

5 Απριλίου 2020

## Από την «Κλίμακα» του Αγίου Ιωάννου του Σιναΐτου

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)





*Ο Ιωάννης ο Πρόδρομος διδάσκει την Μετάνοια*

## **A. ΠΕΡΙ ΜΕΤΑΝΟΙΑΣ**

1. Μετάνοια σημαίνει ανανέωση του βαπτίσματος. Μετάνοια σημαίνει συμφωνία με τον Θεό για νέα ζωή. Μετανοών είναι αυτός που αγοράζει την ταπεινώση. Μετάνοια σημαίνει μόνιμος αποκλεισμός κάθε σωματικής παρηγοριάς. Μετάνοια σημαίνει σκέψη αυτοκατακρίσεως· αμεριμνησία για όλα τα άλλα και μέριμνα για τη σωτηρία του εαυτού μας. Μετάνοια σημαίνει θυγατέρα της ελπίδας και αποκήρυξη της απελπισίας. Μετανοών είναι ο κατάδικος που είναι απαλλαγμένος από τη ντροπή. Μετάνοια σημαίνει συμφιλίωση με τον Κύριο, με έργα αρετής αντίθετα προς τα παραπτώματα μας. Μετάνοια σημαίνει καθαρισμός της συνειδήσεως. Μετάνοια σημαίνει υπομονή όλων των θλιβερών πραγμάτων. Μετάνοια σημαίνει υπερβολική ταλαιπωρία της κοιλιάς (με τη νηστεία) και κτύπημα της ψυχής με υπερβολική συναίσθηση.

2. Πριν από την πτώση οι δαίμονες αποκαλούν τον Θεό φιλόανθρωπο. Μετά όμως από την πτώση τον αποκαλούν σκληρό.

3. Όποιος θρηνεί τον εαυτό του, δεν βλέπει τον θρήνο ή την πτώση ή την επίπληξη του άλλου.

4. Όταν η συνείδηση παύσει να μας ελέγχει για τις αμαρτίες, ας προσέξουμε

μήπως αυτό δεν οφείλεται στην καθαρότητα, αλλά στην κόπωση και άμβλυση της εξαιτίας πλήθους αμαρτιών.

5. Σημείο της πραγματικής και επιμελούς μετάνοιας είναι το να θεωρούμε τον εαυτό μας άξιο για όλες τις θλίψεις που μας συμβαίνουν – τις ορατές (που προέρχονται από τα πράγματα και τους ανθρώπους) και τις αόρατες (που προκαλούνται από τους δαίμονες) – και για πολύ περισσότερες.

6. Πρόσεχε! Πρόσεχε καλά! Δεν είμαστε υποχρεωμένοι να επιστρέψουμε από το ίδιο δρόμο που πλανηθήκαμε, αλλά από άλλο συντομότερο (δηλ. της ταπεινώσεως).

## **B. ΠΕΡΙ ΑΟΡΓΗΣΙΑΣ**

1. Αοργησία σημαίνει, νίκη κατά της ανθρώπινης φύσεως, που φαίνεται με την αναισθησία απέναντι στις ύβρεις και που αποκτάται με αγώνες και ιδρώτες.

2. Πραότητα είναι, να παραμένει ακίνητη και ατάραχη η ψυχή, τόσο στις ατιμίες όσο και στους επαίνους.

3. Η αρχή της αοργησίας είναι να σιωπούν τα χείλη, ενώ η καρδιά βρίσκεται σε ταραχή. Το μέσον είναι να σιωπούν οι λογισμοί, ενώ η ψυχή βρίσκεται σε λίγη ταραχή. Και το τέλος, να επικρατεί στη θάλασσα της ψυχής μόνιμη και σταθερή γαλήνη, όσο και αν φυσούν οι ακάθαρτοι άνεμοι.

4. Οργή σημαίνει, να διατηρείς συνεχώς μέσα σου κάποιο μίσος, να θυμάσαι δηλαδή το κακό που σου έγινε. Οργή σημαίνει να θέλεις να εκδικηθείς αυτόν που σε έβλαψε.

5. Θυμός σημαίνει, ευμετάβλητη και ευέξαπτη συμπεριφορά και αδιαντροπιά της ψυχής.

6. Μόλις εμφανιστεί η ταπείνωση, εξαφανίζεται κάθε πικρία και θυμός.

7. Σε όσους μετανοούν τίποτε δεν είναι πιο αταίριαστο από την ταραχή του θυμού. Διότι η μετάνοια και η επιστροφή χρειάζεται πολλή ταπείνωση, ενώ ο θυμός δείχνει άνθρωπο γεμάτο υπερηφάνεια.

8. Εάν το Άγιο Πνεύμα ονομάζεται και είναι «ειρήνη ψυχής», ενώ η οργή «ταραχή καρδιάς», τότε οπωσδήποτε τίποτε άλλο δεν εμποδίζει την παρουσία Του μέσα μας όσο ο θυμός.

9. Μερικές φορές η ψαλμωδία, όταν είναι μέτρια, καταπραΰνει άριστα το θυμό.

10. Ο θυμός λέει: «Οι αιτίες που με γεννούν είναι πολλές. Και ο πατέρας μου δεν είναι ένας. Μητέρες μου είναι η κενοδοξία, η φιλαργυρία και η γαστριμαργία».

μερικές φορές και η πορνεία. Εκείνος που με γέννησε ονομάζεται τύφος, δηλ. έπαρση. Οι δε θυγατέρες μου ονομάζονται μνησικακία, έχθρα, δικαιολογία και μίσος. Οι εχθροί μου από τους οποίους τώρα κρατιέμαι δεμένος είναι οι αντίπαλοι των θυγατέρων μου, η αοργησία δηλ. η πραότητα. Αυτή που με μισεί ονομάζεται ταπεινοφροσύνη.