

ΕΥΧΗ ΑΓΙΟΥ ΕΦΡΑΙΜ ΤΟΥ ΣΥΡΟΥ

**Απομαγνητοφωνημένη ομιλία μακαριστού αρχιμανδρίτου Αθανασίου Μυτιληναίου
με θέμα: «ΠΕΡΙ ΣΩΦΡΟΣΥΝΗΣ»**

[εκφωνήθηκε κατά τους Α΄ Χαιρετισμούς, στις 21-3-1986]

Καθ' όλον το μήκος, αγαπητοί μου, της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, συχνωτάτη χρήσις γίνεται μιας πολύ μικράς ευχής, συντάκτης της οποίας είναι ο άγιος Εφραίμ ο Σύρος. Είναι η εξής: *«Κύριε καὶ Δέσποτα τῆς ζωῆς μου, πνεῦμα ἀργίας, περιεργείας, φιλαρχίας καὶ ἀργολογίας μὴ μοι δῶς. Πνεῦμα δὲ σωφροσύνης, ταπεινοφροσύνης, ὑπομονῆς καὶ ἀγάπης, χάρισαί μοι τῷ σῷ δούλῳ. Ναί, Κύριε Βασιλεῦ, δώρησαί μοι τοῦ ὁρᾶν τὰ ἐμὰ πταίσματα, καὶ μὴ κατακρίνειν τὸν ἀδελφόν μου, ὅτι εὐλογητὸς εἶ, εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν».*

Η ευχή αυτή είναι κατανυκτικωτάτη και αποβλέπει εις την νήψιν του ανθρώπου, ιδιαιτέρως κατά την περίοδον της Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Όπως αντελήφθητε, αναφέρονται δύο ζεύγη παθών, που είναι η αργία και η περιέργεια, η φιλαρχία και η αργολογία, και από τα οποία, ζεύγη παθών, ζητά ο ιερός συντάκτης και ο κάθε πιστός που απαγγέλλει την ευχή αυτήν, όπως ο Κύριος τον απαλλάξει.

Αλλά ακολουθούν και δύο ζεύγη αρετών· γιατί βλέπετε ο Χριστιανισμός δεν είναι μόνο η εκκοπή των παθών, αλλά και η φύτευσις των αρετών. Δεν μπορούμε μόνο κατά αρνητικόν τρόπον να μέινουμε στην πνευματικότητα, δηλαδή μόνο στο να καθαρίσουμε τον εαυτό μας, πρέπει και να εμπλήσουμε τον εαυτό μας· διότι ο εμπλησμός είναι το Πνεύμα του Θεού. Το Πνεύμα του Θεού δια να μας εμπλήσει, να μας γεμίσει, πρέπει να δημιουργηθεί ένας καθαρισμός. Συνεπώς, θα 'τανε περίεργο πράγμα να καθαρίσω τον εαυτό μου και να μην τον εμπλήσω. Για να καταλάβετε, να μου φέρουν ένα ποτήρι πολύ καθαρό, μα τελείως καθαρό, αλλά άδειο. Τι έχω να το κάνω; Το ζητώ καθαρό ακριβώς για να γίνει μεταφορά νερού να το πιω. Έτσι, μην το ξεχνάμε, δεν είναι αρκετό να πούμε ότι δεν κάνω αυτήν και αυτήν την αμαρτία, αλλά πρέπει να γνωρίζομε ότι πρέπει να γεμίσομε από αρετές και κυρίως, ούτε και ο σκοπός είναι των αρετών, αλλά ο σκοπός είναι δια των

αρετών να εμπλησθούμε, να γεμίσουμε από το Πνεύμα του Θεού. Δηλαδή ο τελικός σκοπός μας είναι να γεμίσουμε από Πνεύμα Θεού. Να αποκτήσουμε το Πνεύμα το Άγιον.

Και φυσικά η διαδικασία που ακολουθείται είναι η **κάθαρσις από τα πάθη**, και η οδός την οποία θα περπατήσουμε, των εντολών, για να φτάσουμε να δημιουργήσουμε τις κατάλληλες προϋποθέσεις για να αποκτήσουμε το Πνεύμα του Θεού. Η ευχή αυτή κατακλείει με μία αίτηση αυτογνωσίας και ακατακρισίας. *«Να μην κατακρίνω, Κύριε»,* λέγει, *«τον πλησίον μου, τον αδελφό μου»*, αλλά και του *«ὁρᾶν τὰ ἐμὰ πταίσματα»* *«και να βλέπω τις δικές μου αμαρτίες, να μην κάθομαι να βλέπω του αλλουνού»*. Και τέλος με μία δοξολογία προς τον Άγιον Τριαδικόν Θεόν.

