20/01/2020

Ο χαρισματικός πνευματικός πατέρας

/ Γνώμες

Του Σεβ. Μητροπολίτου Καστορίας Σεραφείμ, Υπερτίμου και Εξάρχου Άνω Μακεδονίας

Α. Απευθυνόμενος ο Απόστολος Παύλος στους Κορινθίους της εποχής του και διαχρονικά στους Χριστιανούς όλων των εποχών – αφού ο λόγος του είναι λόγος του Αγίου Πνεύματος – ανάμεσα στις άλλες πνευματικές συμβουλές και υποθήκες, τούς υπενθυμίζει και τα εξής χαρακτηριστικά : «*Ουκ εντρέπων υμάς γράφω ταύτα, αλλ' ως τέκνα μου αγαπητά νουθετώ. Εάν γαρ μυρίους παιδαγωγούς έχητε εν Χριστώ, αλλ' ου πολλούς πατέρας˙ εν γαρ Χριστώ Ιησού δια του ευαγγελίου εγώ υμάς εγέννησα*»**1**.

Έτσι, ο Απόστολος για τους Χριστιανούς της Κορίνθου δεν ήταν απλώς ένας παιδαγωγός, αφού «*παιδαγωγούς λέγει τους εν αυτοίς διδασκάλους*»**2** όπως θα ερμηνεύσει ο Ευθύμιος ο Ζιγαβηνός, αλλά ο πνευματικός πατέρας, αυτός δηλαδή ο οποίος τους είχε αναγεννήσει πνευματικά. Και τα στοιχεία της πνευματικής

πατρότητος για τον πνευματέμφορο Απόστολο των Εθνών Παύλο ήταν :

η σπορά του Ευαγγελίου,
η πνευματική γέννηση,
η εν Χριστώ αύξηση,
οι νουθεσίες και οι συμβουλές,
το συνεχές ενδιαφέρον,
ακόμη και η επίπληξη.

Κυρίως όμως ήταν η αγία ζωή, το ζωντανό παράδειγμα που τους παρείχε με την ένθεη πολιτεία του προς συνεχή μίμηση. Γι' αυτό και στο σημείο αυτό, ο ιερός Χρυσόστομος, αναφερόμενος σε χωρίο της πρώτης προς Κορινθίους επιστολής, είναι αποκαλυπτικός : «*Δεν υποδηλώνει εδώ ο Παύλος το αξίωμα, αλλά το υπερβολικό μέγεθος της αγάπης... Για ένα φρόντιζε συνεχώς, να δείξει την αγάπη που έτρεφε γι' αυτούς*»**3**. Ήθελε να τους μεταδώσει, όχι μόνο το λόγο του Θεού, αλλά κυρίως τη ζωντανή παρουσία του Χριστού που βίωνε μέσα στο χώρο της καρδιάς του. Αγωνιζόταν με πόνο να μορφώσει μέσα τους τον Χριστό**4**.

Αυτήν την εμπειρία την συναντούμε και στα κείμενα των θεοφόρων πατέρων της Εκκλησίας. Γράφει ο Άγιος Συμεών ο νέος Θεολόγος σε ένα πνευματικό του παιδί : « *Συνελάβομέν σε διὰ διδασκαλίας, ὠδινήσαμέν σὲ διὰ μετανοίας, ἀπετέκομεν δέ σε δι' ὑπομονῆς πολλῆς καὶ ὀδυνῶν καὶ πόνων σφοδρῶν καὶ καθημερινών δακρύων, εἰ καὶ σὺ οὐδὲ ἓν τούτων ἐπέγνως γινόμενον παρ᾽ ἡμῶν*»**5**.

