

## ΑΒΒΑΣ ΚΑΣΣΙΑΝΟΣ, ΜΙΑ ΑΓΝΩΣΤΗ ΠΑΤΕΡΙΚΗ ΜΟΡΦΗ ΤΗΣ ΦΙΛΟΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ Η ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΩΝ ΘΑΝΑΣΙΜΩΝ ΠΑΘΩΝ

Ο όσιος Κασσιανός, αποτελεί μία εν πολλοίς άγνωστη, αλλά σημαντική πατερική μορφή, που έζησε μάλιστα στην χρυσή περίοδο της Εκκλησίας μας(4<sup>ος</sup>-5<sup>ος</sup> αι.)και υπήρξε σύγχρονος των μεγάλων Πατέρων Βασιλείου, Γρηγορίου του Θεολόγου, Ιωάννου του Χρυσοστόμου, του οποίου υπήρξε και μαθητής,κ.ά. Ο όσιος Κασσιανός είναι σπουδαίος για τα **ασκητικά του συγγράμματα** που περιελήφθησαν στην "**Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών**", στα οποία συμπυκνώνει την πείρα των ορθοδόξων ασκητών της Ανατολής, και διότι μετέφερε και διέδωσε στην Δύση το πνεύμα του ορθοδόξου μοναχισμού.

Ο όσιος Κασσιανός γεννήθηκε στο δεύτερο μισό του 4<sup>ου</sup> αι. (πιθανότατα το 360μ.Χ.).Προερχόταν από οικογένεια πλούσια και ευγενική, που κατείχε υψηλή κοινωνική θέση στην αριστοκρατία της χριστιανικής Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Μάλιστα,ο πατέρας του κατείχε ανώτερη διοικητική θέση στο ρωμαϊκό κράτος, Κατά γενική παραδοχή καταγόταν από την Ρώμη, αν και θα λέγαμε ότι υπάρχει μία σύγκριση σχετικά με την καταγωγή του οσίου Κασσιανού, αν δηλ.ήταν Ρωμαίος λατινόφωνος ή Έλληνας. Η σύγκριση επιτείνεται από το γεγονός ότι το μεγαλύτερο μέρος της ζωής του το έζησε στην Δύση(Ρώμη,Γαλατία) και ότι έγραψε τα έργα του στα λατινικά,αν και για πολλά χρόνια έζησε στην Σκυθόπολη της Μ.Ασίας και την Ανατολή. Ωστόσο,το ότι συνέγραψε τα έργα του στην λατινική δεν σημαίνει ότι αυτή ήταν και η μητρική του γλώσσα, αφού η ευγενική του καταγωγή και η οικογενειακή του προέλευση του έδωσε την δυνατότητα να αποκτήσει ευρεία μόρφωση και παιδεία δίγλωσση(ελληνική και λατινική)όπως συνηθιζόταν την εποχή εκείνη.

Σε νεαρή ηλικία, και έχοντας ολοκληρώσει την κοσμική του παιδεία, και ενώ είχε όλες τις προϋποθέσεις για σταδιοδρομία στην διοίκηση της αυτοκρατορίας, επιλέγει τον δρόμο του μοναχικού βίου. Ως μοναχός βρίσκεται στην Παλαιστίνη, και αργότερα με την ευλογία του ηγουμένου του, ταξιδεύει στην Αίγυπτο, για να γνωρίσει από κοντά τους φημισμένους ασκητές της Θηβαΐδος και της Νιτρίας,

συνομιλεί μαζί τους και καταγράφει την ζωή τους στα κοινόβια, τις πνευματικές και ασκητικές τους εμπειρίες.

Αργότερα, ο όσιος Κασσιανός συνδέεται με τον Ιωάννη τον Χρυσόστομο, χειροτονείται διάκονος και τον ακολουθεί στην Κων/πολη. Με την εκθρόνιση του Χρυσοστόμου από τον αρχιεπισκοπικό θρόνο της Κων/πόλεως και την εξορία του(404 μ.Χ.),ο Κασσιανός καταφεύγει στην Ρώμη, και μετά στην περιοχή της Μασσαλίας, όπου με την προτροπή και την σύμφωνο γνώμη του επιχωρίου επισκόπου Κάστορος, ιδρύει δύο μοναστήρια, ένα ανδρικό και ένα γυναικείο, και τα οργανώνει σύμφωνα με τα πρότυπα του κοινοβιακού μοναχισμού της ορθοδόξου Ανατολής.