Παλιότερα, σε μια σειρά ακολουθιών κατά Παρασκευή, στον Ακάθιστον Ύμνον, είχαμε αναλύσει, θα ενθυμείσθε, τα δύο ζεύγη των παθών. Τώρα, δια να μην αφήσουμε αυτήν την τότε προσπάθεια ημιτελή, με την βοήθεια του Θεού, στην διαδρομή της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, δηλαδή κατά Παρασκευή, κατά την ακολουθία του Ακαθίστου Ύμνου, θα αναλύουμε και από μίαν αρετήν. Δηλαδή είναι η **σωφροσύνη**, η **ταπεινοφροσύνη**, η **υπομονή** και η **αγάπη**. Βέβαια, περιττό να σας πω, ότι αυτές οι αρετές καθ' εαυτάς είναι... απέραντες, έχουν βάθος και πλάτος πολύ. Θα ήθελε κανείς χρόνον πολύ να αναλύσει αυτές τις μεγάλες αρετές. Όμως, δεν θα γίνει τι άλλο παρά μια **προσπάθεια υπαινιγμών**, μια **προσπάθεια ερεθισμάτων**, δια να υποκινηθούμε στο να εφαρμόζουμε και να ζούμε αυτές τις αρετές, να εργαζόμεθα αυτές τις αρετές. Επειδή ο άνθρωπος ένεκα της πεπτωκυίας του φύσεως λησμονεί και πρέπει ανά πάσα στιγμή να ανανεώνουμε, να υπενθυμίζουμε στον εαυτόν μας ότι πρέπει να αγαπώ, ότι πρέπει να έχω υπομονή, ότι πρέπει να σωφρονώ κ.ο.κ.

Αν προσέξατε, λέγει: *«Μη μου δώσεις, Κύριε, πνεύμα αργίας, φιλαρχίας...»*. *«Πνεύμα»*. Θα λέγαμε ότι τόσο στις κακίες, όσο και εις τις αρετές η ευχή αναφέρεται σε αυτό το *«πνεύμα»*. *«Μη μου δώσεις "πνεύμα": αλλά δώσε - πνεύμα δηλαδή- αργίας. Δώσ' μου, όμως, πνεύμα ταπεινοφροσύνης»*. Τι είναι αυτό το *«πνεύμα»*; Πρόκειται περί μιας αφηρημένης εκφράσεως, όπως θα λέγαμε: *«η ιδέα του καλού»*; Αυτό που λέμε *«η ιδέα του καλού»* για μια στιγμή, αν είμεθα έξω από τον Θεό, προσέξτε, **έξω από τον Θεό**, τότε

είναι μια αφηρημένη έννοια. Λέμε «η έννοια ή η ιδέα της δικαιοσύνης». Οπωσδήποτε είναι μια αφηρημένη έννοια. Αυτό, λοιπόν, που λέμε πνεύμα αργίας ή πνεύμα ταπεινοφροσύνης ή σωφροσύνης, είναι μια αφηρημένη έκφρασις; Μιας πραγματικότητας; Όχι. Είναι μία πραγματικότης.

Συγκεκριμένα, στο πνεύμα των παθών όταν λέμε *«Μη μου δώσεις πνεύμα αργίας»*, εδώ το πνεύμα αντιπροσωπεύεται από πονηρόν πνεύμα. Δηλαδή πρόκειται περί πονηρού πνεύματος. Και, όπως παραδείγματι, λέμε *«πνεύμα πλάνης»*. Δηλαδή *«δαίμων, ο οποίος επιφέρει την πλάνη»*. Ή λέμε *«πνεύμα ασθενείας»*. Σας θυμίζω την περίπτωση της συγκυπτούσης γυναικός. Όταν ο Κύριος την εθεράπευσε μέσα εις την Συναγωγήν, τι είπε; Ότι αυτή που είχε, λέγει, πνεύμα ασθενείας. Συγνώμη· ο ευαγγελιστής λέγει: *«Είχε πνεύμα ασθενείας»*. Και ο Κύριος ερμηνεύει αυτό το «πνεύμα ασθενείας». *«Αυτήν που έδεσε ο σατανάς 18 ολόκληρα χρόνια»*. Ώστε, λοιπόν, το πνεύμα της ασθενείας δεν είναι παρά ο σατανάς, είναι ο διάβολος, είναι ο δαίμων, ο οποίος έρχεται και δημιουργεί μίαν κατάστασιν.

