

Ο Ναυπάκτου Ιερόθεος για τον Γέροντα Εφραίμ της Αριζόνας

[Μητροπολιτικό Έργο](#) / [Ι.Μ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου](#)



Του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Ναυπάκτου κ. Ιεροθέου

Όλοι όσοι έχουμε γνωρίσει τόν π. Έφραίμ τόν Άριζονίτη, τόν ύποτακτικό τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ τοῦ Ἡσυχαστοῦ, τόν πρώην Ἡγούμενο τῆς Ἱερᾶς Μονῆς τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὁρους καί τόν κτήτορα πολλῶν Μονῶν στήν Ἀμερική, ἔχουμε ὠφεληθῇ ἀπό τόν λόγο του, τήν ἡσυχαστική του καρδιά, τήν σιωπή του καί πρό παντός τήν προ-σευχή του, ἡ ὁποία εἶχε μεγάλη δύναμη, ὅπως δείχνουν ὅλα τά ἔργα τῆς ζωῆς του καί ὅπως μαρτυροῦν ὅλα τά πνευματικά του παιδιά.

Τόν γνώρισα τήν δεκαετία τοῦ 1960 ὡς Γέροντα μιᾶς μικρῆς ἡσυχαστικῆς

ἀδελφότητας στήν Νέα Σκήτη τοῦ Ἁγίου Ὁρους καί ἀργότερα ὡς Ἡγούμενο στήν Ἱερά Μονή τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὁρους. Ἀλλά καί ὡς Μητροπολίτης μερικές φορές μίλησα στό τηλέφωνο μαζί του, ἀπό διάφορες ἀφορμές, καί εἶχαμε κάποια ἀλληλογραφία, πού μέ εὐχαρι-στοῦσε γιά τά βιβλία πού ἔγραψα. Μάλιστα, μοῦ ἔστειλε νά διαβάσω κάποιες ὁμιλίες του πρίν ἐκδοθοῦν γιά νά κάνω κάποιες τυχόν παρατηρήσεις καί μέ παρεκάλεσε νά τίς προλογίσω.

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης εἶχε πλούσια πνευματική πείρα, ἀπέκτησε γιά πολλά χρόνια μεγάλη πνευματική συγκομιδή καί οἱ πνευματικές ἀποθῆκες τῆς καρδιάς του ἦταν γεμάτες ἀπό εὐχυμους καρπούς, τούς ὁποίους μετέδιδε ἀπλόχερα στούς συνομιλητές του, καί κυρίως στά πνευματικά του παιδιά.

Ὁ Θεός τόν ἀξίωσε νά μαθητεύση στόν μεγάλο δάσκαλο τῆς ἡσυχαστικῆς καί νηπτικῆς ζωῆς, τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, μέσα στό μεγάλο Πανεπιστήμιο τῆς ἐρήμου τοῦ Ἁγίου Ὁρους. Ἔτσι, «ἔμαθε» τήν πνευματική ζωή, ἀφοῦ πρῶτα «ἔπαθε» στόν ἀγώνα οἰκειώσεως τῶν μεγάλων αὐτῶν μαθημάτων στήν ζωή του καί στήν συνέχεια «δίδαξε» στούς ἀνθρώπους πού ζοῦσαν στήν ἄγωνα ἔρημο τοῦ κόσμου καί ἀναζητοῦσαν νά μάθουν γιά τήν σωτηρία τους.

Πολλοί ἔχουν νά διηγηθοῦν ἀπό ὅσα διδάχθηκαν ἀπό τόν σοφό «στά θεῖα» Γέροντα Ἐφραίμ τόν Ἀριζονίτη, καί διηγῆθηκαν κατὰ καιρούς διάφορα, ἀλλά ἰδιαίτερος ἔχουν πολλά νά ποῦν τά πνευματικά του παιδιά πού τόν ἀκολούθησαν στόν ἀγώνα του καί ὠφελήθηκαν ἀπό αὐτόν.