«*Η πνευματική πατρότητα δεν είναι ψυχολογία, ούτε ακόμη εξιστόρηση ή αυτοβιογραφία, ούτε ηθικολογία ή διδασκαλία τρόπων καλής συμπεριφοράς. Δεν έχει καμία σχέση με τη σαρκική ζωή, αλλά με την πνευματική ζωή, γιατί ο Θεός είναι πνεύμα. Είναι το κέντρο της εκκλησιαστικής μας ζωής και από αυτήν την πνευματική σχέση ξεκινούν όλα και εκτελούνται όλα. Γι' αυτό και αποτελεί τον κεντρικό τόπο όπου ο άνθρωπος τελεσιουργεί την πλάση του*»**6**, θα πει χαρακτηριστικά ο Ιερομόναχος Ραφαήλ Νόικα, μαθητής του Γέροντος Σωφρονίου του Έσσεξ.

Έτσι, η καταφυγή μας στον πνευματικό πατέρα επιβάλλεται προκειμένου ο άνθρωπος να αντιμετωπίσει την άγνοια και τις παγίδες του αντικειμένου εχθρού στην πορεία του προς τον ουρανό. Γιατί, όπως σοφά αναφέρεται στην Παλαιά Διαθήκη : «*οὐαὶ αὐτῷ τῷ ἑνί, ὅταν πέσῃ καὶ μὴ ᾖ δεύτερος ἐγεῖραι αὐτόν*»**7**. Και ακόμη «*οἷς μὴ ὑπάρχει κυβέρνησις, πίπτουσιν ὥσπερ φύλλα, σωτηρία δὲ ὑπάρχει ἐν πολλῇ βουλῇ*»**8**, δηλαδή οι άνθρωποι, από τους οποίους λείπει η συνετή διακυβέρνησις, πέφτουν όπως τα μαραμμένα φύλλα των δένδρων, η δε σωτηρία

κατορθώνεται δια μέσου πολλής σκέψεως και μελέτης.

Άλλωστε, χωρίς την βοήθεια ενός έμπειρου πνευματικού πατέρα που να γνωρίζει τον δρόμο, αφού προηγουμένως ο ίδιος τον έχει διατρέξει και έχει αντιμετωπίσει τις έξυπνες παγίδες που στήνουν οι δαίμονες, είναι αδύνατο ο άνθρωπος να φθάσει στον στόχο του. Γι' αυτό και η συμβουλή του Οσίου Ιωάννου του συγγραφέως της Κλίμακος που διαβάζουμε στον περίφημο λόγο του προς τον Ποιμένα είναι καταλυτική : «*Μερικοί που επρόκειτο να κάνουν μεγάλη οδοιπορία ερώτησαν αυτούς που εγνώριζαν τον δρόμο και εκείνοι τους είπαν ότι είναι ίσιος και χωρίς κινδύνους. Έτσι όμως, ακούοντας αυτά, ωδοιπορούσαν ανέμελα και στα μισά του δρόμου ή εκινδύνευσαν ή ακόμη και εγύρισαν πίσω, διότι ευρέθηκαν απροετοίμαστοι για τις θλίψεις*»**9**.

Β. Έργο του πνευματικού πατρός, όπως και το όνομά του δηλώνει, είναι να αναγεννά με τη χάρη του Θεού και δια των Ιερών Μυστηρίων το πνευματικό του τέκνο, ώστε να φθάσει στο μέτρο της ηλικίας του πληρώματος του Χριστού. Η φροντίδα του έγκειται στην πνευματική θεραπεία, δηλαδή διαπιστώνει τα πάθη, βλέπει τις πληγές και τα τραύματα, επιθέτει τα κατάλληλα φάρμακα, παρακολουθεί πατρικά και θεραπευτικά την αποθεραπεία του ασθενούντος ανθρώπου.

Δεν είναι πάροχος ορισμένων οδηγιών και συμβουλών.
Δεν δίνει τα ίδια φάρμακα στον κάθε άνθρωπο.
Δεν παρέχει το ίδιο συνταγολόγιο για όλες τις ανθρώπινες υπάρξεις.
Δεν δίνει φάρμακα που θα έδινε σε μια άλλη παρόμοια περίπτωση, γιατί θα κάνει κακό στον ασθενή.
Ακόμη προχωρεί σε μια εγχείριση, όχι σύμφωνα με την προσωπική του επιθυμία, αλλά σύμφωνα με τη δυνατότητα του σώματος του ασθενούς, γι' αυτό και σταματά αμέσως μόλις δει μια παρενέργεια**10**.

