

Η αρμονική λειτουργία του εσωτερικού μας κόσμου

/ [Γνώμες](#)



- Γράφει ο Μιχάλης Κουτσός, Φιλολόγος – Συγγραφέας

Εισαγωγικά

Άβυσσος η ψυχή του ανθρώπου, λέμε συχνά και εννοούμε το ανεξερεύνητο του εσωτερικού μας κόσμου. Όμως σίγουρα υπάρχει μια διαδικασία και συνειδητή και ασυνείδητη, η οποία καθορίζει την καλή, αρμονική λειτουργία ή την κακή, δυσαρμονία του εσωτερικού μας κόσμου. Προφανώς η διαδικασία αυτή επιτελείται από διάφορα όργανα της ψυχής και του σώματος, τα οποία έχουν συγκεκριμένο ρόλο σε αυτήν την διαδικασία. Η διαδικασία αυτή σίγουρα είναι πολύπλοκη και συχνά ασυνείδητη, όμως αυτή καθορίζει τις πράξεις του ανθρώπου και εν γένει την ζωή του ανθρώπου.

Τα όργανα της λειτουργίας του εσωτερικού κόσμου μας

Τα όργανα αυτά βρίσκονται και στο σώμα και στην ψυχή κατεξοχήν. Αισθήσεις δεν έχει μόνο το σώμα αλλά και η ψυχή. Πέρα από την αισθητή πραγματικότητα που

γίνεται αντιληπτή με τις αισθήσεις του σώματος, υπάρχει και μια άλλη εσωτερική, ψυχική, πνευματική. Η ψυχή είναι το κέντρο των λειτουργιών του εσωτερικού κόσμου, αλλά αυτή επιμερίζεται σε άλλα όργανα, όπως: Νους, Λογική, Διάνοια, Καρδιά, Πνεύμα, Ηθική Συνείδηση. Στη λειτουργία του εσωτερικού μας κόσμου παίρνουν μέρος άλλα τα όργανα όχι μόνο της ψυχής αλλά και του σώματος. Ας δούμε τί ρόλο παίζει το κάθε όργανο σε αυτήν την λειτουργία

Ο ρόλος του Νου και της Λογικής

Ο Νους κατά τους πατέρες δεν ταυτίζεται με την Λογική. Η Λογική έχει σχέση με το Λογιστικό μέρος της ψυχής κατά τον Πλάτωνα, το οποίος ως άλλος ηνίοχος κατευθύνει τα δύο άλλα άλογα μέρη της ψυχής, το Θυμοειδές και το Επιθυμητικό. Η Γνώση που είναι αποτέλεσμα της γνωστικής ικανότητας του ανθρώπου για τους αρχαίους Έλληνες έπαιζε καθοριστικό ρόλο στην πορεία του ανθρώπου. Η Λογική ασφαλώς είναι χρήσιμη για τον άνθρωπο αλλά κατά τους πατέρες δεν είναι αρκετή τουλάχιστον για μια άλλη υπερφυσική πραγματικότητα. Με την Λογική έχει σχέση και η διανοητική κατάσταση του ανθρώπου, η διάνοια, και το επίπεδό της επηρεάζει τις επιλογές του ανθρώπου. Ο Νους λοιπόν κατά τους πατέρες είναι το καθοδηγητικό όργανο του ανθρώπου, το οποίο αντλεί την δύναμή του και την φώτισή του από τον Δημιουργό Θεό. Πρόκειται για μια ψυχική κατάσταση προσανατολισμένη στο Θέλημα του Θεού, που αποτελεί καθοδηγητικό ρόλο στη ζωή των ανθρώπων.

Οι Πατέρες ονομάζουν νου και την ουσία της ψυχής που βρίσκεται στην καρδιά και την ενέργεια της ψυχής που συνίσταται στους λογισμούς.

Ο νους είναι ο οφθαλμός της ψυχής, η καρδιά είναι το κέντρο της υπάρξεως του ανθρώπου, το κέντρο του πνευματικού κόσμου, αλλά φαίνεται ότι αυτά τα δυο συνδέονται μεταξύ τους.