Ὅπως ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης παρέλαβε μιά εὐλογη-μένη πνευματική κληρονομιά ἀπό τόν ἅγιο Γέροντά του, τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, τόν ἐμπειρικό θεολόγο καθηγητή τῆς ἐρήμου τοῦ Ἁγίου Ὁρους, ἔτσι καί ὅσοι ἀκολούθησαν θυσιαστικά τόν Γέροντα Ἐφραίμ παρέλαβαν ἀπό αὐτόν μιά μεγάλη πνευματική κληρονομιά. Ἄλλωστε, ἡ πνευματικὴ κληρονομιά πού εἶναι ἡ κατὰ Χριστόν ζωή μεταδίδεται ἀπό γενιά σέ γενιά ἀπό πνευματικούς πατέρες σέ πνευματικά παιδιά, ὅπως μετα-δίδεται καί ἡ βιολογική ζωή ἀπό τούς γονεῖς στά παιδιά.

Ἀφορμή γιά νά γράψω αὐτό τό κείμενο ἦταν ὅτι μιά εὐλογημένη γυναίκα, ἡ ὁποία ζῇ στόν κόσμο ὡς ἡσυχάστρια μοναχή, χωρίς νά ἔχη λάβη μοναχική κουρά, ἀλλά ἔχει λάβει ἐσωτερική μοναχική Χάρη, μοῦ ἐμπιστεύθηκε ὀκτώ (8) ἐπιστολές πού τῆς ἔστειλε ὁ Γέροντας Ἐφραίμ. Στίς ἐπιστολές αὐτές φαίνεται αὐτή ἡ πνευματική κληρονομιά πού παρέλαβε ὁ Γέροντας Ἐφραίμ, τήν ὁποία διαφύλαξε καί τήν ἐφήρμοσε μέχρι τέλους τῆς ζωῆς του καί τήν μετέδιδε στούς ἄλλους.

Θά ήθελα μερικά σημεία από τις ἐπιστολές αυτές νά κατα-γράψω στό κείμενο αὐτό γιά εὐρύτερη πνευματική ωφέλεια, μέ σύμ-φω-νη γνώμη τῆς παραλήπτριας τῶν ἐπιστολῶν.

Νομίζω ὅτι εἶναι ἀπαραίτητη μιά τέτοια καθοδήγηση, διότι διαφορετικά ὁ νοῦς μας θά πλανᾶται μέ ὅλες τίς σημασίες τῆς λέξεως. Μάλιστα, στό Ἅγιον Ὅρος οἱ διακριτικοί Πατέρες λένε ὅτι εἶναι εὐκόλο νά πλανηθῇ ὁ ἄνθρωπος, ὅμως εἶναι δύσκολο νά ξεπλανηθῇ!!

1. Ἡ πνευματική πατρότητα

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ δείχνει ἰδιαίτερο ἐνδιαφέρον γιά τά πνευματικά του παιδιά καί γιά ἐκείνους πού ἀλληλογραφοῦν μαζί του. Γράφει:

«Δέν σέ λησμονῶ, ἀλλά οἱ πολλές μέριμνες, ὁ πολύς κόσμος καί οἱ εὐθύνες μέ τά προσωπικά καθήκοντα, δέν μοῦ ἐπιτρέπουν νά ἀνταποκριθῶ στίς ἀνάγκες τῶν καλῶν μου παιδιῶν».

Οἱ ἐκφράσεις του εἶναι ἔκδηλες, πού δείχνουν τήν γεμάτη ἀγάπη καρδιά του, ἡ ὁποία ἔχει καθαρθῇ ὕστερα ἀπό πολυχρόνιους ἀσκητι-κούς ἀγῶνες καί ἐλεύσεις σέ αὐτήν τῆς Χάριτος τοῦ Θεοῦ διά τῆς εὐ-χῆς. Τίς παραθέτω.

«Μέ πατρική ἀγάπη καί στοργή σέ χαιρετῶ ὁ ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «σοῦ στέλνω τίς ταπεινές μου εὐχοῦλες μέ πατρική στοργή καί τήν κατά Θεόν ἀγάπη. Ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀνύστακτες εὐχοῦλες καί ἀγάπη σέ χαιρετῶ ὁ ἐλάχιστος Γ. Ἐφραίμ»· «αὐτά γιά τώρα, ψυχούλα μου, ὁ ἀνάξιος Γ. Ἐφραίμ»· «ὁ πάμπτωχος ψυχικά πατέρας σου Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀπέραντη πατρική ἀγάπη Γ. Ἐφραίμ»· «σέ ἀσπάζομαι στοργικά ἐν Κυρίῳ. Ἀμήν. Γ. Ἐφραίμ»· «μέ ἀπέραντη πατρική ἀγάπη Γ. Ἐφραίμ».