Σταθερό χαρακτηριστικό της θεραπευτικής αγωγής που ακολουθεί ο πνευματικός είναι η προσαρμογή στην προσωπικότητα του ασθενούς, στην ιδιαίτερη κατάσταση που βρίσκεται, στη θέση που κατέχει, ακόμη και στις διαθέσεις του. Κι επειδή οι ασθένειες της ψυχής εμφανίζουν μεγάλη ποικιλομορφία, άρα έχουμε και ποικίλα φάρμακα, τα οποία πρέπει να δοθούν και στον κατάλληλο χρόνο.

Ο πνευματικός ιατρός, κατά τον Άγιο Γρηγόριο τον Θεολόγο, θα φροντίσει « *δια τας χώρας, τας εποχάς, τας ηλικίας, τας ώρας και τα παρόμοια... Θα δώση φάρμακα και θα επιβάλη δίαιταν και θα αποφύγη τα επιβλαβή, δια να μην αντισταθούν εις την τέχνην του αι επιθυμίαι της ασθενείας*»**11**.

Γ. Χαρακτηριστικό γνώρισμα ενός χαρισματικού πνευματικού πατρός, όπως γράφει σε ένα περίφημο βιβλίο του ο Αρχιμανδρίτης Ζαχαρίας της Ιεράς Μονής Τιμίου Προδρόμου Έσσεξ, είναι «*να είναι ο ίδιος ανεπτυγμένος ως πρόσωπο, έχοντας περάσει από την κάμινο του πυρός του φόβου του Θεού και της μετανοίας, ακόμη και μέχρι της συντριβής των οστέων*»**12**. Και συμπληρώνει ο σεβαστός Γέροντας : «*Ο πνευματικός πατέρας υφίσταται αποστολική κένωση και εκδαπανάται υπέρ των πιστών, όπως περιγράφει ο απόστολος Παύλος. Αν όμως δεν επιδιώκει ακάματα τον θείο φωτισμό, η πνευματική διακονία του θα είναι μάταιη και θα επέλθει ο κίνδυνος να καταστεί μία ακόμη από τις ημίτυφλες δραστηριότητες του κόσμου τούτου*»**13**. Έτσι, η διακονία του δεν είναι αυταρχική, ούτε εξουσιαστική, αλλά έχει ως γνώρισμα τον θεραπευτικό και παρακλητικό χαρακτήρα, γι' αυτό και πρέπει να επιτελείται με ιδιαίτερη ταπείνωση. Ο Γέροντας μου, Μητροπολίτης Αγαθόνικος, έλεγε χαρακτηριστικά : «*Αν δεν κατέβεις στο επίπεδο του μετανοούντος και κάτω ακόμη από αυτό, δεν θα έχεις τη δυνατότητα να θεραπεύσεις αυτόν που έφθασε στο Μυστήριο της Μετανοίας*».

