

# Επιστολή Γέροντος Ιωσήφ του Ησυχαστού προς Μοναχό Παντελεήμονα

/ Αφιέρωμα στον Όσιο Ιωσήφ Ησυχαστή

Άγιος Ιωσήφ Ησυχαστής († 1959)



Άγιον Όρος, τη 7/6/1959

«Ένα πονηματάκι θα γράψω εις τον υιόν μου Παντελεήμων» [1]

Τέκνον μου αγαπητόν Παντελάκη, τα θεία και ιερά σπλάγχνα μου, εύχομαι να είσαι πάντα καλά.

Τούτο όπου βούλομαι να σου γράψω, να το φυλάξης, να το έχης ενθύμιον, να το μελετάς. Και πιστεύω να σου γίνη ωφέλεια.

Ο Θεός, παιδί μου, έπλασε τον άνθρωπον από χύμα. Αφού δηλαδή εδημιούργησεν όλα τα κτίσματα ωςάν ένα περιβόλι, έκαμε τους φωστήρας, και εστόλισε το στερέωμα. Την σελήνην να άρχη όλων των αστέρων της νυκτός, ωςάν ένας πολυέλεος με πολλά φώτα, μικρά και μεγάλα, στολίζων και ωραίζων τον ουρανό. Την δε γήν με πλήθη δενδρύλια, μικρά και μεγάλα. Τα θηρία και ερπετά. Τα πουλάκια παντός μεγέθους, πετώντα υποκάτω του ουρανού. Τα οικιακά ζώα και

πτηνά, διά την χρήσιν του ανθρώπου. Την θάλασσαν με όλα τα γένη των ιχθύων. Όλα διά να εσθίη και να θαυμάζη ο άνθρωπος. Και επάνω εις όλα αυτά έκαμε τον μέγαν φωστήρα· να άρχεται της ημέρας, να θερμαίνη και να περιθάλη τα πάντα με την θερμότητα όπου έχει· και με το φως του να ωραΐζη και να καλλωπίζη τα πάντα. Ο δε άνθρωπος επί τέλους επλάσθη ως βασιλεύς επί πάσι, ως θεατής κληθείς εν θεάτρω. Ω μεγαλείον! Ω τιμή εις τον άνθρωπον! Όλα, τα πάντα υμνολογούν τον Θεόν, έμψυχα και άψυχα. Αλλα με την φωνήν τους, άλλα με την κίνησιν των φύλλων των· το καθένα έχει και ιδίαν φωνήν· και ένα μικρόν χορταράκι, εάν το θλίψης, φωνάζει· η μυρωδιά όπου βγάζει είναι η ειδική του φωνή.



Όλα αυτά λοιπόν όπου αναφέρει η Αγία Γραφή, όλα έγιναν διά τον άνθρωπον. Δι΄



αυτό και τέλος Πάντων, τον άνθρωπον έπλασε, διά να τα ιδή όλα λίαν καλά, και να τέρπεται αγαλλόμενος εις την θεωρίαν τους.

Πώς δε η πλάσις του; Έλαβεν χώμα, όπου είναι η ταπεινότερος ύλη, διά να είναι πάντοτε ταπεινός -ουδέν του χώματος ταπεινότερον- εσχεδίασε το κεραμιδένιο σπιτάκι και εμφυσήσας αυτό, εδημιουργήθη η ψυχή του ανθρώπου, όπως γράφει και Αναστάσιος ο Σιναΐτης και η θεία Γραφή. Λοιπόν, ωσάν εις τέσσαρα τείχη από πηλόν, έβαλε το θείον εμφύσημα ο Θεός, έβαλε την πνοήν Του.

