25/06/2021

Ο Ναυπάκτου Ιερόθεος για τον Γέροντα Εφραίμ της Αριζόνας

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου

Του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Ναυπάκτου κ. Ιεροθέου

Ὅλοι ὅσοι ἔχουμε γνωρίσει τόν π. Ἐφραίμ τόν Ἀριζονίτη, τόν ὑποτακτικό τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ τοῦ Ἡσυχαστοῦ, τόν πρώην Ἡγούμενο τῆς Ἱερᾶς Μονῆς τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὄρους καί τόν κτήτορα πολλῶν Μονῶν στήν Ἀμερική, ἔχουμε ὠφεληθῆ 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 Ὄρους καί ἀργότερα ὡς Ἡγούμενο στήν Ἱερά Μονή τοῦ Ὁσίου Φιλοθέου τοῦ Ἁγίου Ὄρους. Ἀλλά καί ὡς Μητροπολίτης μερικές φορές μίλησα στό τηλέφωνο μαζί του, ἀπό διάφορες ἀφορμές, καί εἴχαμε 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 καρδιᾶς του ἦταν γεμάτες ἀπό εὔχυμους καρπούς, τούς ὁποίους μετέδιδε ἁπλόχερα 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 Ὄρους. 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 ἄγονη 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 διηγήθηκαν κατά καιρούς διάφορα, ἀλλά ἰδιαιτέρως 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 Ὄρους, ἔτσι καί ὅσοι ἀκολούθησαν θυσιαστικά τόν Γέροντα Ἐφραίμ παρέλαβαν ἀπό αὐτόν μιά μεγάλη πνευματική κληρονομιά. Ἄλλωστε, ἡ πνευματι-κή κληρονομιά πού εἶναι ἡ κατά 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 ζῆ 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 ἤθελα μερικά σημεῖα ἀπό τίς ἐπιστολές αὐτές νά κατα-γράψω στό κείμενο αὐτό γιά εὐρύτερη πνευματική ὠφέλεια, 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 Ὄρος οἱ διακριτικοί Πατέρες λένε ὅτι εἶναι εὔκολο νά πλανηθῆ ὁ ἄνθρωπος, ὅμως εἶναι δύσκολο νά ξεπλανηθῆ!!

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 καθαρθῆ 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 ξεχείλισμα αὐτῆς τῆς πατρι-κῆς ἀγάπης του.

«Σοῦ εὔχομαι νά πλεονάζῃ ἡ Χάρις τοῦ Ἁγίου Θεοῦ, μέσα στήν ταπεινή σου ψυχούλα»· «σοῦ στέλνω τίς ταπεινές μου εὐχοῦλες μέ πατρική στοργή καί τήν κατά Θεόν ἀγάπη»· «εὔχεσθε 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 ἀγαπᾶ»· «Εὔχομαι νά σέ σκεπάζῃ ἡ Χάρις τῆς ταπεινώσεως». «Χαίρο-μαι γιά τήν ὡραία ἐπίσκεψη τοῦ Ἁγίου μου Γέροντα», ἐν-νοώντας τήν ἐμφάνιση στήν παραλήπτρια τῆς ἐπιστολῆς τοῦ ἁγίου Ἰωσήφ, καί συνεχίζει: «Εὔχομαι καί πάλι νά σέ ἐπισκεφθῆ 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, ἤτοι:

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

Ὅλα αὐτά εἶναι πολύ τρυφερά, φαίνονται συναισθηματικά, ἀλλά εἶναι ἀπόρροια τῆς καρδιᾶς του, ἡ ὁποία ἔχει ἀλλοιωθῆ 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 ἁγία Σας δεξιά ὁ πάντων εὐτελέστατος π. Ἐφραίμ».