Όταν, όμως, λέμε εδώ: *«Μη μου δώσεις, Κύριε, πνεύμα αργίας»*. Ο Θεός δίνει το πονηρό πνεύμα; -ίσως κάποιος να νομίσει. Θα το ερμηνεύαμε έτσι: *«Μην επιτρέψεις, ένεκα της κακοκεφαλιάς μου και του εγωισμού μου και της επιμονής μου εις την αμαρτία, μην επιτρέψεις να με κατακυριεύσει πνεύμα, δηλαδή δαιμόνιον, αργίας, φιλαρχίας κ.ο.κ»*. Πρόκειται, λοιπόν, περί δαιμονίων, διότι και άλλοτε σας έχω πει ότι κάθε πάθος αντιπροσωπεύεται από δαίμονες, από δαίμονα. Λέμε: *«ο δαίμων της πορνείας»*. Δεν λέμε απλώς *«το πάθος της πορνείας»*, αλλά *«ο δαίμων της πορνείας»*. Το πάθος είναι κάτι το οποίο ανήκει στον άνθρωπο μέσα, από την χρονίζουσα αμαρτία. Ο δαίμων της πορνείας είναι εκείνος ο οποίος υποκαίει το πάθος, να υφίσταται και να μη φεύγει. Αναρριπίζει, θα λέγαμε, την φωτιά του πάθους, ο δαίμων, αυτός ο ειδικός δαίμων, ο οποίος είναι επί του αμαρτήματος της πορνείας.

Όπως και αντιστρόφως, ή αντιστοίχως, όταν λέμε στις αρετές, πνεύμα σωφροσύνης, *«Δώσ' μου, Κύριε»*, λέει, *« πνεύμα σωφροσύνης»*, αν θέλετε, *«πνεύμα σοφίας»* που λέγει η Καινή Διαθήκη, ή ακριβέστερα, που έχει τρία χαρακτηριστικά ο Απόστολος Παύλος στη

Β' προς Τιμόθεον επιστολή του, 1,7: «*Πνεῦμα δυνάμεως καὶ ἀγάπης καὶ σωφρονισμοῦ*», λέγει ο απόστολος Παύλος. «*Πνεῦμα δυνάμεως*», επαναλαμβάνεται αυτό το «*πνεῦμα ἀγάπης*», επαναλαμβάνεται «*πνεῦμα σωφρονισμοῦ*». Τι θα πει αυτό; Θα πει: Και εδώ το πνεῦμα αντιπροσωπεύεται· από τι; Από το Ἅγιο Πνεῦμα. Όταν λέμε «*πνεῦμα ἀγάπης*», τι σημαίνει; Το Ἅγιον Πνεῦμα, που έχει την αγάπη, να μου την δώσει εμένα. Το Ἅγιο Πνεῦμα, που είναι ταμειούχον της σωφροσύνης, να μου δώσει την σωφροσύνη. Το Πνεῦμα το Ἅγιον, που είναι ταμειούχον της δυνάμεως, να μου εξορίσει την δειλίαν και να μου δώσει την ανδρεία, να μου δώσει την δύναμιν, να μου δώσει τον ανδρισμόν. Να ανδρίζομαι. Ὡστε, λοιπόν, βλέπομε εδώ ότι όταν λέμε «πνεῦμα σωφροσύνης», είναι ενέργειες του Ἀγίου Πνεύματος· τις οποίες ζητούμε να μας τις δώσει ο Θεός.

Συνεπώς, στην προσευχή αυτήν του αγίου Εφραίμ του Σύρου, όταν λέμε «*πνεῦμα ἀργίας μή μοι δῶς*», σημαίνει «*διώξε μακριά μου τον δαίμονα, μην επιτρέψεις να με πλησιάσει, αλλά δώσ' μου πνεῦμα σωφροσύνης*». Δηλαδή «*στείλε το Πνεῦμα Σου το Ἅγιο να μου δώσει τη σωφροσύνη κ.λπ.*». Και μην ξεχνάμε ότι χωρίς το Πνεῦμα το Ἅγιον δεν μπορούμε απολύτως, μα απολύτως τίποτε να επιτύχουμε. Κι όταν λέμε το Πνεῦμα το Ἅγιον, και χωρίς τον Υιόν, και χωρίς τον Πατέρα. Ακούσατε στην ευαγγελική περικοπή σήμερα, τώρα, προ ολίγου, ότι «*Χωρὶς ἐμοῦ οὐ δύνασθε ποιεῖν οὐδέν*». «*Γιατί χωρίς Εμένα δεν μπορείτε να κάνετε τίποτε*». Ἐτσι, ούτε χωρίς τον Πατέρα, ούτε χωρίς τον Υιόν, ούτε χωρίς το Πνεῦμα το Ἅγιον δεν μπορούμε, μα δεν μπορούμε απολύτως τίποτε να επιτύχουμε. Κι αν υποθεθεί ότι κάτι πετυχαίνομε εξαιτίας αυτής της φύσεώς μας ως εικόνας του Θεού, θα λέγαμε ότι αυτό τελικά δεν θα τελεσφορήσει, ή θα μείνει αυτόνομο και θα καταστραφεί.