Είναι αποκαλυπτικός στο σημείο αυτό ο Γέροντας Ζαχαρίας : «*Αν ο πνευματικός δεν ταπεινώνεται, δεν θα μπορεί να μεταδώσει πνευματικό χάρισμα. Η αυταρχικότητα και η εξουσιαστική συμπεριφορά δεν αρμόζουν, είναι εκ διαμέτρου αντίθετες προς την μεσσιανική εξουσία του Χριστού, ο Οποίος με το πάθημα της Σαρκός Του νίκησε τον κόσμο ... Ο Κύριος συνεχώς κένωνε τον Εαυτό Του για να αναγεννήσει τους ανθρώπους, όπως τηΣαμαρείτιδα και τον Νικόδημο, τους οποίους δεν επετίμησε αλλά τίμησε και τελικά τους κατέστησε δεκτικούς των μεγαλύτερων λόγων Του. Όλη η επίγεια ζωή του Χριστού χαρακτηρίζεται από συγκατάβαση, μακροθυμία, ταπείνωση ... Ο νους μας ανατρέχει στον μέγα απόστολο Πέτρο, ο οποίος διαρκώς πρόβαλλε αντιρρήσεις στον Κύριο, αλλά ο Κύριος διαλεγόταν μαζί του και διασαφήνιζε κατά το μέτρο των δυνατοτήτων του μαθητού Του ... Κι ενώ ακόμη ολίσθησε στην τριπλή άρνηση με όρκο, ο Κύριος τον αποκατέστησε και τον διατήρησε στο χάρισμά του. Τα χαρίσματα του Κυρίου είναι αμετάκλητα, γι' αυτό και επανακτώνται, εφόσον υπάρχει βαθειά μετάνοια*»**14**.

Δ. Ένας τέτοιος χαρισματικός πνευματικός πατέρας με όλη τη σημασία της λέξεως ήταν και ο Γέροντας Εφραίμ, Προηγούμενος της Ιεράς Μονής Φιλοθέου, ο Γέροντας της Αριζόνας, ο Γέροντας της Αμερικής , ο πνευματικός πατέρας,ο έμπειρος ιατρός και θεραπευτής χιλιάδων ανθρώπων, Επισκόπων, Ιερομονάχων, Πρεσβυτέρων, Μοναχών και Μοναζουσών, αλλά και λαϊκών αδελφών. Μάλιστα, σκεπτόμενος κανείς την ίδρυση 20 Μοναστηριών σε τόπο άνυδρο και έρημο πνευματικά, συμπεραίνει την ποιότητα, την πνευματικότητα και την αγιότητα αυτής της πατερικής φυσιογνωμίας.

Πόσο συγκλονιστικός είναι ο λόγος στο σημείο αυτό ενός συνταξιούχου Ιερέα και συμπαραστάτη του Γέροντα, του π. Αντωνίου Μοσχονά : «*Εμείς οι ιερείς και οι αρχιερείς στην Αμερική για 70 χρόνια περίπου προσπαθούσαμε να φέρουμε τον κόσμο στις εκκλησίες κάνοντας φεστιβάλ. Δηλαδή, διοργανώναμε γιορτές και πανηγύρια και προσφέραμε ποτά, φαγητά, χαρά, διασκέδαση και άλλα παρόμοια. Είχαμε ξεχάσει την προσευχή, το κομποσχοίνι, την εξομολόγηση, τη νηστεία, την άσκηση, την παράδοση της Εκκλησίας μας. Το σπουδαιότερο, δεν αφήναμε να δημιουργηθούν μοναστικά κέντρα. Τα θεωρούσαμε ότι δεν χρειάζονται και ότι δεν έχουν να προσφέρουν τίποτα στην Εκκλησία μας. Και ήρθε ένα μικροσκοπικό ανθρωπάκι χωρίς κοσμικές σπουδές, χωρίς πτυχία θεολογίας, χωρίς να έχει ρηξικέλευθες και καινοτόμους ιδέες, όπως πιστεύαμε ότι έχουμε εμείς και μας θύμισε την παράδοσή μας. Δεν πούλησε σουβλάκια, γύρο, μουσακά, μπακλαβάδες και τα άλλα φαγητά της ελληνικής κουζίνας, αλλά πούλησε, ή μάλλον προσέφερε δωρεάν, τον ξεχασμένο Χριστό της Ορθοδοξίας. Δεν κάλεσε σε χορούς και διασκεδάσεις, αλλά σε αγρυπνίες και νηστείες. Και ο κόσμος, φωτισμένος από το Θεό, τον πλαισίωσε και τον περιτριγύρισε και τον ενίσχυσε*»**15**.

