

Η παλαμική διδασκαλία και η ησυχαστική παράδοση (Alexander Milenkovits, Πτυχιούχος της Ανώτατης Εκκλησιαστικής Ακαδημίας Θεσσαλονίκης)

[/ Πεμπτουσία](#)



Ο όρος "ησυχία" χαρακτηρίζει τον τρόπο ζωής που διάλεξαν οι ερημίτες αφιερωμένοι στη θεωρία και την αδιάλειπτη προσευχή. Ο όρος ησυχαστής χρησιμοποιήθηκε για να προσδιορίσει τον ερημίτη και αναχωρητή, από τις απαρχές του μοναχισμού. Εμφανίζεται στα κείμενα του Ευάγριου Ποντικού ο οποίος «ήταν ο πρώτος μεγάλος πατέρας που κωδικοποίησε τη μοναχική διδασκαλία για την προσευχή [3] και διατύπωσε τη θεολογία της προσευχής ως την ανώτατη πράξη του νου, μια ανάβαση του νου στο Θεό. Ο σκοπός, το περιεχόμενο και η δικαίωση της ησυχαστικής-ερημιτικής ζωής ήταν για τον Ευάγριο η νοερά προσευχή, ή η αδιάλειπτη προσευχή του νου [4]. Η άσκηση και ο τρόπος προσευχής περιλήφθηκαν από τον Ευάγριο σε ένα μεταφυσικό και ανθρωπολογικό σύστημα νεοπλατωνικής έμπνευσης [5], μετασχηματίζοντάς τον σε ένα

«πνευματιστικό διανοητισμό» [6].



Στα τέλη του 4ου αιώνα σημειώθηκε μια νέα εξέλιξη «προς την κατεύθυνση της χριστοκεντρικότητας» υπό την επιρροή των έργων του αγίου Μακάριου του Μεγάλου, τα οποία ο Παλαμάς γνώριζε και παρέπεμπε σε αυτά συχνά: «Το κέντρο της ανθρώπινης συνείδησης και της θείας παρουσίας στον άνθρωπο φαίνεται να συγκλίνει όχι στο νου, αλλά στην καρδιά» Η ορολογία του Μακάριου απομακρύνεται από τον νεοπλατωνισμό και γίνεται βιβλικότερη και χρωματιζόμενη από την ιουδαϊκή ανθρωπολογία [7]. Τον 14ο αιώνα σημειώνεται ανανέωση του μοναστικού βίου απέναντι στην προηγηθείσα γενική παρακμή: σε κείμενα της εποχής του Νικηφόρου Ησυχαστή και του Αγίου Γρηγορίου Σιναΐτη, ο οποίος είναι σύγχροχος αλλά αρκετά πρεσβύτερος του Παλαμά [8], αναφέρονταν στην επίκληση του θείου ονόματος συνδυαζόμενη με ειδικές τεχνικές, που προϋπέθεταν προσήλωση του βλέμματος στη μέση του σώματος ή στην καρδιά και έλεγχο της αναπνοής. Οι ασκήσεις αυτές συνδυάζονταν με τα λόγια της προσευχής Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με (τον αμαρτωλό), συνεχώς επαναλαμβανόμενης. Αν και ο τελικός στόχος ήταν η προσευχή, οι μοναχοί ισχυρίζονταν πως είχαν εμπειρία του θείου φωτός. Οι σωματικές τεχνικές αν και εν μέρει αναφέρονται από τον Άγιο Ιωάννη της Κλίμακος (α' μισό 7ου αι.) δεν πρέπει να είναι παλαιότερες του 13ου αιώνα. Αλλά και η θεωρία και η πράξη της καθαρής νοεράς προσευχής δεν απουσίαζαν από τα πρώτα βήματα του

ασκητισμού. Ο Θεόληπτος Φιλαδελφείας, δάσκαλος του Γρηγόριου Παλαμά, υπήρξε ο ίδιος μαθητής του Νικηφόρου του Ησυχαστή. Νικηφόρος και Παλαμάς δεν συναντήθηκαν ποτέ στη ζωή τους, όμως υφίσταται πνευματική σχέση μεταξύ των δύο: διά μέσου του Θεολήπτου, διά του κινήματος που ενέπνευσε ο πρώτος και του συγγραφικού του έργου, κυρίως του Λόγος περί νήψεως και φυλακής καρδιάς [9].

