

Ο ΑΒΒΑΣ ΙΣΑΑΚ Ο ΣΥΡΟΣ ΚΑΙ Η ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΖΩΗ ΜΑΣ

Ρώτησαν κάποτε ένα γέροντα οι υποτακτικοί του: "Γέροντα, τι πρέπει να μελετούν οι αρχάριοι στην πνευματική ζωή? Και εκείνος τους απάντησε : Διαβάζετε Αγία Γραφή, το Ψαλτήρι και Αββά Ισαάκ. Τον ρώτησαν πάλι: και όσοι έχουν προχωρήσει κάπως στα πνευματικά, τι πρέπει να διαβάζουν? Ο γέροντας τους είπε : Διαβάζετε Αββά Ισαάκ. Και όταν πάλι για Τρίτη φορά τον ρώτησαν: Γέροντα, και όσοι έχουν εμβαθύνει στα θεία νοήματα και έχουν φθάσει ψηλά στα πνευματικά πράγματα, τι πρέπει να διαβάζουν? Τότε, ο γέροντας τους απάντησε: Διαβάζετε Αββά Ισαάκ. Και επειδή οι υποτακτικοί απόρησαν διότι ο γέροντας για Τρίτη φορά τους συμβούλευσε να διαβάζουν Αββά Ισαάκ, ζήτησαν να τους το εξηγήσει. Και ο σοφός γέροντας τους απάντησε:" *Μην απορείτε. Τα ασκητικά κείμενα του Αββά Ισαάκ είναι ωφέλιμα και για όσους κάνουν τα πρώτα τους βήματα στην πνευματική ζωή, και για αυτούς που έχουν ξεπεράσει το στάδιο των αρχαρίων ,αλλά και για εκείνους που αγωνίζονται και έχουν προχωρήσει πολύ στα πνευματικά, πάλι Αββά Ισαάκ να διαβάζουν. Από όταν ξεκίνησα ως δόκιμος μοναχός μέχρι σήμερα, όλα αυτά τα χρόνια ποτέ το βιβλίο του Αββά Ισαάκ δεν έλειψε από το προσκεφάλι μου, αυτό ήταν το πνευματικό μου ανάγνωσμα στο μικρό κελλί μου. Για όσους επιδιώκουν την άσκηση και την αρετή, για όσους αγωνίζονται κατά των πειρασμών και των λογισμών, ο Αββάς Ισαάκ είναι ο καλύτερος οδηγός για τα πνευματικά".*

Ο όσιος Ισαάκ, ο μεγάλος αυτός ασκητής και αγωνιστής των αρετών, ήταν συριακής καταγωγής. Δεν γνωρίζουμε πολλά για την ζωή του. Ωστόσο είναι εξακριβωμένο ότι σε νεαρά ηλικία μαζί με τον αδελφό του, εγκατέλειψαν τα εγκόσμια για να ενδυθούν το μοναχικό σχήμα, να ακολουθήσουν τον μοναχικό βίο, με πολλές γυμνασίες, ασκητικούς αγώνες και κόπους, διά των οποίων προέκυψε στην πρακτική αρετή και κατεπολέμησε τα πάθη, καθυποτάσσοντας την σάρκα στο πνεύμα. Αργότερα, έφυγε από το κοινόβιο για να ζήσει ερημική ζωή αφιερωμένος στην πνευματική θεωρία, την μελέτη των θείων νοημάτων και την νοερά προσευχή. Αναγκάστηκε να διακόψει για λίγο τον ησυχαστικό βίο για να αναλάβει την επισκοπή της Νινευί. Αμέσως μετά την εις επίσκοπον χειροτονία του, εμφανίσθηκαν μπροστά στον όσιο Ισαάκ δύο χριστιανοί Νινευίτες που είχαν κάποια διαφορά μεταξύ τους για να την επιλύσει ο επίσκοπος. Ο ένας είχε δανεισθεί από τον άλλον χρήματα και ο

δανειστής πίεζε τον χρεωφειλέτη να του αποδώσει το ποσό. Όταν ο αββάς Ισαάκ τους υπενθύμισε το ανάλογο περιστατικό του Ευαγγελίου και ζήτησε από τον δανειστή να δείξει ευσπλαγχνία, εκείνος του απάντησε με αναίδεια, άφησε, πάτερ, το ευαγγέλιο κατά μέρος. Ακούοντας αυτά τα λόγια, ο όσιος Ισαάκ συλλογίσθηκε: *"Εάν αυτοί δεν υπακούουν στα προστάγματα του ευαγγελίου, τι λοιπόν ήρθα εγώ εδώ να πράξω?"*. Και ανεχώρησε από την πόλη, επέστρεψε στο κελλί του όπου παρέμεινε έως το τέλος της ζωής του.

Τους ασκητικούς αγώνες που ανέλαβε ο αββάς Ισαάκ κατά του πονηρού και του θελήματος της σάρκας, τους πειρασμούς και τις δοκιμασίες, τα στάδια που διήλθε για να αποκτήσει την πρακτική και θεωρητική αρετή, τα χαρίσματα που αξιώθηκε από τον Θεό η αγιασμένη αυτή μορφή, μπορούμε να τα αντιληφθούμε καθώς διαβάζουμε τα ασκητικά του κείμενα. Τις εμπειρίες του αυτές από την πνευματική άσκηση ο όσιος Ισαάκ τις κατέγραψε, όπως λέει ο ίδιος *"αυτά έγγραφα προς δική μου ανάμνηση, αλλά και για τον καθένα που θα διαβάσει το σύγγραμμα αυτό, καθώς τα έλαβα από την θεωρία των γραφών, και από τα αληθή στόματα(γερόντων διδασκάλων), και από την μικρή μου πείρα"* (Ασκητικά, Λόγος ΙΕ), *"για πολύ καιρό δοκιμάζοντας πειρασμούς εκ δεξιών και εξ αριστερών, και τον εαυτό μου δοκίμασα και δέχθηκα από τον ενάντιο αναρίθμητες πληγές, και αφού αξιώθηκα μεγάλων αντιλήψεων, απεκόμισα για τον εαυτό μου πείρα από τα πολλά έτη, και αυτά έμαθε εν δοκιμασία και χάριτι Θεού"* (Λόγος Κ'). Από αγάπη και πνευματικό ενδιαφέρον για τους αδελφούς χριστιανούς που κάνουν τον δικό τους αγώνα είτε μέσα στον κόσμο είτε σε κάποια μονή, ο όσιος Ισαάκ κατέγραψε τους ασκητικούς αυτούς λόγους, όπως λέει *"διότι δεν υπομένω να φυλάξω το μυστήριο του Θεού στην σιωπή, αλλά γίνομαι άφρονas για την ωφέλεια των αδελφών. Διότι αυτή είναι η αγάπη η αληθινή, που δεν μπορεί να αποκρύβει κάποιο από τα μυστήρια του Θεού από αυτούς που αγαπούν αυτήν (δηλ. την αληθινή αγάπη, την χριστιανική του Θεού)"*.

