

# Ἡ Νοερὰ Προσευχὴ στὸ περὶ Προσευχῆς ἔργο τοῦ Ὁσίου Νείλου τοῦ Ἀσκητοῦ

Φωτίου Ν. Παπανικολάου\*

Ὁ ἄνθρωπος μὲ τὴν προσευχὴ στοχεύει στὴ μετὰ τοῦ Θεοῦ κοινωνία καὶ πορεύεται πρὸς τὴν ἔνωσή του μὲ Αὐτόν. Γι' αὐτό, κατὰ τὸν ὅσιο Νεῖλο τὸν Ἀσκητή<sup>1</sup>, ὁ προσευχόμενος πρέπει νὰ ἔχει «ἀμετεώριστον ὄμμα», νὰ εἶναι δηλαδὴ σταθερὰ προσηλωμένος χωρὶς ταλαντεύσεις πρὸς τὴν ἐνόραση τοῦ Θεοῦ. Τότε μιλοῦμε γιὰ τέλεια προσευχή, ὅταν ἀρνεῖται ὁ ἄνθρωπος τὸν ἑαυτό του, τὸ σῶμα καὶ τὴν ψυχὴ του καὶ ζεῖ

---

\* Ὁ Φώτιος Ν. Παπανικολάου εἶναι διδάκτωρ Θεολογίας τοῦ Ἀριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

1. Πρόκειται γιὰ τὸν ἅγιο Νεῖλο, ἡγούμενο μοναστηριοῦ στὴν περιοχὴ τῆς Ἁγκυρας, μαθητὴ τοῦ ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Χρυσοστόμου, ὁ ὁποῖος ἔζησε μεταξὺ τοῦ τέλους τοῦ 4ου καὶ ἀρχῶν τοῦ 5ου αἰῶνα. Γιὰ τὸ πρόβλημα τῆς λανθασμένης ταύτισής του μὲ τὸν Νεῖλο τὸν Συναῖτη καθὼς καὶ τὴν ἀμφισβητούμενη γνησιότητα τοῦ *Περὶ Προσευχῆς* ἔργου του ποὺ ἀποδίδεται στὸν Εὐάγριο Ποντικὸ βλ. Δ. Γ. Τσάμης καὶ Κ. Α. Κατσάνης, *Τὸ Μαρτυρολόγιον τοῦ Σινᾶ*, Συναῖτικὰ Κείμενα 2, Θεσσαλονίκη 1989, σσ. 244-253· Δ. Γ. Τσάμης, *Τὸ Γεροντικὸν τοῦ Σινᾶ*, Συναῖτικὰ Κείμενα 1, Θεσσαλονίκη 1991<sup>2</sup>, σ. 22-23· ὁ ἴδιος, *Ἐκκλησιαστικὴ Γραμματολογία*, Θεσσαλονίκη 1985, σσ. 136-138 καὶ 169-170· ὁ ἴδιος, *Ἀγιολογία τῆς Ὁρθόδοξης Ἐκκλησίας*, Θεσσαλονίκη 1999<sup>3</sup>, σσ. 204-206· ὁ ἴδιος, *Ἐκκλησιαστικὴ Γραμματολογία καὶ Κείμενα Πατερικῆς Γραμματείας*, Θεσσαλονίκη 2008, σ. 153-154· Γ. Φλορόφσκυ, *Οἱ Βυζαντινοὶ Ἀσκητικοὶ καὶ Πνευματικοὶ Πατέρες*, Μετάφρ. Π. Κ. Πάλλης, Θεσσαλονίκη 1992, σσ. 295-297· Θ. Κ. Πιτταρᾶς, «Θεολογικὴ Ὁρολογία καὶ Διδασκαλία στὰ Βιβλία Ἐπιστολῶν τοῦ Ἀσκητοῦ Νείλου Ἀγκύρας», *Κόσμος – Ἐπιστημονικὸ Περιοδικὸ τοῦ Τμήματος Ποιμαντικῆς καὶ Κοινωνικῆς Θεολογίας*, τ. 1 (2012), σσ. 149-154· J. Quasten, “Nilus of Ancyra”, *Patrology*, vol. 3, Utrecht/Antwerp 1963-Westminster Maryland 1986, σσ. 496-497· M. G. Guerard, «Nil d’ Ancyre (saint)», *Dictionnaire de Spiritualité Ascétique et Mystique* 11, Paris 1981, σσ. 345-346, ὅπου ὑπάρχει σχετικὴ βιβλιογραφία. Μετάφραση τοῦ *Περὶ Προσευχῆς* ἔργου τοῦ ὁσίου Νείλου τοῦ Ἀσκητῆ ὑπάρχει στὸ ἔργο τοῦ μακαριστοῦ π. Εὐσεβίου Βίττη, ἀρχιμανδρίτου, *Εἰς Ὑψος Νοητὸν – Λόγος Περὶ Προσευχῆς τοῦ Ἁγίου Νείλου τοῦ Ἀσκητοῦ*, Ἀθήνα 1992<sup>3</sup>.

πνευματικά<sup>2</sup>. Ἡ ἄρνηση τοῦ ἑαυτοῦ σημαίνει ἄρνηση τοῦ φρονήματος τῆς σαρκός, ἀποφυγή κάθε ἀστοχίας, κάθε ἀμαρτίας καὶ προσήλωσις στὸν Θεό. Ὁ ἄνθρωπος τῆς πνευματικῆς ζωῆς ζεῖ νοερὰ μαζὶ μὲ τὸν Θεὸ καὶ βλέπει μαζὶ μὲ τὸν Θεό, δηλαδὴ θεωρεῖ τὸν σύμπαντα κόσμον χαριτωμένος καὶ φωτισμένος ἀπὸ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα, ὄχι ὡς «σαρκικός» ἄνθρωπος ἀλλὰ ὡς ἔνσαρκος ἄγγελος.

Ὁ ὄσιος Νεῖλος ἐπισημαίνει ὅτι τὸ ἔργο τῆς προσευχῆς εἶναι διττὸ ὡς πρὸς τὴν τέλεσή του<sup>3</sup>, πρακτικὸ καὶ θεωρητικὸ, τὸ σημαῖνον καὶ τὸ σημαίνόμενο θὰ λέγαμε, τὸ γράμμα καὶ τὸ πνεῦμα, ποῦ προηγείται τοῦ γράμματος καὶ χωρὶς αὐτὸ δὲν ὑπάρχει γράμμα<sup>4</sup>. Ἀπὸ τὸ γράμμα βέβαια πρέπει νὰ ἀναχθεῖ κάποιος στὸ πνεῦμα ἐκπληρώνοντας τὸν σκοπὸ τῆς προσευχῆς ποῦ εἶναι ἡ μέθεξις μὲ τὸν Θεό. Μπορεῖ ἡ προσευχὴ νὰ εἶναι στὴν ἀρχὴ ἰκετήριος, ἕνα αἴτημα ποῦ ἐκφράζεται μὲ τὸν λόγον· κατόπιν ὅμως, ὅταν πραγματώνεται τὸ πλησίασμα τοῦ ἀνθρώπου στὸν Θεὸ γίνεται νοερὰ προσευχή, θεωρία Θεοῦ, καὶ τότε παραμερίζονται τὰ αἰτήματα γιὰ τὶς βιοτικὲς ἀνάγκες ἀφοῦ ἔχει πλέον ἐπιτευχθεῖ ὄχι μόνον ὁ σκοπὸς τῆς προσευχῆς ἀλλὰ καὶ ὁ σκοπὸς τῆς ἀνθρωπίνης ὑπάρξεως ποῦ εἶναι ἡ ἔνωσίς της μὲ τὸν Θεό<sup>5</sup>. Πρέπει βέβαια νὰ προηγηθεῖ τὸ στάδιο τῆς καθαρῆς προσευχῆς, ὅπου ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου εἶναι ἀπαλλαγμένος ἀπὸ ἀμαρτωλοὺς λογισμοὺς καὶ σκέψεις. Κατὰ τὸν Μακάριο τὸν Αἰγύπτιο, ὁ ἄνθρωπος, ὅταν προσεύχεται, ὀφείλει νὰ δίδει βαρύτητα στὴ νηφαλιότητα τοῦ νοῦ γιὰ νὰ κατορθώσει τὴ συνάντησιν μὲ τὸν Θεό<sup>6</sup>. Μόνον νοερῶς μπορεῖ νὰ γίνῃ ἡ συνομιλία μὲ τὸν Θεὸ ποῦ εἶναι πνεῦμα<sup>7</sup>. Ὁ ὄσιος Νεῖλος διακρίνει στὴν ἀνθρώπινη

2. Ἁγίου Νεῖλου τοῦ Ἀσκητοῦ, *Περὶ Προσευχῆς* (PG 79, 1165-1200), 110, 1192B.