Ἐπίσης, οἱ εὐχές πού τῆς ἀπευθύνει εἶναι ξεχειλίσμα αὐτῆς τῆς πατρι-κῆς ἀγάπης του.

«Σοῦ εὐχόμαι νά πλεονάζη ἡ Χάρις τοῦ Ἁγίου Θεοῦ, μέσα στήν ταπεινή σου ψυχούλα»· «σοῦ στέλνω τίς ταπεινές μου εὐχοῦλες μέ πατρική στοργή καί τήν κατά Θεόν ἀγάπη»· «εὐχεσθε νά ἰδωθοῦμε ὅποτε ἐπιτρέψῃ τό θεῖον θέλημα»· «σοῦ στέλνω τήν ἀγάπη μου καί τήν προσευχή μου. Ἡ Παναγιά μας νά σέ προστατεύῃ καί νά σέ ἀγαπᾷ»· «Εὐχόμαι νά σέ σκεπάζῃ ἡ Χάρις τῆς ταπεινώσεως». «Χαίρο-μαι γιά τήν ωραία ἐπίσκεψη τοῦ Ἁγίου μου Γέροντα», ἐν-νοώντας τήν ἐμφάνιση στήν παραλήπτρια τῆς ἐπιστολῆς τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ, καί συνεχίζει: «Εὐχόμαι καί πάλι νά σέ ἐπισκεφθῇ καί νά γεμίση τήν ψυχούλα σου Οὐράνια Χάρι, ἐνισχύοντάς σε στόν

ἀγώνα τῆς σωτη-ρίας σου».

Ἀλλά καί οἱ προσφωνήσεις στά γράμματά του εἶναι ἐνδεικτικές, ἥτοι:

«Εὐλογημένη μου κόρη»· «εὐλογημένη μου κορούλα»· «εὐλογη-μέ--νη ψυχούλα τοῦ Θεοῦ»· «εὐλογη-μέ-νη κόρη τοῦ Θεοῦ»· «Παίδί μου».

Ὅλα αὐτά εἶναι πολύ τρυφερά, φαίνονται συναισθηματικά, ἀλλά εἶναι ἀπόρροια τῆς καρδιάς του, ἡ ὁποία ἔχει ἀλλοιωθῇ ἀπό τήν Χάρη τοῦ Θεοῦ. Μέ τήν αὐτομεμψία, τά δάκρυα, τήν νοερά προσευχή ζοῦσε μιά ἄλλη κατάσταση ἀπό αὐτήν πού ζοῦμε ἐμεῖς.

Πάντως, σέ γράμματα πού ἔστελνε σέ ἐμένα γράφει μέ ἄλλον τρόπο, ἀφοῦ σέβεται τήν Ἀρχιερατική Χάρη. Γιά παράδειγμα σέ ἕνα γράμμα του μοῦ γράφει:

«Μέ υἱικήν ἀγάπην καί πολύ σεβασμό, κατασπά-ζομαι ταπεινά τήν ἀγία Σας δεξιὰ ὁ πάντων εὐτελέστατος π. Ἐφραίμ».

2. Ἡ κατά Χριστόν σωτηρία

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ, ὡς ἐργάτης τῆς νοεράς καρδιακῆς προσευχῆς γνωρίζει τήν ἀγάπη τοῦ Χριστοῦ, ὅτι μέ τήν «εὐχή» πού γίνεται μέσα στήν ἀτμό-σφαιρα τῆς μυστηριακῆς καί ἀσκητικῆς ζωῆς τῆς Ἐκκλησίας πού εἶναι τό Σῶμα τοῦ Χριστοῦ, ὁ Χριστός, ὡς κεφαλή τῆς Ἐκκλησίας σώζει τόν ἄνθρωπο. Αὕτη εἶναι ἡ πνευματική υἡγεία. Γράφει: «Υἡγίαινε καί σώζου ἐν τῇ ἀγάπῃ τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, τοῦ Σταυρωθέντος διά τήν ἡμῶν σωτηρίαν». Καί ἀλλοῦ:

«Εὐχομαι ἡ θεία δροσιά τῆς Ἀγίας Ἀναστάσεως τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, νά σέ κρατᾷ γενναία στή γενικῶς δύσκολη ζωή πού περνᾷ ὅλη ἡ ἀνθρωπότητα».