Γι' αυτό λοιπόν ο όσιος Ισαάκ, αν και ευρισκόμενος στην έρημο, απεφάσισε να καταγράψει τις εμπειρίες του στον πνευματικό αγώνα ώστε με τις διδασκαλίες αυτές να ωφεληθούν πολλές ψυχές. Από τους θησαυρούς των Ασκητικών Λόγων του αββά Ισαάκ θα αντλήσουμε και εμείς πολύτιμα διδάγματα που θα βοηθήσουν και στην δική μας προσπάθεια.

Για να λάβουμε την απόφαση να αγωνισθούμε πνευματικά, πρέπει πρώτα να συνειδητοποιήσουμε ποια είναι το πραγματικό νόημα της ζωής μας. Ο Αββάς Ισαάκ ομιλεί για την πραγματική σύνεση. *"Ο πραγματικά συνετός και σώφρων άνθρωπος είναι εκείνος, που αντελήφθη καλώς ότι υπάρχει τέρμα της παρούσης ζωής και σπεύδει να θέσει τέρμα στα σφάλματα και ελαττώματά του. Διότι ποια γνώση ή σύνεση είναι μεγαλύτερη από αυτήν, το να θεωρήσει δηλ. κανείς να εξέλθει από την παρούσα ζωή προς την αιωνιότητα, χωρίς να έχει φθαρεί από την αμαρτία, χωρίς να έχει μιανθεί κανένα μέλος του από την οσμή των επιθυμιών του κόσμου αυτού και χωρίς να έχει ρυπανθεί η ψυχή του από την φαινομενική και εξωτερική του γλυκύτητα?"*.

Στα πρώτα βήματα του αγώνα μας συνιστά ο Άγιος Ισαάκ να αρχίσουμε με τον περιορισμό των παθών και να είμαστε προσεκτικοί στο να φυλάττουμε τον εαυτό μας από την αμαρτία. Πολλές αμαρτίες διαπράττουμε με την γλώσσα (πολυλογία, αργολογία, κατάκριση, ύβρεις, πολυφαγία, λαιμαργία κ.ά.). Γι' αυτό, εκείνος που κρατά το στόμα του κλειστό και φυλάττει την γλώσσα του πολλές αμαρτίες αποφεύγει. Γράφει σχετικώς ο Αββάς Ισαάκ: *"Εάν φυλάξεις την γλώσσα σου, θα δοθεί από τον Θεό η χάρις της καρδιακής κατανύξεως, με την οποία θα γνωρίσεις την ψυχή σου, δηλ. θα λάβεις τον φωτισμό του νου και θα γεμίσεις από την χαρά του Αγίου Πνεύματος. Αν όμως σε νικά η γλώσσα σου, ποτέ δεν θα μπορέσεις να βγεις από την σύγχυση του νου. Αν δεν κατορθώσεις να έχεις καθαρή καρδιά, τουλάχιστον να έχεις το στόμα σου καθαρό"*.

Αποτελεί δείγμα αρετής και πνευματικής προόδου να κατορθώσει κάποιος να ελέγξει τα λόγια του και πολύ περισσότερο να επιτύχει την σιωπή που οδηγεί σε περισυλλογή και προσευχή. Για την αξία αυτής της σιωπής ο Αββάς Ισαάκ μας λέγει: *"Περισσότερο από όλα αγάπησε την σιωπή, διότι η σιωπή προξενεί σε σένα καρποφορία της αρετής, την οποίαν γλώσσα ανθρώπου δεν μπορεί να εξηγήσει. Πρώτον μεν ανάγκασε τον εαυτόν σου να σιωπά, και τότε από την σιωπή γεννιέται κάτι σε σένα, που σε οδηγεί ε αυτήν. Είθε να σου δώσει ο Θεός να αισθανθείς εκείνο, το οποίο γεννιέται από την σιωπή. Εάν εξασκηθείς στο έργο της σιωπής, πόσο φως θα ανατείλει από αυτό στην ψυχή σου"*.

Εκτός από την προσοχή της γλώσσας, οφείλουμε να είμαστε προσεκτικοί στις συναναστροφές και τις επαφές μας με τους άλλους, και να αποφεύγουμε όσους μας

επηρεάζουν αρνητικά ή μας απομακρύνουν από τον δρόμο του Θεού, από την οδό της σωτηρίας μας. Ο Αββάς Ισαάκ μας συμβουλεύει **προσοχή στις αταίριαστες φιλίες** :*"Φίλος ανόητος και απερίσκεπτος είναι πηγή ζημίας, ενώ δροσερή και γλυκεία πηγή είναι η συναναστροφή με συνετούς. Το να κάνεις συντροφιά με ασυνέτους είναι θλίψη της καρδιάς σου. Είναι προτιμότερο να κατοικήσεις με θηρία, παρά με ανθρώπους με κακή συμπεριφορά. Να κάθεσαι με γύπες, παρά με αχόρταγο και πλεονέκτη. Μην γίνεσαι φίλος με φιλόνηκο άνθρωπο. Προτιμότερο να συνομιλείς με χοίρους παρά με άνθρωπο κοιλιόδουλο, διότι είναι καλύτερος ο βούρκος των χοίρων παρά στόμα λαιμαργό και αχόρταγο. Προτιμότερο να κάθεσαι με λεπρούς παρά με υπερηφάνους"*.

Σχετικό με το προηγούμενο είναι και αυτό που λέει ο Αββάς Ισαάκ για την στάση που πρέπει να έχουμε ως προς τον κόσμο και τους έχοντας κοσμικό φρόνημα. Μας προτρέπει να **προτιμήσουμε την δόξα του Θεού από τις τιμές του κόσμου** :*"Μίκρυνε τον εαυτό σου σε όλα ενώπιον των ανθρώπων και υψωθείς πάνω από τους άρχοντες του αιώνας αυτού. Ταπεινώσε τον εαυτό σου και θα δεις την δόξα του Θεού εντός σου. Διότι όπου βλαστάνει η ταπεινώση, εκεί αναβλύζει η δόξα του Θεού. Εάν αγωνίζεσαι φανερά να ταπεινωθείς, ο Θεός σε κάνει να δοξασθείς από όλους τους ανθρώπους. Αν έχεις την ταπεινώση στην καρδιά σου, εκεί στην καρδιά σου φανερώνει ο Θεός την δόξα Του. Όταν εργάζεσαι για την αρετή, να φροντίζεις να σε καταφρονούν οι άνθρωποι και τότε θα τιμηθείς από τον Θεό. Μίσησε την τιμή για να τιμηθείς. Εκείνος που τρέχει πίσω από την τιμή του κόσμου, φεύγει η τιμή από μπροστά του. Και εκείνος που αποφεύγει την τιμή, τον καταδιώκει η τιμή και γίνεται κήρυκας της ταπεινώσεώς του"*.

