

Β' ΔΙΑΟΡΘΟΕΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

**ΓΕΡΟΝΤΑΣ ΙΩΣΗΦ Ο ΗΣΥΧΑΣΤΗΣ
ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ - ΦΙΛΟΚΑΛΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ**

Ιερά Μητρόπολη Λεμεσού – Ι. Μ. Μονή Βατοπαιδίου
Ξενοδοχείο Miramare
Λεμεσός, 21-23 Οκτωβρίου 2005

**ΑΥΤΟΜΕΜΨΙΑ ΚΑΙ ΚΑΥΧΗΣΗ
ΣΤΑ ΚΕΙΜΕΝΑ ΤΟΥ
ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΙΩΣΗΦ ΤΟΥ ΗΣΥΧΑΣΤΟΥ**

**ΟΜΙΛΗΤΗΣ
Μητροπολίτης Χαλεπίου, Βεροίας και Αλεξανδρέττας
Κ. Πάυλος**

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

**GREEK ORTHODOX ARCHDIOCESE OF ALEPPO, ALEXANDRETTA & DEPENDENCIES
P.O. BOX : 6976 ALEPPO – SYRIA
PHONE : (+ 963) 21 4660670 & 94 476211 – FAX : 21 4660671
EMAIL : ARCH@ALEPPORTHODOX.ORG
WEBSITE : WWW.ALEPPORTHODOX.ORG**

Κύπρος - 2005

ΑΥΤΟΜΕΜΨΙΑ ΚΑΙ ΚΑΥΧΗΣΗ ΣΤΑ ΚΕΙΜΕΝΑ ΤΟΥ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΙΩΣΗΦ ΤΟΥ ΗΣΥΧΑΣΤΟΥ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Μελετώντας όσα εκδόθηκαν για τον Γέροντα Ιωσήφ, στάθηκα πράγματι έκπληκτος! Μας παίρνει ο Γέροντας αμέσως μέτωπο με την Χάρη του Θεού. Μας μαθαίνει την τέχνη του πνευματικού πολέμου, μεταξύ ψυχής και χάριτος. Αναζητώντας λοιπόν ο άνθρωπος την φύλαξη της Χάριτος, τι μπορεί να προσφέρει; Ιδρώτες, κόπους, μόχθους, αγώνες; Ναι, αλλά όλα αυτά μόνα τους δεν ελκύουν την Χάρη. Πριν από όλα, πρέπει να διαθέτει ο αγωνιστής ταπεινοφροσύνη.

Η Θεία Χάρις είναι ο δάσκαλος και η ελκτική δύναμη η οποία έρχεται και απέρχεται εκπαιδύουσα τον αγωνιστή, ώστε να αποκτήσει ταπεινοφροσύνη και να μέμφεται τον εαυτό του συνεχώς.

Η ταπεινοφροσύνη αξιώνει τον άνθρωπο για την Θεία Χάρη¹, και τίποτα άλλο. Πολλές είναι οι αρετές, όπως η ελεημοσύνη, η σωφροσύνη κ.τ.λ., δύο όμως αρετές ονομάζονται 'αρετή' και δεν εντάσσονται μαζί με τις άλλες, από την μια η «Ταπεινοφροσύνη» και, από την άλλη, η «Αγάπη». Η μεν ταπεινοφροσύνη είναι το «Α», η βάση και η είσοδος για όλες τις αρετές, αν λείπει αποκλείεται κάθε άλλη αρετή. Η δε αγάπη είναι το «Ω», ο στόχος όλων των αρετών, αν δεν κατορθώνεται

¹ Μουτσάκη Βασιλείου, λήμμα «Ταπεινοφροσύνη», Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια, τόμ. 11^{ος}, Αθήνα 1967, σ. 683.

μάτια κοπιούμε! Η Αυτομεμψία είναι η πρώτη έκδηλον έκφραση της προσπάθειας για την απόκτηση της ταπεινοφροσύνης και η βασική οδός προς αυτήν την αρετή.

Ο Γέροντας Ιωσήφ εκφράζει την πατερική ορθόδοξο παράδοση γύρω από το άορατο πνευματικό αγώνα για την καύχηση και την Αυτομεμψία. Πρέπει να τονίσουμε ότι αυτή δεν αποτελεί προϊόν ψυχολογικής γνώσεως, αλλά καρπό βαθιάς εσωτερικής εμπειρίας, που αποκτήθηκε με την πείρα της παραδόσεως της Εκκλησίας και την προσωπική βίωση της ορθόδοξης πνευματικής ζωής.

Ο Γέροντας Ιωσήφ είναι ένας ζητιάνος της Χάριτος. Ζει από αυτό το ουράνιο Μάννα και ξέρει καλά ότι όσους κόπους να έκανε ή και αγώνες να διήλθε, όλα έχουν έναν σκοπό: να γνωρίζει την ευτέλεια της ανθρώπινης φύσεως και το μέγεθος της δωρεάς του φιλόανθρωπου Θεού. Αυτό ακριβώς τον κάνει να ευχαριστεί τον Θεό αφενός, και να ταπεινωθεί ο ίδιος αφετέρου.

Ο βίος και οι διδασκαλίες του είναι πνευματικό φροντιστήριο για κάθε ειλικρινή Χριστιανό που θέλει να διεξάγει «την στενή και τεθλιμμένη οδό την απάγουσα εις την ζωήν»², ζωή της οποίας τροφή και τρυφή είναι τα χαρίσματα του Πνεύματος και η παρουσία της Θείας Χάριτος.

Θα παρακολουθούμε, μέσα από τον βίο του, την διδασκαλία του και την επιστολογραφία του, την μέθοδο και το πώς αξιώνεται κανείς της Θείας Χάριτος και πώς την διαφυλάσσει.

* * * * *

² Βλ. *Ματθ.* 7, 14.

ΑΥΤΟΜΕΜΨΙΑ ΚΑΙ ΚΑΥΧΗΣΗ

Αρχίζει η πορεία πρακτικά από την Αυτομεμψία! Δεν ήταν η «οίησις» η αρχή της αντίστροφης οδού, της απομακρύνσεως από την Θεία Χάρη, και η αιτία της πτώσεως του ανθρώπου και της εξόδου του από τον Παράδεισο;

Τον βοήθησε πολύ η ανατροφή του σε μία απλή και πιστή οικογένεια³, και ύστερα η δουλειά του⁴. Το παράδειγμα των μεγάλων ασκητών⁵ και η 'Καλοκαιρινή'⁶ άσκησαν μεγάλη επίδραση στην ψυχή του, και από νωρίς αναζητούσε να εξασκηθεί τις αρετές τους, και αυτό ακολουθώντας τον σωστό τρόπο, δηλαδή την υποταγή σ' έναν σοφό ασκητή γέροντα⁷. Δεχόταν κιάλας από την αρχή θείες αποκαλύψεις και θεωρίες⁸ της Παναγίας και των αγίων. Αλλά τούτο δεν το έριξε σε έπαρση, αλλά το οδήγησε στο να μέμφεται τον εαυτόν του ως ανάξιος τόσες Χάριτας.

Επαναλαμβάνει ο Γέρον Ιωσήφ το ευαγγελικό ρητό για την επίμονη αυταπάρηση «ός δ' άν απολέση την ψυχήν αυτού ένεκεν εμού ευρήσει αυτήν»⁹. Είναι εντολή Κυρίου «να αρνείται κανείς τον εαυτόν του» και «να μισεί την εαυτού ψυχήν»¹⁰, ώστε να αποβάλλει τον «παλαιόν άνθρωπον»¹¹.

³ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής – Βίος, Διδασκαλία, «Η δεκάφωνος σάλπιγξ»*, Ψυχοφελή Βατοπαιδινά 1, εκδ. Ι.Μ.Μ. του Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος 2004, σ. 37.