Και ερχόμεθα, αγαπητοί μου, να ιδούμε αυτήν την θαυμασίαν αρετήν, που λέγεται σωφροσύνη. «*Πνεῦμα δὲ σωφροσύνης χάρισαί μοι τῷ σῷ δούλῳ*». «*Χάρισέ μου σε μένα τον δούλο Σου, Κύριε και Δέσποτα της ζωής μου, πνεῦμα σωφροσύνης*». Η σωφροσύνη, αγαπητοί, είναι μία σπουδαιότατη αρετή· που την είχε ήδη εκτιμήσει και ο αρχαίος εθνικός κόσμος. Οι αρχαίοι Ἕλληνες την συναριθμούσαν με τις τρεις μεγάλες κεφαλαιώδεις αρετές, της φρονήσεως και της ανδρείας και της δικαιοσύνης. Αυτές οι τέσσερις

μεγάλες αρετές, τις οποίες αρετές υιοθέτησαν και οι Πατέρες της Εκκλησίας μας και από τις οποίες τέσσερις μεγάλες αρετές απορρέουν όλες οι άλλες αρετές, κατανεμόμενες εις τις τρεις δυνάμεις της ψυχής, την νόηση, την βούληση και το συναίσθημα.

Η έννοια της σωφροσύνης κατά την διαδρομή της ελληνικής γλώσσας, της πολυπαθήτου ελληνικής γλώσσας, απέκτησε μία διαφοροποιημένη έννοια. Η αρχική της σημασία εταυτίζετο με την φρόνησιν. Δηλαδή ό,τι λέει η λέξις: σωφροσύνη. Θα το δούμε παρακάτω. Και εταυτίζετο με την φρόνησιν. Την συναντούμε έτσι στον Όμηρο. Επί παραδείγματι βρίσκουμε την φράσιν «ἔχειν τὰς φρένας ὑγιείς». Δηλαδή το να έχει κανείς τις φρένες του, το μυαλό του, να το 'χει υγιές. Συνεπώς η σωφροσύνη εταυτίζετο με την φρόνησιν. Αργότερα, στην εποχή του Πλάτωνος, εταυτίζετο με την εγκράτειαν· με την αγνότητα και με τη νηφαλιότητα. Βρίσκουμε στον Πλάτωνα, επί παραδείγματι, «τὸ κρατεῖν ἡδονῶν καὶ ἐπιθυμιῶν». Εἰς τον Αριστοτέλην, το «κρατεῖν περὶ τὰς γυναῖκας», δηλαδή το να μην πλησιάζει κανείς την ανηθικότητα. Αυτό ἦτο η σωφροσύνη. Συνεπώς, βλέπομε ότι η αρχική σημασία της λέξεως «σωφροσύνη» ἦτο η φρόνησις.

Πρέπει να σας πω ότι στους Πατέρες συναντούμε την έννοια αυτή άλλοτε ως φρόνηση και άλλοτε ως σωφροσύνη, εγκράτεια δηλαδή, όπως θα δούμε λίγο πιο κάτω, όπως και σαν διάκριση, κ.ο.κ. – Θα το ιδούμε. Τι βλέπουμε λοιπόν εδώ; Ότι θα 'τανε μια αδικία, πραγματικά, αυτής της θαυμαστής αρετής, της σωφροσύνης, να την περιορίσουμε μόνο στα στενά όρια της εγκρατείας και της αγνότητος και της νηφαλιότητος. Για να μην την απλώσουμε και εις την φρόνησιν, δηλαδή σ' αυτό που λέμε «φρονιμάδα». Σ' αυτό που λέμε «μυαλοσύνη». Να είναι κανείς σώφρων.

Πράγματι, βρίσκουμε ότι σωφροσύνη θα πει «ὁ ἔχων σώας τὰς φρένας», και τούτο παράγεται από το σῶς, φρήν. Φρήν, τῆς φρενός ἢ τοῦ φρενός, ὁ φρήν – τοῦ φρενός, οἱ φρένες, δηλαδή το μυαλό. Συνεπώς, σώες, δηλαδή ολόκληρες τις φρένες, δηλαδή χωρίς να ἔχω διαλείψεις, που να σκέπτομαι ὄχι σωστά. Δηλαδή ἀνά πάσα στιγμή να σκέπτομαι μυαλωμένα. Να μην ἔχω διαλείψεις μη φρονήσεως, μη μυαλοσύνης. Αυτό είναι πάρα πολύ σπουδαίο. Είναι το αντίθετο, αγαπητοί μου, του ἀφρονος, του μωρού, του ανοήτου. Κι