Ο ρόλος του Πνεύματος και της Ηθικής Συνείδησης

Το πνεύμα συχνά ταυτίζεται με την ψυχή. Ο Θεός «ενεφύσησε πνοήν ζώσαν», δηλαδή πνεύμα, στον άνθρωπο. Αυτό το πνεύμα έχει σχέση με το Άγιο Πνεύμα, το οποίο είναι «ζωή και ζωοποιούν...λαλούν ενεργούν, διαιρούν τα χαρίσματα (Αίνοι, Πεντηκοστής). Ο άνθρωπος έχει αυτήν την ζώσα πνοή, δηλαδή αυτό που δίνει ζωή στο σώμα του ανθρώπου. Το πνεύμα είναι μια άλλη ψυχική κατάσταση του ανθρώπου. Το Άγιο Πνεύμα επιτελεί την αγιοσύνη του ανθρώπου με το να τον προικίζει με διάφορες αρετές, με τις οποίες ο άνθρωπος φέρει εις πέρας τον προορισμό του.

Η Ηθική συνείδηση είναι η φωνή του Θεού μέσα στον άνθρωπο. Αυτή διαμορφώνεται από διάφορους παράγοντες, όπως η κοινωνική ηθική, οι θρησκευτικές πεποιθήσεις του ανθρώπου κλπ. Η φωνή αυτή του Θεού άλλοτε είναι δυνατή, εκλεπτυσμένη, ευαίσθητη κι άλλοτε σκληρή αδύνατο και καταχωνιασμένη μέσα στα πάθη του ανθρώπου. Πάντως ισχυρή ή αδύνατη η ηθική συνείδηση πάντα συνοδεύει τους ανθρώπους, δεν τους εγκαταλείπει ποτέ, και αποτιμά τις πράξεις τους.

Ο ρόλος της καρδιάς κατά τους πατέρες της εκκλησίας

Μέσα στο βιωματικό πνεύμα που κινείται η διδασκαλία των πατέρων της εκκλησίας η καρδιά παίζει πολύ σημαντικό ρόλο. Εδώ δεν γίνεται λόγος για την καρδιά του σώματος αλλά για το κέντρο των κατά Χριστό βιωμάτων. Η καρδιά είναι ο χώρος εκείνος, που αναπτύσσεται όλη η πνευματική ζωή, που ενεργεί η άκτιστη ενέργεια του Θεού. Αυτή «η βαθεία καρδιά» είναι εν πολλοίς άγνωστος όχι μόνον από τους άλλους ανθρώπους, αλλά και από τον ίδιο τον άνθρωπο, γιατί η Χάρη του Θεού εργάζεται μυστικά την σωτηρία του ανθρώπου μέσα στην καρδιά του.

Μερικά στοιχεία μας δίνει ο άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης στο Συμβουλευτικό του Εγχειρίδιο. Όπως ακριβώς στον κύκλο το κέντρο του είναι το σημείο από το οποίο ξεκινούν όλες οι ακτίνες, έτσι και η καρδιά είναι για τον άνθρωπο ένα κέντρο, στο οποίο ενώνονται όλες οι αισθήσεις, όλες οι δυνάμεις της ψυχής. Είναι κέντρο φυσικό, υπερφυσικό και παραφυσικό.

Η καρδιά είναι κέντρο φυσικό. Ο Μέγας Βασίλειος μας λέγει ότι πρώτη αυτή πλάθεται από όλα τα μέλη του σώματος. Πρώτη πλάθεται και τελευταία νεκρώνεται. Είναι η ρίζα, η αρχή και η πηγή όλων των φυσικών δυνάμεων του ανθρώπου. Η φυσική, η αυξητική, η επιθυμητική, η θυμική δύναμη έχουν τη ρίζα τους στη καρδιά του ανθρώπου. Είναι αεικίνητη. Για παράδειγμα, ενώ όλα τα άλλα μέλη ηρεμούν κατά τον ύπνο, αυτή κινείται και ζωογονεί τον άνθρωπο. «Εγώ μεν

καθεύδω, αλλά η καρδιά μου αγρυπνεί». Κατά τους Πατέρες η ουσία της ψυχής βρίσκεται στη καρδιά, η ουσία του νου βρίσκεται στη καρδιά, ενώ ή ενέργεια του στον εγκέφαλο. Ο εγκέφαλος είναι το όργανο εκείνο που δημοσιεύει τις αποφάσεις της καρδιάς.