2. Ἡ κατά Χριστόν σωτηρία

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ, ὡς ἐργάτης τῆς νοερᾶς 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. Αὐτή εἶναι ἡ πνευματική ὑγεία. Γράφει: «Ὑγίαινε καί σώζου ἐν τῇ ἀγάπῃ τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, τοῦ Σταυρωθέντος διά τήν ἡμῶν σωτηρίαν». Καί ἀλλοῦ:

«Εὔχομαι ἡ θεία δροσιά τῆς Ἁγίας Ἀναστάσεως τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας, νά σέ κρατᾶ γενναία στή γενικῶς δύσκολη ζωή πού περνᾶ 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 βοηθήση 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 φθάση στήν ἀφάνταστη ὀμορφιά τοῦ αἰωνίου Παρα-δείσου».

Ὁ ἀσκητής τοῦ Χριστοῦ γνωρίζει τήν προσωρινότητα αὐτῆς τῆς ζωῆς, νά ἀναζητᾶ τό αἰώνιο, σύμφωνα μέ τόν λόγο τοῦ Ἀποστόλου Παύλου: «Οὐ γάρ ἔχομεν ὧδε μένουσαν πόλιν, ἀλλά τήν μέλλουσαν ἐπιζητοῦμεν» (Ἑβρ. ιγ΄, 14). Ἑπομένως,

διακατέχεται ἔντονα ἀπό τήν μνήμη τοῦ θανάτου, πού εἶναι πολύ εὐεργετική, γιατί ἀνάβει τόν πόθο τῆς αἰωνίου ζωῆς καί μέσα σέ αὐτό τό πλαίσιο γίνεται ἡ καθαρά προσευχή. Γράφει:

«Μνημόνευε τόν θάνατον, τό δικαστήριον τοῦ Θεοῦ καί τήν Κόλαση τήν αἰώνιον, γιά νά καλλωπίσης τήν προσευχή σου μέ τήν ταπεινοφροσύνη».

3. Ἡ αὐτομεμψία

Ἡ βασική διδασκαλία τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ στίς ἐπιστολές αὐτές ἀναφέρεται στήν προσευχή πού εἶναι ἕνα μυστήριο ἑνώσεως τοῦ ἀνθρώπου μέ τόν Θεό. Ἀλλά ἡ προσευχή πρέπει νά γίνεται στό εὔκρατο κλῖμα τῆς ταπεινώσεως πού ἐκφράζεται μέ τήν αὐτομεμψία καί τά δάκρυα. Δέν εἶναι μιά τυπική ἐπανάληψη τοῦ ὀνόματος τοῦ Χριστοῦ, ἀλλά καρπός τῆς ταπεινώσεως.

Ὁ ἄνθρωπος πού αἰσθάνεται τήν ἐσωτερική του κατάσταση καί πονᾶ, αὐτός γνωρίζει τήν δύναμη τοῦ «μυστηρίου» καί τήν «ἱερουργία» καί «ἱεροτελεστία» (ἅγιος Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς) τῆς προσευχῆς. Γράφει ὁ Γέροντας:

«Νά εὔχεσαι παιδί μου, νά σέ προστατεύη ὁ Κύριος μέ τήν αὐτομεμψία ἐν ταπεινώσει».

Ἀλλοῦ γράφει ἐκτενέστερα:

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

Ἡ αὐτοκατηγορία εἶναι ὁ πρόδρομος τῆς χαριτωμένης καί πανέμορφης ταπείνωσης.

“Μάθετε ἀπό μένα νά εἶστε ταπεινοί καί πράοι καί τότε θά νοιώσετε τήν ὀμορφιά τῆς ἀγάπης μου” χωρίς ταπείνωση, σκέτο βρώμικο σῶμα, χωρίς ψυχή.

Ὅταν ὅμως μᾶς ἀγγίξει ἡ θεοχαρίτωτη ταπείνωση τοῦ Ἰησοῦ, τότε ὅλα εὐωδιάζουν Οὐράνιο μύρον καί ὀσφραίνεται ἡ κουρασμένη ψυχούλα μας καί δέν ξέρει πῶς νά εὐχαριστήση τόν θεῖον Δοτῆρα».