Και σε άλλο σημείο ο Αββάς Ισαάκ μας προειδοποιεί για την **ματαιότητα του κόσμου τούτου και των επιθυμιών αυτού**: *"Ο κόσμος μοιάζει με μία πόρνη που με την επιθυμία της ομορφιάς της προσελκύει όσους την βλέπουνε με πόθο. Και εκείνος που θα αιχμαλωτισθεί, έστω και για λίγο, από τον πόθο αυτού του κόσμου και θα περιπλακεί με αυτόν, δεν μπορεί να ελευθερωθεί από τα χέρια του, μέχρις ότου τελειώσει την ζωή του. Και τότε, όταν θα τον έχει απογυμνώσει από όλα, τον πετά έξω από το σπίτι του την ημέρα του θανάτου του. Και μόλις τότε ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται ότι ο κόσμος αυτός ήταν πλάνος και απατεώνας. Εάν λοιπόν*

Θελήσει κανείς να εξέλθει από τον κόσμον τούτον και να δει τις παγίδες του, ας μείνει μακριά του. Και τότε θα μπορέσει να αντιληφθεί την ασχήμια του".

Ο άνθρωπος οφείλει να κάνει την επιλογή του δρόμου που θα ακολουθήσει εάν θέλει να θέσει σωστές βάσεις στην πνευματική του ζωή. *" Δύο δρόμοι βρίσκονται μπροστά μας, του θανάτου και της ζωής. Η προτίμηση και το τι θέλουμε ή δεν θέλουμε είναι δικό μας θέμα. Όποιον δρόμον θέλουμε, ακολουθούμε, είτε της ζωής είτε του θανάτου. Από πού προέρχονται τα καλά ή τα κακά? Από αυτά που θέλουμε ή δεν θέλουμε, από εμάς τους ίδιους προέρχεται. Το κακό, η αμαρτία, δεν είναι τίποτε άλλο, παρά το γεγονός ότι παρακούμε τα προστάγματα του Θεού και υποκύπτουμε στα έργα του διαβόλου. Διάλεξε την ζωήν με τα καλά έργα, για να ζήσεις και με αγώνα να εκτελείς αδιάκοπα τα προστάγματα του Θεού".*

Από τα πρώτα και σημαντικά βήματα προς μίαν πνευματική κατεύθυνση είναι η ανάγνωση και η μελέτη της Αγίας Γραφής,, που μας βοηθά να λάβουμε καθοδήγηση και γνώση του θείου θελήματος. Ο Αββάς Ισαάκ την συστήνει ενθέρμως: *"Να αποσιωθείς στην ανάγνωση των θείων Γραφών(Παλαιάς και Καινής Διαθήκης), που αποκαλύπτουν στον άνθρωπο τον δρόμο προς την καθαρότερη οπτασία του θείου μεγαλείου, έστω και αν αμέσως δεν γευθείς την γλυκύτητα των θείων νοημάτων, επειδή ο νους σου ακόμη δεν έχει καθαρισθεί και δεν έχει απομακρυνθεί από την ύλη. Μέχρι να δεχθεί ο άνθρωπος στην ψυχή του τον Παράκλητο, το άγιο Πνεύμα, έχει ανάγκη από τις θείες Γραφές, για να εντυπωθεί στην καρδιά του η ενθύμηση των αγαθών και διά της συνεχούς αναγνώσεως να ανανεώνεται μέσα του η κίνηση και η ροπή προς το αγαθό. Με αυτόν τον τρόπον θα προφυλάσσεται η ψυχή από τα δυσδιάκριτα μονοπάτια της αμαρτίας, επειδή δεν απέκτησε ακόμη την δύναμη του Πνεύματος, να απομακρύνει από τον νου του την λησμοσύνη, που σβήνει τις ψυχοφελείς ενθυμήσεις και εξαναγκάζει τον νου να σκορπίζεται και να περιπλανάται σε άσκοπα πράγματα.*

Να καταγίνεσαι στην ανάγνωση των Αγίων Γραφών και των βίων των αγίων, και αν στην αρχή δεν μπορέσεις να αισθανθείς την γλυκύτητα που βρίσκεται σε αυτά τα πράγματα εξ αιτίας της σκοτισμένης διάνοιας, ώστε να μεταβάλλεις εξ όσων διαβάξεις την συνομιλία με τους ανθρώπους (των οποίων διαβάξεις τον βίο) σε ιερή συνομιλία , και όταν εγερθείς για προσευχή ή για τον κανόνα σου, τότε ο

νους σου θα φαντάζεται αντί των κοσμικών ομιλιών όσα ανέγνωσες στις αγίες Γραφές, και έτσι θα φθάσεις στην καθαρότητα του νου. Και όπως λένε οι Πατέρες, ότι η ψυχή βοηθείται εκ της αναγνώσεως στην προσευχή, και πάλι από την προσευχή φωτίζεται στην ανάγνωση, ώστε πάλι από την ανάγνωση να φωτίζεται η ψυχή, και να προσεύχεται αόκνως και αταράχως".

Ο Αββάς Ισαάκ μας δίνει επίσης και πρακτικές οδηγίες για την αποτελεσματικότερη πνευματική μελέτη των Γραφών και των κειμένων των Αγίων Πατέρων. *"Μελέτα συνεχώς τα βιβλία των Αγίων Πατέρων για την πρόνοια του Θεού, διότι έτσι καθοδηγείται ο νους να αντιληφθεί την θαυμαστή τάξη των κτισμάτων του Θεού και να γνωρίσει τα έργα Αυτού. Τότε ο νους δυναμώνει και διαμορφώνει, διά του βάθους της μελέτης, νοήματα και σκέψεις που φωτίζουν τον νου. Εν τέλει η μελέτη των Αγίων Πατέρων και των Γραφών βοηθά τον νου να προχωρήσει με πνευματική καθαρότητα στην βαθύτερη γνώση των δημιουργημάτων του Θεού. Να διαβάζεις πάντοτε σε έρημο και αθόρυβο τόπο, όντας ελεύθερος από την πολλή φροντίδα του σώματος και από την ταραχή των κοσμικών πραγμάτων, για να γενθεί και να αισθανθεί η ψυχή σου γλυκύτητα από την κατανόηση των Γραφών που με επιμονή μελετάς".*

Στην αρχή κάθε πνευματικής προσπάθειας χρειάζεται η μετάνοια ως πρώτη αρετή του χριστιανού. Ο Αββάς Ισαάκ τονίζει ότι *"εάν όλοι είμαστε αμαρτωλοί και κανένας δεν είναι ανώτερος από τους πειρασμούς, άρα και καμιά από τις αρετές δεν είναι υψηλότερη από την μετάνοια. Και ουδέποτε μπορεί να τελειωθεί το έργο της. Ταιριάζει λοιπόν σε όλους, αμαρτωλούς και δικαίους, πάντοτε, σε όσους θέλουν να σωθούν".*

