

Σημεία απο οκτώ Επιστολές του Γέροντα Εφραίμ της Αριζόνας ήρθαν στο φως της δημοσιότητας

[/ Ορθοδοξία· Διεθνές Πρακτορείο Εκκλησιαστικών Ειδήσεων](#)

Δε θα μπορούσε να περάσει απαρατήρητη, κατά την εβδομάδα που πέρασε, η δημοσίευση σημείων απο οκτώ (8) αδημοσίευτες επιστολές του μακαριστού Γέροντος Εφραίμ της Αριζόνας, εκ μέρους του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου κ. Ιεροθέου. Μία ευλογημένη γυναίκα, η οποία ζη στον κόσμο, εμπιστεύθηκε στον Σεβασμιώτατο τις επιστολές που της έστειλε ο μακαριστός Γέροντας Εφραίμ μεταξύ των ετών 2009-2013, όπου φαίνεται η πνευματική κληρονομιά που παρέλαβε ο μακαριστός και την οποία διαφύλαξε και την εφήρμοσε μέχρι τέλους της ζωής του και την μετέδιδε στους άλλους.



ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΚΕΙΜΕΝΟ ΤΟΥ ΣΕΒΑΣΜΙΩΤΑΤΟΥ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΟΥ:

Όλοι όσοι έχουμε γνωρίσει τόν π. Έφραίμ τόν Άριζονίτη, τόν ύποτακτικό τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ τοῦ Ἡσυχαστοῦ, τόν πρώην Ἡγούμενο τῆς Ἱερᾶς Μονῆς τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὁρους καί τόν κτήτορα πολλῶν Μονῶν στήν Ἀμερική, ἔχουμε ὠφεληθῇ ἀπό τόν λόγο του, τήν ἡσυχαστική του καρδιά, τήν σιωπή του καί πρό παντός τήν προ-σευχή του, ἡ ὁποία εἶχε μεγάλη δύναμη, ὅπως δείχνουν ὅλα τά ἔργα τῆς ζωῆς του καί ὅπως μαρτυροῦν ὅλα τά πνευματικά του παιδιά.

Τόν γνώρισα τήν δεκαετία τοῦ 1960 ὡς Γέροντα μιᾶς μικρῆς ἡσυχαστικῆς ἀδελφότητος στήν Νέα Σκήτη τοῦ Ἁγίου Ὁρους καί ἀργότερα ὡς Ἡγούμενο στήν Ἱερά Μονή τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὁρους. Ἀλλά καί ὡς Μητροπολίτης μερικές φορές μίλησα στό τηλέφωνο μαζί του, ἀπό διάφορες ἀφορμές, καί εἶχαμε κάποια ἀλληλογραφία, πού μέ εὐχαρι-στοῦσε γιά τά βιβλία πού ἔγραψα. Μάλιστα, μοῦ ἔστειλε νά διαβάσω κάποιες ὁμιλίες του πρίν ἐκδοθοῦν γιά νά κάνω κάποιες τυχόν παρατηρήσεις καί μέ παρεκάλεσε νά τίς προλογίσω.

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης εἶχε πλούσια πνευματική πείρα, ἀπέκτησε γιά πολλά χρόνια μεγάλη πνευματική συγκομιδή καί οἱ πνευματικές ἀποθήκες τῆς καρδιάς του ἦταν γεμάτες ἀπό εὐχυμούς καρπούς, τούς ὁποίους μετέδιδε ἀπλόχερα στούς συνομιλητές του, καί κυρίως στά πνευματικά του παιδιά.

Ὁ Θεός τόν ἀξίωσε νά μαθητεύσῃ στόν μεγάλο δάσκαλο τῆς ἡσυχαστικῆς καί νηπτικῆς ζωῆς, τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, μέσα στό μεγάλο Πανεπιστήμιο τῆς ἐρήμου τοῦ Ἁγίου Ὁρους. Ἔτσι, «ἔμαθε» τήν πνευματική ζωή, ἀφοῦ πρῶτα «ἔπαθε» στόν ἀγώνα οἰκειώσεως τῶν μεγάλων αὐτῶν μαθημάτων στήν ζωή του καί στήν συνέχεια «δίδαξε» στούς ἀνθρώπους πού ζοῦσαν στήν ἄγωνα ἐρημο τοῦ κόσμου καί ἀναζητοῦσαν νά μάθουν γιά τήν σωτηρία τους.