⁴ Ο.π., σ. 38.

⁵ Ο.π., σ. 38-39

⁶ Ο.π.

⁷ Ο.π., σ. 43.

⁸ Ο.π., σ. 55.

⁹ *Ματθ.* 16, 24-25. Βλ. Μουτσάκη Βασιλείου, λήμμα «Ταπεινοφροσύνη», *Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια*, τόμ. 11^{ος}, Αθήνα 1967, σ. 684.

¹⁰ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 55.

¹¹ *Κολ.* 3, 19.

Αυτομεμψία είναι η «ζωοποιός νέκρωσις»¹², η πνευματική μέθοδος δια της οποίας ο άνθρωπος «ο απολέσας την ψυχήν αυτού ένεκεν Χριστού ευρήσει αυτήν»¹³. Αυτή η προσπάθεια δεν σημαίνει κάποιες εξωτερικές και φαρισαϊκές εκδηλώσεις· «Να έχης μεγάλην ταπείνωσιν· όχι να περιφέρης λόγια αργά ταπεινωλογίας, αλλά να γίνης σκουπίδι να σε πατάνε όλοι»¹⁴, έλεγε ο Γέροντας.

Αυτομεμψία προϋποθέτει μία καινούργια έννοια των προσωπικών δικαιωμάτων· «όστις θελήσει να ζητήσει το δίκαιον, ας γνωρίζη ότι είναι αυτό· να βαστάζη το βάρος του αδελφού, του πλησίον του, μέχρις εσχάτης πνοής»¹⁵, «ει δε και ζητήσης άλλως να εύρης το δίκαιον, θα είσαι πάντοτε άδικος»¹⁶, γράφει ο Γέροντας σε μία επιστολή του. Η Αυτομεμψία δεν μπορεί να ευρίσκει κανένα άλλο άδικο ή να τον κατηγορήσει εκτός από τα προσωπικά πάθη¹⁷. «Ευλόγησον» είναι η μοναδική λέξη στο πνευματικό λεξιλόγιο του Γέροντος· «να λέγης στον καθένα· ευλόγησον! και εις όλα παντού να υβρίζεις τον εαυτόν σου, και μη ζητείς ποτέ το δικαίωμα και το θέλημά σου»¹⁸. Είναι φυσικός να σφάλει ο άνθρωπος, και επόμενο είναι να συγχωρήσει ο Θεός, όμως μεσολαβεί η Αυτομεμψία. Όχι ως περιττά λόγια ή ταπεινολογία, αλλά ως αρχή διαρκούς διά βίου μετανοίας. Έτσι φωνάζει ο προφήτης Δαβίδ, όταν τον έλεγξε ο Νάθαν: «ημάρτηκα τω Κυρίω»¹⁹. «Όθεν, γράφει ο Γέροντας, βάζε μετάνοιαν συνεχώς, όταν σφάλης, και μη χάνης καιρόν. Καθότι, όσον αργείς να ζητήσης συγχώρησιν, τόσον δίδεις άδειαν εις τον πονηρόν να απλώνη μέσα σου ρίζες. Μην τον αφήνης να κάμη νεύρα εις βάρος σου. Λοιπόν μη απελπίζεσαι πίπτων, αλ' εγειρόμενος πρόθυμα βάζε μετάνοιαν λέγων· Συγχώρησόν με, Χριστέ

¹² Ο.π., σ. 213.

¹³ *Ματθ.* 10, 39.

¹⁴ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, εκδ. Ι.Μ. Φιλοθέου. του Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος ⁵1996, σ. 146.

¹⁵ Ο.π., σ. 235.

¹⁶ Ο.π., σ. 82.

¹⁷ Ο.π., 47.

¹⁸ Ο.π., 364.

¹⁹ *Β' Βασ.* 12, 13.

μου, άνθρωπος είμαι και ασθενής»²⁰. Αυτομεμψία, σημειώνει ο Γέροντας, είναι «να ποτίζεις την ψυχήν σου όχι με τιμές και επαίνους, αλλά με ονειδισμούς και κατηγορίες, ών ανεύθυνος»²¹, «χωρίς να σφάλης να μετανοήσ ότι έσφαλές. Εν επιγνώσει ψυχής· όχι απ' έξω, δι' έπαινον, να λέγης πως έσφαλές και μέσα να κατακρίνης»²².

Η μέθοδος του Κυρίου δεν προβάλλει στον άνθρωπο τις νίκες για να μην υπεραίρεται, τα δε πεσίματα τα φέρνει προ οφθαλμών του, να τα βλέπει, να πάσχει, να ταπεινώνεται²³. Αυτή είναι η καλύτερη μέθοδος για εκπαίδευση²⁴. Γι' αυτό λοιπόν, στην προσευχή, το κύριο μέλημα είναι να ζητήσουμε το έλεος του Θεού²⁵, και το κύριο όνομά μας είναι 'δούλος' Κυρίου²⁶.

Αυτομεμψία είναι η πηγή των δακρύων στην προσευχή²⁷. Διάβασε τον Άγιο Εφραίμ τον Σύρο, είναι η συμβουλή του Γέροντος²⁸. Αυτομεμψία είναι απολύτρωση από τις «προφάσεις εν αμαρτίαις»²⁹. Έτσι, κάθε προσπάθεια επάρσεως είναι έναν είδος ψεύδους, και μία διαβολική μεθοδεία. Ενώ η Αυτομεμψία είναι οδός αυτογνωσίας και αληθείας³⁰.

Όταν αναλογίζεται κανείς την ευτέλεια της φύσεώς μας, τότε λοιπόν, πώς και σε τι μπορεί να καυχιέται³¹; Έτσι υπογραμμίζει ο Γέροντας αυτήν την αλήθεια σε μία επιστολή του: «Πάντες γαρ άνθρωποι είμεθα εκ του χόος γεγεννημένοι και πάντες

²⁰ Ο.π., σ. 127.

²¹ Ο.π., σ. 60.

²² Ο.π., σ. 60. Βλ. και σ. 34, 36, 77. Επίσης βλ. Βαρσανουφίου και Ιωάννου, *Κείμενα διακριτικά και ησυχαστικά (ερωταποκρίσεις)*, τόμ. Γ', εκδ. Ετοιμασία, Καρεάς 1997, σ. 383.

²³ Ο.π., σ. 42, 73.

²⁴ Ο.π., σ. 21.

²⁵ Ο.π., σ. 85.

²⁶ Ο.π., σ. 405.

²⁷ Ο.π., σ. 59.

²⁸ Ο.π., 135.

²⁹ *Ψαλμ.* 140, 4. Βλ. Ο.π., σ. 359.

³⁰ Ο.π., σ. 419.

³¹ Ο.π., σ. 426.

ημάρτομεν. Πηλός είμεθα, άγνοιαν έχομεν»³², και αλλού γράφει: «Τι έχεις λοιπόν, υπερήφανε άνθρωπε, όπερ ουκ έλαβες; Ει δε και έλαβες, τι καυχάσαι ως μη δήθεν λαβών; Γνώθι, ψυχή ταπεινή, τον σον ευργέτην και πρόσχες μη σφετερισθής τα ξένα – τα του Θεού, ως ίδια κατορθώματα»³³.

Αν όμως αναλογίζεται κανείς και το μέγεθος της δωρεάς της Θείας Χάριτος, και της θείας φιλανθρωπίας, καταλαβαίνει αμέσως ότι η τιμή του προέρχεται από το θείο εμφύσημα³⁴. Καλόν είναι να ενθυμούμαστε πάντα τα λόγια του Ιώβ: «ήγημαι δε εμαντόν γην και σποδόν!»³⁵. Άλλωστε, οι δοκιμασίες του βίου δίνουν στον άνθρωπο την πείρα της μηδαμινότητας και ευτέλειας³⁶.