3. «Πάντα δισά, ἐν κατέναντι τοῦ ἐνός» (Σοφ. Σιφ. 42, 24).

4. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 1165B.

5. Εὐστοχα ἐπισημαίνεται ἀπὸ τὸν Τίτο Κολλιάντερ ὅτι: «ὁ ἄνθρωπος δημιουργήθηκε γιὰ νὰ προσεύχεται», δηλαδὴ γιὰ νὰ εἶναι σὲ κοινωνία μὲ τὸν Θεό· γι' αὐτὸ δὲν χρειάζεται «κάποια ἀσυνήθιστη ἔμπνευση γιὰ νὰ προσευχηθεῖ». Βλ. Τ. Κολλιάντερ, *Ὁ Δρόμος τῶν Ἀσκητῶν*, μετάφρ. ἀρχιμ. Εὐσέβιος Βίττης, Ἀθήνα 2016, σ. 100. Ὅσο περισσότερο προσεύχεται ὁ ἄνθρωπος τόσο ἀποζητεῖ τὴν προσευχή, γιατί μὲ αὐτὴν πλησιάζει τὸν Θεὸ εἰσπράττοντας ἄμεση ἀνταπόκριση ἀπὸ Αὐτόν: «ἐγγίσατε τῷ Θεῷ, καὶ ἐγγιεῖ ὑμῖν» (Ἰακ. 4, 8).

6. Μακαρίου Αἰγυπτίου, *Ὁμιλία ΛΓ'*, PG 34, 741B.

7. Ὁ καθαρὸς ἀπὸ ἀπατηλοὺς λογισμοὺς ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τὶς ποικίλες σκέψεις καὶ εἰκόνες τοῦ παρόντος βίου νοῦς, ἐκσφενδονίζεται στὸν Θεό: «πρὸς ἐκεῖνον ὁ ὁπίους

ὑπαρξή τρία στοιχεία: σῶμα, ψυχὴ καὶ διάνοια. Ὅποιος ἀκολουθεῖ τὸν δρόμο τῆς διανοίας καὶ ἀποδεσμεύεται ἀπὸ τὰ ἄλλα δύο ὁδηγεῖται στὴν κατάστασι τοῦ ἀρχαίου κάλλους, τῆς πνευματικῆς ἀγνότητος<sup>8</sup>. Γιὰ νὰ ὁδηγηθεῖ ὁ ἄνθρωπος στὴν ἀρχέγονη κατάστασι ὀφείλει μὲ φόβο Θεοῦ νὰ τρέπει τὸν νοῦ του σὲ πνευματικὴ προσευχὴ καὶ νὰ μὴ μένει σὲ ἐξωτερικὰ σχήματα. Δηλαδή πρέπει νὰ συναισθάνεται τὸ μεγαλεῖο τῆς προσωπικῆς κοινωνίας μὲ τὸν Θεό, καθὼς ὁ ἴδιος, ὁ κτιστὸς καὶ πεπερασμένος, ἀπευθύνεται στὸν ἄκτιστο Δημιουργὸ τοῦ σύμπαντος, τὸν ἄπειρο Θεό, καὶ νὰ προσεύχεται μὲ προσηλωμένο τὸν νοῦ στὸν Θεὸ χωρὶς νὰ προσκολλᾶται σὲ ἐπαναλαμβανόμενες μηχανικὰ καὶ τυπολατρικὰ κινήσεις καὶ στάσεις ἀλλὰ καὶ στὴν ἐπανάληψη λέξεων-λόγων προσευχῆς χωρὶς οὐσιαστικὸ περιεχόμενο ἀφοῦ δὲν θὰ συμμετέχει ὁ νοῦς<sup>9</sup>. Ἡ συμμετοχὴ τοῦ νοῦ δίδει ἀξία στὰ λόγια πὺ μὲ τῆ σειρά τους, μαζὶ μὲ τὶς κατάλληλες στάσεις, τὸν βοηθοῦν νὰ προσευχηθεῖ ἀποτελεσματικὰ καὶ καρποφόρα προσηλωμένος στὸν Θεό. Τότε ὁ χοϊκὸς ἄνθρωπος οἰκειώνεται τὸν Θεό, γίνεται ὁ μυστικὸς, προσωπικὸς συνομιλητῆς Του, ζώντας τὸ συγκλονιστικὸ γεγονός τῆς κοινωνίας μαζὶ του.

Ὅμως, γιὰ νὰ ἐπιτευχθεῖ ἡ κοινωνία μὲ τὸν Θεό, νὰ γίνῃ δηλαδή ἀληθινὴ προσευχὴ, χρειάζεται ὁ ἄνθρωπος ὄχι μόνον νὰ εἶναι ἀπαλλαγμένος ἀπὸ τὸν θυμὸ καὶ τὶς ἐπιθυμίες ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τὰ ἐμπαθητὰ νοήματα, τὶς ἐμπαθεῖς σκέψεις<sup>10</sup>. Ὁ θυμὸς ἀποσπᾷ τὸν νοῦ ἀπὸ τὴν προσήλωσι στὸν Θεὸ καὶ τὸν στρέφει σὲ λόγια καὶ πράξεις ἐναντίον τῶν ἄλλων, τὸν

τὸν ἐνεφύσησε, ἀπὸ τοὺς κόλπους τοῦ ὁποίου ἐξῆλθε, πρὸς ἐκείνον πρὸς τὸν ὅποιον ἔχει τὴν ἀναφορὰ του», ἔχοντας ἓνα μόνον περισπασμό, «τὸν περισπασμὸ τοῦ Θεοῦ». Βλ. ἀρχιμ. Αἰμιλιανὸς Σιμωνοπετρίτης, «Κοινωνία μετὰ τοῦ Θεοῦ», *Περὶ Ζωῆς Λόγος Ἐλπίδος*, σσ. 168-169.

8. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 110, 1192B.

9. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 28, 1173A. «Ἡ πλήρης καὶ σωστὴ προσευχὴ εἶναι ἐκείνη ὅπου οἱ λέξεις παρακολουθοῦνται ἀπὸ τὸν νοῦ καὶ τὸ συναίσθημα. Αὕτη εἶναι ἡ ἀπαραίτητη προσευχὴ. Μὴν ἀφήνεις τὶς σκέψεις σου νὰ περιπλανιοῦνται καὶ σ' αὐτὴν ἀκόμα τῆ σελίδα τοῦ προσευχηταρίου σου. Νὰ τὶς συλλαμβάνεις ξανά καὶ ξανά καὶ νὰ ξαναρχίζεις πάντα ἀπὸ τὸ σημεῖο πὺ ἄφησες τὴν προσευχὴ». Βλ. Τ. Κολλιάντερ, *δ.π.*, σ. 105. Ἐπίσης βλ. σχετικὰ ἀρχιμ. Κύριλλος Κεφαλόπουλος, «Οἱ Πνευματικὲς Προϋποθέσεις τῆς Προσευχῆς στὸ Ἔργο τοῦ Ὁσίου Νείλου τοῦ Ἀσκητοῦ *Περὶ Προσευχῆς*», *Ἄνθη Φιλοκαλίας (περὶ Λογισμῶν καὶ Παθῶν Μέρος Γ')*, [www.impantokratoros.gr](http://www.impantokratoros.gr), Μελισσοχώρι Θεσσαλονίκης.

10. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 53, 1177C.