Πολλοί ἔχουν νά διηγηθοῦν ἀπό ὅσα διδάχθηκαν ἀπό τόν σοφό «στά θεῖα» Γέροντα Ἐφραίμ τόν Ἀριζονίτη, καί διηγῆθηκαν κατὰ καιρούς διάφορα, ἀλλά ἰδιαιτέρως ἔχουν πολλά νά ποῦν τά πνευματικά του παιδιά πού τόν ἀκολούθησαν στόν ἀγώνα του καί ὠφελήθηκαν ἀπό αὐτόν.

Ὅπως ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης παρέλαβε μιά εὐλογη-μένη πνευματική κληρονομιά ἀπό τόν ἅγιο Γέροντά του, τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, τόν ἐμπειρικό θεολόγο καθηγητή τῆς ἐρήμου τοῦ Ἁγίου Ὁρους, ἔτσι καί ὅσοι ἀκολούθησαν θυσιαστικά τόν Γέροντα Ἐφραίμ παρέλαβαν ἀπό αὐτόν μιά μεγάλη πνευματική κληρονομιά. Ἄλλωστε, ἡ πνευματικὴ κληρονομιά πού εἶναι ἡ κατὰ Χριστόν ζωή μεταδίδεται ἀπό γενιά σέ γενιά ἀπό πνευματικούς πατέρες σέ πνευματικά παιδιά, ὅπως μετα-δίδεται καί ἡ βιολογική ζωή ἀπό τούς γονεῖς στά παιδιά.

Ἀφορμή γιά νά γράψω αὐτό τό κείμενο ἦταν ὅτι μιά εὐλογημένη γυναίκα, ἡ ὁποία ζῇ στόν κόσμο ὡς ἡσυχάστρια μοναχή, χωρίς νά ἔχῃ λάβῃ μοναχική κουρά, ἀλλά ἔχει λάβῃ ἐσωτερική μοναχική Χάρη, μοῦ ἐμπιστεύθηκε ὁκτώ (8) ἐπιστολές πού τῆς ἔστειλε ὁ Γέροντας Ἐφραίμ. Στίς ἐπιστολές αὐτές φαίνεται αὐτή ἡ πνευματική κληρονομιά πού παρέλαβε ὁ Γέροντας Ἐφραίμ, τήν ὁποία διαφύλαξε καί τήν ἐφήρμοσε μέχρι τέλους τῆς ζωῆς του καί τήν μετέδιδε στούς ἄλλους.

Θά ἤθελα μερικά σημεῖα ἀπό τίς ἐπιστολές αὐτές νά κατα-γράψω στό κείμενο αὐτό γιά εὐρύτερη πνευματική ὠφέλεια, μέ σύμ-φω-νη γνώμη τῆς παραλήπτριας τῶν ἐπιστολῶν.

Νομίζω ὅτι εἶναι ἀπαραίτητη μιά τέτοια καθοδήγηση, διότι διαφορετικά ὁ νοῦς μας θά πλανᾶται μέ ὅλες τίς σημασίες τῆς λέξεως. Μάλιστα, στό Ἅγιον Ὅρος οἱ

διακριτικοί Πατέρες λένε ότι είναι εύκολο νά πλανηθῇ ὁ ἄνθρωπος, ὅμως εἶναι δύσκολο νά ξεπλανηθῇ!!

1. Ἡ πνευματική πατρότητα

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ δείχνει ἰδιαίτερο ἐνδιαφέρον γιά τὰ πνευματικά του παιδιά καί γιά ἐκείνους πού ἀλληλογραφοῦν μαζί του. Γράφει:

«Δέν σέ λησμονῶ, ἀλλά οἱ πολλές μέριμνες, ὁ πολύς κόσμος καί οἱ εὐθύνες μέ τὰ προσωπικά καθήκοντα, δέν μοῦ ἐπιτρέπουν νά ἀνταποκριθῶ στίς ἀνάγκες τῶν καλῶν μου παιδιῶν».

Οἱ ἐκφράσεις του εἶναι ἔκδηλες, πού δείχνουν τήν γεμάτη ἀγάπη καρδιά του, ἡ ὁποία ἔχει καθαρθῇ ὕστερα ἀπό πολυχρόνιους ἀσκητι-κούς ἀγῶνες καί ἐλεύσεις σέ αὐτήν τῆς Χάριτος τοῦ Θεοῦ διά τῆς εὐ-χῆς. Τίς παραθέτω.