Στο πρόσωπό του φαινόταν η αγωνία και η προσπάθεια για τη σωτηρία του πεπτωκότος ανθρώπου. Θα μπορούσε και αυτός να ομολογήσει μαζί με τον θεόπτη Μωυσή : «*εἰ μὴ αὐτὸς σὺ συμπορεύῃ, μή με ἀναγάγῃς ἐντεῦθεν*»**16** και μαζί με τον Απόστολο Παύλο : «*τίς ἀσθενεῖ, καὶ οὐκ ἀσθενῶ; τίς σκανδαλίζεται, καὶ οὐκ ἐγὼ πυροῦμαι;*»**17**. Πόσο αποκαλυπτική ακόμη είναι η μαρτυρία του εκκολαπτόμενου Αγίου της Εκκλησίας μας, Γέροντος Εφραίμ του Κατουνακιώτου, την οποία μάλιστα ανέφερε στην εξόδιο ακολουθία ο Καθηγούμενος της Ιεράς Μονής Φιλοθέου, Αρχιμανδρίτης Νικόδημος, για την παρρησία που έχει στον Δεσπότη Χριστό ο Αριζονίτης Γέροντας : «*Τον είδα μπροστά στο θρόνο του Χριστού και του είπε ο Χριστός : "Πάτερ Εφραίμ πολύ με ανέπαυσες, είσελθε εις την χαράν του Κυρίου σου". Ο Γέροντας ευχαρίστησε ταπεινά τον Κύριο, αλλά του είπε πώς έχει και τους Μοναχούς του και τις Μοναχές. Εάν δεν μπουν και αυτοί όλοι στον Παράδεισο, δεν θα ήθελε και αυτός να περάσει μέσα. Ο Χριστός μας συγκατένευσε, αλλά ο Γέροντας πρόσθεσε : "Ξέρεις, Χριστέ μου, έχω και τους λαϊκούς. Παρακαλώ Σε και για αυτούς". Τελικά ο Κύριος συγκατένευσε να βάλει και αυτούς όλους στον*

Παράδεισο μαζί με τον Γέροντά σας... Καταλαβαίνετε πόσο πλούσιος πνευματικός είναι ο Γέροντας Εφραίμ»**18**.

Δεν προσπάθησε να αλλάξει το Ευαγγέλιο, αφού άλλωστε γνώριζε εμπειρικά ότι δεν έχει ανθρώπινη προέλευση, δεν είναι καρπός ανθρωπίνου στοχασμού ή γέννημα της λογικής και της ανθρώπινης φαντασίας. Το Ευαγγέλιο, ακόμη, δεν είναι μια ιδεολογία όπως οι τόσες άλλες που έχουν περάσει σήμερα από τον πλανήτη μας, ούτε ανθρώπινη ανακάλυψη, αλλά αποκάλυψη και φανέρωση του ιδίου του Θεού. Όπως ο Απόστολος Παύλος το παρέλαβε από τον ίδιο τον Χριστό («*οὐδὲ γὰρ ἐγὼ παρὰ ἀνθρώπου παρέλαβον αὐτὸ οὔτε ἐδιδάχθην, ἀλλὰ δι᾽ ἀποκαλύψεως Ἰησοῦ Χριστοῦ*»**19**), εκφράζοντας έτσι την πραγματικότητα μέσα στην οποία ζουν και κινούνται όλοι οι Άγιοί μας, έτσι και ο ταπεινός αυτός αγιορείτης μετέφερε στις διψασμένες ψυχές της πνευματικής ερήμου της Αμερικής όσα παρέλαβε από τον Όσιο Ιωσήφ τον Ησυχαστή, από την χιλιόχρονη αγιασμένη παράδοση του Αγίου Όρους και βέβαια όσα του απεκάλυπτε ο Χριστός στην καθαρή του καρδιά. Γι' αυτό και τελικά ευλογήθηκε τόσο πλούσια από την χάρη του Θεού ώστε κατεστάθη «*πολιστής της ερήμου, ευδρομούντων αλείπτης, κανών ακριβέστατος*» **20**.