στρέφει στην κατάκριση του πλησίον ενώ ή οδός της σωτηρίας είναι σε διαμετρικά αντίθετη κατεύθυνση, στην αυτομεμφία και αυτοεπιτίμηση. Κατά τον άββα Ποιμένα, πρέπει ο άνθρωπος να μέμφεται τον έαυτό του και να προσέχει τις αδυναμίες του. Τότε στα μάτια του θα έμφανίζεται άξιότιμος ο συνάνθρωπός του.<sup>11</sup> Ο άββας Ώρ συμβούλευε τους συνασκητές του, όταν αντιμετώπιζαν πειρασμούς και δυσκολίες, να μη μέμφονται τους άλλους αλλά τον έαυτό τους.<sup>12</sup> Οί έπιθυμίες είναι αυτές που οδηγούν τις ανθρώπινες δραστηριότητες και πράξεις προς την ικανοποίηση του ίδιου θελήματος. Όμως, και τὰ έμπαθη γεννήματα του νοῦ, πίσω από τὰ όποια κρύβεται ή ροπή προς τὰ πάθη, τὰ όποια ναρκοθετούν την άγαπητική κοινωνία Θεοῦ και ανθρώπου, αποσποῦν τή σκέψη από τον Θεό και πρέπει να αποφεύγονται<sup>13</sup> καθώς και οι χωρίς πάθος σκέψεις, τὰ «ψιλὰ νοήματα» τών πραγμάτων<sup>14</sup>. Δέν σημαίνει δηλαδή ότι προσεύχεται άληθινά όποιος περισπᾶται από τις εικόνες τών πραγμάτων παρ' όλο που έχει υπερνικήσει τις έμπαθεις σκέψεις, διότι και τότε ο νοῦς του μπορεί να βρίσκεται μακριά από τον Θεό. Ο νοῦς δέν πρέπει να είναι άπασχολημένος με ότιδήποτε· να μη χρονοτριβεί, να μην άδολεσχει με ανθρώπινες σκέψεις, με θεωρήματα του κόσμου τούτου που, άκόμη και αν είναι ύψιπετη, άπορροφοῦν τή σκέψη και τον νοῦ και τον εκτρέπουν από την πορεία ανάβασης προς τον Θεό<sup>15</sup>. Ο άνθρωπινος νοῦς δέν πρέπει να μείνει στο επίπεδο της «θεωρίας της σωματικής φύσεως» για την όποία κάνει λόγο ο όσιος. Σωματικές και ψυχικές άπολαύσεις, ο θαυμασμός της ώραιότητας τών δημιουργημάτων, οί άρετές, οί ευγενικές ένασχολήσεις, ή καλλιέργεια του πνεύματος είτε με την έν Χριστῶ παιδαγωγία είτε με τή θύραθεν διδαχή άνήκουν στον χῶρο τον ανθρώπινο. Αν λοιπόν παραμείνει ο άνθρωπος σε αυτήν την κατάσταση, δέν θα μπορέσει να δει τελείως τον τόπο του Θεοῦ, να φθάσει στη θεία θεωρία<sup>16</sup>. Έτσι ο άνθρωπινος νοῦς, ο όποιος δέχεται τὰ όπτικά και άκουστικά έρεθίσματα με τις αίσθήσεις

11. Αποφθέγματα τών Αγίων Γερόντων, Ποιμήν (ρηγ), PG 65, 357D-360A. Έπίσης Αποφθέγματα, ό.π., Ποιμήν (ζ'), 345B.

12. Αποφθέγματα, ό.π., Ώρ (ιβ'), 440BC.

13. Νείλου, Περὶ Προσευχῆς, 54, 1177D.

14. Νείλου, Περὶ Προσευχῆς, 55, 1177D.

15. Νείλου, Περὶ Προσευχῆς, 56, 1177D-1180A.

16. Νείλου, Περὶ Προσευχῆς, 57, 1180A.

τοῦ σώματος καὶ οἰκοδομεῖται ὥστε νὰ ἀντιλαμβάνεται τὰ τῆς φύσεως, πρέπει νὰ ὑπερβεῖ αὐτὴν τὴν κατάσταση καὶ νὰ καλλιεργήσει τὰ πνευματικὰ αἰσθητήρια ποὺ θὰ τὸν ὀδηγήσουν νὰ ἀντιληφθεῖ τίς ὑπὲρ φύσιν θεῖες ἐνέργειες, νὰ ἀντιληφθεῖ τὴν παρουσία τοῦ Θεοῦ.

Ἐπομένως, πέρα ἀπὸ τὴν κατάκτηση τῆς ἀπάθειας καὶ τὴν ὑπέροβαση τῆς θεωρίας τῆς σωματικῆς φύσεως, ὁ ἄνθρωπος γιὰ νὰ φθάσει στὴ θεογνωσία, τὴ θεωρία τῆς θείας Γνώσεως, καὶ νὰ σταθεροποιήσει τὴ ροπὴ τοῦ νοῦ πρὸς τὴ θεία θεωρία, πρέπει νὰ ἔχει τὴ δυνατότητα, τὴ σοφία δηλαδή, νὰ κατανοεῖ ἂν πράγματι πορεύεται πρὸς συνάντηση μὲ τὸν Θεό. Ἡ σοφία εἶναι χάρισμα τοῦ Ἁγίου Πνεύματος ποὺ ἔχει δοθεῖ στὸν ἄνθρωπο καὶ τὸν ἱκανώνει νὰ ἀντιλαμβάνεται καὶ νὰ διδάσκει μὲ σαφήνεια καὶ πειστικότητα τίς σωτηριώδεις ἀλήθειες τῆς Πίστεως<sup>17</sup>. Ὁ ἄνθρωπος μὲ τὸ θεῖο δῶρο τῆς σοφίας, τίς πνευματικὲς δηλαδή καὶ ψυχικὲς του δυνάμεις, πλησιάζει τὸν Θεὸ καὶ κατευθύνει τὰ βήματά του πρὸς Αὐτόν. Γέννημα καὶ ἔκφραση τῆς «ποικίλης σοφίας» τοῦ ἀνθρώπου εἶναι ἡ ψαλμωδία<sup>18</sup>, οἱ εὐχὲς καὶ οἱ ἀκολουθίες τοῦ νυχθημέρου, ἡ προσωπικὴ διὰ τοῦ λόγου προσευχὴ ποὺ ἡ διατύπωσή της καθὼς καὶ τὸ περιεχόμενό της, εἴτε εἶναι αἴτημα εἴτε εὐχαριστία ἢ δοξολογία, ποικίλουν ἀνάλογα μὲ τὴ γραμματικὴ κατάρτιση τοῦ προσευχομένου. Ὅλα αὐτὰ ἀποτελοῦν ἓνα προπαρασκευαστικὸ στάδιο ποὺ ἔχει τεράστια ἀξία<sup>19</sup> γιὰ τὴν οἱ προσευχὲς ποὺ ἀκούγονται στὶς ἀκολουθίες τῆς Ἐκκλησίας ἀποτελοῦν γραπτὴ κατάθεση τῆς πνευματικῆς ἐμπειρίας καὶ πορείας τῶν μελῶν της μὲ τίς ὁποῖες γίνονται κοινωνοὶ τῆς θείας χάριτος. Ἡ προσευχὴ τῆς Ἐκκλησίας εἶναι ἡ ἀγαπητικὴ συμπροσευχὴ τῆς κοινωνίας τῶν μελῶν της πρὸς τὴν κοινωνία τῆς Ἁγίας Τριάδας καὶ ἀποτελεῖ ἀσφαλῆ ὁδηγὸ εἰδικὰ στὰ πρῶτα βήματα τῆς πνευματικῆς πορείας τοῦ ἀνθρώπου πρὸς τὸ «φῶς τῆς γνώσεως». Ὅταν ὅμως ὁ ἀνθρώπινος νοῦς προσηλωθεῖ μὲ τὴν προσευχὴ –καὶ ἐδῶ ἐννοοῦμε τὴ νοερὰ προσευχὴ– στὸν Θεό, τότε εἰσέρχεται στὸν χῶρο τῆς αὐλῆς καὶ ποικίλης γνώσεως. Ἡ προσευχὴ ἀποτελεῖ, κατὰ τὸν ὄσιο,

17. Α' Κορ. 12, 8.

18. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 85, 1185B.

19. Κατὰ τὸν Τ. Κολλιάντερ, μὲ τίς προσευχὲς τῆς ἐκκλησίας μαθαίνει κάποιος «τὴν ὑπακοὴν ποὺ εἶναι ἀπαραίτητη ὄχι μόνον γιὰ τὸ σῶμα, ἀλλὰ καὶ γιὰ τὴν καρδιὰ καὶ τὸν νοῦ, γιὰ τὴν ἐποικοδομὴ καὶ τὸν στηριγμὸ τῆς πίστεως» του. Βλ. Τ. Κολλιάντερ, *ὁ.π.*, σ. 104.