Ω μεγαλείον ουράνιον! Ω δόξα και τιμή του ανθρώπου! Είναι πηλός ταπεινός, μα είναι και πνοή του Θεού! Είναι ύλη φθαρτή, μα είναι και πνοή θεϊκή. Θα έλθη στιγμή όπου θα αλλοιωθή. «Γή εί και εις γήν απελεύση». Θα πληρωθή του Δημιουργού μας ο λόγος. Αλλά το θείον εμφύσημα, η θεία πνοή, τί θα γίνη; Όπως το χώμα θα πάη στο χώμα, έτσι και η ψυχή, όπου είναι το εμφύσημα του Θεού, θα επιστρέψη προς τον Θεόν. Ναί, αλλά πώς; Όταν εβγήκε απ' τον Θεόν ήτον ευώδες, θεία πνοή· αλλά τώρα είναι αυτή; Όχι, δεν είναι. Λοιπόν, τί θα γίνη; Χρεία καθαρισμού. Το δάκρυ, το πένθος, ο πόνος· διότι ελύπησας τον τόσον καλόν και ευεργέτην Πατέρα Θεόν, όπου σε εδόξασε τόσον, εσέ τον πηλόν· σου εχάρισε την θεϊκήν Του πνοήν. Κλαύσον και πένθησον διά να σε επαναφέρη εις την πρώτην κατάστασιν. Και όταν σύ κλαίης με πόνον δριμύν της ψυχής, διότι ημάρτηκας, διότι ελύπησες τον Θεόν, μετά τον κλαυθμόν σε επισκιάζει παράκλησις και παρηγορία. Και τότε σε ανοίγεται θύρα της προσευχής.

Είδα εγώ άνθρωπον κλαίοντα, όπου ηθέλησε να κρατήση τα δάκρυα, επειδή κάποιος έτυχε να περάση, και δεν εδυνήθη να τα κρατήση. Διότι τρέχουν με τόσην ορμήν, ωσάν να τον έχη πληγώση θανασίμως κανείς. Η μετά πόνου ευχή γεννάει το πένθος. Το πένθος γεννάει τα δάκρυα. Τα δάκρυα πάλιν γεννάνε καθαρωτέραν ευχήν. Διότι το δάκρυ ωσάν μύρον ευώδες αποπλύνει τον ρύπον και καθαρίζεται η πνοή του Θεού· όπου ως είδους περιστεράς είναι κλεισμένη εις τα τέσσαρα τείχη, ως εκ των τεσσάρων στοιχείων ληφθείσα. Και τότε, μόλις διαλυθούν και πέσουν τα τείχη, ευθύς πέταται η περιστερά εις τον Πατέρα, όπου εξήλθεν.

Λοιπόν, είπαμεν ότι είμεθα η πνοή του Θεού. Επειδή λοιπόν έχομεν την συγγένειαν μετά του Θεού, και ο Θεός είναι πανταχού παρών, είμεθα πάντοτε κοντά εις τον Θεόν. Είμεθα τέκνα Του. Και βλέποντες το αξίωμα όπου μας χάρισε, να είμεθα η πνοή Του, πρέπει να προσέχωμεν να μην τον λυπήσωμεν. «Πρωωρώμην τον Κύριόν μου εκ δεξιών μου, ίνα μή σαλευθώ».

Και επειδή εμολύναμεν τον νούν μας και την καρδίαν μας και το σώμα μας με λόγον ή έργον ή κατά διάνοιαν, τώρα δεν έχομεν παρηρησίαν. Δεν έχομεν ένδυμα γάμου. Δι' αυτό πρέπει να καθαρισθώμεν με εξομολόγησιν, με δάκρυα και πόνον

ψυχής· και το πάντων ανώτερον, προσευχήν, όπου καθαρίζει και τελειοποιεί τον άνθρωπον. Το ένδυμα όπου ψάλλομεν την Μεγάλην Παρασκευήν ή Μ. Πέμπτην [2], «Τον νυμφώνά Σου βλέπω, Σωτήρ μου, κεκοσμημένον, και ένδυμα ουκ έχω ίνα εισέλθω εν αυτώ», η Χάρις του Θεού είναι, όπου επιτυγχάνεται μόνον διά της εμπόνου καθαράς προσευχής.

Πρώτον ο άνθρωπος προσευχόμενος με την απλότητα όπου κατ' αρχάς έχει, με χύσιν πολλών δακρύων, τα οποία όλα αυτά είναι Χάρις Θεού, η οποία ονομάζεται Χάρις καθαρτική, και η οποία ως άγκιστρον σαγηνεύει τον άνθρωπον και τον οδηγεί εις μετάνοιαν. Καθότι ο καλός μας εν πάσι και επί πάσι Θεός, Εκείνος μας βρίσκει. Εκείνος μας βλέπει. Εκείνος μας προσκαλεί. Εκείνος πρώτον γνωρίζεται εις ημάς. Κατόπιν ημείς τον γνωρίζομεν, αφού μας μυρώση με το θείον Του έλεος. Δι' αυτό και η μετάνοια, και το πένθος, και τα δάκρυα, και όλα όπου γίνονται εις τον μετανοούντα, είναι όλα της θείας Χάριτος. Είναι αυτή η Χάρις η καθαρτική, όπου καθαρίζει τον άνθρωπον. Δεν είναι καλόν όπου γίνεται, μή ον εκ Θεού· μήτε κακόν, μή ον εκ του διαβόλου.