Η ματαιότητα του βίου³⁷ βεβαιώνει ότι η μόνη αξία είναι η γλυκότητα της Χάριτος, εκτός της οποίας είναι «Ματαιότης ματαιοτήτων και πάντα ματαιότης»³⁸. Γι' αυτό στενάζει ο Γέροντας λέγοντας: «Ω μάταιε κόσμε! Πόσον ήσουν δυστυχής, είσαι και θα είσαι μέχρι τέλους; Και πόσον μακαρία τοις μάκαρσιν η αιώνιος και άληκτος εκείνη τρυφή!»³⁹.

Εύκολα μέμφεται κανείς τον εαυτόν του όταν γνωρίζει ότι «οι πάντες ημάρτομεν και υστερούμεθα της δόξης του Θεού»⁴⁰. Ο άνθρωπος είναι ουσιαστικά σε εξορία⁴¹ και η ζωή του ασθενής, πώς λοιπόν να καυχιέται; Αντιθέτως, απ' όλα τα προλεχθέντα, αναρωτιέται ο Γέροντας: «πώς να τα βγάλει πέρα;»⁴². Και όταν λάβει

³² Ο.π., σ. 239.

³³ Ο.π., σ. 211. «Τι έχεις λοιπόν, υπερήφανε άνθρωπε, όπερ ουκ έλαβες; Ει δε και έλαβες, τι καυχάσαι ως μη δήθεν λαβών; Γνώθι, ψυχή ταπεινή, τον σον ευργέτην και πρόσχες μη σφετερισθής τα ξένα – το του Θεού, ως ίδια κατορθώματα», ό.π., σ. 210.

³⁴ Ο.π., σ. 211.

³⁵ *Ιωβ* 42, 5-6. Βλ. Ο.π., 121.

³⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 366.

³⁷ Βλ. Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 158.

³⁸ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 241, 289.

³⁹ Ο.π., 242.

⁴⁰ *Ρωμ.* 3, 23

⁴¹ Ο.π., σ. 51.

⁴² Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 397.

κάτι, αντί να καυχηθεί, ανάγει αμέσως τα πάντα στον Θεό και όχι στις μηδαμινές ανθρώπινες προσπάθειές του⁴³, και όχι στην ευτέλεια της φύσεώς μας⁴⁴.

«Περί μέντοι αυτομεμψίας, φησίν ο Μέγας Αντώνιος· αυτή εστί η μεγάλη εργασία του ανθρώπου, ίνα το σφάλμα εαυτού βάλλη ενώπιον του Θεού»⁴⁵.

Ο πραγματικός κίνδυνος από την καύχηση ή την έπαρση είναι η φυγή και απομάκρυνση της Χάριτος, διό η Αυτομεμψία είναι καλύτερη από τον έπαινο, που βλάπτει και τους τελείους, πόσο μάλλον και τους αρχαρίους;⁴⁶ Αυτό ακριβώς θέλει ο παμπόνηρος διάβολος, να μην αγωνιζόμαστε, και αν κάνουμε αγώνα να χάσουμε τον καρπό του, και γίνεται μάταιος. Γι' αυτό, ας αποφεύγουμε τους από δεξιά κινδύνους κατά τα λόγια του ψαλμωδού: «αποστραφήτωσαν παραντίκα αισχυνόμενοι οι λέγοντές μοι· εύγε εύγε»⁴⁷. Η «οίησις» είναι ένας «ληστής»⁴⁸. Θέλει πολλή προσοχή να μην μας παγιδεύει ο διάβολος, και να πιστεύουμε ότι είμεθα «σκουλήκι της γης»⁴⁹. Όσοι φαντάζονται αξιώματα αρχών και εξουσιών, εύκολα παγιδεύονται⁵⁰. Αντιθέτως, ο Γέροντας Ιωσήφ, από την πείρα και την διδασκαλία του, διδάσκει να κρύπτεται ο άνθρωπος, να μένει άγνωστος⁵¹, και να αποφύγει την προβολή⁵². Γιατί ο πνευματικός αγώνας απαιτεί να μέμφεται κανείς τον εαυτό του αντί να καυχιέται για δήθεν αρετές δικές του⁵³.

Αυτομεμψία δεν εμπιστεύεται «τον εαυτόν» έστω και την ώρα που επισκέπτεται η Χάρις τον αγωνιστή. Η Αυτομεμψία έχει πάντοτε φόβο ανάμικτον

⁴³ Ο.π., σ. 399.

⁴⁴ Βλ. Ιωάννου Χρυσοστόμου, *Εκλογή περί ταπεινώσεως*, PG 63, 618A. Βλ. επίσης Tomas Spidlik, *Η πνευματικότητα του Ανατολικού Χριστιανισμού*, *Orientalia Christiana, Periodica* 206, σ. 130.

⁴⁵ Καλλίστου και Ιγνατίου Ξανθοπουλών, *Περί των αιρουμένων ησύχως βιώναι*, Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών, τόμ. Δ', Εκδ. Αστήρ, Αθήνα 1961, σ. 276.

⁴⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 54, 445.

⁴⁷ *Ψαλμ.* 69, 3.

⁴⁸ Ο.π., σ. 408, 420, 363.

⁴⁹ Ο.π., σ. 307.

⁵⁰ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 404.

⁵¹ Ο.π., σ. 62.

⁵² Ο.π., σ. 74.

⁵³ Ο.π., σ. 111.

εφ' όρου ζωής⁵⁴. Αλλιώς, θα βρει ο διάβολος εύκολα τον δρόμο του να τον πλανήσει με ψεύτικες οράσεις και αποκαλύψεις⁵⁵.

Τρεις είναι οι περιεκτικοί τρόποι του εχθρού στο πόλεμο: η αγνωσία, η πλάνη και η κενοδοξία. Η Αυτομεμψία φυλάει τον αγωνιστή από την αυτοπεποίθηση, δηλαδή την κενοδοξία, γιατί ο Κύριος «υπερηφάνοις αντιτάσσεται»⁵⁶.

- «Παύσε δαίμον», έτσι πρέπει να αντιλέγουμε, μαζί με τον Γέροντα, στον κακό λογισμό που υπονομεύει ότι είμεθα ανώτεροι των άλλων⁵⁷. Αν έχεις κάποιες πνευματικές εμπειρίες ή θεία χαρίσματα, «αυτό προκαλεί μάλλον ευθύνη και όχι οίηση»⁵⁸, υπαινίσσεται ο Γέροντας. Πρέπει να μέμφεται κανείς τον εαυτό του όταν του έρχονται οι μάταιοι λογισμοί οίησης και υποτιμήσεως του πλησίον, και να ενθυμηθεί το μυστήριο της θείας οικονομίας κατά το οποίο «μερίζει ο Κύριος την βοήθειά Του με την Χάρη στον κάθε χαρακτήρα, περιστασιακά, τοπικά, χρονικά, ... στον καθένα διαφορετικά κατά τη παραβολή των ταλάντων»⁵⁹. Αντιθέτως, όσο ξέρεις και αγωνίζεσαι, τόσο περισσότερο να γίνεις μωρός διά τον Χριστόν⁶⁰.

Πώς δύναται κανείς να καυχείται όταν δια της Αυτομεμψίας, συνειδητοποιεί ότι:

1) Όσα έχει είναι δώρα Θεού· «Τι έχεις, αχάριστε, άνθρωπε όπερ ουκ έλαβες; Ει δε και έλαβες, τι έλαβες, τι καθ' εκάστην καυχάσαι ως μη δήθεν λαβών;»⁶¹.

2) «Αν στέκης, ψυχή μου, στέκεις διότι σε βαστάζει η χάρις»⁶².

3) «Αν πέφτη ο αδελφός, πέφτει διότι δεν είναι η χάρις»⁶³.

⁵⁴ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 215.

⁵⁵ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 404.

⁵⁶ *Παροιμ.* 3, 34.