«Μέ πατρική ἀγάπη καί στοργή σέ χαιρετῶ ὁ ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «σοῦ στέλνω τίς ταπεινές μου εὐχοῦλες μέ πατρική στοργή καί τήν κατά Θεόν ἀγάπη. Ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀνύστακτες εὐχοῦλες καί ἀγάπη σέ χαιρετῶ ὁ ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «αὐτά γιά τώρα, ψυχούλα μου, ὁ ἀνάξιος Γ. Ἐφραίμ»· «ὁ πάμπτωχος ψυχικά πατέρας σου Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀπέραντη πατρική ἀγάπη Γ. Ἐφραίμ»· «σέ ἀσπάζομαι στοργικά ἐν Κυρίῳ. Ἀμήν. Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀπέραντη πατρική ἀγάπη Γ. Ἐφραίμ».

Ἐπίσης, οἱ εὐχές πού τῆς ἀπευθύνει εἶναι ξεχειλίσμα αὐτῆς τῆς πατρι-κῆς ἀγάπης του.

«Σοῦ εὐχομαι νά πλεονάζῃ ἡ Χάρις τοῦ Ἁγίου Θεοῦ, μέσα στήν ταπεινή σου ψυχούλα»· «σοῦ στέλνω τίς ταπεινές μου εὐχοῦλες μέ πατρική στοργή καί τήν κατά Θεόν ἀγάπη»· «εὐχεσθε νά ἰδωθοῦμε ὅποτε ἐπιτρέψῃ τό θεῖον θέλημα»· «σοῦ στέλνω τήν ἀγάπη μου καί τήν προσευχή μου. Ἡ Παναγιά μας νά σέ προστατεύῃ καί νά σέ ἀγαπᾷ»· «Εὐχομαι νά σέ σκεπάζῃ ἡ Χάρις τῆς ταπεινώσεως». «Χαίρο-μαι γιά τήν ὠραία ἐπίσκεψη τοῦ Ἁγίου μου Γέροντα», ἐν-νοώντας τήν ἐμφάνιση στήν παραλήπτρια τῆς ἐπιστολῆς τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ, καί συνεχίζει: «Εὐχομαι καί πάλι νά σέ ἐπισκεφθῇ καί νά γεμίσῃ τήν ψυχούλα σου Οὐράνια Χάρι, ἐνισχύοντάς σε στόν ἀγῶνα τῆς σωτη-ρίας σου».

Ἀλλά καί οἱ προσφωνήσεις στά γράμματά του εἶναι ἐνδεικτικές, ἥτοι:

«Εὐλογημένη μου κόρη»· «εὐλογημένη μου κορούλα»· «εὐλογη-μέ--νη ψυχούλα τοῦ Θεοῦ»· «εὐλογη-μέ-νη κόρη τοῦ Θεοῦ»· «Παιδί μου».

Όλα αυτά είναι πολύ τρυφερά, φαίνονται συναισθηματικά, αλλά είναι απόρροια της καρδιάς του, ή όποια έχει αλλοιωθῇ από τὴν Χάρη τοῦ Θεοῦ. Μὲ τὴν αὐτομεμψία, τὰ δάκρυα, τὴν νοερά προσευχή ζοῦσε μιά ἄλλη κατάσταση ἀπὸ αὐτὴν πού ζοῦμε ἐμεῖς.

Πάντως, σὲ γράμματα πού ἔστελνε σὲ ἑμένα γράφει μὲ ἄλλον τρόπο, ἀφοῦ σέβεται τὴν Ἀρχιερατικὴ Χάρη. Γιά παράδειγμα σὲ ἓνα γράμμα του μοῦ γράφει:

«Μέ υἱικὴν ἀγάπην καὶ πολύ σεβασμό, κατασπά-ζομαι ταπεινά τὴν ἀγία Σας δεξιὰ ὁ πάντων εὐτελέστατος π. Ἐφραίμ».

