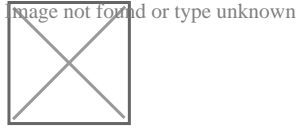


Οι καρποί της καρδιακής προσευχής (1ο Μέρος)

/ [Πεμπτουσία](#)



ΛΟΓΟΣ ΠΕΡΙ ΤΩΝ ΚΑΡΠΩΝ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ

«Όλες οι αρετές βοηθούν τον νού να απόκτηση την θεία αγάπη, αλλά περισσότερο από όλα η καθαρά προσευχή. Διότι με αυτήν πετώντας στον Θεό, εξερχόμεθα από όλα τα αισθητά του κόσμου πράγματα». (Από τα κεφάλαια περί Αγάπης, του Αγίου Μαξίμου του Ομολογητού).

Αδελφοί και Πατέρες,

Κάποιος από τους Αγίους Πατέρες μας συμβουλεύει τα εξής: «Σιώπησε εσύ και θα μιλήσουν τα έργα σου». Εγώ όμως ο τεμπέλης και αμαρτωλός τολμώ από την αναισθησία μου και κάνω το τελείως αντίθετο· και αρχίζω να μιλώ προς εσάς τους αγίους αδελφούς μου και πατέρας για εκείνα στα οποία ποτέ δεν ειδικεύθηκα με τα έργα και την ζωή μου. Αλλά πάλι μου φαίνεται ότι δεν είναι καλό να σιωπώ και να μή φανερώνω τις διδασκαλίες των Αγίων Πατέρων περί της σωτηρίας της ψυχής, επειδή είμαι φίλαυτος και άεργος σ' αυτά τα πνευματικά έργα. Διότι, κατά τον λόγο του Ευαγγελίου, αυτά τα ωφέλιμα για την ψυχή έργα πολλοί φιλόπονοι και βιαστές επιδιώκουν να τα αποκτήσουν με κάθε τρόπο, για να αρπάξουν την Βασιλεία των Ουρανών (Ματθ. 11, 12).



Και βέβαια όχι με λόγια κενά σαν τα δικά μου, αλλά με ιδρώτες και ημερονυκτίους κόπους αγωνίζονται αυτοί οι πιστοί για την εφαρμογή των εντολών του Θεού. Γι' αυτό, αφού κλείσω τα μάτια μου και παραβλέψω τις αδυναμίες και την οκνηρία μου για τις αρετές, ας αρχίσω λέγοντας τα παρακάτω:

Κατά τις διδασκαλίες των Αγίων Πατέρων και των μεγάλων εργατών της προσευχής, ο πρώτος καρπός αυτής είναι η προσοχή και μετά η σεμνότης. Αυτοί οι δύο καρποί, αν και φαίνονται πολύ μικροί, όμως εκδηλώνονται πριν από τους άλλους στον αγωνιστή της ιεράς προσευχής. Αποκτούνται με την επίμονη εξάσκησι σε οποιοδήποτε είδος προσευχής, αλλά ιδιαίτερα και εμφανέστερα στην εξάσκησι της νοεράς μνήμης του Ιησού, το οποίον έργο είναι ανώτερο από την ανάγνωσι των ψαλμών, την ψαλμωδία και τις άλλες προφορικές προσευχές.

Ο τρίτος καρπός αυτής της νοερός προσευχής που γεννάται κατά σειράν με την βοήθεια των άλλων δύο καρπών, είναι η ταπείνωσις. Όλοι αυτοί οι καρποί, καθώς και η αληθινή προσευχή, είναι δώρα του Θεού. Ο τέταρτος καρπός είναι η συγκέντρωσις των σκέψεών μας. Ο πέμπτος είναι η ευλάβεια. Ο έκτος είναι ο φόβος του Θεού, ο έβδομος η μνήμη του θανάτου, ο όγδοος η ειρήνη των λογισμών, ο ένατος η θερμότης της καρδιάς, ο δέκατος η συγκέντρωσις της προσοχής στην καρδιά, ο ενδέκατος καρπός είναι η συνεχής παρακολούθησις στα σφάλματα και τις αμαρτίες μας, από την μνήμη των οποίων αυξάνεται μέσα μας η

ταπείνωσις και μετατρέπεται σε πένθος. Ο δωδέκατος καρπός είναι η αίσθησις της παρουσίας του Θεού, του θανάτου, της μελλούσης κρίσεως και οι σκέψεις για τα βάσανα της κολάσεως.

Ο δέκατος τρίτος καρπός είναι η απομάκρυνσις και το μίσος του νού μας για καθετί απολαυστικό αύτου του κόσμου και η παραμονή του στην καρδιά μας. Διότι με αυτή την συνήθεια της βυθίσεως και παραμονής του νού στην καρδιά μας, αυτή η ίδια η καρδιά αποκρούει και μισεί όλες τις αισθητές απολαύσεις και τα έργα των εμπαθών ανθρώπων. Αυτό το γεγονός το επιβεβαιώνει και ο άγιος Διάδοχος επίσκοπος Φωτικής, όταν λέγη: «Αυτός που εισέρχεται πάντοτε στην καρδιά του, περιφρονεί όλες τις απολαύσεις αυτής της ζωής. Και τούτο διότι επισκιάζεται από το Πνεύμα του Θεού και δεν μπορεί πλέον να αγαπά τις σωματικές απολαύσεις» (Από τα γνωστικά του κεφάλαια).