⁵⁷ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 410.

⁵⁸ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 367. «Παντί δε ώ εδόθη πολύ, πολύ ζητηθήσεται παρ' αυτού» *Λουκ.* 12, 48.

⁵⁹ *Ο.π.*, σ. 366.

⁶⁰ Βλ. Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 258, και Ευεργετινός, τόμ. Γ', εκδ. υπό τον επίσκοπο Ματθαίο Λαγγή, Αθήνα 2001, σ. 315.

⁶¹ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 312.

⁶² *Ο.π.*

4) «Το δίκαιον, ας ηξεύρη ότι είναι αυτό: να βαστάζη το βάρος του αδελφού μέχρις εσχάτης πνοής»⁶⁴.

Ο ίδιος ο Γέροντας, όταν έφθασε, για πρώτη φορά, στο Άγιον Όρος, με ιδεώδες αντιλήψεις, και δεν βρήκε ό,τι περίμενε, δεν κατέκρινε κανέναν, αλλά έκλαψε ημέρες και νύχτες πονώντας τον εαυτό του⁶⁵.

Εμπειρίες, τις παρέχει η Χάρις, όταν εγκαταλείπει τον αγωνιστή μόνος, διδάσκοντάς τον να μην καυχιέται ποτέ⁶⁶. Έτσι, «για τίποτα δεν θα κατακρίνετε και δεν θα κατηγορείτε»⁶⁷, υπογραμμίζει ο Γέροντας. Αυτομεμψία σημαίνει να βλέπει κανείς τα ελαττώματά του παρά μόνον τα χαρίσματα, και αντιστρόφως, να βλέπει τα χαρίσματα των άλλων, όχι τα ελαττώματά τους⁶⁸, όπου ο άνθρωπος βλέπει τον εαυτόν του διά μέσον του θείου βλέμματος και όχι του ιδίου οφθαλμούς, βλέπει δηλαδή πώς θα το ήθελε ο Θεός!⁶⁹

Αυτομεμψία εξασκεί τον άνθρωπο να απαρνηθεί τον εαυτό του και να «διψά κανείς την σωτηρίαν του αδελφού του»⁷⁰. Ακόμη και στις προσευχές του, θα μνημονεύει όλους και τους μη ζητούντας⁷¹. Η Αυτομεμψία κατεβάζει εις υψηλόν, «η αυταπάρνησιν ανεβαίνει εις θεωρίαν»⁷². Η Αυτομεμψία οδηγεί στην εκτίμηση του πλησίον περισσότερο από τον εαυτό. Ο Γέροντας έδινε στους άλλους ελεημοσύνες μέχρι το σημείο να στερηθεί ο ίδιος⁷³, εφόσον αυτή η πνευματική τέχνη διδάσκει την έμπρακτη αγάπη και απελευθερώνει από τον εγωισμό. «Είναι σκληρός ο αγώνας

⁶³ Ο.π.

⁶⁴ Ο.π.

⁶⁵ Ο.π., σ. 220 και Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 44.

⁶⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 137.

⁶⁷ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 207.

⁶⁸ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 47. Βλ. Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια, λήμμα «Υπερηφάνεια», τόμ. 11^{ος}, Αθήνα 1967, σ. 960.

⁶⁹ Ευεργετινός, τόμ. Α', εκδ. υπό τον επίσκοπο Ματθαίο Λαγγή, Αθήνα 1993, σ. 671.

⁷⁰ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 380-1.

⁷¹ Ο.π., σ. 252.

⁷² Ο.π., 84.

⁷³ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 136, 144.

εναντίον της φιλαυτίας, όλα όμως τα κάνει η Χάρης του Θεού»⁷⁴. Όλα αυτά είναι το «αναίμακτο μαρτύριο»⁷⁵. Ναι, μέμφεται κανείς τον εαυτό του και τον μισεί, και αυτό γίνεται για την αγάπη του Κυρίου: «δί' αγάπην Σου ξεψυχώ εις το στάδιον, γλυκεία πνοή μου, ο Χριστός, η ζωή μου»⁷⁶, λέγει χαρακτηριστικά ο Γέροντας.

Ο πρώτος καρπός από την Αυτομεμψία και τον αγώνα κατά του εγωκεντρισμού είναι το ταπεινό φρόνημα⁷⁷, και η φιλοπονία⁷⁸, «εταπεινώθειν και έσωσέ με ο Κύριος»⁷⁹. Ο ταπεινόφρων αντιλαμβάνεται καλά την ανθρώπινη του αδυναμία και κατανοεί τον λόγο του Κυρίου: «χωρίς εμού ου δύνασθε ποιείν ουδέν»⁸⁰. Η ταπεινοφροσύνη είναι η πιο βασική αρετή ή και η προϋπόθεση των αρετών⁸¹.

Δεν κατορθώνεται η ταπεινοφροσύνη με τις ίδιες δυνάμεις και αγώνες μόνο. «Η προσπάθεια να αποκτήσει κάποιος την ταπεινοφροσύνη χωρίς την σύμπραξη της Θείας Χάριτος είναι σαν την προσπάθεια να αποκτήσει την εικόνα κάποιου πράγματος, όχι όμως το ίδιο το πράγμα»⁸². Αυτομεμψία λοιπόν, είναι αγώνας κατά της ούσηως, σκοπεύει στο να αποβάλλει ό,τι εμποδίζει την Θεία Χάρη, δηλαδή αγώνας κατά των διαφόρων παθών. Γράφει ο Γέροντας σε μία επιστολή του: «Τα πάθη είναι ύλη σκληρά. Ουράλια όρη! Χιλιόμετρα ύψος! Η χάρις είναι ήλιος. Ανατέλλει ο ήλιος, αλλ' η σκιά των ορέων δεν τον αφήνει να περιθάλψη τον νοητόκτιστον άνθρωπον»⁸³. Έτσι ο άνθρωπος, επιβεβαρημένος και κουρασμένος από την ταραχή των παθών και το βάρος τους, επιθυμεί και αναζητεί την ελευθερία του Πνεύματος και την Χάρη του Θεού. Όλος ο αγώνας αποσκοπεί στην απόκτηση

⁷⁴ Ο.π., σ. 94.

⁷⁵ Ο.π., σ. 92. Βλ. *Εβρ.* 11, 33-38.

⁷⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 86 και 293.

⁷⁷ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 359.

⁷⁸ Ο.π., σ. 360.

⁷⁹ *Ψαλμ.* 114, 6.

⁸⁰ *Ιω.* 15, 5.

⁸¹ Ο.π., σ. 360.

⁸² Ο.π., σ. 360.

⁸³ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 205.

της Χάριτος⁸⁴. «Ο Γέροντας μιλά για την πρακτική θεωρία ως εισαγωγή στην λεγόμενη ‘φυσική θεωρία των όντων’, κατά την οποία μπορεί ο αγωνιστής να στρέφει τον νού του γυμνάζοντάς τον στην εσωστρέφεια και τον αυτοέλεγχο, ώσπου η θεία Χάρις πλησιάσει στο έργο του»⁸⁵, γράφει ο βιογράφος του βίου του.

Αγώνας σκληρός λοιπόν χρειάζεται για να πραγματοποιήσει ο άνθρωπος τον πόθο του. Αυτός είναι ο σκοπός της Χριστιανικής ζωής, η απόκτηση της Θείας Χάριτος. Δηλαδή να φθάσει ο άνθρωπος στην αληθινή προσευχή ή την θεωρία⁸⁶.

- «Τώρα βιάζου να κάνεις κτήμα σου αυτήν την Χάρη και να μη σου την κλέψει η αμέλεια»⁸⁷, συνιστά ο Γέροντας.

Και όμως, μετά από την απόκτηση της Χάριτος μένει η φύλαξή της. Επιγραμματικά λέει ο Γέροντας: «Πρόσχες λοιπόν, ταπεινέ, εις την ουράνιον ταύτην δόξαν σου που εστολίσθης επί της γης ως άλλος Θεός!...»⁸⁸.

