλμ. Ξα' 2).

Προσευχή, για να κράξη η ψυχή στον Χριστό με αλάλητους στεναγμούς αμέσως μετά την αντίρρηση. Και τότε ο ίδιος ο αγωνιστής θα ιδή να διαλύεται ο εχθρός ή να διώχνεται μαζί με όλες τις φαντασίες του με τη δύναμη του προσκυνητού ονόματος όπως χάνεται το λεπτό χώμα ή ο καπνός στο φύσημα του ανέμου.

Ησυχίου πρεσβυτέρου

«Μικρή Φιλοκαλία»

Πηγή: xristianos.gr