Η καρδιά είναι κέντρο υπερφυσικό. Η χάρη του Θεού αναπαύεται μέσα στη καρδιά των ανθρώπων. Εκεί λαλεί ο Θεός τις εντολές Του. «Η αγάπη του Θεού εκκέχεται εν ταις καρδίαις ημών» η αγάπη του Θεού έχει χυθεί μέσα στις καρδιές των ανθρώπων, όπως γράφει ο απόστολος Παύλος. Μέσα εκεί ο άνθρωπος προσφωνεί το Θεό και Του λέγει με τη χάρη του Χριστού· «Αββά ο Πατήρ», δηλαδή «Πατέρα μου!». Μέσα στη καρδιά μας δεχόμαστε τις δωρεές του Θεού.

Η καρδιά είναι κέντρο παραφυσικό. Έτσι γίνεται η καρδιά, όταν απομακρυνθεί από τον Θεό και βουτηχτεί στην αμαρτία. Ο άγιος Συμεών ο Νέος Θεολόγος σε ένα ποίημά του γράφει: «Καθάρισε τη καρδιά από κάθε αμαρτία. Αυτή είναι η ρίζα και η πηγή της αμαρτίας».

Η διδασκαλία του Χριστού δεν είναι ηθικολογία και καθηκοντολογία αλλά βίωμα. Ο Θεός έδωσε στον Μωυσή τις δέκα εντολές, διότι το ηθικό επίπεδο των Εβραίων ήταν χαμηλό, αλλά ο Χριστός συμπλήρωσε τον Μωσαϊκό νόμο με τον νόμο της αγάπης, η οποία δεν μπαίνει σε πλαίσια, είναι απεριόριστη, όπως και η αγάπη του Θεού στον άνθρωπο. Ο Χριστός στον πλούσιο νέο που εφάρμοζε όλες τις εντολές του Μωυσή δεν έμεινε ικανοποιημένος και του είπε να δείξει αγάπη όχι στον πλούτο αλλά στους ανθρώπους. Ο Σολομών βάζει την Σοφία του Θεού να λέει στον κάθε άνθρωπο: «δός μοι, υιέ, σὴν καρδίαν, οἱ δὲ σοὶ ὀφθαλμοὶ ἐμὰς ὁδοὺς τηρεῖτωςαν» (Παροιμ 23,26). Ο Χριστός κατά τον απόστολο Παύλο τονίζει: «ὕμεῖς γὰρ ναὸς Θεοῦ ἐστε ζῶντος, καθὼς εἶπεν ὁ Θεὸς ὅτι ἐνοικήσω ἐν αὐτοῖς καὶ ἐμπεριπατήσω, καὶ ἔσομαι αὐτῶν Θεός, καὶ αὐτοὶ ἔσονται μοι λαός (Κονθ. Β΄6,16)

Η καρδιά είναι ο χώρος όπου αποκαλύπτεται ο Θεός ως αγάπη και Φως. Μέσα σ' αυτό το Φως ο άνθρωπος θεωρεί τις εντολές του Ευαγγελίου σαν αντανάκλαση της ουράνιας Αιωνιότητας στην γη, και την Δόξα του Χριστού ως το Φως το Αληθινό. Με την καρδιά ο άνθρωπος αισθάνεται το Φως του Θεού και εκεί πλημμυρίζει από την αγάπη του Θεού και την αγάπη προς τον Θεό. Ο άνθρωπος αποκτά την αίσθηση της καρδιάς, αλλά όλη η ζωή που υπάρχει μέσα εκεί είναι αδύνατον να γίνει αντιληπτή. Αυτή η πνευματική καρδιά ευρίσκεται, σύμφωνα με την διδασκαλία των αγίων Πατέρων, μέσα στην σαρκική καρδιά, σαν σε όργανο.

Εκείνος που αγαπά τον Θεό με αίσθηση καρδιάς, εκείνος είναι γνώριμος του Θεού. Γιατί όσο περισσότερο δέχεται κανείς με αίσθηση ψυχής την αγάπη του Θεού, τόσο περισσότερο αυξάνει την αγάπη του στον Θεό. Ο άνθρωπος αυτός δεν παύει ποτέ

με έναν σφοδρό έρωτα να επιθυμεί να γνωρίσει περισσότερο τον Θεό, μέχρις ότου τον αισθανθεί με όλη του την ύπαρξη. Δεν γνωρίζει πλέον τον εαυτό του γιατί είναι ολόκληρος αλλοιωμένος από την αγάπη του Θεού. Αυτός ο άνθρωπος βρίσκεται και δεν βρίσκεται σε αυτό τον κόσμο. Βρίσκεται σε αυτόν με το σώμα του, αλλά με την ψυχή του ζει την αγάπη του Θεού, καθώς η ψυχή του κινείται ακατάπαυστα προς τον Θεό.