Ὅσοι ἀγαποῦν τόν Χριστό, ἀγαποῦν καί τήν Παναγία Μητέρα Του, γι' αὐτό γράφει:

«Προσεύχου ἐκτενῶς στήν γλυκειά μας Παναγιά μετά δακρύων καί πόνου ψυχῆς καί θά σέ βοηθήσῃ ἡ γλυκειά μας μαννούλα».

Ἡ σωτηρία τοῦ ἀνθρώπου γίνεται μέ τήν πνευματική συνέργεια τοῦ Θεοῦ καί τοῦ ἀνθρώπου καί ἔτσι ὁ ἄνθρωπος εἰσέρχεται στόν Παράδεισο. Γράφει:

«Ἀγωνίζου τόν σωτήριον δρόμο πού ὁδηγεῖ τόν ἀγωνιζόμενον νά φθάσῃ στήν ἀφάνταστη ὁμορφιά τοῦ αἰωνίου Παρα-δείσου».

Ὁ ἀσκητής τοῦ Χριστοῦ γνωρίζει τήν προσωρινότητα αὐτῆς τῆς ζωῆς, νά ἀναζητᾷ τό αἰώνιο, σύμφωνα μέ τόν λόγο τοῦ Ἀποστόλου Παύλου: «Οὐ γάρ ἔχομεν ὧδε μένουσαν πόλιν, ἀλλά τήν μέλλουσιν ἐπιζητοῦμεν» (Ἐβρ. ιγ', 14). Ἐπομένως,

διακατέχεται έντονα από την μνήμη του θανάτου, που είναι πολύ εύεργετική, γιατί ανάβει τον πόθο της αιώνιου ζωής και μέσα σέ αυτό τό πλαίσιο γίνεται ή καθαρά προσευχή. Γράφει:

«Μνημόνευε τόν θάνατον, τό δικαστήριον του Θεού και την Κόλαση την αιώνιον, γιά νά καλλωπίσης την προσευχή σου μέ την ταπεινοφροσύνη».

3. Ἡ αὐτομεμψία

Ἡ βασική διδασκαλία του Γέροντος Ἐφραίμ στίς ἐπιστολές αὐτές ἀναφέρεται στήν προσευχή που είναι ένα μυστήριο ένώσεως του ανθρώπου μέ τόν Θεό. Ἀλλά ή προσευχή πρέπει νά γίνεται στό εϋκρατο κλίμα της ταπεινώσεως που ἐκφράζεται μέ την αὐτομεμψία και τά δάκρυα. Δέν είναι μιά τυπική ἐπανάληψη του ὀνόματος του Χριστού, ἀλλά καρπός της ταπεινώσεως.

Ὁ ἄνθρωπος που αἰσθάνεται την ἐσωτερική του κατάσταση και πονᾷ, αὐτός γνωρίζει την δύναμη του «μυστηρίου» και την «ιερουργία» και «ιεροτελεστία» (ἅγιος Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς) της προσευχῆς. Γράφει ὁ Γέροντας:

«Νά εϋχεσαι παιδί μου, νά σέ προστατεύη ὁ Κύριος μέ την αὐτομεμψία έν ταπεινώσει».

Ἄλλοῦ γράφει ἐκτενέστερα:

«Τήν αὐτομεμψία, ψυχούλα μου, νά την ὑπεραγαπήσουμε. Νά την ἔχουμε σάν καινούργιο γυαλιστερό μαχαίρι, και τά μάτια μας τετρακόσια. Μόλις δοῦμε νά ἐμφανίζεται ή φωτιά της κατάκρισης, ἀμέσως τό σπαθί (τήν αὐτομεμψία) νά χτυπήσουμε τόν διάβολο, πρίν μάς σπαθίσει αὐτός νά κατακρίνουμε.

Ἡ αὐτοκατηγορία είναι ὁ πρόδρομος της χαριτωμένης και πανέμορφης ταπείνωσης.

“Μάθετε ἀπό μένα νά εἴστε ταπεινοί και πράοι και τότε θά νοιώσετε την ὁμορφιά της ἀγάπης μου” χωρίς ταπείνωση, σκέτο βρώμικο σῶμα, χωρίς ψυχή.