Εκείνο που καθιστά σημαντική την μορφή του αββά Κασσιανού είναι ότι, κατόπιν προτροπής του επισκόπου Κάστορος, ο Κασσιανός κατέγραψε τις γνώσεις και τις εμπειρίες από την δική του ζωή ως μοναχού καθώς και τις επαφές και συνομιλίες που είχε με τους γέροντες ασκητές της ερήμου της Αιγύπτου και της Παλαιστίνης, για πνευματική ωφέλεια και οικοδομή των μοναχών των δύο κοινοβίων που ο ίδιος ίδρυσε στην Μασσαλία, αλλά και για την πνευματική ζωή των χριστιανών της Δύσης, για τους οποίους άλλωστε και συνέγραψε στην λατινική γλώσσα.

**Τα γραπτά του αποπνέουν το νηπτικό και ασκητικό πνεύμα των μοναχών της Ανατολής.** Στο έργο του "**Κοινοβιακές διατυπώσεις**" καταγράφει τον τρόπο οργάνωσης των μοναστηριών και τους κανόνες που διέπουν την ζωή του μοναχού στα κοινόβια μονές. Ο αββάς Κασσιανός επίσης κατέγραψε τις "**Συνομιλίες**" του με τους ασκητές της Αιγύπτου. Από τα έργα του αββά Κασσιανού στην "**Φιλοκαλία**" συμπεριλήφθησαν δύο κείμενα,το "**Περί των οκτώ λογισμών**" και ο λόγος "**Περί διακρίσεως**", μέσα από τα οποία αναλύει τα οκτώ θανάσιμα πάθη, της γαστριμαργίας, πορνείας, φιλαργυρίας, οργής, λύπης, ακηδίας κενοδοξίας, υπερηφανίας, που αποτελούν επαναλαμβανόμενες πράξεις και λογισμούς, σκέψεις, συνήθειες ριζωμένες στον άνθρωπο, και εξηγεί πως μπορούν να αντιμετωπισθούν, ενώ παράλληλα τονίζει την σπουδαιότητα της διάκρισης ως αρετής πνευματικής που προφυλάσσει τον αγωνιζόμενο χριστιανό από ακρότητες, μονομέρειες και στρεβλώσεις πνευματικές, όλες τις παγίδες του πονηρού. Με τρόπο απλό και σαφή ο αββάς Κασσιανός δίνει πρακτικές συμβουλές ωφέλιμες για όποιον ετοιμάζεται να αναλάβει ασκητικό αγώνα.

Η ορθόδοξη Εκκλησία τιμά την μνήμη του αγίου Κασσιανού στις 29 Φεβρουαρίου, ενώ και η Ρωμαιοκαθολική Εκκλησία τον αναγνωρίζει ως τοπικό της άγιο(τιμάται ιδίως στην Νότιο Γαλλία).

Ο αββάς Κασσιανός στην διάκριση των παθών της ψυχής ακολουθεί την ανάλυση της παθογένειας της ανθρώπινης ψυχής που είχαν κάνει οι προηγούμενοι ασκητές και ερημίτες της Αιγύπτου, τους οποίους είχε επισκεφθεί και είχε συνομιλήσει μαζί τους, ωστόσο ο όσιος Κασσιανός συστηματοποιεί την διδασκαλία τους, και ως προς το σημείο αυτό γίνεται πρωτοπόρος στο **θέμα "διάκριση των οκτώ θανάσιμων λογισμών"**, που αποτελεί κλασσικό και θεμελιακό ζήτημα στην σκέψη των νηπτικών Πατέρων. Πολλοί μεταγενέστεροι Πατέρες ακολουθούν τον διαχωρισμό των παθών όπως τον έκανε ο Κασσιανός. Κάποιοι παραπέμπουν σε αυτόν ευθέως και ονομαστικώς, όπως ο άγ.Ιωάννης της Κλίμακος και ο Μέγας Φώτιος.