αν το θέλετε, είναι εκείνο που ο Κύριος είπε για τον άφρονα πλούσιον, που ήταν άφρων· τι θα πει «άφρων»; Ήταν άμυαλος· δηλαδή, μη προνοητικός. Προ-νοητικός. Νόησις. Προ-νοητικός, άφρων. Σε τι δεν ήτο προνοητικός; Εις την σωτηρίαν του. Η Παλαιά Διαθήκη λέγει: *«Εἶπεν ἄφρων ἐν καρδίᾳ αὐτοῦ· οὐκ ἔστι Θεός».* *«Εἶπεν άφρων, δεν υπάρχει Θεός».* Δηλαδή, άμυαλος άνθρωπος. Ασύνητος άνθρωπος. Α, ώστε, λοιπόν, εκείνος που λέγει *«Δεν υπάρχει Θεός»* είναι άμυαλος; Μάρτυς η Γραφή. Είναι άμυαλος; Ναι, άμυαλος. Κουκούτσι μυαλό δεν έχει αυτός που λέγει ότι δεν υπάρχει Θεός! Μα κουκούτσι μυαλό δεν έχει! Έχει μωρία και τυφλότητα απέραντη!

Αλλά τι βλέπει κανείς; Η έλλειψη της φρονήσεως, δηλαδή της σωφροσύνης, γεννάει την αθεΐα. Και είναι αυτό πάρα πολύ χαρακτηριστικό. Και συνεπώς ο άνθρωπος πρέπει να είναι σώφρων. Δηλαδή φρόνιμος. Πάντα με την έννοια του «μυαλωμένος». Γι'αυτό και ο Κύριος, αγαπητοί μου, κάποτε επέπληξε την ανοησία των μαθητών. Και τους είπε: *«Ἀκμὴν καὶ ὑμεῖς ἀσύνετοι ἐστέ;».* *«Ἵστε κι εσεῖς»*, λέει, *«εἰσάστε άμυαλοι;»*. Ή ακόμη τι είπε, παρακαλώ, στους δύο προς Εμμαούς; Τους είπε: *«Ὡ ἀνόητοι καὶ βραδεῖς τῇ καρδίᾳ».* *«Βραδυκίνητοι στο μυαλό σας»*, δηλαδή άμυαλοι, δύο μη σώφρονες. Τους ήλεγξε. Ο Θεός μάς θέλει με μυαλό. Και το μυαλό μας να μην έχει διαλείψεις. Το μυαλό μας να είναι πάντοτε εις ακμαιοότητα. Το μυαλό μας να είναι πάντοτε εν ενεργεία. Και πάντοτε να κρίνει και να σκέπτεται ορθά περί τα συμφέροντα.

Γι'αυτό και ο Κύριος επήνεσε τον φρόνιμον οικονόμον της παραβολής. *«Ττοιος»*, λέει, *«θα βρεθεί φρόνιμος και πιστός -αξιόπιστος- οικονόμος;»*. Γι'αυτό, αγαπητοί μου, με κάθε τρόπον πρέπει να διατηρούμε, αντί πάσης θυσίας, αυτήν την σωφροσύνην, την οποία την προσβάλλουν -μην το ξεχνούμε- την προσβάλλουν τα πάθη. Διότι τα πάθη έρχονται και τελικά θολώνουν το μυαλό και ο άνθρωπος δεν βλέπει. Γι'αυτό και ο Κύριος είπε εις τους Φαρισαίους: *«Μωροί και τυφλοί»*. Τους είπε μωρούς και τυφλούς. Μωρία στο μυαλό. Τύφλωση στο μυαλό. *«Κύριε»*, λέγει, *«μας λες τυφλούς;»*. Διότι είπε ο Κύριος, οι τυφλοί, σ' αυτό, λέει, ήρθε ο Υιός του ανθρώπου, να δημιουργήσει κρίση. Δηλαδή, οι τυφλοί να ανοίγουν τα μάτια τους και να βλέπουν. Κι αυτοί που είναι υγιείς στα μάτια, να μένουν τυφλοί και να μη βλέπουν. *«Και μας λες τυφλούς;»*. *«Ναι»*, τους

είπε ο Κύριος, «μωρούς και τυφλούς» τους Φαρισαίους. Δηλαδή είχαν έλλειψη φρονήσεως· σωφροσύνης, με την έννοια της φρονήσεως.