Ὅταν ὁμως μάς ἀγγίξει ή θεοχαρίτωση ταπείνωση του Ἰησοῦ, τότε ὅλα εὐωδιάζουν Οὐράνιο μύρον και ὁσφραίνεται ή κουρασμένη ψυχούλα μας και δέν ξέρει πῶς νά εὐχαριστήση τόν θεῖον Δοτῆρα».

Ἡ αὐτομεμψία, ή καρδιακή ταπείνωση, μαλακώνει την καρδιά τῶν ἀσκητῶν και ἀπό ἐκεῖ ἐξέρχονται τά δάκρυα, που είναι διαρκῆς τροφή τους. Γράφει:

«Εὐχομαι ἡ ταπεινοφροσύνη νά ἀνθίξῃ μέσ’ στήν καρδιά σου καί τά δάκρυα τῆς ταπεινώσεως νά μή σοῦ λείψουν ποτέ, ποτέ».

Ἐδῶ κάνει ἐντύπωση ὅτι ὅχι μόνον κάνει λόγο γιά ταπείνωση, ἀλλά γιά «δάκρυα ταπεινώσεως», καί μάλιστα αὐτά τά δάκρυα δέν πρέπει νά λείψουν «ποτέ, ποτέ».

4. Νήψη καί προσευχή

Ἐκτός ἀπό τήν ταπείνωση, τήν αὐτομεμψία καί τά δάκρυα τῆς ταπεινώσεως, ἀπαραίτητη προϋπόθεση γιά τήν προσευχή εἶναι ἡ νήψη. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστός προέτρεψε τούς Μαθητές Του: «Γρηγορεῖτε καί προσεύχεσθε» (Ματθ. κστ΄, 41). Γι’ αὐτό γίνεται λόγος στά πατερικά κείμενα γιά τήν «νοερά προσευχή», ὅτι, δηλαδή, ὁ νοῦς νά ἀποφεύγῃ τόν μετεωρισμό του καί νά συνδέεται στενά μέ τήν προσευχή. Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ γράφει γιά τόν μετεωρισμό:

«Βιάζε, παιδάκι μου, τόν ἑαυτό σου νά προσεύχεται. Προσπάθησε νά κρατᾷς τό νοῦ σου ἀπό τόν μετεωρισμό καί διασκορπισμό. Ὁ διασκορπισμός τοῦ νοῦ φέρνει ὅλη τήν σαβούρα τῆς κοσμικῆς βρωμιᾶς στήν ψυχή μας, μέ ἀποτέλεσμα νά λερώνεται ὅλος ὁ ψυχοσωματικός ἑαυτός μας καί ἔτσι, ἡ Χάρις τοῦ Θεοῦ, νά φεύγῃ ἀπό τήν ψυχή μας καί νά νιώθουμε ἔλεγχο τρανταχτερό στήν συνείδησι».

Ἡ νήψη συνδυασμένη μέ τήν αὐτομεμψία εἶναι ἓνα «πνευμα-τικό μαστίγιο», καί ἡ ψυχή πρέπει νά ἔχῃ «νηπτικό μηχανισμό» πού θά ἀντιδρᾷ σέ κάθε πειρασμό. Γράφει:

«Ἀγωνίζου νά διώχνεις τούς κακοῦς καί βρώμικους καί ὑπερήφανους λογισμούς τοῦ διαβόλου. Νά εἶσαι πανέτοιμη καί ρωμαλέα στόν ζῆλο (τόν κατά Θεόν) καί ἄκρως νηπτική ὥστε μόλις ἡ ψυχή ἀντιληφθεῖ πῶς ἔφτασαν οἱ κακές σκέψεις, αὐτομάτως νά δουλέψῃ ὁ νηπτικός μηχανισμός, δηλαδή ἡ ἐτοιμότητα καί ἡ μαχητικότητα τῆς ψυχῆς πρὸς ἀνατροπή τῆς ἐπιθέσεως μέ τήν εὐχή καί μέ τό πνευματικό μαστίγιο τῆς αὐτομεμψίας. Μιά τέτοια ἀντιμετώπισι, τό ἀποτέλεσμα θᾶναι θετικό καί σωτήριο».