**1. Η επιστολή αυτή έχει μορφή μάλλον μικρής πραγματείας, παρά επιστολής· γι' αυτό και ο ίδιος την χαρακτηρίζει «πονημάτιον» και βάζει στην αρχή -πράγμα πού δεν το κάνει σε άλλη περίπτωση- σαν τίτλο την πρόταση: «Ένα πονηματάκι θα γράψω εις τον υιόν μου Παντελεήμων». Η επιστολή είναι γραμμένη σε 4 φύλλα χαρτιού (τα 3 τετρασέλιδα και το ένα δισέλιδο), σύνολο 14 αριθμημένες σελίδες· στο τέλος καθενός από τα τρία πρώτα φύλλα γράφει «έπεται συνέχεια» και στην αρχή του επομένου «συνέχεια». Από τον τρόπο πού αρχίζει σε κάθε καινούργιο φύλλο, δίνει την εντύπωση ότι γράφτηκε σε τέσσερα διαφορετικά χρονικά διαστήματα διαδοχικά. Τέλος, αντίθετα με την συνήθειά του, η επιστολή τελειώνει χωρίς ευχές και υπογραφή.**

**2. Το Εξαποστειλάριον «Τον νυμφώνά σου βλέπω» ψάλλεται στον Όρθρο από την Μεγάλη Δευτέρα έως και την Μεγάλη Πέμπτη.**

[page\_end]

Λοιπόν, μην βάλης κατά νούν σου ποτέ ότι έκαμες κάτι καλόν χωρίς τον Θεόν. Διότι, μόλις θα το σκεφθής, αμέσως θα υποχωρήση η Χάρις, και θα το χάσης, διά να μάθης την ασθενή σου κατάστασιν, και μάθης το «γνώθειν σαυτόν» [3].

Διά να μάθη κανείς την ασθένειαν της φύσεως, πρέπει να συναντήση πολλούς πειρασμούς και μεγάλους. Και τότε διά πολλών δοκιμασιών ταπεινώνεται και

μανθάνει την όντως ταπείνωσιν. Αλλά απαιτείται καιρός.

Η ταπείνωσις δεν είναι λόγια απλά όπου λέγομεν· «είμαι σκύλος, γαϊδούρι, αμαρτωλός», κ.λ.π. Η ταπείνωσις είναι η αλήθεια· να μάθη κανείς ότι είναι μηδέν. Το μηδέν είναι εκείνο, όπου προτού δημιουργήση το πάν ο Θεός, ήτο μηδέν. Λοιπόν, αυτό το μηδέν είμεθα. Η ρίζα σου, η ύπαρξίς σου αρχίζει από μηδέν, και η μητέρα σου είναι ο πηλός· ο δε Δημιουργός σου ήν ο Θεός. «Τί έχεις, όπερ ουκ έλαβες; Ει δε και έλαβες, τί καυχάσαι ως μή λαβών»;

Μέγα δώρον Θεού το να γνωρίση κανείς την αλήθειαν. Και αυτή η αλήθεια, είπεν ο Κύριος, ελευθερώνει ημάς εκ της αμαρτίας.

Η γνώσις περί Θεού είναι η όρασις του Θεού. Καθότι είναι η πνευματική γνώσις, όχι η φυσική. Διότι η φυσική γνώσις είναι η διάκρισις, όπου γνωρίζει το καλόν από το κακόν· και το έχουν όλοι οι άνθρωποι. Η δε πνευματική γνώσις γίνεται εκ της πνευματικής εργασίας μετά του «γνώθειν σαυτόν». Όλα ταύτα μας γίνονται εκ της Χάριτος του Θεού διά μέσον της προσευχής. Η Χάρις του Θεού βλέπεται νοερώς και γνωρίζεται εν αισθήσει νοός, μόνον εν ώρα της προσευχής.