Ο αββάς Κασσιανός, αναφερόμενος στα συγκεκριμένα οκτώ πάθη λογισμούς της ψυχής, τα χαρακτηρίζει ως **θανάσιμα**, με την έννοια ότι **αποτελούν θανάσιμες ψυχικές αρρώστιες που θολώνουν, σκοτίζουν την διάνοια και την σκέψη του ανθρώπου, οδηγούν την ψυχή σε "παρά φύσιν" ενέργειες, σε πράξεις που απομακρύνουν τον άνθρωπο από τον Θεό, τον αιχμαλωτίζουν σε εμπαθείς καταστάσεις=εξαρτήσεις από τα διάφορα πάθη, που αν δεν διαγνωσθούν και θεραπευθούν εγκαίρως, οδηγούν στον θάνατο της ψυχής και τον αιώνιο χωρισμό του ανθρώπου από τον Θεό.** Όταν λοιπόν τα πάθη αυτά κυριαρχήσουν στον νου και την καρδιά του ανθρώπου, τον εξαγριώνουν και τότε ο άνθρωπος γίνεται "δίποδο και ανθρωπόμορφο θηρίο"(Ιω.Χρυσόστομος).Ας δούμε λοιπόν πως ο όσιος Κασσιανός με τρόπο πρακτικό αναλύει τα πάθη αυτά και τις πνευματικές συμβουλές που δίνει για την καταπολέμησή τους.

Ο αββάς Κασσιανός ξεκινά από το πάθος της **γαστριμαργίας**, και κάνει λόγο για μέτρο και εγκράτεια στα φαγητά, και επισημαίνει ότι "*εξ' αιτίας της υπερβολής της αποχής από την τροφή ατονεί το σώμα και γίνεται πιο απρόθυμο για τις πνευματικές εργασίες, και άλλοτε όταν γεμίσει από το βάρος των τροφών προκαλεί αμέλεια και εξασθένηση της ψυχής...Τις τροφές τις χρησιμοποιούμε τόσο ώστε να ζήσουμε, όχι για να σκλαβωθούμε στις ορμές της επιθυμίας.Η μετρημένη και σε λογικά όρια τροφή βοηθά στην υγεία του σώματος, δεν αφαιρεί την αγιότητα. Ακριβής κανόνας*

*εγκρατείας, όπως παρέδωσαν οι Πατέρες,είναι να σταματούμε να τρώμε πριν χορτάσουμε". Έτσι, ο Κασσιανός μας δίνει το μέτρο της εγκράτειας στις τροφές ως αντίδοτο στο πάθος της γαστρίμαργίας ενώ παράλληλα συνδυάζει την σωματική νηστεία με την πνευματική προσπάθεια. "Για την τέλεια καθαρότητα της ψυχής, δεν αρκεί μόνη η εγκράτεια στα φαγητά,αν δεν συντρέχουν και οι υπόλοιπες αρετές. Ας συκρατούμε την κοιλιά μας και να υποδουλώνουμε το σώμα όχι μόνο με νηστεία, αλλά και με αγρυπνία και κόπο και πνευματικά αναγνώσματα".*