Ὡς γνώστης αὐτῆς τῆς νοερᾶς ἐργασίας τήν περιγράφει αὐθεν-τικά:

«Νηπτική εργασία λέγεται σάν προσοχή στους λογισμούς, στίς φαντασίες, στίς κινήσεις τῶν αἰσθήσεων, προσοχή στίς αἰσθήσεις γενικά, σάν δύναμη ψυχική ἡ ὁποία ἀντιδρᾷ πρός τό κακό, σάν διορατικότητα τό νά βλέπει μακριά ὁ ἄνθρωπος τούς πειρασμούς καί νά φεύγει, λαμβάνων τά κατάλληλα μέτρα ἀσφάλειας, εἶναι σάν προσευχή ἀδιάλειπτος καί συνεχής, εἶναι σάν ἐπίσκοπος, σάν ἐπισκόπηση τῆς καρδιάς ἐκ μέρους τοῦ νοός στους εἰσερχομένους καί ἐξερχομένους ἐκ τῆς καρδιάς λογισμούς».

Ἡ νήψη συνδέεται στενά μέ τήν προσευχή καί δέν μπορεῖ νά χωρισθῇ ἡ μία ἀπό τήν ἄλλη. Γράφει:

«Πρέπει νά ἔχουμε προσευχή καί προσοχή. Ἡ μία βοηθάει τήν ἄλλη, ὅπως τό ἓνα χέρι τό ἄλλο. Ἡ προσευχή φέρει τήν προσοχή καί ἡ προσοχή τήν προσευχή. Αὕτη ἡ προσοχή, ἡ νῆψις, εἶναι ἡ φωτοτόκος ἀρετή, πού τόν ἄνθρωπο τόν κάνει νά πληροφορεῖται γιά τόν ἄλλον κόσμο, νά πληροφορεῖται τήν μακαριότητα τοῦ οὐρανοῦ, νά νοιώθει ὅτι εἶναι ἐκτός κόσμου τήν ὥρα τῆς προσευχῆς, νά νοιώθει ὅτι πράγματι μέσα του ἄλλαξε.

Γιατί νά ἀφήνουμε τούς λογισμούς νά μᾶς καταλαμβάνουν, νά μᾶς δένουν πνευματικῶς χειροπόδα καί νά μᾶς ὀδηγοῦν στόν τυφεκισμόν; Γιατί ἀφήνουμε τόν Διάβολο νά μᾶς δένει; Γιατί νά γινόμεθα δυστυχεῖς, ἐνῶ μπορούμε χάριτι Χριστοῦ νά γίνουμε εὐτυχεῖς; Ὅταν ὅμως ὑπάρχει ἡ προσοχή ἡ πνευματική, ὅλα αὐτά τά ἀποκλείει. Καί ὅταν ἀποκλεισθοῦν ὅλα αὐτά, φυσιολογικά ὁ νοῦς βρίσκεται καθαρός, δέχεται τήν βοήθεια τοῦ Θεοῦ καί προσεύχεται ἀπταίστως, ἡ δέ προσευχή σιγά-σιγά καταλαμβάνει τόν χῶρο τῆς καρδιάς καί ἀρχίζει νά δημιουργεῖται ἡ καρδιακή ἡσυχία, πού δέν εἶναι τίποτε ἄλλο παρά μία ἀένναος προσευχή μέ τό ὄνομα τοῦ Χριστοῦ καί μία γενική εἰρήνευσις στόν ἕσω ἄνθρωπο, ὁ ὁποῖος γεύεται πραγματικά, ἀληθινά ἀπό τοῦτον ἐδῶ τόν κόσμο τήν γεῦσι τοῦ ἄλλου κόσμου, ἐκεῖνο τό ὁποῖο μᾶς λέει ὁ Χριστός μας στό ἱερό Εὐαγγέλιο, ὅτι “ἡ βασιλεία τοῦ Θεοῦ ἐντός ἡμῶν ἐστι”».

Μέσα σέ αὐτό τό πνευματικό κλίμα γίνεται ἡ «εὐχή» τοῦ Ἰησοῦ, τό «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱέ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν». Αὕτη ἡ «εὐχή» εἶναι «τό ὀξυγόνο» τῆς ψυχῆς μας, «ἡ ἀναπνοή μας», εἶναι μιά «ἀτομική βόμβα κατά τοῦ διαβόλου». Γράφει:

«Ἡ εὐχή τοῦ Ἰησοῦ μας νᾶναι ἡ τροφή, τό ποτό, τό ὀξυγόνο καί ἡ ἀναπνοή μας. Δέν γίνεται ζωή Χριστοῦ μέσα μας, χωρίς τό Πανάγιον Ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ μας.

