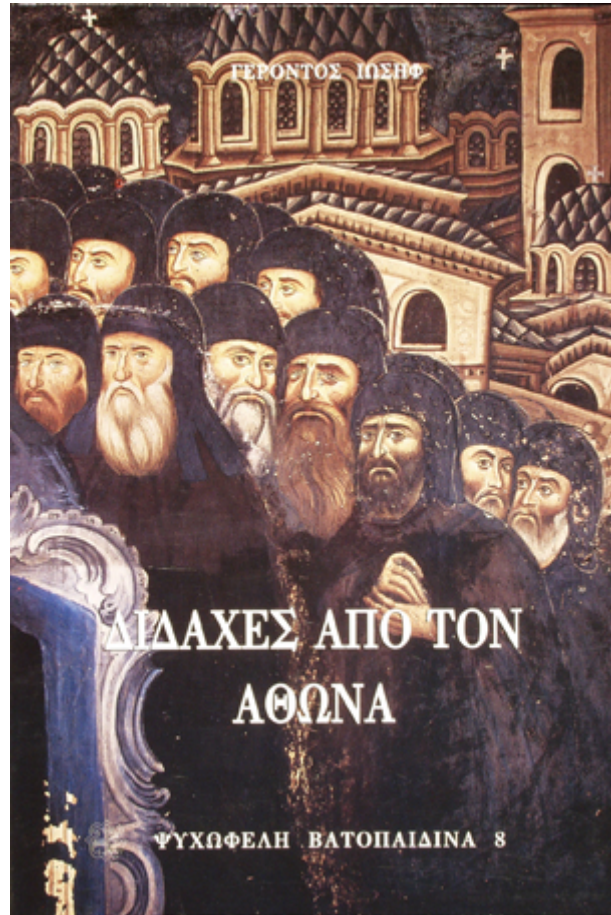


## Τήρηση του νου [ Διδαχές από τον Άθωνα ]

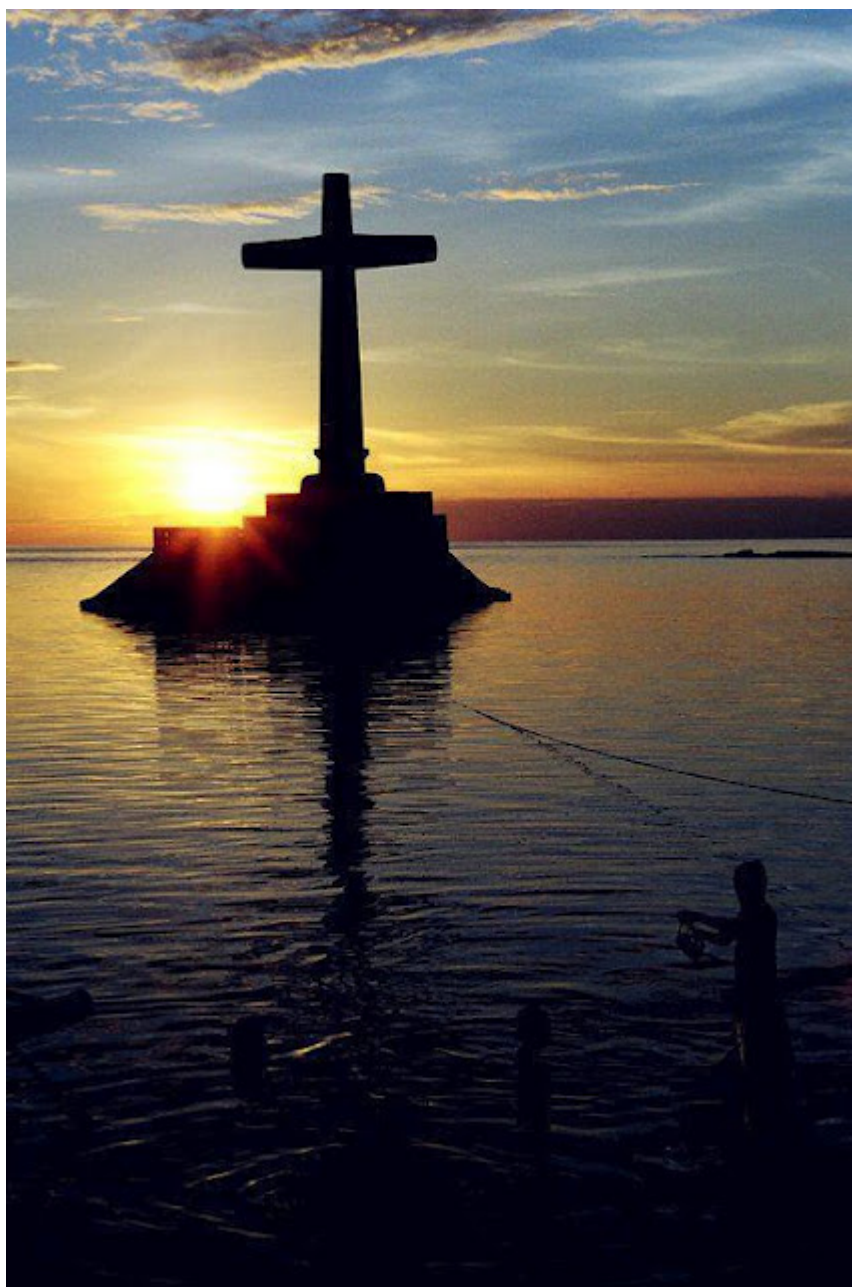
/ [Γέροντας Ιωσήφ Βατοπαιδινός \(† 2009\)](#)