Στην συνέχεια ο αββάς Κασσιανός κάνει λόγο για τους λογισμούς **της πορνείας και των σαρκικών επιθυμιών**, συνιστά μάλιστα πως πρέπει να αναλάβουμε διπλό αγώνα, σωματικό και ψυχικό για την καταπολέμησή τους. Η σωματική νηστεία για να οδηγήσει στην πνευματική καθαρότητα πρέπει να συνδυαστεί με πυκνή προσευχή, μελέτη των Γραφών και εργασία, *"που αναστέλλουν τις ορμές της ψυχής και απομακρύνουν τις αισχρές φαντασίες. Πρώτα πρώτα οφείλει κανείς να φυλάττει την καρδιά του από ρυπαρούς λογισμούς, γιατί από την καρδιά βγαίνουν διαλογισμοί πονηροί, φόνοι, μοιχείες, πορνείες κτλ. (Ματθ.15,19)".* Με την χάρη του Θεού, την προσευχή, την νηστεία και την πνευματική μελέτη μπορεί κανείς να αντιμετωπίσει τους πονηρούς λογισμούς, με την προφύλαξη των αισθήσεων και την επιμέλεια της διανοίας κατορθώνονται να αποκρούονται οι πειρασμοί. *"Γι'αυτό οφείλουμε να φροντίζουμε να έχουμε όχι μόνον εγκράτεια σώματος, αλλά και συντριβή καρδιάς και πυκνές προσευχές, ώστε το καμίνι της σάρκας μας, που ανάβει καθημερινά με τους ερεθισμούς της επιθυμίας,να το σβήσουμε με την δρόσο του Πνεύματος".* Η προσοχή και η προφύλαξη διευκολύνουν στην καθαρότητα της ψυχής.

Στην συνέχεια ο αββάς Κασσιανός καταπιάνεται με το πάθος της **φιλαργυρίας**, που το χαρακτηρίζει ως μία κακή επιθυμία, που αν παραμεληθεί εν τη γεννήσει της θα καταστεί πολύ καταστρεπτική, γενεσιουργός αιτία και ρίζα όλων των κακών(Α' Τιμ.6,10).*"Η αρρώστια αυτή σέρνει τον άνθρωπο, ώστε να τον ρίξει και στην ειδωλολατρεία, γιατί αφού απομακρύνει ο φιλάργυρος το νου του από την αγάπη του Θεού,αγαπά είδωλα, δηλ.τα νομίσματα".* Για τους φιλάργυρους, η χρήση των χρημάτων γίνεται πάθος, μία παρά φύσιν και παράλογη εξάρτηση, που θεοποιεί το χρήμα. Απομακρύνονται από τον Θεό, χάνουν την ευλογία και την χαρά του να δίνουν και να προσφέρουν στους συνανθρώπους τους(Πραξ.20,35 //Ματθ.19,21).*"Πρέπει λοιπόν με κάθε επιμέλεια να ξεριζώνουμε από την ψυχή μας την*

ρίζα όλων των κακών, την φιλαργυρία, γνωρίζοντας καλά ότι όταν μένει η ρίζα, εύκολα φυτρώνουν τα κλαδιά. Ας έχουμε μπροστά μας το παράδειγμα του Ιούδα, και το απρόσμενο του θανάτου, μήπως όταν έρθει ο Κύριος βρει λερωμένη την συνείδησή μας από την φιλαργυρία και μας πει όπως στον πλούσιο εκείνον του Ευαγγελίου: ανόητε, αυτή την νύχτα ζητούν την ψυχή σου, σε ποιον θα πάνε αυτά που ετοιμάσες?''.

Τέταρτο κατά σειράν πάθος που με την βοήθεια του Θεού οφείλει να κόψει ο χριστιανός από το βάθος της καρδιάς μας είναι **"το θανατηφόρο δηλητήριο της οργής, του θυμού"**, όπως το αποκαλεί ο αββάς Κασσιανός. Και συνεχίζει: *"όσο το πονηρό τούτο πνεύμα της οργής κάθεται στην καρδιά μας και τυφλώνει με τις σκοτεινές αναταραχές τα μάτια της καρδιάς μας, ούτε το συμφέρον της ψυχής μας μπορούμε να διακρίνουμε, ούτε να φθάσουμε ποτέ την πνευματική γνώση ή την τελειότητα της αγαθής σκέψεως, ούτε να γίνουμε μέτοχοι της αληθινής πνευματικής ζωής, ούτε το θείο και αληθινό φως μπορεί να δεχθεί ο νους μας, ούτε να γίνουμε μέτοχοι της θείας σοφίας, γιατί είναι γραμμένο 'στον κόρφο των ανοήτων αναπαύεται ο θυμός'- (Εκκλ.7,9), ούτε την αρετή της διάκρισης μπορούμε να αποκτήσουμε, ούτε θα μπορούσαμε να αποδώσουμε το δίκαιο με προσεκτική και νηφάλια καρδιά, καθώς είναι γραμμένο 'ο θυμός του ανθρώπου δεν πραγματοποιεί την δικαιοσύνη του Θεού(Ιακ.1,20). Όποιος λοιπόν θέλει να φθάσει στην τελειότητα και επιθυμεί να αγωνισθεί τον πνευματικό αγώνα, ας είναι ξένος από το ελάττωμα της οργής και του θυμού, και ας ακούει τον Απ. Παύλο που λέγει 'κάθε έχθρα και οργή και θυμός και κραυγή και βλασφημία, ας φύγει από σας μαζί με κάθε κακία'- (Εφ. 4, 31).*