προοίμιο τῆς ἄυλης καὶ ποικίλης γνώσεως<sup>20</sup>, ἡ ὁποία εἶναι ἡ ἐμπειρική βιωματική ἀποκεκαλυμμένη γνώση τῶν μυστηρίων τῆς θεότητας ποὺ δίδεται ἀπὸ τὸν Θεὸ μὲ τὴ μετοχὴ στὴν ἄκτιστη θεία ἐνέργεια σὲ ὅποιον κατορθώνει νὰ προσευχηθεῖ ἀληθινὰ καὶ ἀπερίσπαστα. Ἡ προσευχὴ ἐπομένως εἶναι ἡ πρέπουσα ἐνέργεια γιὰ τὸν νοῦ, τὸν καταξιώνει καὶ εἶναι ἡ καλύτερη καὶ καθαρότερη χρῆση του<sup>21</sup>. Βέβαια ἡ θεογνωσία, ἡ ἄυλη γνώση, εἶναι ἐφικτὴ μὲ καθαρὸ νοῦ ποὺ λογίζεται καὶ νοεῖ ὀρθὰ φωτισμένος ἀπὸ τὸ Ἅγιον Πνεῦμα<sup>22</sup>. Ἔτσι, ἀφοῦ ὁ νοῦς προπαρασκευασθεῖ μὲ τὴν ψαλμωδία μὲ τὴν ὁποία κατευνάζονται τὰ πάθη καὶ ἡρεμοῦν ψυχὴ καὶ σῶμα<sup>23</sup>, τὶς εὐχές, τὶς ἀκολουθίες καὶ ἀπαλλαγεῖ ἀπὸ τοὺς διάφορους λογισμούς, μπορεῖ νὰ ἐπιτελέσει διὰ τῆς προσωπικῆς προσευχῆς τὸ ἔργο του<sup>24</sup>, νὰ προσεγγίσει τὸν Θεὸ καὶ νὰ ἀρχίσει νὰ γεύεται τὴν ἐμπειρία τῆς γνώσης τοῦ Θεοῦ. Αὐτὴ ἡ καλλίστη, ὅπως τὴν ἀποκαλεῖ ὁ ὁσιος Νεῖλος, πνευματικὴ γνώση, ποὺ ἀποκαλύπτεται ὡς θεῖο δῶρο στὰ μάτια τῆς διάνοιας τοῦ προσευχομένου, συντηρεῖ τὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ στὸν νοῦ καὶ ἔχει ἀμφίδρομη σχέση μὲ τὴν προσευχή. Γίνεται συνεργὸς τῆς προσευχῆς ἀφυπνίζοντας, ἐνεργοποιώντας «τὴν νοεράν δύναμιν τοῦ νοῦ πρὸς θεωρίαν τῆς θείας γνώσεως», πρὸς ἀπόκτηση θεογνωσίας<sup>25</sup>.

Ὁ ὁσιος Νεῖλος ζητεῖ ἀπὸ τοὺς προσευχομένους νὰ εἶναι σύμφωνες καὶ συναρμοσμένες οἱ σωματικὲς ἀρετὲς μὲ τὶς ψυχικὲς, οἱ ψυχικὲς μὲ τὶς πνευματικὲς καὶ οἱ πνευματικὲς μὲ τὴν ἄυλη γνώση. Ὅμιλεῖ γιὰ ὁμηρία, γιὰ συνταύτιση δηλαδὴ τῶν σωματικῶν, ψυχικῶν καὶ πνευματικῶν ἀρετῶν μὲ τὴν πλήρη ἄυλη θεία γνώση, τὴ θεογνωσία<sup>26</sup>. Αὐτὸ

20. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, ὁ.π.

21. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 84, 1185B.

22. Πρβλ. Ν. Ἄ. Ματσούκας, *Δογματικὴ καὶ Συμβολικὴ Θεολογία*, τ. Β', Θεσσαλονίκη 1988<sup>2</sup> σ. 502 κ.έ.

23. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 83, 1185B.

24. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, ὁ.π. Μὲ τὴ μεστότητα τοῦ ποιητικοῦ λόγου στὸ θεοτοκίον τοῦ ἱκετηρίου κανόνα εἰς τὸν Ἄγγελον τὸν φύλακα τῆς τοῦ ἀνθρώπου ζωῆς (ποίημα Ἰωάννου μοναχοῦ τοῦ Μαυρόποδος) τονίζεται ξεκάθαρα ὅτι ὁ νοῦς εἶναι θεῖο δῶρημα γιὰ νὰ ἐπιτύχει ὁ ἄνθρωπος τὴ θεογνωσία: «Νοῦν καὶ φρένα καὶ λόγον, δῶρον Θεοῦ εἴληφα, ὅπως ἐπιγνοῦς τὸν Δεσπότην ... ἐγὼ δὲ πάθει, τὴν δωρεάν ἀτιμάσας...».

25. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 86, 1185C. Πρβλ. Πρωτοπρ. Κωνσταντῖνος Μ. Φούσκας, *Ἡ Ἀτομικὴ Προσευχὴ*, Ἀθήνα 1982<sup>2</sup>, σ. 173.

26. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 132, 1196A.

είναι κατορθωτό όταν υπάρχει μνήμη Θεού, όταν δηλαδή ο νοῦς δὲν ρέπει ἐκουσίως σὲ παρὰ φύσιν ἔξεις, ἀλλὰ υπάρχει συνοχή καὶ ὄχι μετεωρισμὸς καὶ διασκορπισμὸς σωματικῶν καὶ ψυχικῶν λειτουργιῶν μὲ τὸν ἡγεμόνα νοῦ σταθερὰ προσανατολισμένο πρὸς τὸν Θεό. Ἡ σταθερὴ προσήλωση στὸν Θεὸ εἶναι ἢ κατὰ φύσιν ζωὴ τοῦ ἀνθρώπου ὅπου σῶμα, ψυχὴ καὶ πνεῦμα, ἀκέραια ἢ ἀνθρώπινη ὑπαρξὴ μὲ πλοηγὸ τὸν νοῦ, πορεύεται πρὸς τὸ ὑπὲρ φύσιν. Ὁ Μέγας Ἀντώνιος, ἀφοῦ σφυρηλατήθηκε στὸν ἀσκητικὸ βίον, ἐπέτυχε τὴν ὑπαρκτικὴ του ἰσορροπία κυβερνώμενος ἀπὸ τὸν ὀρθὸ λόγο, νοώντας ὀρθὰ καὶ πράττοντας ὀρθὰ «ἐν τῷ κατὰ φύσιν ἐστώς»<sup>27</sup>. Ὁ νοῦς ὡς σταθεροποιητὴς πλεύσεως τοῦ πλοῦ τοῦ ἀνθρώπου πρὸς τὸν Θεὸ πρέπει νὰ λειτουργεῖ ὀρθὰ, νὰ ἔχει αὐτοπειθαρχία καὶ αὐτοκυβερνησία ὥστε νὰ νεκρώνεται κάθε ἐσωτερικὴ προδιάθεση συναίνεσης μὲ τὴν ἁμαρτία καὶ νὰ ἀποσοβεῖται ὁ κίνδυνος νὰ κυριαρχηθεῖ ἀπὸ ἐξωτερικὲς εἰδωλικὲς ἐντυπώσεις ποὺ θολώνουν τὴ σκέψη<sup>28</sup>. Ὁ ἅγιος Ἰσαὰκ τόνιζε ὅτι ἡ διάνοια μπορεῖ νὰ ἐπιτελέσει τὸ ἀγαθὸ χωρὶς τὴ συνέργεια τοῦ σώματος ἀντίθετα μὲ τὸ σῶμα ποῦ, ἂν δὲν κατευθύνεται ἀπὸ ἓνα πειθαρχημένο μὲ τὴν προσευχὴ νοῦ, δὲν ὠφελεῖται, ἀκόμη κι ὅταν κάνει καλὲς πράξεις<sup>29</sup>. Ὅταν κυριαρχεῖ ἡ ἀκρασία στὸν νοῦ τότε χάνεται ἡ καθαρότητα τῆς σκέψεως καὶ ἡ ψυχὴ χάνει τὴν ἡρεμία τῆς βαλλόμενη ἀπὸ τὰ πάθη, μὲ ἀποτέλεσμα οἱ ἀνθρώπινες πράξεις κι ὅταν ἀκόμη δὲν εἶναι βλαπτικὲς γιὰ τὸν ἴδιο τὸν ἄνθρωπο καὶ τὸν περίγυρό του ἢ πολὺ περισσότερο εἶναι ἀγαθοεργίες, νὰ μὴν ἔχουν οὐσιαστικὸ πνευματικὸ ἀντίκρουσμα, νὰ εἶναι κενὲς περιεχομένου. Ὁ ἀββᾶς Λούκιος, συμβουλευοντας τὸν ἀσκητὴ Λογγίνο ὁ ὁποῖος τὸν ρώτησε σχετικὰ μὲ τὴν ξενητεία, τὴ νηστεία καὶ τὴ μοναχικὴ ἀρετὴ τῆς φυγῆς μακριὰ ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους, τοῦ εἶπε πῶς, ἐὰν εἶχε αὐτοσυγκράτηση στὶς συνομιλίες του μὲ τοὺς ἄλλους, θὰ ἦταν ξένος καὶ στὸ μέρος ποῦ ἤδη ἐγκαταβίωνε ἐνῶ στὴν ἀντίθετη περίπτωσι δὲν θὰ ἦταν ξένος πουθενά. Ἄν ἡ φυγὴ μακριὰ