Η καρδιά χρησιμοποιήθηκε στην Αγία Γραφή με πολλές εκφράσεις και παραβολές. Καρδιά είναι η γη όπου σπείρεται από τον Κύριο ο κόκκος σινάπεως. Η καρδιά είναι ο αγρός μέσα στον οποίο είναι κεκρυμμένος ο θησαυρός, που, όταν τον βρει ο άνθρωπος, πουλάει τα πάντα για να τον αγοράσει. Καρδιά είναι ο ναός και το θυσιαστήριο, ο ιερός εκείνος χώρος στον οποίο δοξάζεται και αγιάζεται ο Κύριος. Καρδιά είναι ο ουρανός, όπου υπάρχει ταπείνωση και μνήμη Θεού. Μέσα στην καρδιά γίνεται ο αρραβών του Πνεύματος: Η καρδιά είναι οι πλάκες επάνω στις οποίες εγγράφεται το θέλημα του Θεού.

Η διαδικασία λειτουργίας του εσωτερικού μας κόσμου

Η λειτουργία του εσωτερικού μας κόσμου είναι μια κίνηση προς ένα σκοπό ύστερα από την επίδραση κάποιου ερεθίσματος. Το ερέθισμα, σωματικό, ψυχικό, πνευματικό κλπ. κινεί την λειτουργία των εσωτερικών οργάνων του ανθρώπου. Με το ερέθισμα μπαίνουν ταυτόχρονα όλα τα όργανα του ανθρώπου σε λειτουργία. Ο άνθρωπος είναι η πιο πολύπλοκη μηχανή του κόσμου, η οποία λειτουργεί με πολλούς μηχανισμούς, γι' αυτό και η πολυπλοκότητά του είναι ασύλληπτη. Η ηθική συνείδηση κάνει την υπαγόρευσή της, ο νους επεξεργάζεται το ερέθισμα και αφού ληφθούν υπόψη πολλοί παράγοντες οδηγούμαστε στην απόφαση και στη συνέχεια στην πράξη. Για να είναι η πράξη ορθή, να έχουμε ορθοπραξία, πρέπει να λειτουργήσουν όλα τα όργανα σε κανονικό ρυθμό. Ανωμαλίες στη λειτουργία ενός οργάνου επιφέρει ανώμαλη κατάσταση της λειτουργίας του εσωτερικού μας κόσμου. Αν δηλαδή η διανοητική ικανότητα δεν λειτουργήσει καλά, αν ο νους δεν σχεδιάσει σωστά, αν η ηθική συνείδηση παρασιωπάται, τότε έχουμε δυσλειτουργία της όλης λειτουργίας του εσωτερικού μας κόσμου.

Τα σημαντικότερα όργανα λειτουργίας

Ξεκινώντας από τα αισθητικά όργανα τα οπτικά είναι τα πιο σημαντικά. Η απεικόνιση των πραγμάτων μέσα στη συνείδηση του ανθρώπου είναι πολύ παραστατική και διεγείρει όλον τον εσωτερικό κόσμο. Επομένως έχουν μεγάλη σημασία οι παραστάσεις που σχηματίζουμε για πράγματα, πρόσωπα και καταστάσεις. Φυσικά υπάρχει όλο το εσωτερικό σύστημα, ηθική συνείδηση, νους

κλπ. που επεξεργάζονται αυτό το οπτικό υλικό, αλλά όταν η πρώτη ύλη των οπτικών συναισθημάτων είναι άσχημη, κακή, διαστρεβλωμένη, δημιουργούνται απατηλές εντυπώσεις. Οι ιδιοκτήτες των τηλεοπτικών σταθμών, όπως και οι αρμόδιοι ελεγκτές, αν υπάρχουν τέτοιοι, έχουν μεγάλη ευθύνη για την διαμόρφωση του χαρακτήρα των μικρών παιδιών και την διαμόρφωση της κοινής γνώμης των μεγάλων. Οι διαφημίσεις μπορεί να διαρκούν μερικά δευτερόλεπτα, όμως επιδρούν στο υποσυνείδητο του ανθρώπου και επηρεάζουν στη δεδομένη στιγμή την τελική απόφαση. Αυτό έχουν υπόψη τους οι διαφημιστές και επιμένουν στην πολλαπλή προβολή των διαφημίσεων. Από ηθική άποψη η κατάσταση που επικρατεί στα τηλεοπτικά κανάλια δεν είναι απλώς επικίνδυνη αλλά καταστροφική. Η κατρακύλα της κοινωνίας που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια οφείλεται εν πολλοίς και σε αυτά.