Αλλά η σωφροσύνη, αγαπητοί μου, ως εργασία του νου, έρχεται και εις τον τομέα της διακρίσεως. Τι θα πει «διάκρισις»; Λέγει ο όσιος Πέτρος ο Δαμασκηνός: *«Σωφροσύνη έστί, φρόνημα σῶον -ολόκληρο φρόνημα, σωστό-, ήγουν ανελλιπές -δηλαδή χωρίς ελλείψεις, χωρίς διακοπές, ανελλιπές- καί οὔτε πρός ἀκολασίαν ἐκκλίνειν ἐᾶ, τὸν ἔχοντα ταύτην, οὔτε πρός ἡλιθιότητα, ἀλλὰ τὰ συλλεγόμενα καλὰ ἐκ τῆς φρονήσεως φυλάττει καὶ ἀποβάλλει πάντα τὰ χείρονα καὶ συνάγει πρός ἑαυτὴν τὸν λογισμόν καὶ δι' ἑαυτῆς ἀνάγει πρός τὸν Θεόν· δίχα δὲ ταύτης, οὐ φυλλάττεται τί ἀγαθόν, κἂν γένηται ἴσως, διότι μὴ οὔσης σωφροσύνης ἢ ἄνω φέρεται τὸ τριμερὲς τῆς ψυχῆς ἢ κάτω»* - το τριμερές της ψυχῆς, βούλησις, συναίσθημα, νόησις- ή πάνω, λέει, ή κάτω· δηλαδή αναποδογυρίζεται η ψυχή. Πότε; Όταν δεν υπάρχει σωφροσύνη· η οποία, λέει, διακρατεί και διακρίνει τα πάντα. Δεν σας κάνω πιο πολλή ερμηνεία, γιατί δεν υπάρχει χρόνος.

Αλλά, ακόμα, η σωφροσύνη τώρα στην τρέχουσα σημασία και στη σύγχρονη σημασία ως αγνότης και ως εγκράτεια. Είναι η εγκράτεια, αγαπητοί μου, εν ευρεία και στενή σημασία. Είναι η αγνότης εν ευρεία και στενή σημασία. Γι' αυτό, εν ευρεία εννοία, γράφει ο απόστολος Παύλος στον Τιμόθεο: *«Σεαυτὸν ἀγνὸν τήρει»*. *«Να φυλάττεις τον εαυτόν σου αγνό»*. Εν ευρεία εννοία. Ή όπως γράφει στους Φιλιππησίους: *«Ὅσα ἐσπὶν ἀληθῆ, ὅσα σεμνά, ὅσα δίκαια, ὅσα ἀγνά, ταῦτα λογίζεσθε»*. *«Ὅσα αγνά· ταῦτα λογίζεσθε, αὐτά να σκέπτεστε»*. Εν ευρεία εννοία. Ό,τι είναι αγνό και εγκρατές, εν ευρεία εννοία.

Αλλά εν στενή εννοία, με τη στενή σημασία της λέξεως «σωφροσύνη» είναι η παρθενία προ του γάμου, να μην πέσεις στην ανηθικότητα μέχρι την στιγμή του γάμου· όχι μέχρι την στιγμή του αρραβώνος, αλλά μέχρι την στιγμή του γάμου! Ο αρραβών δεν είναι ξέφραγο αμπέλι, για να χάσουμε εκεί ακριβώς την αγνότητά μας, αλλά μέχρι τη στιγμή του γάμου χρειάζεται παρθενία και εγκράτεια και η αγνότης μέσα εις τον γάμον, δια να μην υπάρξει κάτι δυσάρεστον. Δηλαδή εξορίζει η σωφροσύνη προ του γάμου, την πορνείαν και μετά τον γάμον, την μοιχείαν. Αυτά τα εξορίζει. Και περιφρουρεί τον άνθρωπον πραγματικά.

Με αυτήν την έννοιαν, τη στενή έννοια, γράφει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος: «*Ἀγνεΐα ἐστὶν ἀσωμάτου φύσεως οἰκείωσις*». Τι είναι αγνεΐα; «*Ἀγνεΐα*», λέει, «*εἶναι το να οικειοῦσαι την ἀσώματην φύσιν*», δηλαδή τους αγγέλους. «*Ἀγνεΐα ἐστὶν οἶκος Χριστοῦ ἐπέραστος καὶ οὐρανὸς καρδίας ἐπίγειος*». Τι είναι αγνεΐα; «*Εἶναι ἀξιαγάπητο σπίτι του Χριστοῦ, "οἶκος Χριστοῦ ἐπέραστος", ἀξιαγάπητο σπίτι του Χριστοῦ· ἀγαπάει να μένει ἐκεί, στις ἀγνές ψυχές και στα ἀγνά σώματα ο Χριστός*». Και «*οὐρανὸς καρδίας ἐπίγειος*». «*Και εἶναι ἐπίγειος οὐρανὸς της καρδιάς η ἀγνότης*». «*Ἀγνεΐα ἐστὶν ἡ ὑπερφυῆς ἄρνησις τῆς φύσεως καὶ σώματος φθαρτοῦ καὶ θνητοῦ παράδοξος, ὄντως πρὸς ἀσωμάτους ἁμιλλα*». Τι είναι η αγνεΐα; «*Εἶναι η ὑπερφυῆς, η ὑπερφυσική -δηλαδή- ἄρνησις της φύσεως. Και του θνητοῦ τούτου και φθαρτοῦ σώματος, το οποίο ἔχομε, που ἀμιλλάται, παραβγαίνει, με τις ἀσώματες φύσεις, τους αγγέλους*».