Και συνεχίζει ο όσιος να μας καθοδηγεί στον δρόμο της πνευματικής σωτηρίας δείχνοντάς μας τα επόμενα βήματα που πρέπει να ακολουθήσουμε. Μετά την ειλικρινή μετάνοια ακολουθεί η επίγνωση της πνευματικής μας αδυναμίας και η συναίσθηση της μικρότητας του εαυτού μας, που ονομάζεται *πραγματική ταπείνωση".* *"Ο άνθρωπος που κατόρθωσε να εννοήσει πόσο ασθενής είναι πνευματικά, αυτός έφθασε στην τέλειαν ταπεινοφροσύνη και την επίγνωση του Θεού. Γι' αυτό και παρακινείται συνεχώς να ευχαριστεί τον Θεό και γίνεται πλουσιώτερος στην απόκτηση θείων χαρισμάτων. Στόμα που ευχαριστεί πάντοτε τον Θεό, δέχεται από τον Θεό ευλογία. Και στην καρδιά, που διαμένει στην διαρκή*

προς τον Θεό ευχαριστία, αυξάνει εντός της η θεία χάρη. Από την χάρη προηγείται η ταπείνωση, όπως εμπρός από τον πειρασμό τρέχει η υπερηφάνεια". Και όπως λέγει και ένας άλλος Πατέρας της Εκκλησίας, ο Άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής *"ταπεινοφροσύνη είναι μία συνεχής προσευχή με δάκρυα και πόνο. Διότι αυτή επικαλείται την βοήθεια του Θεού και δεν αφήνει τον άνθρωπο να στηρίζεται απερίσκεπτα στην δύναμή του και την φιλοσοφία του, ούτε να υπερηφανεύεται εναντίον άλλου, τα οποία αποτελούν φοβερά νοσήματα, οφειλόμενα στο πάθος της υπερηφανείας".*

"Να υπομείνεις τον εξευτελισμό και την ταπείνωση με καλή θέληση, για να αποκτήσεις το θάρρος της παρησίας ενώπιον του Θεού. Όταν ο άνθρωπος υπομένει θεληματικά κάθε σκληρόν λόγον, χωρίς να έχει αμαρτήσει σε εκείνον, που του τον είπε, φορεί στο κεφάλι του ακάνθινο στεφάνι, γίνεται όμως μακάριος, διότι σε καιρό που δεν γνωρίζει, λαμβάνει τον άφθαρτο στέφανο. Η τελειότητα της ταπείνωσης είναι να μπορείς να υποστείς με χαρά, εξευτελισμούς και κάθε ψευδή κατηγορία. Διότι εκείνος που είναι πραγματικά ταπεινόφρων, όταν αδικείται δεν ταρασσεται, ούτε απολογείται για την υπόθεση που αδικήθηκε, αλλά δέχεται σαν αλήθεια την συκοφαντία και δεν φροντίζει να πείσει τους ανθρώπους ότι αδικήθηκε, αλλά ζητά συγγνώμη". Δύσκολος και βαρύς ο λόγος του αββά Ισαάκ, όμως στην πνευματική μας πορεία οφείλουμε να λάβουμε δύσκολες αποφάσεις, να είμαστε έτοιμοι για σκληρόν αγώνα. Ο δρόμος που μας οδηγεί στον Θεό είναι στενός και ανηφορικός, και όποιος αποφασίσει να τον περπατήσει πρέπει πρώτα από όλα να απαρνηθεί το δικό του εγωιστικό θέλημα και να υποταχθεί στο θέλημα του Θεού. Σκληρό λοιπόν αγώνισμα η απόκτηση της ταπεινοφροσύνης και η καταπολέμηση του εγωισμού μας.

Μας ερωτά ο αββάς Ισαάκ: *"άνθρωπε ταπεινέ, θέλεις να βρεις την αιώνιο ζωή? Κράτησε την πίστη και την ταπείνωση στον εαυτό σου, διότι χάρις σε αυτά βρίσκεις το έλεος και την βοήθεια του Θεού. Θέλεις να αποκτήσεις αυτά, που είναι για αιώνια ζωή? Περπάτησε με απλότητα την οδό της ζωής σου, και μην γίνεσαι σοφός ενώπιον του Θεού, καθ' ότι στην απλότητα ακολουθεί η πίστη, ενώ στην γνώση και την αναστροφή των λογισμών σου ακολουθεί η υψηλοφροσύνη, που σε απομακρύνει από τον Θεό".*

Ο Αββάς Ισαάκ έχει πολύτιμα διδάγματα για τον πνευματικόν αγώνα που αναλαμβάνει κάθε χριστιανός, προειδοποιώντας για τις παγίδες του πονηρού και τον πόλεμο κατά της αμαρτίας και των παθών. Στον αγώνα αυτόν η βοήθεια του Θεού είναι αναγκαία. *"Να θυμάσαι πάντοτε τον Θεό με την προσευχή. Τότε ασφαλώς και ο Θεός θα σε θυμηθεί, όταν περιπέσεις σε κακά, για να σε λυτρώσει από αυτά. Πριν ακόμη αρχίσει ο πόλεμος, να επιζητάς την συμμαχία. Πριν αρρωστήσεις, προσκάλεσε τον γιατρό και πριν περιπέσεις στις διάφορες θλίψεις, να προσευχηθείς στον Θεό, ώστε κατά την επιδρομή των λυπηρών να έχεις εξασφαλίσει την ακατανίκητη βοήθεια του Θεού".* Η προσευχή στον Θεό αποτελεί πολύτιμο όπλο στον πνευματικό μας αγώνα.

