Οι καρποί της καρδιακής προσευχής (Γέροντας Κλεόπας Ηλίε)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 31 Οκτωβρίου, 2016

Κατά τις διδασκαλίες των Αγίων Πατέρων και των μεγάλων εργατών της προσευχής, ο **πρώτος καρπός** αυτής είναι **η προσοχή** και **μετά η σεμνότητα**. Αυτοί οι δύο καρποί, αν και φαίνονται πολύ μικροί, όμως εκδηλώνονται πριν από τους άλλους στον αγωνιστή της ιεράς προσευχής. Αποκτούνται με την επίμονη εξάσκηση σε οποιοδήποτε είδος προσευχής, αλλά ιδιαίτερα και εμφανέστερα στην εξάσκηση της νοεράς μνήμης του Ιησού, που είναι έργο ανώτερο από την ανάγνωση των ψαλμών, την ψαλμωδία και τις άλλες προφορικές προσευχές.

Ο **τρίτος καρπός** αυτής της νοεράς προσευχής που γεννιέται κατά σειρά με τη βοήθεια των άλλων δυο καρπών, είναι η **ταπείνωση**. Όλοι αυτοί οι καρποί, καθώς και η αληθινή προσευχή, είναι δώρα του Θεού. Ο **τέταρτος καρπός** είναι **η συγκέντρωση των σκέψεών μας**. Ο **πέμπτος** είναι η **ευλάβεια**. Ο **έκτος** είναι ο **φόβος του Θεού**, ο **έβδομος η μνήμη του θανάτου, ο όγδοος η ειρήνη των λογισμών, ο ένατος η θερμότητα της καρδιάς, ο δέκατος η συγκέντρωση της προσοχής στην καρδιά, ο ενδέκατος καρπός είναι η συνεχής παρακολούθηση στα σφάλματα και τις αμαρτίες μας**, από τη μνήμη των οποίων αυξάνεται μέσα μας η ταπείνωση και μετατρέπεται σε πένθος.

Ο **δωδέκατος καρπός είναι η αίσθηση της παρουσίας του Θεού, του θανάτου, της μελλούσης κρίσεως και οι σκέψεις για τα βάσανα της κολάσεως. Ο δέκατος τρίτος καρπός είναι η απομάκρυνση και το μίσος του νου μας για καθετί απολαυστικό αυτού του κόσμου και η παραμονή του στην καρδιά μας**. Διότι με αυτή την συνήθεια της βυθίσεως και παραμονής τού νου στην καρδιά μας, αυτή η ίδια η καρδιά αποκρούει και μισεί όλες τις αισθητές απολαύσεις και τα έργα των εμπαθών ανθρώπων. Αυτό το γεγονός το επιβεβαιώνει και ο **άγιος Διάδοχος επίσκοπος Φωτικής**, όταν λέει: «*Αυτός που εισέρχεται πάντοτε στην καρδιά του, περιφρονεί όλες τις απολαύσεις αυτής της ζωής. Και τούτο διότι επισκιάζεται από το Πνεύμα του Θεού και δεν μπορεί πλέον να αγαπά τις σωματικές απολαύσεις*» (Από τα γνωστικά του κεφάλαια).

Επίσης απαλλάσσεται από την πλάνη των φαντασιών, από την εισβολή των κακών λογισμών και μισεί καθετί το φανταστικό και ψεύτικο. Έτσι λοιπόν, αφού κατέβει ο νους με εσωτερική ησυχία και χωρίς κακές σκέψεις στην καρδιά για να ενωθεί με τον ενδιάθετο λόγο, αποβάλλει όλες τις παραστάσεις και αμαρτωλές μορφές και

φανταστικές εικόνες η καρδιά, όπου είναι η κατοικία τους, όπως το φίδι βγάζει το δέρμα του, όταν περάσει μέσα από ένα στενό τόπο.