Ο ὁσιος Θεόγνωστος γράφει τα ἐξῆς: «*Ἀσπασαι τὴν ἀγνεΐαν ὡς κόρην ὀφθαλμοῦ, ἵνα γένη νὰὸς Θεοῦ καὶ οἶκος ἐπέραστος. Ἀδύνατον γὰρ, σωφροσύνης χωρὶς, προσοικειωθῆναι Θεῷ*». «*Να ἀσπαστεῖς τὴν ἀγνεΐαν σαν κόρη ὀφθαλμοῦ και να τὴν κρατήσετε για να γίνει οἶκος Θεοῦ, κατοικία Θεοῦ*». Λέει ο ἀπόστολος Παῦλος: «*Δεν γνωρίζετε - Οὐκ οἶδατε ὅτι τὰ σώματα ἡμῶν νὰὸς τοῦ ἐν ἡμῖν Ἁγίου Πνεύματος ἐστίν,*» κ.λπ. Και λοιπόν;- «*Και ἐτσι*», λέγει, «*σου λέγω ὅτι εἶναι ἀδύνατον χωρὶς τὴν σωφροσύνη να προσοικειωθεῖ κανεὶς τὸν Θεό*». Μ' ἄλλα λόγια, αν, ἀγαπητοί μου, δεν ἔχομε σωφροσύνη, ο Θεός δεν ἐρχεται μέσα μας. Αυτό να το γνωρίζουμε. Δεν ἐρχεται μέσα μας. Κι αν ἐρθεῖ; Θα ἀφήσει μπιλιέτο-στιλέτο. Μπιλιέτο-στιλέτο. Θα μας τιμωρήσει. Εάν με το ζόρι Τον πάρουμε, δια της Θείας Κοινωνίας.

Πῶς θα μπορούσαμε, ἀγαπητοί μου, να ἀποκτήσουμε αὐτὴν τὴν «*ἐπέραστον ἀρετὴν*», τὴν σωφροσύνην; Γράφει ο ἅγιος Ιωάννης ο Ρωμαῖος, ο Κασσιανός: «*Οὐχ ἱκανὴ ὑπάρχει μόνη ἡ σωματικὴ νηστεία (:Δεν ἐρχεται μόνη ἡ σωματικὴ νηστεία -ἡ ὁποία εἶναι ἐπιβεβλημένη) πρὸς κτῆσιν τῆς τελείας σωφροσύνης καὶ ἀληθοῦς καρδίας, εἰ μὴ καὶ συντριμμὸς γένηται καρδίας (:να συντριβεῖ ἡ καρδιά σου ἀπὸ τὴν ταπείνωσιν) καὶ εὐχὴ - δηλαδή προσευχή- πρὸς τὸν Θεὸν ἐκτενὴς καὶ πυκνὴ τῶν Γραφῶν μελέτη (:πυκνὴ μελέτη της Ἀγίας Γραφῆς) καὶ κάματος -θα δουλέψεις, θα ἐργαστεῖς, και πνευματικά και*

σωματικά- *καὶ ἐργόχειρον* - διότι, ιδίως στους νεότερους, η διοχέτευσις δυνάμεων σε έργα χειρωνακτικά είναι ωφελιμοτάτη. Γιατί ένας νέος που κάθεται και δεν κάνει τίποτε δεν μπορεί να νικήσει τον δαίμονα της ανηθικότητας- *Πρὸ δε τούτων, συμβάλλεται ταπείνωσις ψυχῆς* (:Προ δε αυτών, συμβολή σπουδαία έχει η ταπείνωσις της ψυχῆς. Αν δεν είσαι ταπεινός, δεν πετυχαίνεις την αγνότητα). *«Προηγούμενως τοίνυν χρή πᾶσι τηρεῖν τὴν καρδίαν ἀπὸ ρυπαρῶν λογισμῶν* (: Αλλά πρέπει να ξέρουμε ότι πρέπει με κάθε τρόπο να φυλάξουμε την καρδιά μας από ρυπαρές σκέψεις· διότι αυτές προδίδουν τελικά την όλη μας υπόθεση)».

Αλλά θαυμαστή, θαυμαστοτάτη μέθοδος, είναι εκείνη που λέγει δύσκολη, είναι υψηλή μέθοδος, είναι εκείνη που λέγει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος: *«Ἄγνός ἐστὶν ὁ ἔρωτι ἔρωτα διακρουσάμενος καὶ πῦρ πυρὶ ἀϋλῶ ἀποσβέσας* (: Αγνός είναι εκείνος που με τον ένα έρωτα προς τον Θεό απέκρουσε τον άλλον έρωτα, τον σαρκικόν, και έσβησε το πυρ του πάθους με το άυλον πυρ του Αγίου Πνεύματος)».