Για να έχουμε πρόοδο στα πνευματικά πρέπει να αγωνισθούμε σκληρά και επίμονα να **περιορίσουμε τα αίτια των παθών**, να τα περιστείλουμε μέχρι να μπορέσουμε να τα εξαλείψουμε τελείως και να απαλλαγούμε από αυτά. Γράφει ο αββάς Ισαάκ: *"Πόσο γλυκιές φαίνονται οι αιτίες και οι αφορμές των παθών! Και τα μὲν πάθη μπορεί κανείς ενίοτε να τα κόψει, και μετά την παύση αυτών γαληνεύει και ευφραίνεται, αλλά δεν μπορεί να αφήσει με ευκολία και τις αιτίες των παθών. Γι' αυτό και χωρίς να το θέλουμε μπαίνουμε σε πειρασμό. Και ενώ λυπούμαστε για τα πάθη, αγαπάμε τις αφορμές των παθών, και ενώ τις αμαρτίες δεν επιθυμούμε, τις αφορμές των αμαρτιών δεχόμαστε με ηδονή, γι' αυτό οι αιτίες και οι αφορμές γίνονται τα αίτια των παθών. Όποιος αγαπά τις αφορμές και τις αιτίες των παθών, αυτός ακουσίως και χωρίς να το θέλει γίνεται υποχείριο και δούλος των παθών...επειδή η φύση του ανθρώπου από αυτά εύκολα κλίνει στα πάθη της αμαρτίας και γι' αυτό ο άνθρωπος οφείλει να προφυλάσσεται καλά από αυτά. Όποιος όμως μισεί τις αμαρτίες του, τις εξομολογείται, και συγχωρείται. Είναι αδύνατον να αφήσει κανείς με άλλον τρόπο την συνήθεια της αμαρτίας, ει μη μόνον εάν αποκτήσει έχθρα προς αυτήν. Και είναι αδύνατον να πετύχει την άφεση των αμαρτιών του εάν δεν τις εξομολογηθεί. Διότι η έχθρα για την αμαρτία είναι ένδειξη αληθούς ταπεινώσεως, η εξομολόγηση ένδειξη κατανύξεως, που προκύπτει στην καρδιά από την ντροπή για τις αμαρτίες".* Αυτός που με συντριβή καρδιάς και ειλικρινή μετάνοια αξιώνεται να δει και να γνωρίσει την δική του αδυναμία και ασθένεια, και γι' αυτό θεωρείται ανώτερος από αυτόν που αξιώνεται να δει αγγέλους, σημειώνει σε άλλο σημείο ο αββάς Ισαάκ.

Χρειάζεται επίσης μεγάλη διάκριση ώστε να μισήσουμε τα αίτια της αμαρτίας αλλά να σταθούμε με αγάπη στον αμαρτωλό άνθρωπο. Αυτό είναι το παράδειγμα των αγίων Πατέρων της Εκκλησίας. *"Να μην μισήσεις τον αμαρτωλό, διότι όλοι είμαστε υπεύθυνοι. Και αν παρακινείσαι εναντίον του από ζήλον Θεού, να κλάψεις για τον αμαρτωλό και να μην τον μισήσεις, αλλά να μισήσεις τις αμαρτίες του. Να προσευχηθείς γι' αυτόν, για να μοιάσεις στον Χριστό, που δεν αγανακτούσε εναντίον των αμαρτωλών, αλλά ευχόταν περισσότερο γι' αυτούς και έκλαψε για την Ιερουσαλήμ(Ματθ 23, 37). Και εμείς εξαπατώμαστε σε πολλές περιπτώσεις από τον διάβολο. Αν μισείς τον αμαρτωλό, δείχνεις με αυτόν τον τρόπο ότι και συ είσαι αμαρτωλός, επειδή δεν έχεις αγάπη. Εκείνος που έχει αποστερηθεί την αγάπη, έχει χάσει τον Θεό, διότι ο Θεός είναι κυρίως αγάπη. Μην μισείς λοιπόν και μην καταδιώκεις τον αμαρτωλό...μιμήσου την ευσπλαχνία και την αγαθότητα του Θεού και γίνε οικτίρμων προς τον συνάνθρωπό σου τον αμαρτωλό, για να κερδίσεις από τον Θεό την μέγιστη συμπάθεια Του, με την μικρή δική σου συμπάθεια".*

Χρειάζεται λοιπόν μεγάλη προσοχή ακόμη και σε αυτά που λογίζονται μικρά πάθη. Γράφει σχετικώς ο αββάς Ισαάκ: *"Τα πάθη μοιάζουν με τα μικρά σκυλάκια, που έχουν συνηθίσει να συγχάζουν έξω από τα κρεοπωλεία. Αυτά λοιπόν φεύγουν αμέσως μόλις τους βάλει κάποιος τις φωνές. Όταν όμως τα αφήσει ελεύθερα, αποθρασύνονται και επιτίθενται ως μεγάλοι λέοντες. Εκμηδένισε και αποδίωξε την μικρή επιθυμία, που μόλις άρχισε να κινείται στην ψυχή σου, για να μην καταφλεχθείς από το σφοδρό της πυρ, όταν πλέον θα έχει γιγαντωθεί μέσα σου. Διότι η φροντίδα που επιδεικνύουμε εγκαίρως και η υπομονή να εξαλείψουμε τα διάφορα μικρά πράγματα, απομακρύνουν τον θανάσιμο κίνδυνο που προκαλούν τα μεγάλα πάθη".*

Τα μικρά ή τα μεγαλύτερα πάθη, σύμφωνα με την διδασκαλία των Πατέρων έχουν τρεις μεγάλες βασικές πηγές από όπου προέρχονται οι υπόλοιπες αμαρτίες, την φιλαργυρία, την φιληδονία, και την κενοδοξία-εγωισμό. **Αστείρευτη πηγή παθών είναι ο εγωισμός και η κενοδοξία**, καθώς ανθίζει εκεί που λείπει η ταπείνωση και πλεονάζει η υπερηφάνεια.

Ιδού τι γράφει ο Αββάς Ισαάκ: *"Η δόξα του κόσμου τούτου, που δημιουργείται από τους επαίνους των ανθρώπων, μοιάζει με βράχο της θάλασσας που τον σκεπάζουν*

τα νερά και δεν φαίνεται. Ο ναυτικός περνά πάνω από τον ύφαλο ανύποπτος, συγκρούεται και ανοίγει τρύπα στο πλοίο, γεμίζει αμέσως νερά και βυθίζεται. Έτσι και η κενοδοξία δεν σταματά να γεμίζει την ψυχή του κενοδόξου με τα πικρά και αφρισμένα κύματα της κοσμικής ματαιότητας, μέχρις ότου τον βυθίσει μέσα στα διάφορα πάθη και τον καταστρέψει". Ας είμαστε προσεκτικοί στο ύπουλο πάθος της κενοδοξίας και ας το καταπολεμούμε με αληθινή ταπεινοφροσύνη, πένθος καρδίας και θερμή προσευχή.