27. Μεγάλου Ἀθανασίου, *Βίος καὶ Πολιτεία τοῦ Ὁσίου Πατρὸς Ἀντωνίου*, PG 26, 865A.

28. Πρβλ. Φ. Ν. Παπανικολάου, *Ἡ Ἔρημος καὶ ἡ Πόλις στὴν Ἀσκητικὴ Γραμματεία τῶν Πρώτων Αἰώνων*, Θεσσαλονίκη 2000, σ. 170 κ.έ.

29. Παύλου τοῦ Εὐεργετινοῦ, *Συναγωγὴ τῶν Θεοφθόγων Ῥημάτων καὶ Διδασκαλιῶν τῶν Θεοφόρων καὶ Ἁγίων Πατέρων ἀπὸ Πάσης Θεοπνεύστου Συναθροισθείσα*, τ. Γ', Ἀθήνα 1990<sup>6</sup> [Ζ' (Β' Ἁγίου Ἰσαάκ)], σ. 92.

ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους δὲν ἦταν κατορθωτὴ ὅταν ζοῦσε στὸν κόσμος, δὲν θὰ ἦταν οὐσιαστικὰ κατορθωτὴ οὔτε ὅταν θὰ ἀσκήτετε μόνος του. Τὸ ἴδιο καὶ ἡ νηστεία δὲν θὰ ἦταν ἀποδεκτὴ καὶ μεστὴ πνευματικοῦ περιεχομένου ἂν δὲν εἶχε ἀπαλλαγεῖ ἀπὸ τὴν καταδυνάστευση τῶν πονηρῶν λογισμῶν<sup>30</sup>. Ὅταν ἐνδώσει ὁ ἀνθρώπινος νοῦς στοὺς πονηροὺς λογισμοὺς τότε ὁ ἄνθρωπος ὠθεῖται πρὸς τὰ πάθη, ποὺ εἶναι «παράλογες» κινήσεις καὶ «ἀλογικές» δυνάμεις οἱ ὁποῖες ταλανίζουν τὴν ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα του καὶ γίνονται τροχοπέδη στὴν πορεία του πρὸς τὴν τελείωση<sup>31</sup>. Κατὰ τὸν ἅγιο Διάδοχο, ὅταν ἐκστομίσουμε ὕβρεις καὶ ὀργισθοῦμε μὲ κάποιον συνάνθρωπό μας ἀλλὰ ἀκόμη καὶ ὅταν ὑποστοῦμε τὴν ἀναίτια ὀργὴ καὶ τὸ ἄδικο μῖσος κάποιου, πρέπει νὰ προσπαθήσουμε νὰ φέρουμε τὴ συνδιαλλαγὴ καὶ τὴν ἀγάπη, γιατί τότε ὁ νοῦς ἀδρανεῖ μὴ δυνάμενος νὰ ἀνέλθει στὸ ἐπίπεδο τῆς ὑψηλῆς καὶ θείας θεωρίας, ἀφοῦ τὸ περιεχόμενο τῆς θείας γνώσεως, ποὺ εἶναι ἡ ἀγάπη, «οὐ συγχωρεῖ τὴν διάνοιαν πλατυνθῆναι πρὸς σύλληψιν θεωρημάτων θείων, εἰ μὴ πρότερον ἀπολάβωμεν ἐν τῇ ἀγάπῃ καὶ τὸν εἰκῆ ἡμῖν ὀργιζόμενον»<sup>32</sup>. Δὲν εἶναι δυνατὸ νὰ ἔχει θεογνωσία δηλαδὴ νὰ μετέχει στὶς θείες ἐνέργειες τελειούμενος σὲ ἀγαπητικὴ κοινωνία μὲ τὸν Θεό, ὁ ἄνθρωπος ποὺ μισεῖ καὶ δὲν ἀγαπᾷ τὸν συνάνθρωπό του. Ὅποιος ὅμως ἀγαπᾷ τὸν Θεὸ ὡς πατέρα του, τότε συνομιλεῖ συνεχῶς μαζί Του καὶ ἀποφεύγει καθετὶ ποὺ ἔχει πάθος, ροπή, φυγόκεντρο τάση ποὺ τὸν ἐκτρέπει ἀπὸ τὴν πορεία του πρὸς Αὐτόν, κάθε ἐμπαθὲς νόημα ποὺ τὸν ἐμπλέκει στὴν κοσμικὴ ματαιότητᾶ<sup>33</sup>.

Ἀληθινὴ καὶ καρποφόρα προσευχὴ δὲν μπορεῖ νὰ κάνει ὁ ἄνθρωπος ποὺ οἱ σκέψεις του, τὰ μελήματα τοῦ νοῦ του διασπείρονται καὶ προσκολλῶνται στὴ μικρότητα τῶν κοσμικῶν συμβάντων καὶ κατατρίβεται στὴν προσπάθεια τακτοποίησης τῶν προβλημάτων ποὺ ἀνα-

30. Αποφθέγματα, ὁ.π., Λογγίνος (α'), 256C: «... Λέγει αὐτῷ πάλιν, θέλω νηστεῦσαι. Ἀπεκρίθη ὁ γέρον· Εἶπεν Ἡσαΐας ὁ προφήτης “Ἐὰν κάμψῃς ὡς κλοῖον καὶ κρίκον τὸν τράχηλόν σου, οὐδὲ οὕτως κληθήσεται νηστεία δεκτὴ” (Ἠσ. 58,5) ἀλλὰ μάλλον κράτησον τῶν πονηρῶν λογισμῶν».

31. Πρὸβλ. Ν. Ἀ. Ματσούκας, ὁ.π., σ. 506 καὶ Ἀν. Γ. Κεσελόπουλος, *Πάθη καὶ Ἀρετὲς στὴ Διδασκαλία τοῦ Ἁγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ*, Ἀθήνα 1986, σσ. 65, 212.

32. Παύλου τοῦ Ἐδεργεντινοῦ, ὁ.π., [ΛΗ' (Ε' Ἅγιος Διάδοχος)], σ. 515.

33. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 54, 1177D. Πρὸβλ. ἀρχιμ. Αἰμιλιανὸς Σιμωνοπετρίτης, *Περὶ Προσευχῆς - Ἐρμηνεῖα στὸν Ὅσιο Νεῖλο τὸν Ἀσκητή*, Ἀθήνα 2016, σσ. 133-134.