2. Ἡ κατὰ Χριστόν σωτηρία

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ, ὡς ἐργάτης τῆς νοερᾶς καρδιακῆς προσευχῆς γνωρίζει τὴν ἀγάπη τοῦ Χριστοῦ, ὅτι μὲ τὴν «εὐχή» πού γίνεται μέσα στὴν ἀτμό-σφαιρα τῆς μυστηριακῆς καὶ ἀσκητικῆς ζωῆς τῆς Ἐκκλησίας πού εἶναι τό Σῶμα τοῦ Χριστοῦ, ὁ Χριστός, ὡς κεφαλὴ τῆς Ἐκκλησίας σώζει τὸν ἄνθρωπο. Αὐτὴ εἶναι ἡ πνευματικὴ υἰεία. Γράφει: «Υἰαίνει καὶ σώζου ἐν τῇ ἀγάπῃ τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, τοῦ Σταυρωθέντος διὰ τὴν ἡμῶν σωτηρίαν». Καὶ ἄλλοῦ:

«Εὐχομαι ἡ θεία δροσιὰ τῆς Ἀγίας Ἀναστάσεως τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, νὰ σέ κρατᾷ γενναία στὴ γενικῶς δύσκολη ζωὴ πού περνᾷ ὅλη ἡ ἀνθρωπότητα».

Ὅσοι ἀγαποῦν τὸν Χριστό, ἀγαποῦν καὶ τὴν Παναγία Μητέρα Του, γι' αὐτό γράφει:

«Προσεύχου ἐκτενῶς στὴν γλυκειὰ μας Παναγιά μετὰ δακρύων καὶ πόνου ψυχῆς καὶ θὰ σέ βοηθήσῃ ἡ γλυκειὰ μας μαννούλα».

Ἡ σωτηρία τοῦ ἀνθρώπου γίνεται μὲ τὴν πνευματικὴ συνέργεια τοῦ Θεοῦ καὶ τοῦ ἀνθρώπου καὶ ἔτσι ὁ ἄνθρωπος εἰσέρχεται στὸν Παράδεισο. Γράφει:

«Ἀγωνίζου τὸν σωτήριον δρόμο πού ὁδηγεῖ τὸν ἀγωνιζόμενον νὰ φθάσῃ στὴν ἀφάνταστη ὁμορφιά τοῦ αἰωνίου Παρα-δείσου».

Ὁ ἀσκητὴς τοῦ Χριστοῦ γνωρίζει τὴν προσωρινότητα αὐτῆς τῆς ζωῆς, νὰ ἀναζητᾷ τό αἰώνιο, σύμφωνα μὲ τὸν λόγο τοῦ Ἀποστόλου Παύλου: «Οὐ γάρ ἔχομεν ὧδε μένουσαν πόλιν, ἀλλὰ τὴν μέλλουσαν ἐπιζητοῦμεν» (Ἑβρ. ιγ', 14). Ἐπομένως, διακατέχεται ἔντονα ἀπὸ τὴν μνήμη τοῦ θανάτου, πού εἶναι πολὺ εὐεργετικὴ, γιατί ἀνάβει τὸν πόθο τῆς αἰωνίου ζωῆς καὶ μέσα σὲ αὐτό τό πλαίσιο γίνεται ἡ καθαρὰ προσευχή. Γράφει:

«Μνημόνευε τὸν θάνατον, τό δικαστήριον τοῦ Θεοῦ καὶ τὴν Κόλαση τὴν αἰώνιον,

γιά νά καλλωπίσης τήν προσευχή σου μέ τήν ταπεινοφροσύνη».

3. Ἡ αὐτομεμψία

Ἡ βασική διδασκαλία τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ στίς ἐπιστολές αὐτές ἀναφέρεται στήν προσευχή πού εἶναι ἓνα μυστήριον ἐνώσεως τοῦ ἀνθρώπου μέ τόν Θεό. Ἀλλά ἡ προσευχή πρέπει νά γίνεται στό εὐκρατο κλίμα τῆς ταπεινώσεως πού ἐκφράζεται μέ τήν αὐτομεμψία καί τά δάκρυα. Δέν εἶναι μιὰ τυπική ἐπανάληψη τοῦ ὀνόματος τοῦ Χριστοῦ, ἀλλά καρπός τῆς ταπεινώσεως.

Ὁ ἄνθρωπος πού αἰσθάνεται τήν ἐσωτερική του κατάσταση καί πονᾷ, αὐτός γνωρίζει τήν δύναμη τοῦ «μυστηρίου» καί τήν «ἱεουργία» καί «ἱεροτελεστία» (ἅγιος Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς) τῆς προσευχῆς. Γράφει ὁ Γέροντας:

«Νά εὐχεσαι παιδί μου, νά σέ προστατεύῃ ὁ Κύριος μέ τήν αὐτομεμψία ἐν ταπεινώσει».