Οι αλλοιώσεις στην πνευματική ζωή είναι μία γνωστή πραγματικότητα. Η δυναμικότητα του αγώνα γνωρίζει συνάμα την παρουσία και την απουσία της Χάριτος. Οι αλλοιώσεις έχουν φυσικές αιτίες χωρίς καμία ενοχή. Προέρχονται οι αλλοιώσεις και από προσωπικές αμαρτίες. Τότε παραχωρεί ο Θεός και η Χάρις εγκαταλείπει τον άνθρωπο, ιδιαίτερα όταν ο άνθρωπος κατακρίνει άλλους αντί τον εαυτόν του. Μας αφήνει ο Κύριος να έρθουμε σε ταπείνωση και να δούμε τα δικά μας σφάλματα⁸⁹. «Αν η χάρις πηγαίνη και έρχεται, εσύ μη ληπάσαι· επειδή έτσι γυμνάζει τον άνθρωπον, να φρονή ταπεινά και να μην υπεραίρεται»⁹⁰, συμβουλεύει ο Γέροντας. Πρέπει να μάθουμε να θεωρούμε την Αυτομεμψία ως το βασικότερο

⁸⁴ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 293 και Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 292.

⁸⁵ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 357.

⁸⁶ Ο.π., σ. 215.

⁸⁷ Ο.π., σ. 436.

⁸⁸ Ο.π., σ. 436.

⁸⁹ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 52.

⁹⁰ Ο.π., σ. 56.

μέσο της προκοπής και να ατενίζουμε κατ' ευθείαν στην αφετηρία του σφάλματος⁹¹, γιατί όπως λέει ο αββάς Μάρκος: «πάν ακούσιον εκ των εκουσίων έχει την αιτίαν και ουδείς ούτως εχθρός ανθρώπου, ως αυτός εαυτού τυγχάνει»⁹². Η κίνηση των παθών γενικά απομακρύνει την Χάρη, όμως η αμέλεια και η κενοδοξία αποκλείουν τελείως την παρουσία Της. Φάρμακο δε γι' αυτήν την κατάσταση είναι η Αυτομεμψία⁹³.

Άλλος σκληρός πόλεμος είναι λοιπόν όταν συστειλεί η Χάρις την παρουσία Της⁹⁴. Είναι πολύ λεπτές η επέμβαση και η ενέργεια της Χάριτος. «Το θέμα της Χάριτος πρέπει να μας απασχολεί, γιατί χωρίς Αυτήν ο άνθρωπος δεν μπορεί να κατορθώσει τίποτε»⁹⁵. «Η παρουσία της Χάριτος στην ψυχή απαιτεί από τον άνθρωπο χριστοειδή συμπεριφορά»⁹⁶.

Η Αυτομεμψία ανακαλεί την Χάρη⁹⁷. «Πρό του με ταπεινωθείναι εγώ επλημμέλησα · διά τούτο το λόγιόν σου εφύλαξα»⁹⁸. «Προς ανεύρεση της Χάριτος, διδάχθηκε ο Γέροντας αρκετά από Αυτήν την αξία Της. Βίωσε δε το πολύπονο και δυσχερέστατο της ανακτήσεώς Της σε περίπτωση συστολής Της»⁹⁹, γράφει ο βιογράφος του. «Όταν κατά την διάρκεια των πειρασμών κρύψει η Χάρις την αισθητή παρουσία Της, τότε αυξάνει η αγωνία και ο άνθρωπος με περισσότερο δέος παρακαλεί»¹⁰⁰. Η Θεία Χάρις απαιτεί να βαδίζουμε την «στενή και τεθλιμμένη οδό»¹⁰¹ των εντολών με προϋπόθεση την ταπείνωση, το αυτοέλεγχο και την ειλικρινή

⁹¹ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 208.

⁹² *Περί των οιομένων εξ έργων δικαιούσθαι*, *Φιλοκαλία των ιερών νηπτικών*, έκδ, Αστήρ, 1957, τόμ. Α', σ. 116

⁹³ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 214 και 367.

⁹⁴ *Ο.π.*, σ. 85.

⁹⁵ *Ο.π.*, σ. 103.

⁹⁶ *Ο.π.*, σ. 10.

⁹⁷ *Ο.π.*, σ. 206.

⁹⁸ *Ψαλμ.* 118, 67.

⁹⁹ *Ο.π.*, σ. 58.

¹⁰⁰ *Ο.π.*, σ. 155.

¹⁰¹ *Ματθ.* 7, 14.

μετάνοια¹⁰². Όταν αμαρτάνει ο άνθρωπος, αν «επισημάνει έγκαιρα την ήττα και ταπεινωθεί, η θεία Χάρις αμέσως τον πλησιάζει μυστικά»¹⁰³, γι' αυτό λέγει ο ψαλμωδός: «ει μη εγώ εταπεινούμην, σύ εταπεινώσάς με, όπως αν μάθω τα δικαιώματά σου»¹⁰⁴. Έτσι, προσπαθώντας ο αγωνιστής να ελκύει την Χάρη, τον οδηγεί Εκείνη στην Αυτομεμψία και την ταπείνωση. «Τώρα μανθάνω και εγώ ότι χρειάζονται και τα φάρμακα και η χάρις»¹⁰⁵, καθώς λέει ο Γέροντας στους πατέρες της συνοδείας του.

Χαρακτηριστικό είναι «Το Ολεξητήριο Έύλον»¹⁰⁶, το οποίο «οι δαίμονες το φοβούνται και φρίττουν, ορώτες τον άνθρωπον να τιμωρήται ως Μάρτυς διά του Χριστού την αγάπην»¹⁰⁷. Και τι άλλο περισσότερο μπορεί να σημαίνει Αυτομεμψία;

Έγραψε σε μία αδελφή στην επιστολή ΜΒ': «Να βλέπης ότι έχεις όλον εξ ολοκλήρου το δίκαιον και να πείθης τον εαυτόν σου ότι έχεις το άδικον. Αυτήν, αδελφή μου, είναι η τέχνη τεχνών και επιστήμη επιστήμων. Να ραβδίζης τον εαυτόν σου μέχρις ότου πεισθή να ονομάζη το φως σκότος και το σκότος φως. Να φύγη κάθε δικαίωμα. Και να σβήση τελείως η έπαρσις. Να γίνης μωρός εν πλήρει συνέσει»¹⁰⁸. Ναι, ο Γέροντας ράβδιζε τον εαυτόν του, όχι δηλαδή μόνον τους λογισμούς αλλά και το ίδιο το σώμα του. Αυτή η σκληρότητα και η άκρα Αυτομεμψία του Γέροντος είχε υπόβαθρο τα λόγια του Αποστόλου Πάυλου: «ουκ άξια τα παθήματα του νυν καιρού προς την μέλλουσαν δόξαν αποκαλυφθήναι εις

¹⁰² Ο.π., σ. 197.

¹⁰³ Ο.π., σ. 383.

¹⁰⁴ Ψάλμ. 118, 71

¹⁰⁵ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 284.

¹⁰⁶ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 71.

¹⁰⁷ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 143.

¹⁰⁸ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 257-8. Σημειωτέον δε, ότι αυτή η σκληρότητα του Γέροντα ήταν μόνον στον εαυτόν του, και ήταν καρπός Αυτομεμψίας ειλικρινούς. Όμως η Αυτομεμψία τον έκανε πολύ εύπλαχνος με τους άλλους και, επομένως, κατανοούσε ιδιαίτερος τις αδυναμίες τους. Βλ. Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 147-8.