[Γέροντας Ιωσήφ Βατοπαιδινός \(† 2009\)](#)



Το πάν στον μοναχό είναι η τήρησι του νού. Από εκεί γίνονται όλα. Γι αυτό και επιβάλλεται ο μοναχός να έχη αυστηρή προσήλωσι, τήρησι και στροφή προς τον νου του. Να τον ελέγχη, γιατί από εκεί ξεκινούν όλα τα καλά και από εκεί μπαίνει φραγμός όλων των κακών. Η χρήσι και παράχρησι των νοημάτων, γεννά όλα τα υπόλοιπα. Εάν κάποιος κάνη καλή κρίσι των νοημάτων, οπωσδήποτε θα κάνη και καλή χρήσι των πραγμάτων αλλιώς θα συμβαίνη το αντίθετο. Γι αυτό να στρέψετε όλο σας το ενδιαφέρο στην προσοχή του νού. Ένας άριστος τρόπος τηρήσεως του νου είναι η συνεχής μνήμη του Θεού. Εάν η προσοχή στραφή εις αυτόν τον στόχο, τότε ο άνθρωπος αμέσως ευρισκόμενος στην μνήμη του Θεού, δεν αμαρτάνει. Ο άνθρωπος «κατ εικόνα και ομοίωσι Θεού» πλασμένος, σπανίως γίνεται κακοήθης εκ προθέσεως. Και αυτοί ακόμα οι απολύτως διεφθαρμένοι, πού δεν ημπορούν να αντισταθούν στα πάθη τους και συνεχώς παρασύρονται και αμαρτάνουν ημπορούμε να πούμε ότι δεν αμαρτάνουν πάντοτε εκ προθέσεως, αλλά

πολλές φορές εξ αδυναμίας. Εκ προθέσεως ο υγιής άνθρωπος δεν γίνεται κακοήθης· και το ότι παρασύρεται, οφείλεται στο ότι σιγά-σιγά έφυγε ο νους από τον στόχο και έγινε θύμα της πονηρίας του σατανά και της εμπαθούς καταστάσεως του παλαιού ανθρώπου.



Μή δυνάμενος λοιπόν να έχη σωστή σκέψη, σωστή όραση για να διακρίνη τα πράγματα, αποπλανάται από ακατονόμαστες προφάσεις και προτιμά τα κακά αντί των αγαθών. Όταν όμως ο νους ευρίσκεται στην θέση του και γνωρίζει καλά την αποστολή του και συναισθάνεται την παρουσία του Θεού – γιατί «εκ δεξιών ημών εστίν, ίνα μή σαλευθώμεν» – δεν κινείται προς το κακό» αλλά το αποστρέφεται.