κύπτουν με τούς συνανθρώπους του στην καθημερινή του ζωή αλλά και των γενικώτερων κοινωνικών θεμάτων άμυνόμενος και συνάμα έπιτιθέμενος έγωιστικά, αλλά αυτός που ή «πρωτόνοιά»<sup>34</sup> του τρέπεται αὐθόρμητα πρὸς τὸν «ἥλιον τῆς δικαιοσύνης». Ἀπόδειξη τῆς πνευματικῆς υἱείας καὶ καρποφορίας τοῦ «κατὰ φύσιν ζῆν» ἀνθρώπου εἶναι ἡ ἀγαθὴ ἔξις τῆς προσφορᾶς τῆς πρώτης του σκέψεως ὡς καρποῦ τῆς ἀγάπης του στὸν Θεό, τὸν Κύριο τοῦ ὄρατοῦ καὶ ἀοράτου κόσμου, σὰν τὴν προσκόμιση τῶν πρωτογεννημάτων τῶν καρπῶν τῆς γῆς στὴν ἐκκλησία γιὰ εὐλογία καὶ εὐχαριστία<sup>35</sup>. Ἡ πραγματικὴ προσευχὴ εἶναι ἡ πνευματικὴ προσευχὴ ποὺ δὲν τὴν ἀπασχολεῖ ὅτιδήποτε ἔχει σχέση με τὸ σαρκίῳ· γι' αὐτὸ καὶ δὲν παρεμβάλλονται νέφη ποὺ ἐμποδίζουν τὴν καθαρότητα τῆς θέας τοῦ Θεοῦ<sup>36</sup>. Ἔτσι, ἡ πνευματικὴ προσευχὴ εἶναι ἡ νοητικὴ λειτουργία ἐπικοινωνίας τοῦ ἀνθρώπου με τὸν Θεό, εἶναι ἡ νοερὰ προσευχὴ ποὺ γίνεται με καθαρὸ νοῦ, κενὸ ἀπὸ ὁποιοδήποτε λογισμὸ καὶ σκέψη, με πραότητα, ἀγαθοσύνη καὶ ἀταραξία. Ὁ ἄνθρωπος πρέπει νὰ περιφρουρεῖ τὴν ψυχικὴ του ἡρεμία καὶ εἰρήνη. Ἡ νέκρωση τοῦ φρονήματος τῆς σαρκὸς καὶ ἡ κυριαρχία τοῦ «φρονήματος τοῦ πνεύματος» ἔχουν ὡς ἀποτέλεσμα τὴν «εἰρήνη τῶν λογισμῶν» ποὺ εἶναι ἀπαραίτητη προϋπόθεση τῆς ἐν πνεύματι ἐπικοινωνίας με τὸν Θεό. Στὸ κατὰ Ἰωάννην εὐαγγέλιο τονίζεται καθαρὰ πῶς γίνεται ἡ ἐπικοινωνία με τὸν τριαδικὸ Θεό: «Πνεῦμα ὁ Θεός, καὶ τοὺς προσκυνοῦντας Αὐτὸν ἐν πνεύματι καὶ ἀληθείᾳ δεῖ προσκυνεῖν»<sup>37</sup>. Οὐσιαστικὰ με τὴ νοερὰ προσευχὴ ὁ ἄνθρωπος ὡς ἰσάγγελος ἐπικοινωνεῖ ἀρμοδίως, με

34. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 126, 1193C. Πάμπολλες σκέψεις ἐναλλασσόμενες με ἰλιγγιώδη ταχύτητα εἰσέρχονται στὸν νοῦ τοῦ ἀνθρώπου ὅταν προσπαθεῖ νὰ προσευχηθεῖ. Ὁ ἄνθρωπος τίς ἀπενεργοποιεῖ ὅταν δὲν τίς παρακολουθεῖ καὶ δὲν συνδιαλέγεται με αὐτὲς ἀπασχολώντας τὸν νοῦ του. Πρβλ. Τ. Κολλιάντερ, *ὁ.π.*, σσ. 105-106.

35. Προσκομίζονται καὶ προσφέρονται ὡς εὐχαριστία γιὰ τὴν εὐφορία τῶν καρπῶν τῆς γῆς γιὰ τὴν ὁποία δεόμαστε σὲ κάθε λατρευτικὴ σύναξη. Πρβλ. τίς λατρευτικὲς διατάξεις τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης: «τὰς ἀπαρχὰς τῶν πρωτογεννημάτων τῆς γῆς σου εἰσίοσεις εἰς τὸν οἶκον Κυρίου τοῦ Θεοῦ σου» (Ἐξ. 23, 19).

36. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 128, 1193D. Τὰ λόγια τοῦ Κυρίου εἶναι σαφῆ: «Ζητεῖτε δὲ πρῶτον τὴν βασιλείαν τοῦ Θεοῦ καὶ τὴν δικαιοσύνην αὐτοῦ, καὶ ταῦτα πάντα προστεθήσεται ὑμῖν» (Ματθ. 6, 33). Ἐξ ἄλλου στὴ θεόδοτη Κυριακὴ Προσευχὴ ποὺ ἀπαγγέλλουμε κατὰ τὴ Θεία Λειτουργία καὶ στίς ἀκολουθίες τοῦ νυκθήμερου αἰτούμεθα κατὰ πρῶτον τὴν ἔλευση τῆς Βασιλείας τοῦ Θεοῦ καὶ τὴν τήρηση τοῦ θελήματός Του (Ματθ. 6, 10 καὶ Λουκ. 11, 2).

37. Ἰω. 4, 24.

τὸν προσήκοντα δηλαδή τρόπο μὲ τὸν Θεό, ἔχοντας καθαρὴ διάνοια καὶ ὀλοκληρωτικὴ ἀφοσίωση, λαμβάνοντας θεία γνώση καὶ φωτισμὸ μὲ τὴν προσευχὴ του μὲ τὴν ὁποία μετέχει μέσῳ τῶν ἀκτίστων θείων ἐνεργειῶν στὴν κοινωνία ἀγάπης τῶν προσώπων τῆς Ἁγίας Τριάδας<sup>38</sup>.

Οἱ Πατέρες τῆς ἐρήμου ἀναγνώριζαν τὴ μεγάλη δυσκολία νὰ ἐπιτυχάνει ὁ ἄνθρωπος τὴν ἐσωτερικὴ εἰρήνη καὶ ἀταραξία κάθε φορὰ ποὺ προσεύχεται ὥστε νὰ ἐπιτελεῖ ἔργο καθαρῆς προσευχῆς. Πρῶτα ἀπ' ὅλα πρέπει νὰ ἐπιθυμεῖ διακαῶς τὴν ἐπικοινωνία μὲ τὸν Θεό, ὅπως κάποιος διψασμένος ταξιδευτῆς ζητεῖ νερὸ στὴν ἔρημο. Ἐπίσης, πρέπει νὰ αἰσθάνεται συμφιλιωμένος μὲ τὸν ἑαυτό του· νὰ μὴ ἔχει καμμία ἐπιδίωξη, καμμία ἔλλειψη προσωπικῆ ἢ αἰσθησι ἀνικανοποιήτων προσδοκιῶν ἀλλὰ ἐσωτερικὴ πληρότητα ποὺ εἶναι συνάμα κένωση τοῦ νοῦ, ὁ ὁποῖος μὲ τὴν προσευχὴ θὰ γευθεῖ τὴν πληρότητα τοῦ φωτισμοῦ, τῆς χάριτος καὶ τῆς σοφίας τοῦ Ἁγίου Πνεύματος<sup>39</sup>. Βεβαίως δὲν μπορεῖ νὰ ὑπάρχει ἐσωτερικὴ γαλήνη καὶ ἀταραξία ὅταν ὁ ἄνθρωπος ἐνοχλεῖται ἀπὸ τοὺς συνανθρώπους του μὴ βρισκόμενος σὲ ἀρμονία μὲ τὸ περιβάλλον του, ἀκόμη καὶ τὸ φυσικὸ, καὶ ὁ νοῦς του μετεωρίζεται. Γι' αὐτὸ ὁ μοναχὸς προσπαθεῖ νὰ τειχίσει τὴν εἰρήνη του μέσα στὸ κελλί του ἀπομονωνόμενος τοπικῶς ἀλλὰ πάνω ἀπὸ ὅλα τροπικῶς<sup>40</sup>. Ὁ ἀββᾶς Ποιμὴν ἔχασε τὴν εἰρήνη του ἐξ αἰτίας τῆς ἐνόχλησης ποὺ προκαλοῦσαν ἔξω ἀπὸ τὸ κελλί του ὁ ἀδελφός του Παῖσιος κι ἕνας φίλος του, μὲ τὸν ὁποῖο σχετιζόταν. Ὁ ἀββᾶς Ἀμμωνᾶς στὸν ὁποῖο εἶχε καταφύγει τοῦ εἶπε ὅτι θὰ πρέπει νὰ κλειστεῖ στὸ κελλί του καὶ νὰ θωρακίσει τὴν καρδιά του ἀπέναντι σὲ σαρκικὲς ἐπιθυμίες, περισπασμοὺς καὶ σκέψεις μὲ τὴν πεποίθησι ὅτι ἦταν σωματικὰ νεκρός<sup>41</sup>. Στὸ κελλί του ὁ ἀσκητῆς θὰ εἰρηνεύσει, θὰ σταθεροποιηθεῖ δηλαδή ψυχικὰ καὶ θὰ μπορεῖ νὰ διακρίνει τοὺς καλοὺς ἀπὸ τοὺς κακοὺς λογισμοὺς, θὰ προσεύχεται καὶ θὰ δέεται ψάλλοντας μὲ τὴ μετοχὴ τοῦ νοῦ καὶ τῆς καρδιάς του