Για τον μόνον λόγο που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε θετικά τον θυμό μας, σημειώνει ο αββάς Κασσιανός, είναι όταν τον στρέφουμε εναντίον των εμπαθών και φιλήδονων λογισμών. *"Οργίζεσθε και μην αμαρτάνετε"*, δηλ. με οργή να απομακρύνουμε τους πονηρούς λογισμούς και έτσι να αποφεύγουμε την αμαρτία.

Τις περισσότερες φορές όμως, ο θυμός μας στρέφεται κατά των αδελφών μας. Η αγριότητα και η εμπάθεια της ψυχής μας προτιμά να θυμάται την κακία και να μνησικακεί κατά των αδελφών μας, ακόμη και την ώρα της προσευχής. Πρέπει να έχουμε το θάρρος να εντοπίσουμε μέσα στην καρδιά μας τις αιτίες που προκαλούν σκέψεις και πράξεις θυμού, και να μην επιρρίπτουμε την ευθύνη του πνεύματος της οργής στους συνανθρώπους μας, αλλά στην δική μας πνευματική ολιγωρία και ραθυμία να εκριζώσουμε τον θυμό από την καρδιά μας. *"Όταν τύχει αφορμή θυμού,*

όταν κάποιος είναι παρών που να μας ερεθίζει και να μας φέρνει σε δοκιμασία, τότε αμέσως τα πάθη εντός μας ξεπηδούν από τον τόπο που ησύχαζαν κρυμμένα, με μεγαλύτερη σφοδρότητα και αγριότητα". Οφείλουμε λοιπόν, όπως μας συμβουλεύει ο αββάς Κασσιανός, όχι μόνον "να συγκρατούμε το στόμα μας τον καιρό του θυμού να μην λέει λόγια οργής, αλλά να καθαρίζουμε την καρδιά μας από την μνησικακία και να μην στριφογυρίζουμε στο μυαλό μας πονηρούς λογισμούς εναντίον των αδελφών μας". "Η τέλεια θεραπεία της ασθένειας της οργής είναι να πιστέψουμε ότι ούτε για δίκαιες ούτε για άδικες αφορμές επιτρέπεται να θυμώνουμε. Επειδή όταν η οργή σκοτίσει την διάνοια, ούτε διάκριση, ούτε σωστή σκέψη, ούτε δικαιοσύνη θα βρεθεί μέσα μας, ούτε ναός του Αγίου Πνεύματος μπορεί να γίνει η ψυχή μας, αλλά θα μας κατακυριεύσει το πνεύμα της οργής σκοτίζοντας την διάνοιά μας. Ας φυλαγόμαστε από την οργή", σημειώνει συμπερασματικά ο αββάς Κασσιανός.

Ο όσιος μας προειδοποιεί επίσης για το πνεύμα της **λύπης**, που σκοτίζει την ψυχή, παραλύει κάθε πνευματική δραστηριότητα, κατατρώει την ψυχή, την γεμίζει με μελαγχολία, δυσαρέσκεια, πλήξη και οδηγεί σε πνευματική παραίτηση και απελπισία. Ο λογισμός της λύπης που προέρχεται από τον πονηρό και καταλήγει σε απελπισία και οκνηρία ο αββάς Κασσιανός συμβουλεύει να την θεραπεύσουμε με την προσευχή και την ελπίδα στον Θεό, την μελέτη των θείων λόγων και την συναναστροφή με ευλαβείς ανθρώπους.