Επίσης απαλλάσσεται από την πλάνη των φαντασιών, από την εισβολή των κακών λογισμών και μισεί κάθε τι το φανταστικό και ψεύτικο. Έτσι λοιπόν, αφού κατέβη ο νους με εσωτερική ησυχία και χωρίς κακές σκέψεις στην καρδιά για να ενωθή με τον ενδιάθετο λόγο, αποβάλλει όλες τās παραστάσεις και αμαρτωλές μορφές και φανταστικές εικόνες η καρδιά, όπου είναι η κατοικία τους, όπως το φίδι βγάζει το δέρμα του, όταν περάση μέσα από ένα στενό τόπο.

Ο άνθρωπος που θα συνηθίση να κρατά τον νού του στην καρδιά, θα επιθυμή πάντοτε να κλείνη την πόρτα του κελλιού του και να ησυχάζη· να κλείνη την πόρτα του στόματός του και να σιωπά, και την εσωτερική πόρτα του ενδιαθέτου λόγου της καρδιάς, για να εμποδίζη τους διαφόρους κακούς λογισμούς, με τους οποίους ο άνθρωπος γίνεται ακάθαρτος ενώπιον του Θεού που εξετάζει «νεφρούς και καρδίαν» (΄Αποκ. 2, 23). Γι' αυτό μας συμβουλεύει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος τα εξής: «Κλείσε την θύρα του κελλιού σου για το σώμα, την θύρα του στόματος σου για να μή συνομιλής με άλλους ανθρώπους και την εσωτερική θύρα για την απόκρουσι των κακών πνευμάτων».

Ο δέκατος τέταρτος καρπός που γεννάται από την εργασία της προσευχής του Ιησού συνίσταται στο ότι, όταν βυθίζεται ο νους στην καρδιά και βλέπει με τα νοερά μάτια την φοβερή μορφή της αμαρτίας, η οποία εκδηλώνεται με αηδιαστικές παραστάσεις που φέρνει μέσα του με την επιρροή των αισθήσεων και του κόσμου, όπως λέγει ο άγιος Γρηγόριος Θεσσαλονίκης, τότε αρχίζει η καρδιά και αποκτά ταπείνωσι, πένθος και δάκρυα. Και πως να μην ταπεινωθή μια αμαρτωλή ψυχή, όταν βλέπη την άθλια καρδιά του να κυριεύεται από ένα βαθύ σκοτάδι που προήλθε από τις αμαρτίες της, τις οποίες έκανε με την σκέψη, τον λόγο και το έργο; Διότι, όπως λέγει ο άγιος Μάρκος ο Ασκητής, «αυτός που έχει λογισμούς κακίας, πως να ιδή τις αμαρτίες του;

Επειδή αυτός που καλύπτεται από διάφορες σκέψεις, σκεπάζει την θύρα της ψυχής. Και αυτό το σκοτάδι έχει την αρχή του στις πονηρές έννοιες και τα έργα». Πώς να μην κλαύση και να μην λυπηθή, όταν βλέπη ο χριστιανός το νοερό μέρος της ψυχής γεμάτο από λογισμούς αλαζονείας, από ασεβείς επιθυμίας, από σκέψεις βλασφημίας και διαβολικές προτροπές; Πως να μή θρηνήση μια πονεμένη ψυχή, όταν βλέπη το επιθυμητικό μέρος της ψυχής να είναι αιχμαλωτισμένο από θεομισήτους λογισμούς και την ψυχή κυριευμένη από πονηρές σκέψεις να καταφέρεται επαναστατικά κατά του πλησίον; Με ένα λόγο, πως να μην ταπεινωθή και χύση ματωμένα δάκρυα ή πως να μην κραυγάση προς τον Ιησού με ψυχική οδύνη, για να σωθή και να θεραπευθή, όταν βλέπη την καρδιά του δεμένη με τόσα αναρίθμητα πάθη, τυφλή από αναισθησία, σκληρή και τραυματισμένη από τόσες πληγές;

Κατόπιν, όταν ο άνθρωπος ιδή ότι μέσα του δεν είναι πλέον ναός του Θεού και του Πνεύματος Του, αλλά σπήλαιο ληστών και άβυσσος αμαρτίας και κατοικία δαιμόνων, τότε μπορεί με ταπείνωσι, πένθος και δάκρυα να ελεηθή από τον Θεό, να ελευθερωθή από τα πάθη και να λυτρωθή από τις εφόδους των πονηρών λογισμών με τη θεία συνεργεία.