Ἄλλοῦ γράφει ἐκτενέστερα:

«Τήν αὐτομεμψία, ψυχούλα μου, νά τήν ὑπεραγαπήσουμε. Νά τήν ἔχουμε σάν καινούργιο γυαλιστερό μαχαίρι, καί τά μάτια μας τετρακόσια. Μόλις δοῦμε νά ἐμφανίζεται ἡ φωτιά τῆς κατάκρισης, ἀμέσως τό σπαθί (τήν αὐτομεμψία) νά χτυπήσουμε τόν διάβολο, πρίν μᾶς σπαθίσει αὐτός νά κατακρίνουμε.

Ἡ αὐτοκατηγορία εἶναι ὁ πρόδρομος τῆς χαριτωμένης καί πανέμορφης ταπείνωσης.

«Μάθετε ἀπό μένα νά εἴστε ταπεινοί καί πράοι καί τότε θά νοιώσετε τήν ὁμορφιά τῆς ἀγάπης μου» χωρίς ταπείνωση, σκέτο βρώμικο σῶμα, χωρίς ψυχή.

Ὅταν ὁμως μᾶς ἀγγίξει ἡ θεοχαρίτῳτα ταπείνωση τοῦ Ἰησοῦ, τότε ὅλα εὐωδιάζουν Οὐράνιο μύρον καί ὁσφραίνεται ἡ κουρασμένη ψυχούλα μας καί δέν ξέρει πῶς νά εὐχαριστήσῃ τόν θεῖον Δοτῆρα».

Ἡ αὐτομεμψία, ἡ καρδιακή ταπείνωση, μαλακώνει τήν καρδιά τῶν ἀσκητῶν καί ἀπό ἐκεῖ ἐξέρχονται τά δάκρυα, πού εἶναι διαρκῆς τροφή τους. Γράφει:

«Εὐχομαι ἡ ταπεινοφροσύνη νά ἀνθίξῃ μέσ’ στήν καρδιά σου καί τά δάκρυα τῆς ταπεινώσεως νά μή σοῦ λείψουν ποτέ, ποτέ».

Ἐδῶ κάνει ἐντύπωση ὅτι ὅχι μόνον κάνει λόγο γιά ταπείνωση, ἀλλά γιά «δάκρυα ταπεινώσεως», καί μάλιστα αὐτά τά δάκρυα δέν πρέπει νά λείψουν «ποτέ, ποτέ».

4. Νήψη καί προσευχή

Ἐκτός ἀπό τήν ταπείνωση, τήν αὐτομεμψία καί τά δάκρυα τῆς ταπεινώσεως, ἀπαραίτητη προϋπόθεση γιά τήν προσευχή εἶναι ἡ νήψη. Ὁ Ἰδιος ὁ Χριστός προέτρεψε τούς Μαθητές Του: «Γρηγορεῖτε καί προσεύχεσθε» (Ματθ. κστ', 41). Γι' αὐτό γίνεται λόγος στά πατερικά κείμενα γιά τήν «νοερά προσευχή», ὅτι, δηλαδή, ὁ νοῦς νά ἀποφεύγῃ τόν μετεωρισμό του καί νά συνδέεται στενά μέ τήν προσευχή. Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ γράφει γιά τόν μετεωρισμό:

«Βιάζε, παιδάκι μου, τόν ἑαυτό σου νά προσεύχεται. Προσπάθησε νά κρατᾷς τό νοῦ σου ἀπό τόν μετεωρισμό καί διασκορπισμό. Ὁ διασκορπισμός τοῦ νοῦ φέρνει ὅλη τήν σαβούρα τῆς κοσμικῆς βρωμιάς στήν ψυχή μας, μέ ἀποτέλεσμα νά λερώνεται ὅλος ὁ ψυχοσωματικός ἑαυτός μας καί ἔτσι, ἡ Χάρις τοῦ Θεοῦ, νά φεύγῃ ἀπό τήν ψυχή μας καί νά νιώθουμε ἔλεγχο τρανταχτερό στήν συνείδησι».

Ἡ νήψη συνδυασμένη μέ τήν αὐτομεμψία εἶναι ἓνα «πνευμα-τικό μαστίγιο», καί ἡ ψυχή πρέπει νά ἔχῃ «νηπτικό μηχανισμό» πού θά ἀντιδρᾷ σέ κάθε πειρασμό. Γράφει:

«Ἀγωνίζου νά διώχνεις τούς κακοῦς καί βρώμικους καί ὑπερήφανους λογισμούς τοῦ διαβόλου. Νά εἶσαι πανέτοιμη καί ρωμαλέα στόν ζῆλο (τόν κατά Θεόν) καί ἄκρως νηπτική ὥστε μόλις ἡ ψυχή ἀντιληφθεῖ πῶς ἔφτασαν οἱ κακές σκέψεις, αὐτομάτως νά δουλέψῃ ὁ νηπτικός μηχανισμός, δηλαδή ἡ ἐτοιμότητα καί ἡ μαχητικότητα τῆς ψυχῆς πρὸς ἀνατροπή τῆς ἐπιθέσεως μέ τήν εὐχή καί μέ τό πνευματικό μαστίγιο τῆς αὐτομεμψίας. Μιά τέτοια ἀντιμετώπισι, τό ἀποτέλεσμα θᾶναι θετικό καί σωτήριο».