Ο Ησυχασμός είναι ο ασάλευτος βράχος πάνω στον οποίο στηρίζεται όχι μόνο η μοναχική ζωή αλλά και η θεολογία και η ποιμαντική της Εκκλησίας μας. Όποιος δεν καθάρισε τον νού του διά της ησυχίας δεν είναι δυνατόν να φθάσει στην θεωρία του Θεού, άρα δεν μπορεί να μιλάει για τον Θεό (να θεολογεί), ούτε είναι σε θέση να καθοδηγήσει άλλους. Ο ορθόδοξος ησυχασμός δίνει πρωταρχική σημασία στην καθαρότητα του νού, που είναι ο οφθαλμός της ψυχής. Ο νούς του ανθρώπου είναι υγιής όταν είναι τελείως καθαρός από τους λογισμούς και τις φαντασίες του αισθητού κόσμου. Μόνον τότε είναι σε θέση να επιτελεί το έργο του, να είναι δηλαδή ο θυρωρός που δεν επιτρέπει να περάσει στο εσωτερικό του ανθρώπου οποιοσδήποτε εμπαθής λογισμός που τον μολύνει και δημιουργεί τις προϋποθέσεις για να γίνει η αμαρτία. Κατά τους Αγίους Πατέρες η θέση του νού είναι στον χώρο της φυσικής καρδιάς και ο νούς βρίσκεται στην θέση του μόνο όταν είναι καθαρός. Ο κύριος σκοπός του ορθοδόξου ησυχασμού είναι η επίτευξη της καθαρότητας του νού και της καρδιάς μέσα από την έντονη κατά Θεόν άσκηση, και τους αιματηρούς αγώνες κατά των παθών. Ησυχασμός είναι ο τρόπος δια του οποίου καθαρίζεται η καρδιά με την βοήθεια του ονόματος του Χριστού. Ο καθαρός νούς είναι η προϋπόθεση για την καθαρή καρδιά. Τότε νούς και καρδιά ενώνονται και η νοερά προσευχή ενεργεί αβίαστα και ασταμάτητα στην καρδιά του ανθρώπου, ακόμη και κατά την διάρκεια του ύπνου. Ο νούς όταν είναι ενωμένος με την καρδιά βλέπει τον Θεό. Είναι «νους ορών τον Θεόν». Γνωρίζει το «γνωστόν» του Θεού, δηλαδή τις άκτιστες ενέργειές Του, αφού η ουσία του Θεού είναι άγνωστη ακόμη και στους Αγγέλους. Ο άνθρωπος που φθάνει στο σημείο αυτό είναι θεόπτης, έχει προσωπική εμπειρία της θεώσεως. Είναι πραγματικός θεολόγος γιατί μπορεί να εκφράσει με την γλώσσα του και να διατυπώσει εγγράφως αυτή την προσωπική εμπειρία. Δεν είναι απαραίτητο να είναι κανείς εγγράμματος και επιστήμων για να το κάνει αυτό.

[**Διαβάστε ολόκληρη τη μελέτη εδώ**](#)

Παραπομπές:

3. Ιωάννης Μάγιεντορφ, Άγιος Γρηγόριος Παλαμάς και ορθόδοξη μυστική παράδοση, έκδ. Ακρίτας, Αθήνα 1989, σελ. 27

4. Ιωάννης Μάγιεντορφ, «Η Υπεράσπιση των ιερών ησυχάζοντων του Αγ. Γρηγορίου Παλαμά» *Η Βυζαντινή κληρονομιά στην ορθόδοξη παράδοση*, Αθήνα 1990, σελ. 208-209
5. Ιωάννης Μάγιεντορφ, *Άγιος γρηγόριος Παλαμάς και ορθόδοξη μυστική παράδοση*, Αθήνα 1989, σελ. 26
6. Ιωάννης Μάγιεντορφ, *Άγιος Γρηγόριος Παλαμάς και ορθόδοξη μυστική παράδοση*, Αθήνα 1989, σελ. 31
7. Ιωάννης Μάγιεντορφ, «Η Υπεράσπιση των ιερών ησυχάζοντων του Αγ. Γρηγορίου παλαμά» *Η Βυζαντινή κληρονομιά στη ορθόδοξη παράδοση*, Αθήνα 1990, σελ. 210
8. Βασίλειος Τατάκης, «Νικηφόρος Μοναχός Ησυχαστής» *Μελέτες ιστορίας της φιλοσοφίας*, Αθήνα 1980, σελ. 159.
9. Βασίλειος Τατάκης, «Νικηφόρος Μοναχός Ησυχαστής» *Μελέτες ιστορίας της φιλοσοφίας*, Αθήνα 1980, σελ. 160-161.