



■ «Ἐγεννήθη ἐν εἰρήνῃ ὁ τόπος Αὐτοῦ»

## Περὶ τῆς πνευματικῆς εἰρήνης τῆς καρδίας\*

«Κάθε πράγμα σου νὰ γίνεται  
μὲ εἰρήνην, γλυκύτητα καὶ χωρὶς βίαν»

**Ἡ καρδιά σου**, ἀγαπητέ, ἐκτίσθη ἀπὸ τὸν Θεὸν διὰ τοῦτον μόνον τὸν σκοπὸν, διὰ νὰ ἀγαπᾶται καὶ νὰ κατοικῆται ἀπὸ Αὐτόν. Διὸ καθ' ἐκάστην σου φωνάζει νὰ Τοῦ τὴν δώσης: «Δός μοι, υἱέ, σὴν καρδίαν» (Παρ. κγ' 26).

Ἐπειδὴ δὲ ὁ Θεὸς εἶναι ἡ ὑπερβάλλουσα πάντα νοῦν εἰρήνη, εἶναι ἀνάγκη καὶ ἡ καρδιά πού θέλει νὰ Τὸν δεχθῆ, νὰ εἶναι εἰρηνικὴ καὶ ἀτάραχος, καθὼς εἶπεν ὁ Δαβὶδ: «ἐγεννήθη ἐν εἰρήνῃ ὁ τόπος Αὐτοῦ» (Ψαλμ. οε' 2).

Διὰ τοῦτο, χρεωστεῖς ἐν πρώτοις νὰ θεμελιώσης καὶ νὰ στερεώσης τὴν καρδίαν σου εἰς μίαν εἰρηνικὴν κατάστασιν εἰς τρόπον, ὥστε ὅλες σου οἱ ἐξωτερικὲς σου ἀρετὲς νὰ γεννῶνται ἀπὸ τὴν εἰρήνην ταύτην καὶ ἀπὸ τὰς ἄλλας ἐσωτερικὰς ἀρετάς, καθὼς εἶπεν ἐκεῖνος ὁ μέγας Ἰουχαστὴς Ἀρσένιος: «πᾶσαν τὴν σπουδὴν σου ποιήσον, ἵνα ἡ ἔνδον σου ἐργασία κατὰ Θεὸν ἦ καὶ νικήσεις τὰ ἔξω πάθη».

Διότι, καὶ ἂν οἱ σωματικὲς σκληραγωγίαι καὶ ὅλες οἱ ἀσκήσεις, μὲ τὰς ὁποίας παιδεύεται τὸ σῶμα, εἶναι ἐπαινετές, ὅταν εἶναι μέτριες μὲ διάκρισιν, κα-





θῶς ἀρμόζει εἰς τὸ πρόσωπον ποῦ τὰς κάνει, ὅμως σὺ δὲν θέλεις ἀποκτήσει καμμίαν ἀληθινὴν ἀρετὴν διὰ μέσου μόνον τῶν εἰρημένων ἀρετῶν, παρὰ ματαιότητα καὶ ἄνεμον κενοδοξίας, ἐφ' ὅσον καὶ αὐτὲς

οἱ γυμνάσεις δὲν ζῶντωνται καὶ κυβερνοῦνται ἀπὸ τὰς ἐσωτερικὰς καὶ ψυχικὰς ἀρετάς.

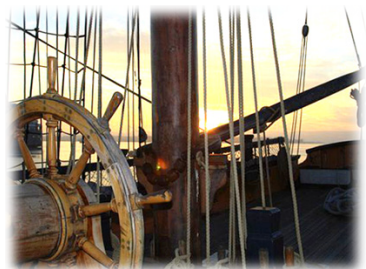
**Ἡ** ζωὴ τοῦ ἀνθρώπου δὲν εἶναι ἄλλο παρὰ ἓνας πόλεμος καὶ πειρασμὸς παντοτεινός. **Κ**αθὼς εἶπεν καὶ ὁ Ἰώβ: «οὐχὶ πειρατήριόν ἐστὶν ὁ βίος ἀνθρώπου ἐπὶ τῆς γῆς;» (ζ' 1). **Λ**οιπὸν δι' αὐτὸν τὸν πόλεμον πρέπει σὺ νὰ ἀγρυπνῆς πάντοτε καὶ νὰ κάνης μεγάλην φύλαξιν καὶ βίγλαν ἐπάνω εἰς τὴν καρδίαν σου, διὰ νὰ στέκεται αὐτὴ πάντοτε εἰρηνικὴ καὶ ἀναπαυμένη.