Ιδίως εμείς οι μοναχοί, οι οποίοι έχομε ιδιαιτέραν κλήσι και εγκατελείψαμε τον κόσμο και είμεθα αυτοεξόριστοι, εάν αυτό έχωμε υπ όψι μας, ήδη πρέπει να είμεθα

πεπεισμένοι για την επιτυχία μας. Αν ο νους ευρίσκεται στην θέσι του, δεν θα πλανηθή ποτέ. Γιατί η αμαρτία είναι άλογος, δεν ημπορεί να πείση, μόνο απατά. Είναι δυνατό να απατήση ανθρώπους πού η γνώσι τους έχει αμβλυνθή και η έξι τους έχει παρασυρθή από το περιβάλλο τους. Δεν ημπορεί όμως τόσο εύκολα να αποπλανά τους μοναχούς, οι οποίοι έχουν συναίσθησι της ιδιαιτέρας προνοίας του Θεού και της καθημερινής ενεργείας της Χάριτός Του. Ένας μοναχός ο οποίος φοβάται να χορτάση, φοβάται να ξεκουραστή, φοβάται να μιλήση, πώς είναι δυνατό να γίνη κακοήθης;

Όταν γίνεται, είναι σημείο ότι ξέχασε τον στόχο του και ο νους του έφυγε από την βάσι. Ο φύλακας έφυγε. Ο φρουρός δεν είναι εκεί, και εφ' όσον δεν έχει ο στρατός φρουρό, έρχονται οι αντίθετοι και τον περικυκλώνουν.

Εάν ήταν ο φρουρός στην θέσι του και εκοίταζε μακρυά, θα έδινε το σύνθημα και τότε ήταν αδύνατο να πλησίαση ο εχθρός. Τόση μεγάλη σημασία έχει η τήρησι του νού. Το ξέρετε και από τους Πατέρες μας. Ο Μ. Αντώνιος, ερωτώμενος να διευκρίνιση τί σημαίνει μοναχός, είπε: «Μοναχός εστι ο νούν τηρών». Και εκεί η ανθρώπινη γνώσι εσήκωσε ψηλά τα χέρια και είπε: «Εμείς δεν ημπορούμε να το κάνωμε αυτό».

Βέβαια αυτή η εργασία χωρίς την θεία Χάρι, είναι αδύνατο να επιτευχθή. Εμείς όμως έχοντες μαζί μας την Χάρι, είναι το μόνο εύκολο πού ημπορούμε να επιτύχωμε, διότι είναι και το κέντρο του στόχου μας. Αυτός είναι και ο λόγος πού οι Πατέρες μας εφώναζαν ο καθένας με τον τρόπο του· ο Μ. Αρσένιος εφώναζε ονομαστικά: «Αρσένιε, δι ο εξήλθες». Άλλος έδενε την μέση του με σχοιριά, άλλος με αλυσίδες, άλλος έθετε στα ρούχα του σύμβολα, άλλος έγγραφε στους τοίχους, άλλος στο εργόχειρό του. Όλα αυτά ακριβώς αυτό το νόημα είχαν. Οι Πατέρες είχαν αξιολογήσει την σημασία του νου και επινοούσαν τεχνητά μέσα για να τους ενισχύσουν προς την επιτυχία.

Και σείς, καθένας με τον τρόπο του να επιδιώξετε αυτό το πράγμα. Και αν τούτο το επιτύχετε, πού οπωσδήποτε πρέπει, τότε ασφαλώς βαδίζετε απρόσκοπτα την Πατερική γραμμή και η επιτυχία είναι βεβαία· διαφορετικά, εάν δεν το επιδιώξετε, θα δεινοπαθήσετε, διότι θα γίνετε εύκολη λεία στην ποικιλόμορφη προφασιολογία της αμαρτίας και θα παρασύρεστε από το ένα ολίσθημα στο άλλο. Τότε θα ενεργή μέσα σας ο παλαιός άνθρωπος, τον οποίο έχετε αντίπαλο και εχθρό. Και τούτο θα γίνεται, γιατί ο νους έχει ξεφύγει από την αποστολή του. Πολύ συντελεί στην τήρησι του νου ο θείος ζήλος.