Αὕτη ἡ προσευχή εἶναι ἀτομική βόμβα κατά τοῦ διαβόλου, γι’ αὐτό καί ἔχει τόση

δυσκολία στην προσπάθεια να την κρατήσουμε στην αναπνοή μας, στην καρδιά μας. Μέ ένα λόγο: Χωρίς Ίησοῦ εἴμεθα νεκροί ψυχικῶς. Ἐπειδὴ ἐγὼ ζῶ αὐτὴν τὴν νεκρότητα τῆς βρώμικης ψυχῆς μου, σοῦ τό γράφω σάν μιὰ μεγάλη ἀλήθεια καὶ διαπίστωση».

Μέ τό ὄπλο τῆς εὐχῆς πολεμᾶμε τόν διάβολο. Γράφει:

«Οἱ παγίδες τοῦ Διαβόλου εἶναι φοβερές. Κράτα τὴν καρδιακὴ εὐχὴ τοῦ Κυρίου Ίησοῦ μας καὶ τῆς Παναγίας μας ἀγρύπνως. Αὐτὴ ἡ προσευχὴ καταστρέφει κάθε προσπάθεια τοῦ διαβόλου νὰ ὑποσκελίσῃ τόν ἀγωνιζόμενον Χριστιανό ἀπὸ φοβερὴ κακία καὶ μίσος».

Ὅταν ὁ προσευχόμενος νοῦς εἰσέρχεται μέ τὴν Χάρη τοῦ Θεοῦ στήν καρδιά τοῦ ἀσκητοῦ, τότε αὐτός καταλαβαίνει τί θὰ πῇ «καρδιακὴ ἡσυ-χία». Γράφει:

«Καρδιακὴ ἡσυχία, λοιπόν, εἶναι ὅταν ὁ νοῦς κατακτήσῃ τὴν εὐχὴ καὶ κατόπιν φθάσῃ στήν καρδιά καὶ ἡ καρδιά λέει τὴν εὐχὴ χωρίς κόπο. Τότε ὁ νοῦς σάν νικητὴς τοῦ μετεωρισμοῦ καὶ τῶν λογισμῶν παρακολουθεῖ ἀνύστακτα τὴν εὐχὴ νὰ λέγεται ἐν τῇ καρδίᾳ».

Αὐτὴ ἡ κατάσταση, ὅταν καὶ ὁ Θεός θελήσῃ, ὁδηγεῖ τόν ἄνθρωπο στήν θεωρία, τὴν θεολογία καὶ τὴν ἀγάπη: Γράφει:

«Ἡ νηπτικὴ ἐργασία ὁδηγεῖ τόν νηπτικόν ἄνθρωπον στὴ θεω-ρία καὶ ἀπὸ τῆ θεωρία στὴ σοφία καὶ ἀπὸ τῆ σοφία στὴν ἀγάπη».

* * *

Ὅπως γράφηκε στήν ἀρχὴ τοῦ κειμένου αὐτοῦ, παρατίθεται ἐδῶ ἡ διδασκαλία τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ τοῦ Ἀριζονίτου καὶ ἡσυχαστοῦ ἀπὸ ὀκτὼ ἐπιστολές πού ἔστειλε σέ μιὰ «πνευματικὴ του θυγατέ-ρα» μεταξὺ τῶν ἐτῶν 2009-2013, ἀπαντώντας σέ δικές της ἐπιστολές, μέ τίς ὁποῖες ρωτοῦσε θέματα πνευματικῆς ζωῆς. Δέν πρόκειται, δηλαδή, γιὰ πλήρη ἀνάλυση τῶν θεμάτων αὐτῶν μέ εἰδικές ὁμιλίες.

Παρά ταῦτα, σέ αὐτές τίς ἐπιστολές φαίνεται ἡ γνησιότητα καὶ ἡ αὐθεντικότητα τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ, γιατί εἶναι ἰδιόχειρες, γράφονται μέ αὐθορμη-τισμό καὶ μέ τὴν προοπτικὴ τῆς πνευματικῆς καθοδήγησης, κινοῦνται μέσα στήν προοπτικὴ τῆς πνευματικῆς πατρότητας.