Κατ' εκλογήν, αγαπητοί μου, από τον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος, μερικές συμβουλές του, σε απόδοση σύγχρονη: *«Μην εμπιστευτείς στη ζωή σου το πήλινο σώμα και μην ξεθαρρέψεις μαζί του, μέχρις ότου συναντήσεις τον Χριστό. Αν θα ζήσεις 110 χρόνια, θα φυλάς τον εαυτό σου από τον δαίμονα της πορνείας 110 χρόνια! - Μην σας κάνει εντύπωση. Δηλαδή, μόνο ο ταπεινός σώζεται σ' αυτήν την περίπτωση, ότι μπορεί να αμαρτήσει 110 χρονών- . Όποιος αποφάσισε να πολεμήσει, να νικήσει τη σάρκα του με τις δικές του δυνάμεις, άδικα τρέχει. Εάν ο Κύριος δεν γκρεμίσει τον οίκο της σαρκός και δεν οικοδομήσει τον οίκο της ψυχῆς, άδικα αγρύπνησε και ενήστευσε αυτός που απεφάσισε να γκρεμίσει τον οίκον».*

Άλλο: *«Όταν αισθανθείς πειρασμό, αναπήδησε γρήγορα. Αν μπορείς, κρύψου για λίγο μυστικά, ανύψωσε τους ψυχικούς σου οφθαλμούς- αν σου είναι δυνατόν- ειδημή, ανύψωσε τους σωματικούς. Σταύρωσε τα χέρια σου ακίνητα, ώστε με τον τύπο του Σταυρού να καταισχύνεις και να νικήσεις τον Αμαλήκ. Φώναξε δυνατά προς τον δυνάμενον να σε σώσει. Όχι με επιτηδευμένες φράσεις, αλλά με ταπεινά λόγια, αρχίζοντας εν πρώτοις με το "Ελέησόν με, ότι ασθενής ειμί ". Τότε θα αισθανθείς την δύναμη του Υψίστου και θα*

αποδιώξεις τους αοράτους αοράτως με αόρατη βοήθεια. Ποιος νίκησε το σώμα; Αυτός που συνέτριψε την καρδιά. Και ποιος συνέτριψε την καρδιά; Αυτός που αρνήθηκε τον εαυτόν του. Γιατί πώς να μη συντριβεί εκείνος που απέθανε ως προς το θέλημα της σαρκός;». Έτσι, σταχυολογώντας μερικά από τον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος.

Αγαπητοί μου, ο άγιος Εφραίμ, με πόνο ψυχής, ζητούσε από τον Θεό τη σωφροσύνη, που είναι το υπόβαθρον των λοιπών αρετών. Όποιος φύλαξε μέχρι τώρα- επιτρέψατέ μου να σας πω- την σωφροσύνη του, ας την περιφρουρήσει με πολλή πολλή ταπείνωση, σαν τον πιο πολύτιμο θησαυρό του. Όποιος την έχασε την σωφροσύνη του, με πολλή πολλή ταπείνωση, με μετάνοια και συντριβή, ας προσπαθήσει να την επανεύρει.

Δυο σπουδαία αναστήματα ορθώνονται μπροστά μας προς μίμησιν. Ο Ιωσήφ, στους άνδρες. Η Σωσάννα, στις γυναίκες. Αν πάλι κάποιος -γιατί και οι δυο υπήρξαν αγνοί άνθρωποι-, αν πάλι κάποιος έχασε την αγνότητά του και την σωφροσύνη του, η Μαρία η Αιγυπτία είναι θαυμάσιο παράδειγμα που θα μπορούσε να βοηθήσει πολλούς να επανεύρουν, χωρίς απελπισία, τη χαμένη τους σωφροσύνη. Μην ξεχνάμε ότι ο αγών είναι σκληρός. Όταν όμως τηρηθούν οι κανόνες του, δηλαδή οι προϋποθέσεις του, δηλαδή έχουμε...[δυστυχώς, στο σημείο αυτό, στο τέλος της ομιλίας, έχει γίνει απότομη διακοπή της ηχητικής καταγραφής της, καθώς προφανώς τελείωσε η κασέτα...].

ΠΡΟΣ ΔΟΞΑΝ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΤΡΙΑΔΙΚΟΥ ΘΕΟΥ

**και με απροσμέτρητη ευγνωμοσύνη στον πνευματικό μας καθοδηγητή
μακαριστό γέροντα Αθανάσιο Μυτιληναίο,**

απομαγνητοφώνηση και επιμέλεια της ομιλίας:

Ελένη Λιναρδάκη, φιλόλογος

ΠΗΓΗ:

https://www.arnion.gr/mp3/omilies/p_athanasios/xairetismoι/xairetismoι_023.mp3