Ὡς γνώστης αὐτῆς τῆς νοεράς ἐργασίας τήν περιγράφει αὐθεν-τικά:

«Νηπτική ἐργασία λέγεται σάν προσοχή στούς λογισμούς, στίς φαντασίες, στίς κινήσεις τῶν αἰσθήσεων, προσοχή στίς αἰσθήσεις γενικά, σάν δύναμη ψυχική ἡ ὁποία ἀντιδρᾷ πρὸς τό κακό, σάν διορατικότητα τό νά βλέπει μακρὰ ὁ ἄνθρωπος τούς πειρασμούς καί νά φεύγει, λαμβάνων τά κατάλληλα μέτρα ἀσφάλειας, εἶναι σάν προσευχή ἀδιάλειπτος καί συνεχής, εἶναι σάν ἐπίσκοπος, σάν ἐπισκόπησι τῆς καρδιάς ἐκ μέρους τοῦ νοός στούς εἰσερχομένους καί ἐξερχομένους ἐκ τῆς καρδιάς λογισμούς».

Ἡ νήψη συνδέεται στενά μέ τήν προσευχή καί δέν μπορεῖ νά χωρισθῇ ἡ μία ἀπό τήν ἄλλη. Γράφει:

«Πρέπει νά ἔχουμε προσευχή καί προσοχή. Ἡ μία βοηθάει τήν ἄλλη, ὅπως τό ἓνα χέρι τό ἄλλο. Ἡ προσευχή φέρει τήν προσοχή καί ἡ προσοχή τήν προσευχή. Αὐτή ἡ

προσοχή, ή νήψις, είναι ή φωτοτόκος ἀρετή, πού τόν ἄνθρωπο τόν κάνει νά πληροφορεῖται γιά τόν ἄλλον κόσμο, νά πληροφορεῖται τήν μακαριότητα τοῦ οὐρανοῦ, νά νοιώθει ὅτι εἶναι ἐκτός κόσμου τήν ὥρα τῆς προσευχῆς, νά νοιώθει ὅτι πράγματι μέσα του ἄλλαξε.

Γιατί νά ἀφήνουμε τούς λογισμούς νά μᾶς καταλαμβάνουν, νά μᾶς δένουν πνευματικῶς χειροπόδαρά καί νά μᾶς ὀδηγοῦν στόν τυφεκισμόν; Γιατί ἀφήνουμε τόν Διάβολο νά μᾶς δένει; Γιατί νά γινόμεθα δυστυχεῖς, ἐνῶ μπορούμε χάριτι Χριστοῦ νά γίνουμε εὐτυχεῖς; Ὅταν ὅμως ὑπάρχει ή προσοχή ή πνευματική, ὅλα αὐτά τά ἀποκλείει. Καί ὅταν ἀποκλεισθοῦν ὅλα αὐτά, φυσιολογικά ὁ νοῦς βρίσκεται καθαρός, δέχεται τήν βοήθεια τοῦ Θεοῦ καί προσεύχεται ἀπταίστως, ή δέ προσευχή σιγά-σιγά καταλαμβάνει τόν χῶρο τῆς καρδιάς καί ἀρχίζει νά δημιουργεῖται ή καρδιακή ήσυχία, πού δέν εἶναι τίποτε ἄλλο παρά μία ἀένναος προσευχή μέ τό ὄνομα τοῦ Χριστοῦ καί μία γενική εἰρήνευσις στόν ἔσω ἄνθρωπο, ὁ ὁποῖος γεύεται πραγματικά, ἀληθινά ἀπό τοῦτον ἐδῶ τόν κόσμο τήν γεῦσι τοῦ ἄλλου κόσμου, ἐκεῖνο τό ὁποῖο μᾶς λέει ὁ Χριστός μας στό ἱερό Εὐαγγέλιο, ὅτι «ή βασιλεία τοῦ Θεοῦ ἐντός ἡμῶν ἐστι»».