ημάς»¹⁰⁹. Το σώμα ελκύεται εύκολα προς την άνεση και προτιμά πάντοτε την αμέλεια. Γι' αυτό έλεγχε ο Γέροντας πάντοτε τον εαυτόν του με το ασκητικό ρητό: «δός αίμα και λάβε πνεύμα»¹¹⁰, και ιδού πώς το ερμηνεύει ο ίδιος: «Είναι συνάλλαγμα και αντάλλαγμα θείον, όπου δίδομεν γην και λαμβάνομεν ουρανόν. Ανταλλάσσομεν ύλην λαμβάνοντες Πνεύμα. Ο κάθε ιδρώτας, ο κάθε πόνος, η κάθε άσκησις διά τον Θεό μάς είναι αλλαγή συναλλάγματος. Αφαίρεσις αίματος, εισροή Πνεύματος»¹¹¹.

Είναι αυτονόητο να μέμφεται κανείς τον εαυτόν του όταν αμαρτάνει ή όταν τον εγκαταλείπει η Χάρις. Το θαυμαστό όμως είναι πώς ο Γέροντας δακρύζει και αυτοελέγχεται σε στιγμές που τον πλημμυρίζει η Χάρις και η θεία παρηγοριά. «Ω Κύριε, ει μη κρατήσεις τα ύδατα της σης χάριτος, ο άνθρωπος ως κηρός αναλύει»¹¹², συλλογιζόταν ο Γέροντας. Και σημειώνει ο βιογράφος του: «Αυτά λέγων βλέπει τον εαυτόν του χειρότερον και από τα ερπετά της γης»¹¹³. Φανερός είναι ο λόγος, όπως λέγει ο Γέροντας: «εγώ ο ανάξιος τοιαύτης δωρεάς. (...) Ο Πατήρ, όπου δεν με απεστράφη, αλλά με ηλέησε ως τον άσωτον υιόν»¹¹⁴. Οι πολλές και διάφορες θεωρίες, αποκαλύψεις και θείες σπάνιες εμπειρίες, ποτέ δεν τον οδήγησε να καυχιέται, αλλά να δοξολογεί και να ταπεινωθεί¹¹⁵, αποδίδοντας τα πάντα στον Θεό και στην πανάγαθη αυτού πρόνοια. Μάλλον αυτός είναι ο λόγος να περισσεύει η Χάρις στον Γέροντα και να τον επισκέπτεται περισσότερο.

¹⁰⁹ Ρωμ. 8, 18.

¹¹⁰ Βλ. οσίου Πέτρου Δαμασκηνού, *Βιβλίο Β΄, Λόγος Ω (24), Φιλοκαλία των ιερών νηπτικών*, έκδ. Αστήρ, 1960, τόμ. Γ΄, σ. 168.

¹¹¹ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 207.

¹¹² Ο.π., σ. 429 και 19.

¹¹³ Ο.π., σ. 429.

¹¹⁴ Ο.π., σ. 231, βλ. και σ. 230.

¹¹⁵ Βλ. Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 80-4.

Γενικά, η εξάσκηση των αρετών δεν οδηγούσε τον Γέροντα σε αυτοδικαίωση αλλά σε περισσότερη Αυτομεμψία. Γνώριζε και πίστευε ότι παν αγαθόν είναι δώρο παρά Κυρίου, και εύρισκε πάντοτε τρόπους για να μέμφεται τον εαυτόν του. Ναι, έκλαψε στην προσευχή! Αλλά λέγει: «μόνον μίαν αρετήν εργάζομαι, και μου λείπουν ακόμη τα ενενήντα εννέα»¹¹⁶.

Τεκμήριο της πνευματικής προκοπής γι' αυτόν είναι να γνωρίζει κανείς καλύτερα τα σφάλματά του¹¹⁷. Τι έννοια και αιτία έχουν τα δάκρυα εκτός από την αυτοσυνειδητοποίηση της αμαρτωλότητας και την Αυτομεμψία¹¹⁸;

- Πάλιν κλαίτε; τον ρώτησαν οι μαθητές του προ της κοιμήσεώς του.
- Μήπως γνωρίζω αν ήταν αρεστά όσα έπραξα εις τον Θεό μου; Απάντησε ο Γέροντας.

Ναι μεν ο κόπος, ο αγώνας και όλη η προσπάθεια του ανθρώπου δεν δίνονται να εξαγοράσουν την Χάρη του Θεού. Αλλά αυτοί έχουν τον ρόλο να τεκμηριώσουν την ειλικρινή αναζήτηση του αγωνιστή. Η Καθολική Εκκλησία τονίζει την αυτοτελή αξία των έργων, δηλαδή την δι' αυτών εξαγορά της σωτηρίας. Ενώ οι Προτεστάντες τονίζουν μόνον την αξία της πίστεως, μέχρι να εξαφανιστεί σ' αυτούς κάθε ασκητική μορφή. Η Ορθόδοξη παράδοση, όπως και ο Γέροντας Ιωσήφ την έζησε, τα ζητάει αμφότερα.

Εν τούτοις, τα έργα δεν εξαγοράζουν με κανέναν τρόπο την Χάρη, αλλά την ελκύουν¹¹⁹. Η Αυτομεμψία δεν μπορεί να συγχωρήσει καμία αμέλεια. Όλη η ζωή του Γέροντος, όπως λέγει άλλωστε ο ίδιος «υπήρξεν ένα μαρτύριον»¹²⁰. Το καθημερινό

¹¹⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 435.

¹¹⁷ Ο.π., σ. 326.

¹¹⁸ Ο.π., σ. 326.

¹¹⁹ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 367.

¹²⁰ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 229.

του πρόγραμμα τεκμηριώνει την τέλεια αυταπάρηση και το ταπεινό του βίο¹²¹. Αγρυπνούσε κάθε νύχτα¹²², δεν υποχωρούσε σε κανένα συμβιβασμό, και πάντοτε περνούσε την ζωή του με πολλή βία¹²³, με πολλές νηστείες¹²⁴. Η εξάντληση του σώματός στον αγώνα του υπήρξε αποτέλεσμα ανελέητη βία και Αυτομεμψία του εαυτού του¹²⁵. Πάντοτε ήθελε να προσφέρει περισσότερο και είχε την αίσθηση της ανεπάρκειας των κόπων του, και επομένως, είχε Αυτομεμψία, δάκρυα, ικεσίες και ελπίδα στην βοήθεια της Θείας Χάριτος.

Η Αυτομεμψία τον οδήγησε σε απόλυτη ακρίβεια στην τήρηση του μοναχικού προγράμματος¹²⁶, και μάλιστα σε στιγμές αρρώστιας¹²⁷. Αισθανόταν σταθερό πόνο στο στήθος του, είχε αιμοπτύσεις κ.τ.λ., παρόλο ταύτα δεν χαλάρωσε καθόλου τον αγώνα του, αλλά μάλλον τον αγαπούσε και το φύλαγε ως κόρη οφθαλμού¹²⁸. «*Το μεν πνεύμα πρόθυμον, η δε σαρξ ασθενή*»¹²⁹. Ο ίδιος έκανε το σώμα του ασθενή διά της διαρκούς Αυτομεμψίας, και ποτέ δεν δικαίωσε τον εαυτόν του. Φύλαγε πάντοτε, με πνεύμα αυταπαρνήσεως και μετανοίας, «το θείον ζήλον» για φιλοπονία¹³⁰. «Έπαρον τους πειρασμούς, και ουδείς ο σωζόμενος»¹³¹, διδάσκει η Φιλοκαλία.

Ο Θεός εκχύνει την Χάρη Του και ο άνθρωπος κατακρίνει τον εαυτόν του. Αυτός είναι ο κανόνας συνεργασίας με τη Θεία Χάρη. Η κακή αρχή γίνεται όταν πιστέψεις πως με την αγωνιστικότητα και την καλή προσπάθεια βρίσκεις την θεία

¹²¹ Ο.π., σ. 261.

¹²² Ο.π., σ. 18.

¹²³ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 52 και 54.