Δεν επεδίωξε ο Γέροντας την προβολή του προσώπου του. Δεν έκανε τον σωτήρα, όπως γίνεται συνήθως στις μέρες μας, αλλά προέβαλλε τον μοναδικό Σωτήρα του κόσμου, τον Χριστό, μέσα από την Παράδοση της Εκκλησίας, προσέφερε ατόφιο το Ευαγγέλιο, προσέφερε ανάσταση και χαρά στους νεκρωμένους από την αμαρτία ανθρώπους. Γι' αυτό και όλα τα Μέσα Μαζικής Ενημερώσεως, κατά τις ημέρες της εξόδου του από αυτόν τον κόσμο, μιλούσαν για την προσφορά του και την διακονία του στην Ορθόδοξη Εκκλησία και στον Μοναχισμό. Πολύ σοφά ο Σεβασμιώτατος Αρχιεπίσκοπος Αμερικής κ. Ελπιδοφόρος – και συμφωνώ απόλυτα μαζί του στο σημείο αυτό – τον χαρακτήρισε ως έναν Άγιο της Εκκλησίας μας, αφού στο πρόσωπό του βρίσκουν πλήρη εφαρμογή οι λόγοι του Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου : «*αρκεί εις άνθρωπος ζήλω πεπυρωμένος ολόκληρον διορθώσασθαι δήμον*»**21**.

Ε. Είχα την ιδιαίτερη ευλογία να τον γνωρίσω πριν από πολλά χρόνια στην Ιερά Μονή Φιλοθέου στο Άγιον Όρος, και ως λαϊκός προσκυνητής αλλά και ως διάκονος εν συνεχεία, μαζί με τον μακαριστό Μητροπολίτη Σισανίου και Σιατίστης κυρό Αντώνιο. Τους συνέδεε μια σχέση αμοιβαίου σεβασμού και ευλάβειας.

Αφουγκράστηκα εκεί, κατά τη διάρκεια του Μυστηρίου της Εξομολογήσεως, μέσα στο σκοτεινό Παρεκκλήσιο του Καθολικού, τους χτύπους της θεολογούσης καρδίας του.
Αισθάνθηκα την παρουσία της χάριτος του Θεού να κατακλύζει το πρόσωπό του.

Είδα μια πατερική φυσιογνωμία, έναν επίγειο άγγελο και ουράνιο άνθρωπο.

Ως Επίσκοπος, εν συνεχεία, στην Καστοριά, είχα μια ακόμη ευλογία, το να επικοινωνώ συχνά μαζί του τηλεφωνικά και να απολαμβάνω την δύναμη των προσευχών του, αλλά και των πνευματικών συμβουλών του. Απήλαυσα πολλής πατρικής και θυσιαστικής αγάπης. Δεν αποκρύπτω ότι πολλά από τα προβλήματα που με απασχολούσαν, λύθηκαν με ένα θαυμαστό τρόπο, χάρη στις δικές του προσευχές. Μου έλεγε : «*Δεσποτάκι μου, δεν θα σε αφήσει ο Θεός, ο Αρχάγγελος Μιχαήλ θα λύσει και αυτόν τον πειρασμό*». Πιστεύω πως, και από εκεί που βρίσκεται, στον θρόνο της Αγίας Τριάδος, θα με θυμάται και θα δέεται για τη σωτηρία του λαού του Θεού αλλά και της αμαρτωλότητός μου. Άλλωστε, όπως επεσήμανε και ο Ηγούμενος της Μονής Φιλοθέου : «*έπεσε γίγας, ανέστη παράκλητος*»**22**.

Εύχου, Γέροντα, στο Ουράνιο Θυσιαστήριο για εμάς τους περιλειπόμενους. Παρακάλεσε μαζί με την Μητέρα μας, την Κυρία Θεοτόκο, την Βασίλισσα του Άθω, τον Υιό της και Κύριό μας, του οποίου το όνομα ήταν βαθιά χαραγμένο στην καρδιά και στα χείλη σου και γλύκαινε τον λάρυγγά σου «*υπέρ μέλι και κηρίον*»**23**, για να τύχουμε κι εμείς του θείου ελέους.