38. Πρβλ. Γρηγορίου Παλαμᾶ, *Ἀντιρόρητικὸς* 5, ἐκδ. Λ. Κοντογιάννης καὶ Β. Φανουργάκης, σειρά Π. Χρήστου, *Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ Συγγράμματα* τ. Γ', Θεσσαλονίκη 1970, σ. 375: «Μόνον δὲ οἱ τὴν ἑαυτῶν τετηρηκότες τάξιν ἄγγελου καὶ ὅσοι τῶν ἀνθρώπων ἐπανήλθον εἰς τὸ δεδομένον τοῖς λογικοῖς ἄνωθεν ὑπερφυεῖς ἀξίωμα καὶ τῆς θεοποιῦ ἐνεργείας καὶ χάριτος μεταλαγχάνουσιν αὐτοῦ τοῦ θείου καὶ ἀπορόρητου φωτισμοῦ».

39. Πρβλ. *Πράξ.*, 6, 3.

40. Πρβλ. Αἰμιλιανὸς Συμωνοπετρίτης, *Περὶ Προσευχῆς*, ὁ.π., σ. 189 κ.έ.

41. *Ἀποφθέγματα*, ὁ.π., *Ποιμὴν* (β'), 317B.

καὶ μὲ ὀρθὴ κρίση ὥστε τὰ αἰτήματά του νὰ εἶναι σύμφωνα πρὸς τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ. Παράλληλα θὰ ἐξέρχονται ἀπὸ τὸ στόμα του καλῶς ἄρμοσμένα τὰ πρέποντα λόγια τῆς προσευχῆς καὶ ἐπιχαρίτως οἱ ψαλμωδίαι. Ἔτσι, εὐστοχα ὁ ἅγιος Νεῖλος παρομοιάζει μὲ ὑψιπετὴ ἄετο αὐτὸν ποὺ προσεύχεται «ἐπιεικῶς καὶ ἀταράχως» καὶ ψάλλει «συνετῶς καὶ εὐρύθμως»<sup>42</sup>.

Ἡ πτωχεία καὶ τὸ κατὰ Θεὸν πένθος εἶναι βασικὲς προϋποθέσεις τῆς «ἀβαροῦς» προσευχῆς, ὅπως ἀποκαλεῖ ὁ ἅγιος Νεῖλος τὴν προσευχὴν ποὺ δὲν ἐμποδίζεται ἀπὸ περιπλανήσεις τῆς διανοίας, ἀπὸ σκέψεις ποὺ ἀφοροῦν βιοτικὲς μέριμνες<sup>43</sup>. Ἡ «ἀβαρῆς» προσευχὴ εἶναι ἡ νοερὰ προσευχὴ ποὺ ἴπταται ἀνεμπόδιστα πρὸς τὸν Θεό, ἱκανοποιώντας τὸν ἔρωτα καὶ τὸν πόθο τῆς ψυχῆς τοῦ προσευχομένου, ὅπως τονίζει ὁ ἅγιος Γρηγόριος Νύσσης<sup>44</sup>. Ἡ νοερὰ προσευχὴ δὲν ἔχει βαρίδια ποὺ ἐμποδίζουν τὸν νοῦ νὰ ἀρθεῖ «εἰς ὕψος νοητόν», διότι χαρακτηρίζεται ἀπὸ σύννοια, δηλαδὴ ὀλοκληρωτικὴ ἀφοσίωση τοῦ νοῦ στὸν Θεὸ μὲ ξεκάθαρο παραμερισμὸ κάθε λογισμοῦ καὶ φαντασίας ἀκόμη καὶ μὲ ἔννοιες καὶ λογισμοὺς ποὺ δὲν εἶναι ξένες πρὸς τὸν Θεό. Ὁ ὄσιος Νεῖλος μακαρίζει ὅποιον κατὰ τὴν προσευχὴν του συγκρατεῖ σὲ τελεία «ἀμορφία» τὸν νοῦ του καὶ δὲν τὸν ἀφήνει νὰ διατηρεῖ στὴ μνήμη του ἀνθρώπινες μορφές, σχήματα πραγμάτων ἢ κατασκευάσματα τῆς φαντασίας. Τότε ὁ κενὸς νοῦς εἶναι ἔτοιμος νὰ «γεμίσει» μὲ τὴν παρουσία τοῦ Θεοῦ<sup>45</sup>. Ἐπίσης, ὁ ἅγιος Νεῖλος ἐπιτάσσει νὰ μὴν φαντασθεῖ ὁ προσευχόμενος καμμία εἰκόνα, καμμία μορφή γιὰ τὸν ἄυλο Θεὸ ἀλλὰ νὰ τὸν προσεγγίσει μὲ ἄυλο τρόπο, δηλαδὴ μὲ τὴν νοερὰ προσευχὴ, μὲ τὴ δυνατότητα ποὺ δίδεται χαρισματικὰ στὸν νοῦ τοῦ ἀνθρώπου ποὺ ποθεῖ νὰ ἐνωθεῖ μὲ τὸν Θεὸ Πατέρα<sup>46</sup>.

42. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 82, 1185AB: «Προσεύχου ἐπιεικῶς, καὶ ἀταράχως, καὶ ψάλλε συνετῶς καὶ εὐρύθμως, καὶ ἔση ὡς νεοσσὸς ἄετοῦ ἐν ὕψει αἰρόμενος».

43. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 131, 1196A.

44. Γρηγορίου Νύσσης, *Περὶ τοῦ κατὰ Θεὸν Σκοποῦ*, PG 46, 304AB: «ἕκαστος μηδαμοῦ κατὰ τὴν διάνοιαν ἐκουσίως περιπλανώμενος· μηδὲ ὡσπερ ὑπ' ἀνάγκης ἀκούσιον χρέος ἀποδιδούς, ἀλλ' ἔρωτα καὶ πόθον ἀποπληρῶν τῆς ψυχῆς».

45. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 117, 1193A.

46. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 66, 1181A. Ὁ Γεώργιος Φλορόφσκυ σημειώνει: «οἱ εἰκόνες εἶναι ἀπατηλές, γιὰ τὸ Θεὸς εἶναι πιὸ πάνω ἀπὸ τὴν εἰκόνα ποὺ ἔχει ὄρια. Ὁ Θεὸς κατανοεῖται μὲ ἀν-εικονικὴ γνώση». Βλ. Γ. Φλορόφσκυ, *Οἱ Βυζαντινοὶ Ἀσκητικοὶ καὶ Πνευματικοὶ Πατέρες*, μετάφρ. Π. Κ. Πάλλης, Θεσσαλονίκη 1992, σ. 301.