Εκτός όμως από τα μάτια του σώματος υπάρχουν και τα μάτια της ψυχής του κάθε ανθρώπου, τα οποία κατά τον Σολωμό πρέπει να είναι πάντα άγρυπνα. Ο Κύριος επισημαίνει το ρόλο των οφθαλμών στην κατεύθυνση που παίρνει ο άνθρωπος στη ζωή του. «Ὁ λύχνος τοῦ σώματός ἐστιν ὁ ὀφθαλμός· ἐὰν οὖν ὁ ὀφθαλμός σου ἁπλοῦς ᾖ, ὅλον τὸ σῶμά σου φωτεινόν ἔσται· 23 ἐὰν δὲ ὁ ὀφθαλμός σου πονηρὸς ᾖ, ὅλον τὸ σῶμά σου σκοτεινὸν ἔσται. εἰ οὖν τὸ φῶς τὸ ἐν σοὶ σκότος ἐστί, τὸ σκότος πόσον; (Ματθ.6, 22-23). Τα μάτια της ψυχής μόνο φωτισμένα από το φως το ανέσπερο μπορούν να δουν την αληθινή πραγματικότητα. «εν τω φωτί σου οψόμεθα φως». Διαφορετικά, ούτε τα μάτια θα βλέπουν, ούτε τα αυτιά θα ακούνε, ούτε οι αισθήσεις γενικότερα θα είναι σε εγρήγορση, για να βλέπουν και άλλα πράγματα, που δεν βλέπουν οι πολλοί. Πράγματι η καρδιά ταυτίζεται με τον νου. Ο νους είναι οφθαλμός της ψυχής αλλά η καρδιά είναι το κέντρο της υπάρξεως του ανθρώπου, το κέντρο του πνευματικού κόσμου.

Πρέπει όμως να λειτουργούν και τα άλλα όργανα, σωματικά και ψυχικά, του ανθρώπου. Η ηθική συνείδηση χρειάζεται εγρήγορση, επαγρύπνηση, τροφοδοσία με ανάλογο οπτικό και αναγνωστικό υλικό, ώστε να βρίσκεται σε καλή κατάσταση. Ο νους χρειάζεται κατάλληλα ερεθίσματα έτσι ώστε να είναι όχι μόνο παραγωγικός αλλά και ωφέλιμος.

Η δυσαρμονία του εσωτερικού μας κόσμου

Η αρμονική λειτουργία του εσωτερικού κόσμου ήταν δεδομένη στον άνθρωπο προ της παρακοής. Ο άνθρωπος όμως με την παρακοή ανεξαρτοποιήθηκε από τον Θεό, στηρίχτηκε στις δικές του λιγοστές δυνάμεις, με αποτέλεσμα όλα στον εσωτερικό και τον εξωτερικό κόσμο του ανθρώπου να ανατραπούν και να επικρατεί δυσαρμονία και δυσλειτουργία.

Στην παρά φύση κατάσταση του ανθρώπου διαστρεβλώνονται όλες οι δυνάμεις της ψυχής του ανθρώπου. Συγκεκριμένα το Λογιστικό μέρος της ψυχής γίνεται η έδρα βλάσφημων λογισμών, το Θυμικό έδρα της φιλαργυρίας και των πονηρών λογισμών και το Θυμικό έδρα των αισχρών λογισμών.