Μέσα σέ αὐτό τό πνευματικό κλῖμα γίνεται ή «εὐχή» τοῦ Ἰησοῦ, τό «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱέ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν». Αὐτή ή «εὐχή» εἶναι «τό ὀξυγόνο» τῆς ψυχῆς μας, «ή ἀναπνοή μας», εἶναι μία «ἀτομική βόμβα κατά τοῦ διαβόλου». Γράφει:

«Ἡ εὐχή τοῦ Ἰησοῦ μας νᾶναι ή τροφή, τό ποτό, τό ὀξυγόνο καί ή ἀναπνοή μας. Δέν γίνεται ζωή Χριστοῦ μέσα μας, χωρίς τό Πανάγιον Ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ μας.

Αὐτή ή προσευχή εἶναι ἀτομική βόμβα κατά τοῦ διαβόλου, γι' αὐτό καί ἔχει τόση δυσκολία στήν προσπάθεια νά τήν κρατήσουμε στήν ἀναπνοή μας, στήν καρδιά μας. Μέ ἓνα λόγο: Χωρίς Ἰησοῦ εἴμεθα νεκροί ψυχικῶς. Ἐπειδή ἐγώ ζῶ αὐτήν τήν νεκρότητα τῆς βρώμικης ψυχῆς μου, σοῦ τό γράφω σάν μία μεγάλη ἀλήθεια καί διαπίστωση».

Μέ τό ὄπλο τῆς εὐχῆς πολεμᾶμε τόν διάβολο. Γράφει:

«Οἱ παγίδες τοῦ Διαβόλου εἶναι φοβερές. Κράτα τήν καρδιακή εὐχή τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας καί τῆς Παναγίας μας ἀγρύπνως. Αὐτή ή προσευχή καταστρέφει κάθε προσπάθεια τοῦ διαβόλου νά ὑποσκελίσῃ τόν ἀγωνιζόμενον Χριστιανό ἀπό φοβερή κακία καί μίσος».

Ὅταν ὁ προσευχόμενος νοῦς εἰσέρχεται μέ τήν Χάρη τοῦ Θεοῦ στήν καρδιά τοῦ ἀσκητοῦ, τότε αὐτός καταλαβαίνει τί θά πῇ «καρδιακή ήσυ-χία». Γράφει:

«Καρδιακή ήσυχία, λοιπόν, είναι όταν ο νοῦς κατακτήσει τήν εὐχή καί κατόπιν φθάσει στήν καρδιά καί ἡ καρδιά λέει τήν εὐχή χωρίς κόπο. Τότε ὁ νοῦς σάν νικητής τοῦ μετεωρισμοῦ καί τῶν λογισμῶν παρακολουθεῖ ἀνύστακτα τήν εὐχή νά λέγεται ἐν τῇ καρδίᾳ».

Αὕτῃ ἡ κατάσταση, όταν καί ὁ Θεός θελήσῃ, ὁδηγεῖ τόν ἄνθρωπο στήν θεωρία, τήν θεολογία καί τήν ἀγάπη: Γράφει:

«Ἡ νηπτική ἐργασία ὁδηγεῖ τόν νηπτικόν ἄνθρωπον στή θεω-ρία καί ἀπό τή θεωρία στή σοφία καί ἀπό τή σοφία στήν ἀγάπη».

* * *

Ὅπως γράφηκε στήν ἀρχή τοῦ κειμένου αὐτοῦ, παρατίθεται ἐδῶ ἡ διδασκαλία τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ τοῦ Ἀριζονίτου καί ἡσυχαστοῦ ἀπό ὀκτώ ἐπιστολές πού ἔστειλε σέ μιά «πνευματική του θυγατέ-ρα» μεταξύ τῶν ἐτῶν 2009-2013, ἀπαντώντας σέ δικές της ἐπιστολές, μέ τίς ὁποῖες ρωτοῦσε θέματα πνευματικῆς ζωῆς. Δέν πρόκειται, δηλαδή, γιά πλήρη ἀνάλυση τῶν θεμάτων αὐτῶν μέ εἰδικές ὁμιλίες.

Παρά ταῦτα, σέ αὐτές τίς ἐπιστολές φαίνεται ἡ γνησιότητα καί ἡ αὐθεντικότητα τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ, γιατί εἶναι ἰδιόχειρες, γράφονται μέ αὐθορμη-τισμό καί μέ τήν προοπτική τῆς πνευματικῆς καθοδήγησης, κινοῦνται μέσα στήν προοπτική τῆς πνευματικῆς πατρότητας.