Ο άνθρωπος που θα συνηθίσει να κρατά τον νου στην καρδιά, θα επιθυμεί πάντοτε να κλείνει την πόρτα του κελλιού του και να ησυχάζει, να κλείνει την πόρτα του στόματός του και να σιωπά, και την εσωτερική πόρτα του ενδιάθετου λόγου της καρδιάς, για να εμποδίζει τους διαφόρους κακούς λογισμούς, με τους οποίους ο άνθρωπος γίνεται ακάθαρτος ενώπιον του Θεού που εξετάζει «*νεφρούς και καρδίαν*» (Αποκ. 2:23). Γι' αυτό μας συμβουλεύει ο **άγιος Ιωάννης της Κλίμακος**: «*Κλείσε την θύρα του κελλιού σου για το σώμα, την θύρα του στόματός σου για να μη συνομιλείς με άλλους ανθρώπους και την εσωτερική θύρα για την απόκρουση των κακών πνευμάτων*».

Ο **δέκατος τέταρτος καρπός** που γεννιέται από την εργασία της προσευχής του Ιησού συνίσταται στο ότι, όταν βυθίζεται ο νους στην καρδιά και βλέπει με τα νοερά μάτια την φοβερή μορφή της αμαρτίας, η οποία εκδηλώνεται με αηδιαστικές παραστάσεις που φέρνει μέσα του με την επιρροή των αισθήσεων και του κόσμου, όπως λέει ο **άγιος Γρηγόριος Θεσσαλονίκης**, τότε αρχίζει η καρδιά και αποκτά ταπείνωση, πένθος και δάκρυα. Και πώς να μην ταπεινωθεί μια αμαρτωλή ψυχή, όταν βλέπει την άθλια καρδιά να κυριεύεται από ένα βαθύ σκοτάδι που προήλθε από τις αμαρτίες της, τις οποίες έκανε με τη σκέψη, τον λόγο και το έργο; Διότι, όπως λέει ο **άγιος Μάρκος ο Ασκητής**, «*αυτός που έχει λογισμούς κακίας, πώς να δει τις αμαρτίες του; Επειδή αυτός που καλύπτεται από διάφορες σκέψεις, σκεπάζει την θύρα της ψυχής. Και αυτό το σκοτάδι έχει την αρχή του στις πονηρές έννοιες και τα έργα*».

Πώς να μην κλάψει και να μην λυπηθεί ο χριστιανός, όταν βλέπει το νοερό μέρος της ψυχής γεμάτο από λογισμούς αλαζονείας, από ασεβείς επιθυμίες, από σκέψεις βλασφημίας και διαβολικές προτροπές; Πώς να μη θρηνήσει, όταν βλέπει το επιθυμητικό μέρος της ψυχής να είναι αιχμαλωτισμένο από θεομίσητους λογισμούς και την ψυχή κυριευμένη από πονηρές σκέψεις να καταφέρεται επαναστατικά κατά του πλησίον; Με ένα λόγο, πώς να μην ταπεινωθεί και να μη χύσει ματωμένα δάκρυα ή πώς να μην κραυγάσει προς τον Ιησού με ψυχική οδύνη, για να σωθεί και να θεραπευθεί, όταν βλέπει την καρδιά του δεμένη με τόσα αναρίθμητα πάθη, τυφλή από αναισθησία, σκληρή και τραυματισμένη από τόσες πληγές; Κατόπιν, όταν ο άνθρωπος δει ότι μέσα του δεν είναι πλέον ναός του Θεού και του Πνεύματός Του, αλλά σπήλαιο ληστών και άβυσσος αμαρτίας και κατοικία δαιμόνων, τότε μπορεί με ταπείνωση, πένθος και δάκρυα να ελεηθεί από τον Θεό, να ελευθερωθεί από τα πάθη και να λυτρωθεί από τις εφόδους των πονηρών λογισμών με τη θεία συνέργεια.