Σχετικός με το πνεύμα της λύπης είναι και ο λογισμός της **ακηδίας**, του αισθήματος δηλ. της αμέλειας και της πλήξης. Η ακηδία πλήττει τους ευλαβείς χριστιανούς προκαλώντάς τους ατονία και έλλειψη ενδιαφέροντος για κάθε είδους εργασίας, σωματικής ή πνευματικής, κάνει ανυπόφορη την παρουσία και την συναναστροφή με τους άλλους, πολλές φορές υποβάλλει λογισμούς αναχώρησης και μετάβασης σε άλλο τόπο, δήθεν για πνευματική ωφέλεια. Ο αββάς Κασσιανός εναντίον του πνεύματος της ακηδίας που με ύπουλο τρόπο ναρκώνει και παραλύει κάθε πνευματική δραστηριότητα και ενδιαφέρον, συνιστά την πνευματική εγρήγορση, την υπομονή στην εργασία και την προσευχή, όπως και την επικοινωνία και συμπαράσταση από άλλους πνευματικούς αδελφούς.

Έβδομο κατά σειράν λογισμό θανάσιμο αναφέρει ο αββάς Κασσιανός το πνεύμα της **κενοδοξίας**, που το θεωρεί ως δυσκολοπολέμητο, διότι καθώς η κενοδοξία είναι πολύμορφη, εκδηλώνεται σε κάθε πράξη και λόγο, σε σιωπή, σε

έργο, στην προσευχή, σε κάθε πνευματική προσπάθεια. Ο πονηρός υποβάλλει λογισμούς αυτοδικαίωσης για τις πιθανές αρετές που διαθέτει ο πιστός, για την πνευματική του πρόοδο και ανωτερότητα σε σχέση με τους υπολοίπους, και για τις οποίες οι άλλοι οφείλουν να τον τιμούν και να τον επαινούν. *"Εκείνος λοιπόν που θέλει να πολεμήσει τέλεια και να στεφανωθεί με το στεφάνι του δικαίου, πρέπει με κάθε τρόπο να φροντίσει να νικήσει το πολύμορφο αυτό θηρίο της κενοδοξίας, έχοντας μπροστά του τον στίχο του Δαβίδ: "Ο Κύριος διεσκόρπισε τα οστά των ανθρωπαρέσκων(Ψαλμ.52,6)και να μην κάνει τίποτε επιδιώκοντας τον ανθρώπινο έπαινο, αλλά να επιζητεί την αμοιβή μόνο από τον Θεό. Και αποβάλλοντας πάντοτε τους λογισμούς που έρχονται στην καρδιά του και τον επαινούν, να ταπεινώνει τον εαυτό του ενώπιον του Θεού. Έτσι θα μπορέσει με την βοήθεια του Θεού να απαλλαγεί από το πνεύμα της κενοδοξίας".*

Στην κορυφή των θανάσιμων παθών ο αββάς Κασσιανός τοποθετεί την **υπερηφάνεια**, που προσβάλλει όσους έχουν προχωρήσει πνευματικά και επιχειρεί να τους γκρεμίσει από το ύψος της αρετής που έφθασαν. Ενώ κάθε άλλο πάθος πολεμά μία συγκεκριμένη αρετή, λ.χ.η γαστριμαργία την εγκράτεια, η πορνεία την σωφροσύνη, η φιλαργυρία την ακτημοσύνη, ο θυμός την πραότητα, αντιθέτως η υπερηφάνεια σκοτίζει ολόκληρη την ψυχή, καταστρέφει ολοκληρωτικά κάθε αρετή, την διαστρέφει και την κατεδαφίζει εκ θεμελίων. Όπως ο άγγελος εκείνος, ο Εωσφόρος, που είχε στολισθεί με πολλές αρετές από τον Θεό, εξέπεσε του ουρανού και της αρετής του εξαιτίας της υπερηφανείας του, όταν θέλησε να ανταγωνισθεί το Θεό και να γίνει ίσος. Η Αγία Γραφή μας προειδοποιεί για το πνεύμα της υπερηφάνειας, και μας προτρέπει να αποδίδουμε το κάθε τι όχι στον εαυτό μας, αλλά στις δωρεές του Θεού. Χωρίς την βοήθεια του Θεού δεν μπορούμε να κάνουμε τίποτε(Ιω.15,5).*"Ει μη οικοδομήσει οίκον ο Κύριος εις μάτην εκοπίασαν οι οικοδομούντες"*(Ψαλμ.126,1).Και ο Απ.Παύλος συμπληρώνει: *"τι έχεις που δεν το έλαβες από τον Θεό? και αν δεν έχεις πάρει κάτι, τι καυχίσαι σαν να μην το έλαβες?"*(Α' Κορ.4,7).