¹²⁴ Ο.π., σ. 130.

¹²⁵ Ο.π., σ. 151-2.

¹²⁶ Ο.π., σ. 128: «Ερχνε το βάρος και έδινε αξία στην προγραμματισμένη ζωή, και γι' αυτό ακριβολογούσε στο τυπικά μας και επέμενε στην τήρησή τους».

¹²⁷ Ο.π., σ. 153-4.

¹²⁸ Ο.π., σ. 133.

¹²⁹ *Ματθ.* 26, 41.

¹³⁰ Ο.π., σ. 177.

¹³¹ Αποφθέγματα Γερόντων, *Αββά Αντωνίου 5*, Φιλοκαλία των νηπτικών και ασκητών, Πατερικά εκδόσεις «Γρηγόριος ο Παλαμάς», Θεσσαλονίκη 1978, σ. 44.

Χάρη, και πως όσοι Την στερούνται, αίτιοι είναι οι ίδιοι που δεν θέλουν να αγωνιστούν. Καταραμένη αυτοπεποίθηση, που γεννά και τρέφει τον εγωισμό και την οίηση! Επειδή 'ο Θεός υπερηφάνοις αντιτάσσεται' και μόνον 'ταπεινοίς δίδωσι Χάριν'¹³², κατ' ανάγκη, εγκαταλείπεται ο οηματίας, για να μείνει μόνος του, και να μάθει εμπειρικά ότι 'άνθρωπος ματαιότητι ωμοιώθη'¹³³»¹³⁴.

Ο ίδιος είχε μία ιδιαίτερη προσωπική εμπειρία. Τον πολέμησε ο σατανάς πολύ δια της επιθυμίας της σαρκός. Οι αφορμές αυτού του πολέμου δεν ήταν μόνον φυσικές¹³⁵, όπου δεν υπήρχαν τα αίτια, αλλά ιδίως ήταν η πανουργία και η λύσσα των δαιμόνων¹³⁶. Διέθετε ο Γέροντας μεγάλη προσπάθεια¹³⁷, όμως χωρίς καμία ανάπαυση. Ξαφνικά έρχεται η δωρεά του Θεού, μάλλον της Μητέρας όλων, της Υπεραγίας Θεοτόκου, και όλα εξαφανίστηκαν. «Έπαψαν τελείως οι λογισμοί»¹³⁸. Γι' αυτό δεν καυχιέται καθόλου για το σκληρό του αγώνα, αλλά γνώριζε εν επιγνώσει ότι «ου γάρ του θέλοντος ουδέ του τρέχοντος αλλά τού ελεούντος Θεού»¹³⁹. Και «εάν μη Κύριος φυλάξη πόλιν, εις μάτην ηγγρύπησεν ο φυλάσσων»¹⁴⁰. Και ότι «πάσα δόσις αγαθή και πάν δώρημα τέλειον εστιν εκ Σού του Πατρός των Φώτων»¹⁴¹. Ιδού η ειλικρινής του προσευχή μετά από τους πολέμους, η οποία δεν περιέχει καμία φαρισαϊκή καύχηση: «Αλλ' ώ αγάπη γλυκεία Χριστού, τι καλόν είδες από ημάς και μάς οδήγησες εις την θείαν οδόν Σου;»¹⁴².

¹³² Παροιμ. 3, 34.

¹³³ Ψαλμ. 143, 4.

¹³⁴ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 381-2.

¹³⁵ Ο.π., σ. 70.

¹³⁶ Ο.π., σ. 71.

¹³⁷ Ο.π., σ. 46: «Επειδή ο πόλεμος δεν υποχωρούσε, δεν υποχωρούσα ούτε εγώ στην αντίστασή μου, με την σκληραγωγία και ιδίως την αγρυπνία και τον ξυλοδαρμό. Έκλαια, στέναζα, παρακαλούσα την Δέσποινά μας Θεοτόκο, (...). Λούφαζε για λίγο ο πόλεμος να ξανασάνω και πάλι άρχιζε έντονος. (...) Μόνο στην προσευχή έβρισκα ανάπαυση ...».

¹³⁸ Ο.π., σ. 87.

¹³⁹ Ρωμ. 9, 16.

¹⁴⁰ Ψαλμ. 126, 1.

¹⁴¹ Ιακ. 1, 17.

¹⁴² Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 245.

Όταν αποκτήσεις την επίγνωση ότι όλα εκ Θεού έρχονται, και δεν είναι εκ των ιδίων κόπων: «δεν ημπορείς ποτέ να κρίνης κανένα, κάν να τον βλέπης θανασίμως να αμαρτάνη· διότι λέγεις ευθύς:

- Δεν έχει, Χριστέ μου, την χάριν σου δι' αυτό αμαρτάνει. Αν φύγης και από εμένα θα πράξω χειρότερα. Αν στέκω, στέκω, διότι Συ με βαστάζεις»¹⁴³.

Επομένως, ο πόλεμος φέρνει Αυτομεμψία, και η Χάρις, το ίδιο, και η πνευματική ανάπαυση το αυτό με δοξολογία, και ουδέποτε τον φέρνει σε καύχηση, ή και σε κατάκριση των άλλων.

Πόσον είναι ωραίοι οι στεναγμοί παρ' όλην την Χάρη και τις εμπειρίες που είχε, στεναγμοί στους οποίους «εκφράζει την αίσθηση της ευτελείας του και το δέος, με το οποίο προσπίπτει 'προς τον δυνάμενον σώζειν'¹⁴⁴»¹⁴⁵, επισημαίνει ο βιογράφος του. Πιστεύει ο Γέροντας ότι είναι άξιος κολάσεως, αλλά το μόνον που θέλει ο Γέροντας και εκφράζει: «Γλυκύτατε μου Σωτήρα και Θεέ. Εγώ μεν ούδεν αγαθόν έπραξα και ευάρεστον ενώπιόν Σου, αλλά ως επιμελής εργάτης της αμαρτίας είμαι άξιος υιός κολάσεως. Λοιπόν, εάν και κολασθή, δικαίως μου πρόπει. Αρκεί μόνον εσύ να μην είσαι κατ' εμού λυπημένος, αλλά να με κυττάζης με χαρούμενον πρόσωπον· και τότε δι' εμέ και ο Άδης θα γίνη φωτεινός Παράδεισος!»¹⁴⁶. Παρόλο τον αγώνα του, οι στεναγμοί της μετανοίας συνεχίζονται πάντοτε. Αναφωνεί: «Δί' αγάπην Σου ξεψυχώ εις το στάδιον. (...) Οίμοι τω τάλαν! Οίμοι τω πονηρώ και αχρειώ! Ακοήν ήκουόν σου το πρότερον, νυνί δε Σε είδον οι οφθαλμοί μου· διό και εφάυλισα εμαυτόν, ήγημαι δε εμαυτόν γην και σποδόν»¹⁴⁷.

¹⁴³ Ο.π., σ. 80.

¹⁴⁴ Εβρ. 5, 7.

¹⁴⁵ Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 360, βλ. και σ. 366.

¹⁴⁶ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 442.

¹⁴⁷ *Ιωβ* 42. 6. Βλ. ό.π., σ. 86. «Ημείς δε οι τάλανες είμεθα άξιοι οίκτου διά την πολλήν αγνωσίαν μας. Όπου δωρεάν μας τρέφει ο Χριστός και εκατονταπλασίως μας ανταμείβει. Εργαζόμεθα μίαν ημέραν και μας πληρώνει εκατόν», ό.π., σ. 189.

Αυτομεμψία, εν πράξει, ήταν η προτίμησή του πλησίον, πάντοτε. Ως γέροντας, παρέμεινε υπηρέτης των μαθητών του. Μεμφόταν τον εαυτόν του και εύσπλαχνε τους άλλους. Σε περίπτωση πείνας λέγει: «ας αποθάνω εγώ, μόνον να ζήσουν τα πνευματικά μου παιδιά. Και τελείως δεν έτρωγα»¹⁴⁸.