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης κληρονόμησε μεγάλη πνευ-ματική πείρα ἀπό «ζωντανό πνευματικό ὄργανισμό», τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, καί αὐτήν τήν κληρονομιά ὡς καλός πνευματι-κός υἱός καί πνευματικός πατέρας τήν μετέδωσε στά πνευματικά του παιδιά, τόσο στό Ἅγιον Ὅρος, ὅσο στήν Ἑλλάδα καί τόν Νέο Κόσμο, ἀλλά καί σέ ὅλο τόν κόσμο.

Αὐτό δείχνει, ἐκτός τῶν ἄλλων, ποιό εἶναι τό ἔργο τοῦ πνευματικοῦ πατρός· εἶναι νά βοηθήσῃ στό νά ἐνεργοποιηθῇ ἡ νοερά ἐνέργεια στόν ἄνθρωπο, δηλαδή ἀπό τό κατ' εἰκόνα νά φθάσῃ στό καθ' ὁμοίωση, νά μεθέξῃ τῆς καθαρτικῆς, φωτιστικῆς καί θεοποιοῦ ἐνεργείας τοῦ Θεοῦ. Αὐτό γίνεται μέ τήν ἀσκητική καί μυστηριακή ζωή μέσα στήν Ἐκκλησία.

Αὐτό ἔχει ἀνάγκη ὁ ἄνθρωπος, ἀλλά δυστυχῶς δέν ὑπάρχουν πολλοί πνευματικοί πατέρες γιά τόν σκοπό αὐτό, γιατί οἱ περισσότεροι ἀσχολοῦνται μέ ἀλλότρια ἔργα,

πού δέν ἔχουν καμμιά σχέση μέ τήν ἀποστολική ζωή, ὅπως τήν βλέπουμε στίς ἐπιστολές τῶν Ἀγίων Ἀποστόλων.

Ὅταν διαβάζω τίς Ἐπιστολές τῶν Ἀποστόλων καί τίς «Πράξεις τῶν Ἀποστόλων», διερωτῶμαι: «Τί σχέση ἔχουν αὐτά τά πνευματικά νοήματα πού ἐκφράζουν οἱ Ἅγιοι Ἀπόστολοι μέ τό ἔργο πού ἐπιτελοῦμε ἐμεῖς σήμερα, πού εἶναι ὀρθολογιστικό, ἠθικολογικό, κοινωνικό, πολιτιστικό, ἔκφραση μᾶς ἐκκοσμικευμένης ποιμαντικῆς;».

Χρειάζεται νά ἐντρυφήσουμε σέ αὐτήν τήν νοερά καί καρδιακή ἐργασία, ὥστε νά ἐλευθερωθοῦμε ἀπό τήν σχολαστική σκέψη, τήν προτεσταντική νοοτροπία πού μᾶς ἔχει κατακλύσει, ἀλλά καί ἀπό τήν «ἰσλαμοποίηση» τῆς ζωῆς μας. Τότε θά ἔχουμε «νοῦν Χριστοῦ» (Α΄ Κορ. β΄, 16) καί τότε «μή πλεονεκτηθῶμεν ὑπό τοῦ σατανᾶ· οὐ γάρ αὐτοῦ τά νοήματα ἀγνοοῦμεν» (Β΄ Κορ. β΄, 11). Χωρίς αὐτήν τήν ἐσωτερική ἐργασία θά εἴμαστε ὑπόδουλοι στά στοιχεῖα τοῦ κόσμου τούτου (Γαλ. δ΄, 3) καί «ἐλευθερίαν αὐτοῖς ἐπαγγελλόμενοι αὐτοί δοῦλοι ὑπάρχοντες τῆς φθορᾶς» (Β΄ Πέτρ. β΄, 19).

Νά ἔχουμε τήν εὐχή τοῦ Γέροντα Ἐφραίμ, γιά νά δοῦμε αὐτήν τήν ἐσωτερική ἐργασία, νά μάθουμε ποιό εἶναι τό ἔργο τοῦ πνευματικοῦ πατρός πού κατευθύνει τούς Χριστιανούς καί, τελικά, νά διακρίνουμε τίς ἐνέργειες τοῦ διαβόλου, ὥστε νά ἀποφεύγεται ἡ πλάνη.-

Πηγή: www.orthodoxianewsagency.gr