Ζήτησε χάρη για το Άγιον Όρος, για τα Μοναστήρια σου, τους Μοναχούς και τις Μοναχές, για τους λαϊκούς, τα πολυπληθή πνευματικά σου παιδιά, για εκείνα τα πρόσωπα που συνδέθηκαν μαζί σου, να κρατήσουν ασφαλή τον τρόπο ζωής, τη μέθοδο θεραπείας και την πολύτιμη παρακαταθήκη την οποία τους παρέδωσες.

Παρακάλεσε ακόμη, Γέροντα, πάντας τους εν ασκήσει και αθλήσει διαλάμψαντες πατέρες, με πρώτον τον Όσιο Ιωσήφ και όλη την χορεία των πνευματικών του απογόνων, ώστε η χρυσή αλυσίδα της αγιορειτικής παραδόσεως να συνεχίζεται αμείωτη στις μέρες μας και η Ορθόδοξη Εκκλησία μας, η μοναδική Εκκλησία, να συνεχίσει να γεννά Αγίους, πρόσωπα θεούμενα, θεοδίδακτα και αγιασμένα.

Την ευχή σου να έχουμε Γέροντα, μην μας ξεχνάς στη Βασιλεία των Ουρανών.

---

1. Α’ Κορ. 4,15-16.
2. Π.Ν. Τρεμπέλα, Υπόμνημα εις τας Επιστολάς της Κ. Διαθήκης, Τόμος Α’, Ο Σωτήρ, Αθήνα 1989, σελ. 276.
3. Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος, Λόγος ΙΓ’ – Κορ. Α’ 4,10-16, ΕΠΕ 18,363.
4. Γαλ. 4,19-20.
5. Συμεών ο Νέος Θεολόγος, Επιστολή 3,5-8, H. J. M. Turner, The Epistles of St. Symeon the New Theologian, Oxford University Press, New York

2009.
6. Ιερομόναχος Ραφαήλ Νόικα, Η καλλιέργεια του πνεύματος, έκδ. Το Περιβόλι της Παναγίας, 2013, σελ. 62.
7. Εκκλ. 4,10.
8. Παρ. 11,14.
9. Άγιος Ιωάννης ο Σιναΐτης, Κλίμαξ, έκδ. Ιεράς Μονής του Παρακλήτου, Ωρωπός Αττικής 1992, σελ. 388.
10. Αρχιμ. Ιερόθεος Βλάχος (νυν Μητροπολίτης Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου), Θεραπευτική αγωγή, εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου (Πελαγίας), 1987, σελ. 250.
11. Άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος, Λόγος Β' – Απολογητικός της εις τον Πόντον φυγής ένεκεν…, ΕΠΕ 1,97.
12. Αρχιμ. Ζαχαρίας Ζάχαρου, Άνθρωπος, ο στόχος του Θεού, εκδ. Ιεράς Σταυροπηγιακής Μονής Τιμίου Προδρόμου Έσσεξ Αγγλίας, 2019, σ. 243.
13. ο.π., σ. 244.
14. ο.π., σ.σ. 244-246.
15. http://amfoterodexios.blogspot.com/2019/12/blog-post_42.html.
16. Εξ. 33,15.
17. Β' Κορ. 11,29.
18. Επικήδειος λόγος Καθηγουμένου Ιεράς Μονής Φιλοθέου Αγίου Όρους, Αρχιμανδρίτου Νικοδήμου.
19. Γαλ. 1,12.
20. Δοξαστικό στιχηρών Εσπερινού Αγίου Σάββα.
21. Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος, Εις τους ανδριάντας, ομιλία Α΄, ΕΠΕ 31,624.
22. Επικήδειος λόγος Καθηγουμένου Ιεράς Μονής Φιλοθέου Αγίου Όρους, Αρχιμανδρίτου Νικοδήμου.
23. Ψλμ. 18,11.