Και ο αββάς Κασσιανός καταλήγει ως εξής: ***'δεν μπορούμε διαφορετικά να φθάσουμε στην τελειότητα της αρετής, παρά μόνον με την ταπεινώση,η οποία έρχεται στον άνθρωπο, από την πίστη και τον φόβο του Θεού, από την πραότητα***

*και την τέλεια ακτημοσύνη. Με τις αρετές αυτές κατορθώνεται και η τέλεια αγάπη, με την χάρη και την φιλανθρωπία του Κυρίου μας Ιησού Χριστού".*

Στην συλλογή των κειμένων της "Φιλοκαλίας των Ιερών Νηπτικών" έχει επίσης περιληφθεί του οσίου Κασσιανού "λόγος περί διακρίσεως", που αποτελεί μέρος διαλόγου του Κασσιανού με τον πολυσέβαστο για την αρετή του γέροντα της αιγυπτιακής ερήμου αββά Μωυσή, ο οποίος διακρίνοντας τον πόθο του νεαρού τότε μοναχού Κασσιανού, του μίλησε για την κορυφή των αρετών, την τελείωση της πνευματικής προσπάθειας που αποτελεί η **απόκτηση της αρετής της διάκρισης**. Το χάρισμα της διάκρισης, ως δωρεά του Αγίου Πνεύματος (Α' Κορ.12,8) είναι πολύ σημαντικό και ουσιώδες, διότι προφυλάσσει τον πιστό, "διδάσκει τον άνθρωπο να αφήνει τις υπερβολές και να βαδίζει την βασιλική μέση οδό. Και ούτε επιτρέπει με την άμετρη εγκράτεια να εξαπατάται κανείς, ούτε πάλι να σέρνεται στην αδιαφορία και τη χαλαρότητα. Η διάκριση είναι ένα μάτι της ψυχής και λυχνάρι. Επειδή η διάκριση αφού εξετάσει τις σκέψεις και τις πράξεις του ανθρώπου, διακρίνει και ξεχωρίζει κάθε τι κακό και μη αρεστό στον Θεό και απομακρύνει την πλάνη". "Όσοι έχουν γυμνασμένα τα πνευματικά αισθητήρια διακρίνουν εύκολα μεταξύ του καλού και του κακού, χωρίς το χάρισμα της διάκρισης δεν συγκροτείται αρετή, **επειδή η διάκριση είναι μητέρα και φύλακας όλων των αρετών"**.

*"Η αληθινή διάκριση, σημειώνει ο αββάς Κασσιανός, δεν αποκτάται παρά από την αληθινή ταπείνωση, με το να φανερόνουμε στους πατέρες, σε πνευματικούς γέροντες που έχουν διάκριση, όσα κάνουμε και όσα σκεφτόμαστε, και να μην εμπιστευόμαστε σε τίποτε τον δικό μας λογισμό, αλλά σε όλα να ακολουθούμε τους λόγους των γερόντων"*.

Η εμπειρία του αββά Κασσιανού από τον πνευματικό αγώνα για την καταπολέμηση των θανάσιμων λογισμών, των θανατηφόρων παθών, και η πορεία που μας υποδεικνύει για την απόκτηση των αρετών, αποτελούν και για μας σήμερα και για κάθε αγωνιζόμενο χριστιανό πολύτιμη παρακαταθήκη συμβουλών και οδηγιών, έναν εγγυημένο οδηγητή για την πνευματική μας ζωή, αρκεί να θελήσουμε να τις αξιοποιήσουμε για δική μας πνευματική ωφέλεια.