Είναι πολλοί τρόποι της προσευχής· και όλοι είναι καλοί, εάν δεν ηξεύρη ο άνθρωπος και προσεύχεται με απλότητα. Εάν όμως άλλος τον οδηγήση και παρακούση, τότε στρέφεται και γίνεται πλάνη. Εκτός της κυκλικής νοεράς προσευχής, όλες αι άλλες προσευχές ενδέχεται να μετατραπούν συν τώ χρόνω· όπου χάνεται η απλότης και άρχεται να ψηφίζη τον εαυτόν του ο άνθρωπος.



Η δε νοερά προσευχή, η μονολόγιστος επίκλησις του ονόματος του Θεού, δεν χωράει αμφιβολία, μήτε πλάνη ακολουθεί. Καθότι εντός της καρδίας επικαλείται αρεμβάστως το όνομα του «Ιησούς»· και αυτός καθαρίζει ημάς εκ του σκότους και οδηγεί εις το φως.

Η νοερά προσευχή, όπου αναφέραμεν άνωθεν, είναι το «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησόν με». Με αυτήν την ευχήν διά της πνοής κατεβάζεις τον νούν μέσα εις την καρδίαν, όπως λέγουν όλοι οι Νηπτικοί, και κρατάς την πνοήν όσον το δυνατόν περισσότερον, προσέχων μόνον εις τα λόγια της ευχής. Στην αρχήν είναι κόπος πολύς, διότι δεν έχει συνηθίσει ο νους να μην ρέμβεται, αλλά συν τώ χρόνω μανθάνει να στέκεται.

Είδον εγώ αδελφόν, όπου 6 ώρες εκρατούσε μέσα εις την καρδίαν τον νούν, χωρίς να γίνεται ρεμβασμός, μέχρι μία ώρα· και άλλοτε περισσότερον.

Γίνεται μετά κόπου η προσευχή. Αλλά ύστερα λέγεται με χωρίς κόπον και θαυμαστήν αγαλλίασιν. Διότι, επειδή έχομεν την συγγένειαν μετά του Θεού -όχι ουσιαστικώς [4], αλλά όπως είπαμεν είμεθα το εμφύσημα του Θεού- όταν καθαρεύσωμεν εκ της αμαρτίας διά νηστείας, αγρυπνίας, και προσευχής -αυτής όπου λέγομεν-, διά βιαίας εργασίας και νήψεως και δίκην κλεισούρας, ο νους εγκαρτερών μέσα εις την καρδίαν μή συγχωρούμενος να εξέλθη, επιβλέπει ο αγαθός μας Θεός και εξαποστέλλει την δροσοβόλον Του Χάριν. Όπου καθάπερ νεφέλη διαυγεστάτη καταφωτίζει, και τηλαυγώς θεωρεί τον έσωθεν άνθρωπον ο εν σκότει ευρισκόμενος πριν από ολίγο. Και παραμένει μαζί του η Χάρις, καθόσον θελήσει ο Κύριος. Αυτό γίνεται συνεχώς και ο άνθρωπος καθαρίζεται διαρκώς και τελειούται Χάριτι θεία.

Καθότι, όταν η Χάρις επισκιάζη, και η πνοή του Θεού φλεγόμενη από αγάπην υψώνεται, όπου είναι η ψυχή μας, ως είπαμεν, τότε γίνεται θεία ένωσις. Και τόσον αφομοιούται με τον Θεόν, όπου δεν γνωρίζεται, μήτε χωρίζεται το εν απ' το άλλο, όπως ο ήλιος με το φως του ή το πύρ με το σίδηρον όταν ενωθούν. Ότι το εμφύσημα και η Χάρις πηγάζουν εκ της ίδιας πηγής, όπου είν' ο γλυκύς μας Θεός.

Ω, πόσον καλός είναι ο αγαθός μας Θεός! Πόσον εύσπλαγχνος! Δεν έχει κανένα συμφέρον, ούτε είχε ποτέ ανάγκην από τον άνθρωπον, ως υπερτέλειος όπου είναι. Αλλά, θέλων να μεταδώση από πολλήν Του αγάπην τα υπερτέλειά Του χαρίσματα, εδημιούργησεν όλα τα κτίσματα. Και πλάσας τον άνθρωπον, τον έκαμεν βασιλέα, και όλα του τα εχάρισεν.