Τον τρόπο να αγωνιζόμαστε κατά των παθών και να απομακρυνόμαστε από την αμαρτία μας τον παρουσιάζει ο αββάς Ισαάκ ως εξής: *"Προσπάθησε να ελευθερώνεις τον εαυτό σου από κάθε σύνδεσμο με τον εξωτερικό κόσμο και τότε ασφαλώς θα μπορέσεις να συνδέσεις την καρδιά σου με τον Θεό. Διότι του συνδέσμου με τον Θεό προηγείται η απαλλαγή από τα δεσμά της ύλης. Και ο άνθρωπος που θέλει να ανυψωθεί στο επίπεδο της Χάριτος και να διευρύνει τον ψυχικό του κόσμο στα θεία, οφείλει να αποξενωθεί από όλες τις κοσμικές ματαιότητες, όπως ακριβώς το νήπιο, πριν λάβει στερεά τροφή, απογαλακτίζεται από την μητέρα του. Στους πνευματικούς αγώνες η σωματική εργασία (δηλ. σωματικές κακουχίες, νηστείες κλπ.) προηγείται της ψυχικής εργασίας (δηλ. της νοεράς προσευχής και της θεωρίας)...Εκείνος που δεν ευδοκίμησε στην σωματική εργασία, ούτε και στην ψυχική θα μπορέσει να καρποφορήσει, διότι η ψυχική εργασία γεννιέται από την σωματική, όπως ακριβώς το στάχυ από τον γυμνό κόκκον του σιταριού".*

Και συνεχίζει ο όσιος σημειώνοντας την σημασία του προσωπικού αγώνα για την σωτηρία της ψυχής πριν να αναλάβουμε οποιοδήποτε άλλο έργο ή διακόνημα: *"Αγάπησε την απραξία της κατά Θεόν ησυχίας περισσότερο από τον χορτασμό των πεινασμένων όλης της γης και από την επιστροφή πολλών εθνών στην θεογνωσία. Διότι είναι προτιμότερο για σένα να απαλλάξεις τον εαυτόν σου από τα δεσμά της αμαρτίας, παρά να ελευθερώσεις άλλους δούλους από την δουλεία τους στην αμαρτία".*

Σημάδι ότι έχουμε προοδεύσει στον αγώνα κατά των παθών είναι να αποκτήσουμε καθαρά καρδιά. Τι είναι η καθαρότητα της καρδιάς?, μας απαντά ο Αββάς Ισαάκ: *"Είναι η τέλεια λησμοσύνη και άγνοια των τρόπων της πονηράς δευτέρας φύσεως του ανθρώπου, που προέρχονται από την παρακοή και τους*

οποίους τρόπους εφηύρε και αύξησε η αμαρτωλή μας φύση από τα πράγματα του παρόντος κόσμου. Εκείνος που θα κατορθώσει να βγάλει έξω από την ψυχή του όλες τις παρά φύσιν καταστάσεις και ασχήμιες και θα φθάσει στο σημείο να λησμονήσει όλα αυτά, εξ αιτίας της ηθελημένης άγνοιας αυτών και της απραξίας περί την αμαρτίαν, είναι φανερό ότι επανέκτησε την προ της πτώσεως του ανθρώπου απλότητα και ακακία και έγινε, κατά την προαίρεση και την ψυχική κατάσταση, ένα πραγματικό αθώο νήπιο, χωρίς να έχει και τα ελαττώματα του νηπίου".

Πως αποκτούμε τις αρετές? Με την τήρηση των εντολών του Θεού, μας απαντά ο Αββάς Ισαάκ. "Η εργασία της αρετής είναι η φύλαξη των εντολών του Κυρίου. Και οι μεν εντολές είναι σαν τα όργανα, ενώ οι αρετές είναι τα αποτελέσματα των εντολών. Έτσι λ.χ. μέσω της εντολής του Χριστού να μην αντιστεκόμαστε στον κακό άνθρωπο και να μην ανταποδίδουμε, αποκτά κανείς την αρετή της μακροθυμίας. Διά της εντολής που μας έδωσε να γυρίζουμε και το άλλο μάγουλο όταν μας κτυπούν, αποκτούμε τη υπομονή. Διά της εντολής που μας έδωσε ο Κύριος να μην κατακρίνουμε, αποκτούμε την πραότητα".

Η τήρηση των εντολών του Κυρίου συνοδεύεται και από σωματικό κόπο και επίμοχθη προσπάθεια. "Λάμπρυνε, αδελφέ,(λέει ο Αβάς Ισαάκ) το κάλλος της ψυχής σου με δάκρυα και νηστείες και την υπόλοιπη κακουχία. Διότι θλίψη που γίνεται για τον Θεό, είναι καλύτερη από μεγάλο έργο, που συντελείται χωρίς στενοχώρια. Διότι η θεληματική θλίψη είναι κριτήριο της ανόθευτης αγάπης, ενώ το έργο της αναπαύσεως (δηλ. της έλλειψης προσπάθειας) προέρχεται από την πόρωση της συνειδήσεως. Γι' αυτό και οι άγιοι δοκιμάσθηκαν στις θλίψεις και όχι στην άνεση. Η πνευματική εργασία, που γίνεται χωρίς κόπο, είναι η αρετή των κοσμικών, που κάνουν ελεημοσύνες, για να επιδειχθούν στους άλλους και έτσι δεν κερδίζουν τίποτε για τον εαυτόν τους".

Ιδίως για την ωφέλεια της νηστείας γράφει ο αββάς Ισαάκ τα ακόλουθα: "Η νηστεία είναι υπερασπιστής και φύλακας κάθε αρετής, αρχή του αγώνα, και στεφάνι των εγκρατευτών, το κάλλος της παρθενίας και της καθαρότητας, και η λαμπρότητα της σωφροσύνης. Η νηστεία είναι η αρχή της χριστιανικής οδού, και η μητέρα της προσευχής, η πηγή της σωφροσύνης και της φρονήσεως, η διδάσκαλος της ησυχίας, η οδηγός όλων των καλών έργων. Και καθώς στους υγιείς

οφθαλμούς ακολουθεί η λάμψη του φωτός, έτσι και στην νηστεία που γίνεται με διάκριση ακολουθεί η επιθυμία της προσευχής".

Αλλά και η αρετή της ελεημοσύνης μας βοηθάει να πλησιάσουμε με καθαρή καρδιά τον Θεό, μας λέγει ο αββάς Ισαάκ. "Τίποτε άλλο δεν δύναται να πλησιάσει τόσο την καρδιά στον Θεό, όσο η ελεημοσύνη. Και τίποτε άλλο δεν προξενεί απόλυτη αταραξία στον νου, όσο η εκούσια πτωχεία. Καλύτερα για σένα να ονομάζεσαι από τους άλλους αμαθής για την απλότητά σου, παρά σοφός και τέλειος κατά τον νου για την δόξα των ανθρώπων. Όταν δίνεις ελεημοσύνη, δίνε με μεγαλοψυχία πλουσιοπάροχα, και με χαρούμενο πρόσωπο, και περισσότερο από όσο σου ζήτησαν, διότι λέγει η παροιμία, απόστειλον τον ψωμόν σου κατά πρόσωπον του πτωχού, και μετ' ου ολίγονενυρήσει ανταπόδοσιν. Μην διακρίνεις τον πλούσιο από τον φτωχό, ούτε να θέλεις να μάθεις τον άξιο ή τον ανάξιο, αλλά όταν πράττεις το καλό, έχε όλους τους ανθρώπους ίσους, διότι με αυτόν τον τρόπο θα ελκύσεις και άλλους στο καλό, επειδή η ψυχή γρήγορα έλκεται από τα σωματικά στον φόβο του Θεού".