Ο **δέκατος πέμπτος καρπός** που γεννιέται από τη νοερά προσευχή συνίσταται στο γεγονός ότι με την επιστροφή του νου στην καρδιά, την επίμονη παραμονή του σ'

αυτήν, τη νήψη και την παρακολούθηση των νοημάτων, ο εσωτερικός κόσμος του ανθρώπου γίνεται σαν ένας καθαρός καθρέφτης, κατά τον **άγιο Κάλλιστο Ξανθόπουλο**, στον οποίο ο νους βλέπει πολύ καθαρά τις πονηρές διαθέσεις της καρδιάς του, τις προσβολές και τις παγίδες των ακάθαρτων πνευμάτων. Συνοπτικά λέμε ότι ο νους αρχίζει να βλέπει καθαρά όλα τα παραπτώματά του, ακόμη και το πιο τελευταίο, και καλεί με μεγάλο πόνο τον Ιησού σε βοήθεια· ζητά να τον συγχωρήσει, μετανοεί, κλαίει, πέφτει κάτω ενώπιον του Κυρίου και προσθέτει δάκρυα επάνω στα δάκρυα, ταπείνωση επάνω στην ταπείνωση και κάνει ό,τι μπορεί για να διορθωθεί και να μην αμαρτήσει πλέον. Γι’ αυτό ο **άγιος Ιωάννης της Κλίμακος** είπε για την προσευχή ότι αυτή θα σου δείξει σε ποια κατάσταση βρίσκεσαι, διότι αυτή είναι το κάτοπτρο του θεολόγου μοναχού, το οποίο δείχνει καθαρά την εσωτερική σου κατάσταση (Λόγος 28ος).

Ο **δέκατος έκτος καρπός**, που είναι και καρπός της επιστροφής του νου στην καρδιά, είναι η εξομοίωση της φύσεώς μας με την καθαρότητα του Θεού που γίνεται με την υπέρ φύση ενέργεια του Αγίου Πνεύματος. Διότι, όπως οι θείοι Πατέρες βρήκαν μερικούς τρόπους και φυσικές μεθόδους για να καθαρίσουν την ανθρώπινη φύση από τα παρά φύση πάθη που εισήλθαν σ’ αυτήν, όπως τη νηστεία, αγρυπνία, χαμευνία, κλίση των γονάτων, εδαφιαίες μετάνοιες, εγκράτεια και άλλες ασκήσεις του σώματος, κατά τον ίδιο τρόπο βρήκαν και αυτή την τέχνη της επιστροφής του νου στην καρδιά, για να καθαρίζονται πληρέστερα και γρηγορότερα τόσο ο νους όσο και η καρδιά. Αυτά τα δύο μέρη της ανθρώπινης υπάρξεως είναι πολύ λεπτά και ευάλωτα στο κακό και με την είσοδο της αμαρτίας μέσα σ’ αυτά επηρεάζονται ταυτόχρονα και τα άλλα μέρη και μέλη του σώματος• διότι πρώτα προσβάλλονται τα λεπτότερα μέρη και κατόπιν τα μεγαλύτερα. Γι’ αυτό, αν καθαριστούμε από τα πρώτα, καθαρίζεται ολοκληρωτικά η φύση μας από τα πάθη και έτσι διευκολύνουμε τον εαυτό μας να δεχθεί την χάρη και ενέργεια του Αγίου Πνεύματος.

Αυτή η τέχνη μας καθαρίζει ευκολότερα από οποιαδήποτε άλλη εργασία, επειδή έχει ως έργο και απασχόληση τη μεγαλύτερη, καθολικότερη και περιεκτικότερη από όλες αρετή, δηλαδή το να αγαπά ο άνθρωπος τον Θεό με όλη του την ψυχή, την καρδιά, τη δύναμη και τη διάνοιά του (Ματθ. 22:37). Για την εκπλήρωση ιδιαίτερα αυτής της εντολής, αλλά και για όλες τις άλλες, προσφέρεται στον άνθρωπο η υπέρ φύση χάρη του Θεού για την υπέρ φύση ζωή.