Ένα μόνον ζητεί ο Θεός· να τον τιμάς, να τον αγαπάς και να φυλάττης τās εντολάς Του, αναγνωρίζων ότι ο Πλαστοουργός σου είναι μόνον Αυτός. Δεν θέλει να μοιράζης την δόξαν Του, και να λατρεύης άλλα αντί άλλων. Δεν θέλει να αγαπήσης κανένα πράγμα περισσότερο απ' Αυτόν. Δι' αυτό και δίδων τās εντολάς Του εις τον θεόγραφον Νόμον τώ Μωϋσεί, τον λέγει· «Ακουε Ισραήλ· αγαπήσεις Κύριον τον Θεόν σου εξ όλης ψυχής σου, εξ όλης καρδιάς, εξ όλης ισχύος, εξ όλης της διανοίας».

Λοιπόν εκατάλαβες, Παντελάκη μου; Δεν σου άφησεν τίποτε να κλίνη αλλού η αγάπη σου, αλλ' όλως διόλου, πάσα η έφεσις της ψυχής σου να αγαπήση τον Κύριον. Έτσι θα επισκηνώση η Χάρις Του. Δεν δέχεται μερισμούς η καρδιά· «Τον Θεόν σου μόνον θα προσκυνής και Αυτόν θα λατρεύης». Α, τότε! Τότε θα έλθη μέσα σου ο Χριστός, όπου είναι ο Λόγος και ο Πατήρ και το Πνεύμα, και μονήν υπεσχέθη, και έση ναός. Τότε η ευχή θα κυριαρχήση και θα υποτάξη τον νούν. Ω χαρά! Ω χαρά, εις τον δυστυχή, τον πηλόν! Πόσα αγαθά μας χαρίζει ο Κύριος!

Είδον εγώ τινά αδελφόν, όπου έχων τοιαύτην αγάπην ήλθεν εις έκστασιν. Και είδεν τρεις ομοίους παίδας την ηλικίαν μέσα εις άπλετον φως. Και τον ευλόγουν φωνούντες· «Όσοι εις Χριστόν εβαπτίσθητε, Χριστόν ενεδύσασθε· αλληλουΐα». Τούτο, πολλάκις ευλογούντες, του είπον. Και εθαύμασα πόσην αγάπην είχεν προς τον Θεόν ούτος ο αδελφός.

Λοιπόν μή ζητήσεις άλλον τρόπον να πλησιάσης προς τον Θεόν. Μόνον εξ όλης ψυχής σου να αγαπήσης Αυτόν. Τότε δεν ψηφίζεις το σώμα σου, αλλά το τυραννάς, διά να νικήσης τα πάθη· την οποίαν δύναμιν πάλιν σου χαρίζει Αυτός. Και όσον σύ καθαρίζεις από τα πάθη, τόσον ειρηνεύεις και σωφρονείς και εννοείς τον Θεόν.

Λοιπόν, Παντελάκη μου, μικρό μου παιδάκι, άρχισα να σου γράφω. Λοιπόν, εσύ να τα αντιγράφης και να μου στέλνης οπίσω, να παίρνω συνέχεια· διά να κάμης ένα βιβλιαράκι, να το έχης ενθύμιον. Θα σου γράψω πολύ ωραία πράγματα, όπου δεν τα ήκουσες άλλοτε. Έμπνευσις ιδική μου. Πράξις και θεωρία.

Είμαι κοντά εις τον θάνατον. Επρίστηκα όλος. Αλλά δεν παύω. Θέλω να κάμω κάτι καλόν. Έστω και της ψυχής μου εξερχομένης, να βγή με αγώνα.

Τα χρήματα όπου στέλνετε παίρνουν γιατροί, παίρνουν ενέσεις, παίρνουν πτωχοί· πεντάρα δεν περισσεύει. Τώρα θέλουν αλεύρι και με μαλώνουν. Αλλά εγώ κοιτάζω τα κυπαρίσσια, όπου θα ανοίξουν τον τάφο.

**3. Για το «γνώθειν» (το οποίο επαναλαμβάνεται πάλι μερικές γραμμές πιο κάτω), βλ. σχετ. υποσημ. στην Επιστολή 40, σ. 180.**

**4. Εννοεί «όχι ουσιωδώς», αλλά κατ' ενέργεια.**

**Επιστολή του Γέροντα Ιωσήφ του Ησυχαστού από την καινούργια έκδοση της Ιεράς Μεγίστης Μονής Βατοπαιδίου με ανέκδοτες επιστολές και ποιήματα του μακαριστού και οσίου Γέροντος, [βλέπε εδώ](#).**

<http://bit.ly/200TwSI>