**Κ**αὶ ὅταν σηκώνεται εἰς τὴν ψυχὴ σου κανένα κίνημα ὁποιασδήποτε ταραχῆς, νὰ στέκης πρόθυμος, διὰ νὰ ἡσυχάζης καὶ νὰ εἰρηνεύης εὐθύς τὴν καρδίαν σου, μὴ ἀφήνοντάς την νὰ παραστρατήσῃ καὶ νὰ διαστραφῇ ἀπὸ ἐκείνην τὴν ταραχὴν.

**Δ**ιότι, ἡ καρδία τοῦ ἀνθρώπου παρομοιάζει μὲ τὸ βαρίδι τοῦ ὥρολογίου καὶ μὲ τὸ τιμόνι τοῦ καραβίου. **Κ**αὶ καθὼς, ὅταν ξεκρατηθῇ τὸ βαρίδι, παρευθὺς κινοῦνται καὶ ὅλοι οἱ τροχοὶ τοῦ ὥρολογίου· **καὶ** καθὼς, ὅταν παραφερθῇ τὸ τιμόνι καὶ ὅλον τὸ καράβι παραστρατίζει, ἔτσι καὶ ὅταν ἡ καρδία ταραχθῇ μίαν φορὰν, παρευθὺς συγκινοῦνται καὶ ὅλα τὰ ὑγρὰ καὶ ἐσωτερικὰ καὶ ἐξωτερικὰ ὄργανα τοῦ σώματος καὶ αὐτὸς ὁ νοῦς βγαίνει ἀπὸ τὰ μέτρα καὶ τὸν ὀρθὸν λόγον του.

**Δ**ιὰ τοῦτο εἶναι ἀνάγκη νὰ τὴν εἰρηνεύης παρευθὺς, ὅσες φορές στοῦ τύχη καμμία ἐνόχλησις καὶ σύγχυσις ἐσωτερικὴ, εἴτε εἰς τὴν προσευχὴν εἴτε εἰς κάθε ἄλλον καιρὸν.

**Κ**αὶ ἤξευρε, ὅτι τότε ἤξεύρεις νὰ προσεύχεσαι καλῶς, ὅταν ἤξεύρης καλῶς νὰ ἐργάζεσαι καὶ νὰ φυλάττεσαι εἰρηνικός· **ἐ**πειδὴ ὁ Ἀπόστολος παραγγέλει νὰ προσευχώμεθα



ειρηνικά, χωρίς ὀργῆς καὶ διαλο-  
γισμῶν (Α΄ Τιμ. β΄ 8). Ὅθεν στοχάζου,  
πὼς κάθε πρᾶγμα σου νὰ γίνεται μὲ  
εἰρήνην, γλυκύτητα καὶ χωρὶς βίαν.

Ἐν συντόμῳ, ὅλη ἡ κυρία καὶ παν-  
τοτεινὴ γύμνασις τῆς ζωῆς σου πρέ-  
πει νὰ γίνεται, διὰ νὰ εἰρηνεύῃς τὴν  
καρδίαν σου καὶ νὰ μὴ λάβῃ σύγχυσις ἄτακτον· καὶ ἀκολου-  
θῶς ἐκ τῆς εἰρήνης ταύτης νὰ κάμῃς ὅλα σου τὰ ἔργα μὲ ἡσυ-  
χίαν καὶ πραότητα, καθὼς γέγραπται: «Τέκνον, ἐν πραότητι  
τὰ ἔργα σου διέξαγε» (Σειρ. γ΄ 17)· ἵνα καὶ ἀξιωθῆς τοῦ μακα-  
ρισμοῦ τῶν πραέων, τοῦ λέγοντος· «Μακάριοι οἱ πραεῖς, ὅτι  
αὐτοὶ κληρονομήσουσι τὴν γῆν» (Ματθ. ε΄ 5).



---

(\*) Ὅσιου Νικοδήμου Ἀγιορείτου, Λόρατος Πόλεμος, Κεφάλαιον ΙΔ΄,  
σελ. 231-232, ἐκδόσεις «Φῶς», Ἀθῆναι 1977.