Πώς δύναται να υπακούει κανείς εάν έχει αυτοπεποίθηση ή καύχηση; Όποιος έχει τέλεια υπακοή, είναι εκείνος που μέμφεται τον εαυτόν του συνεχώς και εμπιστεύεται τον γέροντά του. Ο υπακούων πιστεύει ότι ο εαυτός του είναι άρρωστος και κακός, και τον υποτάσσει ελεύθερα στην καθοδήγηση του καλού και έμπειρου γέροντα¹⁴⁹, και να υποτάσσει δι' αυτού κάθε σκέψη «εις την υποκοήν του Χριστού»¹⁵⁰. Ο εγωιστής δεν μπορεί να κάνει υπακοή¹⁵¹. Η υπακοή προϋποθέτει δύο όρους· πρώτον, την Αυτομεμψία (του εαυτού), και δεύτερον, την εμπιστοσύνη στον γέροντα¹⁵². «Κόπτε καθ' ημέραν και ώραν το θέλημά σου και μη ζητής άλλην οδόν πλην αυτής»¹⁵³, συμβουλεύει ο Γέροντας. Αυτό σημαίνει να μέμφεται κανείς τον εαυτόν του συνεχώς και απαρνηθεί το θέλημά του¹⁵⁴.

* * * * *

¹⁴⁸ Ο.π., σ. 283.

¹⁴⁹ Ο.π., σ. 105.

¹⁵⁰ Β' Κορ. 10, 5. Βλ. Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής...*, σ. 105.

¹⁵¹ Ο.π., σ. 414.

¹⁵² Ο.π., σ. 125 και 133.

¹⁵³ Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, σ. 49.

¹⁵⁴ Ο.π., σ. 49.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Αυτομεμψία, τέχνη τεχνών, είσοδος όλων των αρετών! Πλούσια είναι η πνευματική ασκητική παράδοση γύρω απ' αυτήν την διδασκαλία, και ο Γέροντας Ιωσήφ ο Ησυχαστής αποτελεί έναν ιδιαίτερα ξεχωριστό διδάσκαλο και εφαρμοστή.

Όντως είναι δύσκολος ο αγώνας κατά του εαυτού μας, κατά του εγωισμού, κατά της αυτοδικαιώσεως, ιδιαίτερος δε του σύγχρονου ανθρώπου, το γέννημα της καταχρηστικής κοινωνίας, στην οποία παλεύει ο άνθρωπος να εξαφανίζει τον άλλον για να υπάρχει και μόνος μόνον.

Όμως όσο είναι αυτή η τέχνη δύσκολη, τόσο είναι και απαραίτητη. Γι' αυτό η συμβολή του Γέροντος Ιωσήφ είναι ιδιαίτερα ωφέλιμη σήμερα. Είναι σύνθημα και αφύπνιση για αγιασμό, δια μέσου της θεανθρώπινης οδού, την οποίαν χάραξε ο Χριστός όταν «εαυτόν εκένωσε, μορφήν δούλου λαβών... εταπείνωσεν εαυτόν, γενόμενος υπήκοος μέχρι θανάτου, θανάτου δε σταυρού»¹⁵⁵. Ναι, «ο Θεός τοις ταπεινοίς δίδωσι χάριν»¹⁵⁶, δηλαδή στους «πτωχούς εν πνεύματι»¹⁵⁷. Είθε το παράδειγμα του Γέροντος, η διδασκαλία του και η πρεσβεία του να μας οδηγήσουν προς το ύψος της ταπεινώσεως, προς εκείνην την «κάθοδο προς το ύψος»¹⁵⁸, στο πλήρωμα της εν Χριστώ κενώσεως, και στην **ορθή οδό** δικαίωσης της αυτομεμψίας, εφόσον «αρχή σωτηρίας για κάθε άνθρωπο είναι η καταδίκη του εαυτού του»¹⁵⁹, κατά την φιλοκαλική μας διδασκαλία.

¹⁵⁵ Φιλ. 2, 7-8.

¹⁵⁶ Ιακ. 4, 6.

¹⁵⁷ Tomas Spidlik, *Η πνευματικότητα του Ανατολικού Χριστιανισμού*, *Orientalia Christiana, Periodica* 206, σ. 129.

¹⁵⁸ Γρηγορίου Νύσσης, *Εις τον Βίο του Μωϋσέως*, PG 44, 414D. Βλ. Tomas Spidlik, *ό.π.*, σ. 129.

¹⁵⁹ Ευαγγρίου, *Κεφάλαια παραινετικά*, 1, PG 39, 1249C.

ΈΡΓΑ ΤΟΥ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΙΩΣΗΦ

I. Πηγές

Γέροντος Ιωσήφ ο Ησυχαστής, *Έκφρασις Μοναχικής Εμπειρίας*, εκδ. Ι.Μ. Φιλοθέου. του Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος 1996.

Γέροντος Ιωσήφ, Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής και η πατερική παράδοση, *Ψυχωφελή Βατοπαιδινά 5*, εκδ. Ι.Μ.Μ. του Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος 1997.

Γέροντος Ιωσήφ, *Ο Γέρον Ιωσήφ ο Ησυχαστής – Βίος, Διδασκαλία, «Η δεκάφωνος σάλπιγξ»*, *Ψυχωφελή Βατοπαιδινά 1*, εκδ. Ι.Μ.Μ. του Βατοπαιδίου, Άγιον Όρος 2004.

II. Μεταφράσεις

Elder Joseph, *Elder Joseph the Hesychast – Struggles, experiences, teachings*, translated from the Greek by Elizabeth Theokritoff, Edt. The Great & Holy Monastery of Vatopaidi, Mount Athos 1999.

الشيخ يوسف الآتوسي، "سيرة ورسائل الشيخ يوسف الهدوثي الآتوسي"، تعريب الراهب الأرشمندريت توما بيطار، منشورات التراث الآبائي، دوما 2001.

ΓΕΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

I. Πηγες

Βαρσανουφίου και Ιωάννου, *Κείμενα διακριτικά και ησυχαστικά (ερωταποκρίσεις)*, τόμ. Γ', εκδ. Ετοιμασία, Καρεάς 1997, σ. 382-383.

Ευεργετινός, τόμ. Α', εκδ. υπό τον επίσκοπο Ματθαίο Λαγγή, Αθήνα 1993, σ. 648-690.

Ευεργετινός, τόμ. Γ', εκδ. υπό τον επίσκοπο Ματθαίο Λαγγή, Αθήνα 2001, σ. 294-318.

Θεοφύλακτος Βουλγαρίας, *Ομ. Ι' Εις Β' Κορ.*, PG 124, 897-934.

Ιωάννου Χρυσοστόμου, *Ομ. ΚΒ' Εις Β' Κορ.*, ΕΠΕ 19, σ. 554-634.

Ιωάννου Χρυσοστόμου, *Ομ. ΚΕ' Εις Β' Κορ.*, ΕΠΕ 20, σ. 8-79.

Καλλίστου και Ιγνατίου Ξανθοπουλών, *Περί των αιρουμένων ησύχως βιώναι, Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών*, τόμ. Δ', Εκδ. Αστήρ, Αθήνα 1961, σ. 275-277.

II. Βιβλιογραφία

Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια, λήμμα «Υπερηφάνεια», τόμ. 11^{ος}, Αθήνα 1967, σ. 960.

Μουτσάκη Βασιλείου, λήμμα «Ταπεινοφροσύνη», Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια, τόμ. 11^{ος}, Αθήνα 1967, σ. 683-4.

Tomas Spidlik, *Η πνευματικότητα του Ανατολικού Χριστιανισμού*, *Orientalia Christiana, Periodica* 206, σ. 127-133.