Ἡ αὐτομεμψία, ἡ καρδιακή ταπείνωση, μαλακώνει τήν καρδιά τῶν ἀσκητῶν καί ἀπό ἐκεῖ ἐξέρχονται τά δάκρυα, πού εἶναι διαρκής τροφή τους. Γράφει:

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

Ἐδῶ κάνει ἐντύπωση ὅτι ὄχι 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 ἀποφεύγη τόν μετεωρισμό του καί νά συνδέεται στενά μέ τήν προσευχή. Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ γράφει γιά τόν μετεωρισμό:

«Βίαζε, παιδάκι μου, τόν ἑαυτό σου νά προσεύχεται. Προσπάθησε νά κρατᾶς 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 φεύγη ἀπό τήν ψυχή μας καί νά νιώθουμε ἔλεγχο τρανταχτερό στήν συνείδησι».

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

«Ἀγωνίζου νά διώχνεις τούς κακούς 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 δουλέψει ὁ νηπτικός μηχανισμός, δηλαδή ἡ ἑτοιμότητα καί ἡ μαχητικότητα τῆς ψυχῆς πρός ἀνατροπή τῆς ἐπιθέσεως μέ τήν εὐχή καί μέ τό πνευματικό μαστίγιο τῆς αὐτομεμψίας. Μιά τέτοια ἀντιμετώπισι, τό ἀποτέλεσμα θἄναι θετικό καί σωτήριο».

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

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

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

«Πρέπει νά ἔχουμε προσευχή καί προσοχή. Ἡ μία βοηθάει τήν ἄλλη, ὅπως τό ἕνα χέρι τό ἄλλο. Ἡ προσευχή φέρει τήν προσοχή καί ἡ προσοχή τήν προσευχή. Αὐτή 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 χειροπόδαρα καί νά μᾶς ὁδηγοῦν στόν τυφεκισμόν; Γιατί ἀφήνουμε τόν Διάβολο νά μᾶς δένει; Γιατί νά γινόμεθα δυστυχεῖς, ἐνῶ μποροῦμε 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 καρδιᾶς καί ἀρχίζει νά δημιουργεῖται ἡ καρδιακή ἡσυχία, πού δέν εἶναι τίποτε ἄλλο παρά μία ἀέννααος προσευχή μέ τό ὄνομα τοῦ Χριστοῦ καί μία γενική εἰρήνευσις στόν ἔσω 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 κλῖμα γίνεται ἡ «εὐχή» τοῦ Ἰησοῦ, τό «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱέ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν». Αὐτή ἡ «εὐχή» εἶναι «τό ὀξυγόνο» τῆς ψυχῆς μας, «ἡ ἀναπνοή μας», εἶναι μιά «ἀτομική βόμβα κατά τοῦ διαβόλου». Γράφει:

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

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

δυσκολία στήν προσπάθεια νά τήν κρατήσουμε στήν ἀναπνοή μας, στήν καρδιά μας. Μέ ἕνα λόγο: Χωρίς Ἰησοῦ εἴμεθα νεκροί ψυχικῶς. Ἐπειδή ἐγώ ζῶ αὐτήν τήν νεκρότητα τῆς βρώμικης ψυχῆς μου, σοῦ τό γράφω σάν μιά μεγάλη ἀλήθεια καί διαπίστωση».

Μέ τό ὅπλο τῆς εὐχῆς πολεμᾶμε τόν διάβολο. Γράφει:

«Οἱ παγίδες τοῦ Διαβόλου εἶναι φοβερές. Κράτα τήν καρδιακή εὐχή τοῦ Κυρίου Ἰησοῦ μας καί τῆς Παναγίας μας ἀγρύπνως. Αὐτή ἡ προσευχή καταστρέφει κάθε προσπάθεια τοῦ διαβόλου νά ὑποσκελίση τόν ἀγωνιζόμενον Χριστιανό ἀπό φοβερή κακία καί μίσος».