Τον θείο ζήλο τον κρατεί η ακρίβεια της συνειδήσεως, η ακρίβεια της συνειδήσεως στέκεται στην επιμονή, στο πρόγραμμα και στο τυπικό μας.

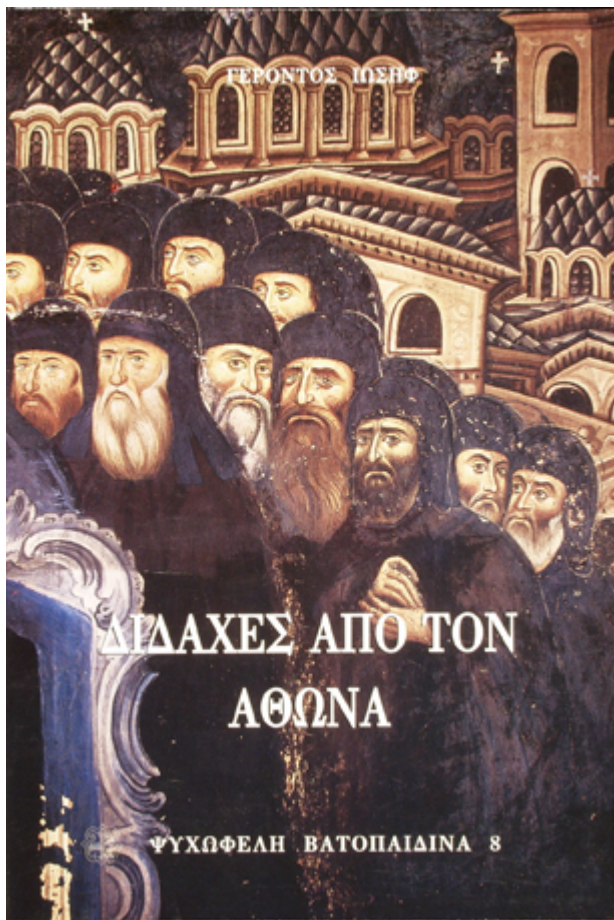
«Ανω σχώμεν, λοιπόν, τας καρδίας». «Ανω» στα δεξιά του Πατρός, εκεί πού είναι το απαύγασμα της δόξης, εκεί πού είναι το κέντρο της αγάπης, ο Ιησούς μας, ο οποίος μάς αναμένει. Πότε θα ξυπνήσωμε από την αναισθησία μας και θα επικαλεσθούμε με πόνο, με ταπείνωσι την αγαθότητά Του, να συγκαταβή να μάς ελευθέρωση από τον παλαιό άνθρωπο;

#### ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ - ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Ερωτ.: Γέροντα, τί γνώμη έχετε για τις τεχνικές πού χρησιμοποιούνται από τους μοναχούς για την συγκέντρωσι του νού; Ποιά σχέσι έχουν με τον αγιασμό του ανθρώπου;

Απ.: Το θέμα δεν είναι σύγχρονο. Υπήρχε και επί της εποχής του Άγιου Γρηγορίου του Παλαμά, θέλοντας να κτυπήσουν οι κακοήθεις εχθροί το θέμα της ησυχίας και εσωστρέφειας πού ο Αθωνας τότε επλουτούσε απομόνωσαν μερικές κινήσεις της πρακτικής μας ζωής και έλεγαν κοροϊδευτικά ότι είμεθα «Ομφαλοσκόποι» και άλλα πολλά πού αναφέρονται στον βίο του Αγίου.

Και ο Άγιος ανέσυρε το ανάστημά του και είπε: «Ναί, μεταχειρίζονται οι νηπτικοί Πατέρες διάφορους πρακτικούς τρόπους πού συντελούν στο να έχωμε περισσότερη ευχέρεια στην συγκράτησι του νού, αλλά αυτούς δεν τους δογματίζομε». Εις αυτούς τους τρόπους ή τις τεχνικές, όπως είπατε, δεν στεκόμεθα. Εκείνο το οποίο μάς απασχολεί, είναι η ακριβής τήρησι των Εντολών του Θεού, η ολοκληρωτική προς Αυτόν αγάπη μας, καθώς και προς τον πλησίον μας, μέσω των οποίων δεχόμεθα την επίσκεψι της Χάριτος. Σήμερα ακούομε παντού να γίνεται λόγος περί νοεράς προσευχής και Εσωστρέφειας μέσα στον κόσμο και πολλά άλλα συναφή.