Ο **δέκατος έβδομος καρπός** της νοεράς και καρδιακής προσευχής είναι: Όταν ο νους συνηθίσει να μπαίνει στην καρδιά και να ομιλεί με τον ενδιάθετο λόγο, βλέπει τον εαυτό του και όλες τις δυνάμεις του• και αυτή η βύθιση του νου στην καρδιά δεν μένει χωρίς ευτυχία και πνευματική χαρά. Όπως ακριβώς όταν κάποιος απουσιάσει για λίγο από το σπίτι του και πάλι επιστρέψει, χαίρεται και ευθυμεί, διότι αξιώθηκε να δει τη σύζυγό του και τα παιδιά του, έτσι συμβαίνει και με τον νου, καθώς λέει ο όσιος Νικηφόρος ο Μονάζων. Με αυτή την νοερά εκ καρδίας προσευχή μπορεί ο

άνθρωπος να φυλάει τον νου και την καρδιά του, αν δεν έφθασε ακόμη στην τέλεια καθαρότητα και απάθεια, δεδομένου ότι αυτό το έργο είναι πολύ δύσκολο στον κόσμο, μάλιστα ακόμη και στην έρημο και ησυχία, λόγω της φιλαυτίας και πλάνης του γένους μας, όπως λέει ο **άγιος Ιωάννης της Κλίμακος**. Πλην όμως μπορούμε να αγωνιζόμαστε όσο είναι δυνατόν για τη κάθαρση από τα πάθη μας, διότι ο Θεός έδωσε στον άνθρωπο την εντολή να φυλάει τη καρδιά του από τα πάθη και τις κακές σκέψεις, λέγοντας: «*Πρόσεχε σεαυτώ, μη γένηται ρήμα κρυπτόν εν τη καρδία σου ανόμημα*» (Δευτ. 15:9). Γι' αυτή την εντολή έγραψε μια ολόκληρη ερμηνευτική πραγματεία ο **Μέγας Βασίλειος**. Παράλληλα και ο **Σολομών** λέει τα εξής: «*Πάση φυλακή τήρει την καρδίαν, εκ γαρ τούτων έξοδοι ζωής*» (Παροιμ. 4:23).

Ο **δέκατος όγδοος** και μεγαλύτερος καρπός της προσευχής είναι η**απόκτηση της αγάπης του Θεού**, η οποία είναι μητέρα όλων των αρετών, επειδή είναι το πλήρωμα όλων των αγαθών έργων, και μέσα στην αγάπη του Θεού περιέχεται και η αγάπη προς τον πλησίον, κατά τη μαρτυρία του **ευαγγελιστή Ιωάννη** που λέει: «*Ο αγαπών τον Θεόν αγαπά και τον πλησίον αυτού*» (Α' Ιω. 4:21). Και σ' αυτές τις δύο εντολές, δηλαδή την αγάπη προς τον Θεό και προς τον πλησίον, περιέχεται όλος ο νόμος και οι προφήτες (Ματθ. 22:40). Με παρόμοιο τρόπο και ο μέγας απόστολος Παύλος λέει ότι η αγάπη είναι το πλήρωμα του νόμου, όταν γράφει στους Ρωμαίους (13:8) «*Ο γαρ αγαπών τον έτερον νόμον πεπλήρωκε*».

Αυτοί λοιπόν και άλλοι πολλοί είναι οι καρποί της καρδιακής προσευχής. Οπότε, μακάρια και τρισμακάρια είναι η ψυχή εκείνη που εργάζεται μυστικά και αληθινά στο ταμείο της καρδιάς και συνομιλεί εκεί με τον Νυμφίο Χριστό· επειδή εργάσθηκε μυστικά εδώ στη γη, θα αμειφθεί στα φανερά από τον επουράνιο Πατέρα μας κατά την ημέρα της μελλούσης κρίσεως, όπου θα αποκαλυφθούν όλα τα μυστικά έργα των ανθρώπων.

[«Λόγος περί των καρπών της καρδιακής προσευχής». Περιοδικό "Ο ΟΣΙΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ", Έκδ. Ι. Μ. Οσίου Γρηγορίου Αγίου Όρους, τ. 9 (1984), σελ. 33]

(Πηγή ηλ. κειμένου: koinoniaorthodoxias.org)