Ὅταν ὁ προσευχόμενος νοῦς εἰσέρχεται μέ τήν Χάρη τοῦ Θεοῦ στήν καρδιά τοῦ ἀσκητοῦ, τότε αὐτός καταλαβαίνει τί θά πῆ «καρδιακή ἡσυ-χία». Γράφει:

«Καρδιακή ἡσυχία, λοιπόν, εἶναι ὅταν ὁ νοῦς κατακτήσει τήν εὐχή καί κατόπιν φθάσει στήν καρδιά καί ἡ καρδιά λέει τήν εὐχή χωρίς κόπο. Τότε ὁ νοῦς σάν νικητής τοῦ μετεωρισμοῦ καί τῶν λογισμῶν παρακολουθεῖ ἀνύστακτα τήν εὐχή νά λέγεται ἐν τῇ καρδίᾳ».

Αὐτή ἡ κατάσταση, ὅταν καί ὁ Θεός θελήση, ὁδηγεῖ τόν ἄνθρω-πο στήν θεωρία, τήν θεολογία καί τήν ἀγάπη: Γράφει:

«Ἡ νηπτική ἐργασία ὁδηγεῖ τόν νηπτικόν ἄνθρωπον στή θεω-ρία καί ἀπό τή θεωρία στή σοφία καί ἀπό τή σοφία στήν ἀγάπη».

* * *

Ὅπως γράφηκε στήν ἀρχή τοῦ κειμένου αὐτοῦ, παρατίθεται ἐδῶ ἡ διδασκαλία τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ τοῦ Ἀριζονίτου καί ἡσυχα-στοῦ ἀπό ὀκτώ ἐπιστολές πού ἔστειλε σέ μιά «πνευματική του θυγατέ-ρα» μεταξύ τῶν ἐτῶν 2009-2013, ἀπαντώντας σέ δικές της ἐπιστολές, μέ τίς ὁποῖες ρωτοῦσε θέματα πνευματικῆς ζωῆς. Δέν πρόκειται, δηλαδή, γιά πλήρη ἀνάλυση τῶν θεμάτων αὐτῶν μέ εἰδικές ὁμιλίες.

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

Ὁ Γέροντας Ἐφραίμ ὁ Ἀριζονίτης κληρονόμησε μεγάλη πνευ-ματική πείρα ἀπό «ζωντανό πνευματικό ὀργανισμό», τόν ἅγιο Ἰωσήφ τόν Ἡσυχαστή, καί αὐτήν τήν κληρονομιά ὡς καλός πνευματι-κός υἱός καί πνευματικός πατέρας τήν μετέδωσε στά πνευματικά του παιδιά, τόσο στό Ἅγιον Ὄρος, ὅσο στήν Ἑλλάδα καί τόν Νέο

Κόσμο, ἀλλά καί σέ ὅλο τόν κόσμο.

Αὐτό δείχνει, ἐκτός τῶν ἄλλων, ποιό εἶναι τό ἔργο τοῦ πνευματικοῦ πατρός· εἶναι νά βοηθήση στό νά ἐνεργοποιηθῆ ἡ νοερά ἐνέργεια στόν ἄνθρωπο, δηλαδή ἀπό τό κατ' εἰκόνα νά φθάση στό καθ' ὁμοίωση, νά μεθέξη 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 καμμιά σχέση μέ τήν ἀποστολική ζωή, ὅπως τήν βλέπουμε στίς ἐπιστολές τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων.

Ὅταν διαβάζω τίς Ἐπιστολές τῶν Ἀποστόλων καί τίς «Πράξεις τῶν Ἀποστόλων», διερωτῶμαι: «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 πλεονεκτηθῶμεν 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΄ Πετρ. 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.–