Αν και εμάς τους μοναχούς μας απασχολούν αυτοί οι τρόποι, εν τούτοις δεν δίνουμε εις αυτούς κανένα κέντρο βάρους. Το κέντρο βάρους είναι η ακρίβεια της συνειδήσεώς μας στο να φυλάξωμε το θέλημα του Θεού, να τηρήσωμε πάσας τάς εντολάς Του και μέσω αυτού του τρόπου να δεχθούμε την επίδρασι της Χάριτος. Δεν αποβλέπαμε στους τρόπους πού χρησιμοποιούμε για συγκράτησι του νού, διότι η εργασία μας δεν είναι μαγική, ούτως ώστε με εξωτερικά σχήματα να προσδοκώμε την έλευσι της Χάριτος. Έχοντες υικές σχέσεις με τον Πατέρα Θεό, αποδεικνύαμε την προς Αυτόν στροφή μας με την απόλυτη πίστι και αγάπη και άρα αφοσίωσι.

Και έτσι ευρίσκομε ανταπόκρισι. «Εν ω μέτρω» μετρούμε, αντιμετρείται σε μάς. Καθώς αγαπούμε τον Θεό και εξ ολοκλήρου επεκτεινόμενα προς Αυτόν, τηρούντες το θέλημά Του κατά την δική του ρήσι - «ο μή αγαπών με, ου τηρεί τους λόγους μου» - έρχεται προς ημάς. Και η κοινωνία γίνεται οργανική, και η συνάντησι προσωπική. Ακόμη και αν η τήρησι του θελήματος θα στοιχίση και αυτή μας την ζωή προθυμότατα το κάνομε. Και τότε γίνεται το «ενοικήσω εν αυτοίς και εμπεριπατήσω, και έσομαι αυτών Θεός και αυτοί έσονταί μοι λαός».

Αυτό τον τρόπο διασάφισε ο Μέγας Φωστήρ της Εκκλησίας, ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς, όταν εθόλωσαν τα νερά οι δυτικοί ορθολογισταί, για να εύρουν πρόφασι

να κατηγορήσουν τους ορθοδόξους.

Και πάντοτε είναι επίκαιρα αυτά, ιδίως στον σημερινό κυκεώνα της αρνήσεως των πάντων και του περιεκτικού ορθολογισμού. Και είμεθα έτοιμοι να δώσουμε λόγο «παντί τώ αιτούντι, περί της εν ημίν ελπίδος». Αυτή είναι η στροφή μας. Αγαπούμε τον Θεό, στον οποίο απολύτως πιστεύουμε και αφιερώναμε ολόκληρο το είναι μας. Όλη η θέλησι, η πρόθεσι, η ενέργειά μας επεκτείνεται στην τήρησι των αγίων Του εντολών.

Και δεν το κάνομε αυτό, διότι προσδοκούμε να μάς χαρίση δωρεάς. Όχι! Πιστεύομε στον Θεό διότι μόνο εις Αυτόν αξίζει να πιστεύωμε. Τον αγαπούμε, διότι είναι η απόλυτη αυτοαγάπη διότι πλέον εξ ολοκλήρου ανήκομε εις Αυτόν. Για μάς είναι διπλούς Κύριος και Δεσπότης, διότι και εκ του μηδενός μάς εδημιούργησε και μετά την πτώσι μας ανέπλασε και ανακατεσκεύασε διά της προσωπικής Του θυσίας. «Και ουκέτι πλέον, εσμέν εαυτοίς» αλλά «τώ υπέρ ημών αποθανόντι και αναστάντι» κατά τον Παύλο. Και όπως ο ίδιος ομολογεί «όστις τηρεί τάς εντολάς μου αγαπηθήσεται υπό του Πατρός μου και εγώ και ο Πατήρ μου ελευσόμεθα και μονήν παρ ούτω ποιήσομεν». Αυτός είναι ο τρόπος πού μάς οδηγεί στον αγιασμό.

**<http://bit.ly/11K9GAV>**