Η δυσλειτουργία αυτή είχε επιπτώσεις όχι μόνο στη διαστρέβλωση της ψυχικής του κατάστασης αλλά και της σωματικής. Οι παθολογικές καταστάσεις που θεράπευε ο Χριστός στην επί γης παρουσία του ήταν οι συνέπειες της προπατορικής αμαρτίας (ο αίρων την αμαρτίαν του κόσμου) και των προσωπικών αμαρτιών (ο αίρων τας αμαρτίας του κόσμου). Γι' αυτό και ο Χριστός συγχωρούσε τις αμαρτίες των ασθενών (αφέοντά σοι αι αμαρτίαι) και ύστερα τον θεράπευε. Ο άνθρωπος παρασύρονταν από τις διαστρεβλωμένες δυνάμεις του και έκανε συνεχώς σφάλματα. Η εσωτερική αρμονία ήταν το ποθούμενο στον άνθρωπο εδώ και αιώνες, ώσπου «ευδόκησε» ο Θεός και τον επανάφερε στην τάξη με την Ανάστασή του. Έκτοτε μόνο κοντά στον Αναστημένο Χριστό βρίσκει κανείς την εσωτερική του αρμονία, ηρεμία και γαλήνη.

Η επαναφορά της αρμονικής λειτουργίας του ανθρώπου

Ο άγιος Διάδοχος Φωτικής τονίζει ότι πριν από το Βάπτισμα στο βάθος της ψυχής βρίσκεται ο Σατανάς και η Χάρη από έξω προτρέπει την ψυχή προς τα καλά, μετά όμως το άγιο Βάπτισμα εξέρχεται ο Σατανάς από την ψυχή και εισέρχεται η θεία Χάρη. Η θεία Χάρη με την αίσθηση του νου, ευφραίνει το σώμα με άρρητη αγαλλίαση, ενώ οι δαίμονες αιχμαλωτίζουν την ψυχή βίαια με τις αισθήσεις του σώματος, ιδίως όταν βρουν τον άνθρωπο ράθυμο στον πνευματικό αγώνα.

Φαίνεται από το χωρίο αυτό ότι η καρδιά είναι ο χώρος όπου ανακαλύπτεται η αγιότητα και φανερώνεται ο Χριστός. Αυτό το γνωρίζει ο άνθρωπος που καθαρίζεται από τα πάθη και όλα τα έργα της αμαρτίας. Αυτός έχει αίσθηση αυτής της καρδιάς, της φωτισμένης από τον Χριστό, ενώ ο άνθρωπος που ζει μακριά από τον Θεό δεν την αισθάνεται. Αυτό όμως είναι έργο του φωτισμένου νου.

Όταν ο νους επιστρέψει από την διάχυσή του, τότε πρώτον ευρίσκει την φυσική καρδιά και στην συνέχεια εισέρχεται στην πνευματική καρδιά, στην βαθιά καρδιά.

Εδώ στηρίζεται και «καρδιακή προσευχή» του ησυχαστή. Αυτός ο ησυχαστής μπορεί να διακρίνει σαφώς την πνευματική από την σαρκική καρδιά. Στην αρχή ο νους βρίσκει την σαρκική καρδιά και έπειτα αποκαλύπτει και την πνευματική.

Επιλογικά

Μέσα στην καρδιά γίνεται η μεγαλύτερη μάχη. Όταν εκεί νικήσει ο Χριστός και ηττηθεί ο διάβολος, έρχεται ειρήνη εσωτερική και εξωτερική. Η καρδιά, που είναι κέντρο φυσικό, παραφυσικό και υπερφυσικό, πηγή της σαρκικής και πνευματικής ζωής, μπορεί να γίνει και πηγή του πνευματικού θανάτου και να κατεβεί στον Άδη. Όπως όμως ο Χριστός κατέβηκε στον Άδη και ελευθέρωσε τις ψυχές των δικαίων ανθρώπων, έτσι ο Χριστός κατεβαίνει στον Άδη του κάθε ανθρώπου, που είναι το βάθος της καρδιάς, την ελευθερώνει από τα πάθη της αποκαθιστά την σωστή λειτουργία και αρμονία του εσωτερικού μας κόσμου.

Εμείς δεν έχουμε να κάνουμε τίποτα άλλο παρά να παρακαλέσουμε τον Σωτήρα μας: «Νουν ψυχήν και καρδίαν αγίασον, Σώτερ, και το σώμα μου (Καν.Ωδή ς΄ της Θείας Μεταλήψεως). Αλλά και για όλο μας το είναι χρειαζόμαστε τον αγιασμό: «Τας ψυχάς ημών αγίασον, τα σώματα άγνισον, τους λογισμούς διόρθωσον, τας εννοίας κάθαρν,(Μικρ΄Απόδειπνο).

Πηγή: pemptousia.gr