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης κληρονόμησε μεγάλη πνευ-ματικὴ πείρα ἀπὸ «ζωντανό πνευματικὸ ὄργανισμό», τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστὴ, καὶ αὐτὴν τὴν κληρονομιά ὡς καλὸς πνευματι-κὸς υἱὸς καὶ πνευματικὸς πατέρας τὴν μετέδωσε στὰ πνευματικά του παιδιά, τόσο στό Ἅγιον Ὅρος, ὅσο στήν Ἑλλάδα καὶ τόν Νέο

Κόσμο, αλλά και σέ ὅλο τόν κόσμο.

Αὐτό δείχνει, ἐκτός τῶν ἄλλων, ποιό εἶναι τό ἔργο τοῦ πνευματικοῦ πατρός· εἶναι νά βοηθήσῃ στό νά ἐνεργοποιηθῇ ἡ νοερά ἐνέργεια στόν ἄνθρωπο, δηλαδή ἀπό τό κατ' εἰκόνα νά φθάσῃ στό καθ' ὁμοίωση, νά μεθέξῃ τῆς καθαρτικῆς, φωτιστικῆς καί θεοποιοῦ ἐνεργείας τοῦ Θεοῦ. Αὐτό γίνεται μέ τήν ἀσκητική καί μυστηριακή ζωή μέσα στήν Ἐκκλησία.

Αὐτό ἔχει ἀνάγκη ὁ ἄνθρωπος, ἀλλά δυστυχῶς δέν ὑπάρχουν πολλοί πνευματικοί πατέρες γιά τόν σκοπό αὐτό, γιατί οἱ περισσότεροι ἀσχολοῦνται μέ ἀλλότρια ἔργα, πού δέν ἔχουν καμμία σχέση μέ τήν ἀποστολική ζωή, ὅπως τήν βλέπουμε στίς ἐπιστολές τῶν Ἀγίων Ἀποστόλων.

Ὅταν διαβάζω τίς Ἐπιστολές τῶν Ἀποστόλων καί τίς «Πράξεις τῶν Ἀποστόλων», διερρωτῶμαι: «Τί σχέση ἔχουν αὐτά τά πνευματικά νοήματα πού ἐκφράζουν οἱ Ἅγιοι Ἀπόστολοι μέ τό ἔργο πού ἐπιτελοῦμε ἐμεῖς σήμερα, πού εἶναι ὀρθολογιστικό, ἠθικολογικό, κοινωνικό, πολιτιστικό, ἔκφραση μᾶς ἐκκοσμικευμένης ποιμαντικῆς;».

Χρειάζεται νά ἐντρυφήσουμε σέ αὐτήν τήν νοερά καί καρδιακή ἐργασία, ὥστε νά ἐλευθερωθοῦμε ἀπό τήν σχολαστική σκέψη, τήν προτεσταντική νοοτροπία πού μᾶς ἔχει κατακλύσει, ἀλλά καί ἀπό τήν «ἰσλαμοποίηση» τῆς ζωῆς μας. Τότε θά ἔχουμε «νοῦν Χριστοῦ» (Α' Κορ. β', 16) καί τότε «μή πλεονεκτεθῶμεν ὑπό τοῦ σατανᾶ· οὐ γάρ αὐτοῦ τά νοήματα ἀγνοοῦμεν» (Β' Κορ. β', 11). Χωρίς αὐτήν τήν ἐσωτερική ἐργασία θά εἴμαστε ὑπόδουλοι στά στοιχεῖα τοῦ κόσμου τούτου (Γαλ. δ', 3) καί «ἐλευθερίαν αὐτοῖς ἐπαγγελλόμενοι αὐτοί δοῦλοι ὑπάρχοντες τῆς φθορᾶς» (Β' Πέτρ. β', 19).

Νά ἔχουμε τήν εὐχή τοῦ Γέροντα Ἐφραίμ, γιά νά δοῦμε αὐτήν τήν ἐσωτερική ἐργασία, νά μάθουμε ποιό εἶναι τό ἔργο τοῦ πνευματικοῦ πατρός πού κατευθύνει τούς Χριστιανούς καί, τελικά, νά διακρίνουμε τίς ἐνέργειες τοῦ διαβόλου, ὥστε νά ἀποφεύγεται ἡ πλάνη.–