Πολλές φορές θα έρθουμε αντιμέτωποι με πειρασμούς και δοκιμασίες στην πνευματική μας προσπάθεια, και θα πρέπει να είμαστε προετοιμασμένοι να τους αντέξουμε. "Παλαιά συνήθεια έχει ο αντίπαλός μας διάβολος να μηχανεύεται και να μεταχειρίζεται διάφορα όπλα κατά των κατερχομένων στον πνευματικό αγώνα, και ανάλογα με τον σκοπό του καθενός μεταβάλλει και αυτός τον τρόπο του πολέμου. Και όποιος βλέπει αμελή στην προαίρεση και ασθενή στους λογισμούς, τον πολεμεί εξ αρχής σφόδρα, και διεγείρει εναντίον του δυνατούς πειρασμούς, για να τον κάνει να γευθεί τους τρόπους της δικής του πονηρίας, και να δειλιάσει στην αρχή του αγώνα, και να του φανεί εξ αρχής τραχειά και δυσκολοδιάβατη η οδός της ζωής, και να σκέφτεται ότι εάν η αρχή της οδού αυτής είναι τόσο δύσκολη και σκληρή, ποιος μπορεί να αντέξει στους πολλούς αγώνες μέχρι τέλους? Και έτσι δεν μπορεί να ησυχάσει ούτε να προκόψει σε κάποια αρετή ούτε να σκεφθεί κάτι άλλο, παρασυρόμενος από αυτήν την ιδέα. Ο Διάβολος αυξάνει τον πόλεμο σε αυτόν, για να τον αναγκάσει να εγκαταλείψει".

Δεν πρέπει όμως οι πειρασμοί να μας τρομάζουν και να μας αποθαρρύνουν, διότι έρχονται κατά παραχώρησιν του Θεού ώστε να δοκιμασθούμε και να ωφεληθούμε πνευματικά. "Ο πειρασμός ωφελεί κάθε άνθρωπο...Οι αγωνιστές

πειράζονται, για να αυξήσουν τον πνευματικό τους πλούτο, οι αμελείς για να προφυλαχθούν από όσα τους βλέπουν, όσοι βρίσκονται μακριά του Θεού για να Τον πλησιάσουν, και οι φίλοι του Θεού, για να έχουν παρρησία. Κάθε υιός αγύμναστος δεν δέχεται τον πλούτο της βοήθειας του ουρανίου του Πατέρα. Γι' αυτό λοιπόν ο Θεός πρώτα πειράζει και δοκιμάζει τον δούλο Του, και έπειτα του δείχνει το χάρισμα. Ας είναι δοξασμένο το όνομα του Δεσπότη ημών, ο Οποίος διά των πικρών φαρμάκων μας δίνει την γλυκιά υγεία"

Ο Θεός γνωρίζει την ωφέλεια που προέρχεται από τους επερχομένους πειρασμούς και γι' αυτό παραχωρεί δοκιμασίες στους πνευματικούς αγωνιστές για να ενισχυθεί η αγωνιστικότητά τους, να ενισχυθεί η εμπιστοσύνη τους στην Θεία Πρόνοια, να ταπεινωθούν και να πλησιάσουν τον Θεό.

"Και όταν η θεία χάρη στερεώσει το φρόνημα του αγωνιστή στα θεία πράγματα και στην εμπιστοσύνη στον θεό, τότε αρχίζει λίγο λίγο να εισέρχεται σε πειρασμούς. Και παραχωρεί ο Θεός να έλθουν σε αυτόν αρκετοί πειρασμοί ανάλογα με την δύναμή του, για να μπορέσει να βαστάξει την ορμή και την δύναμη των πειρασμών, και μαζί με τους πειρασμούς πλησιάζει σε αυτόν φανερά και η θεία βοήθεια προς ενίσχυσίν του, μέχρις ότου βαθμιαία γυμνασθεί και αποκτήσει φρόνηση και σοφία, ώστε να περιφρονεί τους εχθρούς του λόγω της εμπιστοσύνης του στον Θεό. Διότι είναι αδύνατον χωρίς πειρασμούς να γίνει κανείς σοφός στους πνευματικούς πολέμους, και να γνωρίσει την Θεία Πρόνοια, και να αισθανθεί την δύναμη του Θεού, και να στερεωθεί στην πίστη του. Και όλα αυτά γίνονται μέσα από δοκιμασία.

Όταν η θεία χάρη δει ότι ο άνθρωπος άρχισε με τον λογισμό να υψηλοφρονεί, ευθύς παραχωρεί να έλθουν σε αυτόν ισχυρότεροι πειρασμοί, να τον πολεμήσουν και να τον νικήσουν, για να γνωρίσει την δική του αδυναμία, να καταφύγει και να πλησιάσει με ταπείνωση στον Θεό".

Τις δοκιμασίες και τους πειρασμούς πρέπει να αντιμετωπίσουμε με υπομονή, χωρίς γογγυσμούς και έχοντας την ελπίδα μας στον Θεό. Ο Αββάς Ισαάκ ο Σύρος λέγει: *"Παραχωρεί ο Θεός να πέσεις σε πειρασμό, για να χτυπήσεις με επιμονή την θύρα του ελεούς Του και από τον φόβο των θλίψεων, να εμφυτευθεί μέσα στην διάνοιά σου η ενθύμηση του Θεού και να Τον πλησιάσεις με τις*

προσευχές, οπότε και θα αγιασθεί η καρδιά σου από την διαρκή ενθύμηση του ονόματος του Θεού. Όταν μάλιστα Τον παρακαλείς με πίστη, θα σε εισακούσει και θα μάθεις ότι ο Θεός είναι ο Λυτρωτής σου. Και τότε θα καταλάβεις ότι ο Πλάστης σου σε ενισχύει και σε φρουρεί. Διότι η σκέπη του Θεού και η πρόνοιά Του περιλαμβάνει όλους τους ανθρώπους. Δεν γίνεται όμως ορατή παρά μόνον από εκείνους, που καθαρίστηκαν από την αμαρτία και μελετούν συνεχώς τον νόμο του Θεού, κατ' εξαίρεσιν φανερώνεται σε αυτούς η βοήθεια και η πρόνοια του Θεού, όταν εισέλθουν σε μεγάλο πειρασμό χάριν της αλήθειας. Τότε δηλ. αισθάνονται πολύ καθαρά, με την αίσθηση του νου, την βοήθεια του Θεού".

Να έχουμε θάρρος στον πνευματικό μας αγώνα γιατί έχουμε συμπαραστάτη τον Θεό, Σε Αυτόν να στηρίζουμε όλην μας την ελπίδα και να επιδείξουμε πίστη στην Θεία Πρόνοια. Ας δούμε τι γράφει σχετικώς ο αββάς Ισαάκ: *"Πρέπει να προηγηθεί ο κόπος και ο ιδρώτας για τον Θεό, που προέρχεται από την καλλιέργεια των αρετών η γνήσια και αληθινή ελπίδα προς τον Θεό. Και συ λοιπόν, εάν πράγματι πιστεύεις, ότι ο Θεός φροντίζει για τα πλάσματά Του και είναι παντοδύναμος, πρέπει να παρουσιάσεις έργα στον Θεό που να αρμόζουν στην πίστη αυτήν. Τότε εφ' όσον θα εργάζεσαι για τον Θεό θα έχεις την μοναδική ευκαιρία ο Ίδιος ο Θεός να ακούει ευχαρίστως τα αιτήματά σου και να σου χορηγεί όσα έχεις ανάγκη. Εκτός της φροντίδας αυτής θα σε προφυλάσσει ο Θεός από όλους τους κινδύνους, τις ζημιές, τις θλίψεις στις οποίες υπόκειται ο άνθρωπος".*

Η προσευχή αποτελεί πολύτιμο όπλο στον πνευματικό μας αγώνα, με μεγάλη αξία που δεν πρέπει να παραθεωρείται. Για την αξία αλλά και την γλυκύτητα της προσευχής μας μιλάει ο Αββάς Ισαάκ: *"Η προσευχή είναι καταφύγιο βοήθειας, πηγή σωτηρίας, θησαυρός πεποιθήσεως, και λιμάνι που σώζει τον άνθρωπο από την τρικυμία των πειρασμών, και φως σε αυτούς που βρίσκονται στο σκοτάδι, στήριγμα των ασθενών, και σκέπη σε καιρό πειρασμών, βοήθεια στην κορύφωση της ασθένειας, και ασπίδα λυτρωτική στους αοράτους πολέμους, βέλος κατά των δαιμόνων, και γενικά όλα τα καλά διά της προσευχής εισέρχονται στον άνθρωπο...όταν ο άνθρωπος κατανοήσει όλα αυτά, τότε αποκτά την προσευχή στην ψυχή του ως θησαυρό, και από την πολλή του χαρά και αγαλλίαση μεταβάλλει τον τρόπο της προσευχής του σε ευχαριστία...η προσευχή είναι χαρά, που αναπέμπει ευχαριστία στον Θεό".*

"Πόσα καλά γεννώνται στον άνθρωπο από τους αγώνες. Πολλές φορές ενώ ο άνθρωπος βρίσκεται γονατιστός στην προσευχή, έχοντας τα χέρια του απλωμένα στον ουρανό και ατενίζοντας στον Σταυρό του Χριστού, έχοντας συγκεντρωμένες τις ενθυμήσεις και τον νου στον Θεό, και να δέεται και να παρακαλεί με κατάνυξη και δάκρυα τον Θεό, την ώρα αυτήν έρχεται στην καρδιά ηδονή και άπειρη γλυκύτητα, και παραλύονται μέλη του σώματος, οι οφθαλμοί του σκεπάζονται, το πρόσωπο κλίνει προς την γη, οι ενθυμήσεις και οι λογισμοί του μεταλλάσσονται, από την πολλήν χαρά που κινείται σε όλο του το σώμα"

Όσο περισσότερο ο χριστιανός αγωνίζεται στα πνευματικά και με την χάρη του Θεού προχωρεί, τόσο περισσότερο η διάνοια και η καρδιά και η ψυχή του θα αποβάλλει την ασχήμια της αμαρτίας και της εμπαθούς κατάστασεως και θα γεμίσει από το φως και την ομορφιά του Θεού. Όλη του η ζωή θα στρέφεται γύρω από τον Θεό. Ο Αββάς Ισαάκ περιγράφει την πνευματική αυτήν κατάσταση ως εξής: *"όσο ο άνθρωπος καταφρονεί τον παρόντα κόσμο και καταγίνεται στον φόβο του Θεού με σπουδή, τόσο περισσότερο η Θεία Πρόνοια πλησιάζει σε αυτόν και μυστικώς αισθάνεται την βοήθειά της και δίνονται σε αυτόν καθαροί λογισμοί"...*"Το θεμέλιο όλων των καλών έργων και η ανάκληση της ψυχής από την αιχμαλωσία του διαβόλου και η οδός που φέρνει τον άνθρωπο στο φως και στην ζωή, συνίσταται στα ακόλουθα δύο, πρώτον στο να συγκεντρώνει κανείς τον εαυτό του και να ησυχάζει σε ένα τόπο, και δεύτερον στο να νηστεύει, δηλ. να βάλει κανόνα εγκράτειας στον εαυτό του...και αδιαλείπτως να καταγίνεται στην φροντίδα και μελέτη του Θεού".

Ο άνθρωπος που κατόρθωσε μετά πολλών πνευματικών αγώνων να καθαρίσει την καρδιά του και την ψυχή του από τις ρίζες των παθών και των αμαρτωλών επιθυμιών θα αισθανθεί την αγάπη του Θεού να τον πλημμυρίζει και να τον μεταμορφώνει ολοκληρωτικά σε μία νέα φωτεινή προσωπικότητα. Αυτήν την θεϊκή αλλοίωση που υφίσταται ο πιστός που αγωνίσθηκε τον πνευματικόν αγώνα και αναδείχθηκε νικητής, αξιωθείς της παρουσίας του Θεού, μας την περιγράφει ο αββάς Ισαάκ ως εξής: *"Ανάλογα με τηνένταση της επελθούσης αγάπης του Θεού παρατηρείται στον άνθρωπο αυτό μία ασυνήθιστη αλλοίωση και μεταβολή. Η εσωτερική αυτή αλλοίωση γίνεται αισθητή και από ωρισμένα εξωτερικά γνωρίσματα. Έτσι, το πρόσωπο του ανθρώπου γίνεται φωτεινό, σαν να βρίσκεται*

κοντά στην ακτινοβολία της φλόγας και διανθίζεται από χαρά. Το σώμα του θερμαίνεται. Από τον άνθρωπο που κατελήφθη και αισθάνθηκε την συντριπτική αυτή αγάπη προς τον Θεό, αναχωρεί πλέον ο φόβος και η ντροπή, διότι εφ' όσον αγαπά τον Θεό ούτε Τον φοβάται ούτε νοιώθει συστολή μπροστά Του. Επίσης εξαφανίζεται από τον άνθρωπο αυτόν η δύναμη που αποσπά τον νου του σε άλλες σκέψεις, διότι έχει πλέον απορροφηθεί από τον Θεό".

Ας ευχηθούμε και εμείς να αναλάβουμε τον πνευματικό αγώνα που μας περιμένει, να αγωνισθούμε και να βγούμε νικητές ενάντια στα πάθη και τις αμαρτίες και να αξιωθούμε από τον Θεό της χάριτος και της παρουσίας Του να μας κατακλύζει και να μας οδηγεί στην πνευματικήν αυτήν αλλοίωση ώστε όλη μας η ύπαρξη να έχει ταυτισθεί με το θέλημα του Θεού.ΑΜΗΝ.