Αὐτὸς ποὺ κάνει νοερὰ προσευχὴ διακατέχεται ἀπὸ εὐλάβεια πρὸς τὸ μεγαλεῖο τῆς θεότητος, νοιώθει κατάνυξη καὶ μαζί τὸν πόνο καὶ τὴ συντριβὴ ποὺ νιώθει ἐντὸς τοῦ ὅποιος ἐξομολογεῖται τὶς ἁμαρτίες τοῦ καθὼς καὶ στεναγμοὺς ποὺ βγαίνουν ἀβίαστα ἀπὸ τὰ βάθη τῆς ψυχῆς χωρὶς ἐπιδεικτικὲς οἰμωγὲς ἀλλὰ μὲ ὀλοφυρμούς ἐσωτερικούς<sup>47</sup>. Τὸ χάρισμα τῶν δακρῶν μὲ τὴν ταυτόχρονη θαλπωρὴ στὴν ψυχὴ εἶναι τὸ πρῶτο σημάδι ὅτι ὁ Θεὸς ἄκουσε τὴν προσευχὴ, ἀνταποκρίνεται στὴν ἐπιθυμία τοῦ ἀνθρώπου γιὰ ἔνωση μαζί Του καὶ τότε στὸν ἀνθρώπινο νοῦ αἴρεται κάθε διχασμὸς, ἡ κατάστασις τῆς διαστάσεως μὲ τὸν Θεὸ ἀνατρέπεται καὶ οἱ σκέψεις εἶναι πλέον ἀποφασιστικὰ προσανατολισμένες καὶ βαθέως προσηλωμένες στὸν Θεό. Ἡ σύννοια ὡς ὀλοκληρωτικὴ συγκέντρωσις τοῦ νοῦ στὸν Θεὸ δὲν μπορεῖ νὰ μὴν ἀκολουθεῖται ἀπὸ τὸν φόβο Θεοῦ ποὺ δημιουργεῖται σὲ ὅποιον γνωρίζει τὸ μεγαλεῖο τῆς θεότητος ἀνερχόμενος μὲ τὴν προσευχὴ στὸν οὐρανό. Ἡ εὐλάβεια γιὰ τὴν ὁποία ὁμιλεῖ ὁ ὄσιος Νεῖλος εἶναι ὁ φόβος Θεοῦ, ἡ εὐσέβεια ποὺ κυριαρχεῖ στὴν ψυχὴ καὶ διεγείρει βαθειὰ συγκίνηση, συντριβὴ καρδιᾶς ποὺ ὁδηγεῖ στὴ μὲ ὀδύνη ψυχῆς ἐξαγόρευσις τῶν πταισμάτων ποὺ διαπράττει ὁ ἄνθρωπος. Τὴν ἐξομολόγησις τῶν ἐκουσίως γενομένων ἐσφαλμένων πράξεων πρέπει νὰ ἀκολουθεῖ ἡ μετάνοια, ἡ συγγνώμη, ἡ ἐπιθυμία γιὰ μιὰ ζωὴ κοντὰ στὸν Θεό. Τότε, ἀπὸ τὰ βάθη τῆς ψυχῆς ἀναβλύζουν στεναγμοὶ οἱ ὅποιοι δὲν ἐξωτερικεύονται ἀλλὰ ἀποτελοῦν ἐσωτερικὴ ψυχικὴ διεργασία ποὺ δὲν πρέπει νὰ εἶναι φανερὴ στὸν περίγυρο, γιὰτὶ ἀλλιῶς μπορεῖ νὰ καταλήξει νὰ εἶναι μιὰ ὑποκριτικὴ συμπεριφορὰ, ἡ ὁποία βλέπτει τὴν ψυχὴ καὶ τὴν ἐκτρέπει ἀπὸ τὸν Θεό. Οἱ ἄφωνοι στεναγμοὶ εἶναι αὐθόρμητη ἔκφρασις τῆς ψυχῆς ποῦ, συνειδητοποιώντας τὴν ἀπομάκρυνσὴ τῆς ἀπὸ τὸν Θεό, κυριαρχεῖται ἀπὸ τὸν πόθο νὰ τὸν πλησιάσει. Αὐτὴ ἡ κατάστασις ὅπου ὁ νοῦς, τὸ ἀνθρώπινο πνεῦμα μὲ τὴ χάρις τοῦ Ἁγίου Πνεύματος κυριαρχεῖ πάνω στὰ αἰσθήματα καὶ στὶς ψυχικὲς παρορμήσεις εἶναι ἡ ἀφετηρία τῆς χαροποιοῦ ἀναβάσεώς του στὸν Θεό. Ἡ ὀδύνη τῆς συντριβῆς ποὺ νιώθει ὁ ἄνθρωπος ἀναλογιζόμενος τὰ σφάλματά του μετατρέπεται σὲ ἀγαλλίασις τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς γιὰτὶ βλέπει νὰ ἀνοίγουν οἱ θύρες τῆς οὐράνιας Βασιλείας καὶ ταυτόχρονα ἀντιλαμβάνεται ὅτι στὴν ἀνάβασή του δὲν εἶναι μόνος

47. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 42, 1176BC.

ἀλλὰ ἔχει τὴν ἐπιφοίτηση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, πού «συμπάσχει» μετὰ τὴν ἀδυναμία του νὰ ἀνέλθει στὸν οὐρανό. Ἄν ὁ ἄνθρωπος ἐλκυόμενος ἀπὸ τὸ ἀληθινὸ φῶς τοῦ τριαδικοῦ Θεοῦ προσεύχεται μετὰ εἰλικρινῆ πόθο<sup>48</sup> καὶ ἐρωτικὴ φορὰ πρὸς τὴν τρισυπόστατη Μονάδα, τότε τὸ Ἅγιο Πνεῦμα ἀνταποκρινόμενο ἐπιβαίνει στὸν ἀνθρώπινο νοῦ καὶ καθαρίζει κάθε κηλίδα πνευματικῆς ἀκαθαρσίας, ἐξαφανίζοντας «ἅπασαν τὴν κυκλοῦσαν αὐτὸν τῶν λογισμῶν, ἢ τῶν νοημάτων φάλαγγα», καλώντας τον σὲ πνευματικὴ προσευχή<sup>49</sup>, σὲ ἀγαπητικὴ δηλαδὴ κοινωνία ὅπου συντελεῖται ἡ θεογνωσία. Ὁ Θεὸς κατακτώντας τὸν ἀνθρώπινο νοῦ πού στρέφεται μετὰ ἐρωτικὸ πόθο σὲ Αὐτὸν δρᾷ μεταμορφωτικὰ στὴν ὅλη ὑπαρξὴ τοῦ ἀνθρώπου, γιὰτὶ διαμέσου τοῦ νοῦ, πού εἶναι σταθερὰ προσηλωμένος στὴ θεωρία τοῦ Θεοῦ, κατευνάζεται καὶ ἡ ἀκρασία τοῦ σώματος<sup>50</sup>. Γι' αὐτὸ ὁ ἅγιος Νεῖλος προτρέπει ὅποιον δὲν ἔλαβε τὸ χάρισμα τῆς προσευχῆς ἢ τῆς ψαλμωδίας νὰ τὸ ζητήσει μετὰ ἐπιμονὴ καὶ νὰ εἶναι σὲ ἐτοιμότητα νὰ τὸ ἀδράξει ὅταν τοῦ δοθεῖ ἀπὸ τὸν Θεό<sup>51</sup>. Ὅταν λάβει τὸ χάρισμα θὰ νιώσει τὸν Θεὸ δίπλα του ὡς συνοδοιπόρο, προσέχοντας ὅμως νὰ μὴν κάνει ὅτιδήποτε ἀσύμβατο μετὰ τὴν καθαρὴ καὶ ἀληθινὴ προσευχή<sup>52</sup>. Ἀπαραίτητη προϋπόθεση ἡ «τελεία ἀναισθησία»

48. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 118, 1193Α: «*Μακάριός ἐστιν ὁ νοῦς, ὃς ἀπερισπάστως εὐχόμενος, πλείονα πόθον ἀεὶ πρὸς Θεὸν προσλαμβάνει*».

49. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 62, 1180C.

50. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 63, 1180D. Κατὰ τὴν ἀκολουθία τῆς Θείας Μεταλήψεως, τὴν ὥρα τῆς Θείας Κοινωνίας ἀναγινώσκουμε: «*Ἐθελέας πόθῳ με Χριστέ, καὶ ἡλλοίωσας τῷ θεῷ σου ἔρωτι. Ἀλλὰ κατάφλεξον πυρὶ αὐλῷ τὰς ἁμαρτίας μου, καὶ ἐμπλησθῆναι τῆς ἐν σοὶ τρυφῆς καταξίωσον...*».

51. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 87, 1185C. Ἐδῶ ὁ ἅγιος Νεῖλος κάνει μίαν «ισότιμη» ἀναφορὰ γιὰ τὴν προσευχὴ καὶ τὴν ψαλμωδίαν, ἐννοώντας ὡς προσευχὴ τὴν ἄλογη ἐρωτικὴ προσήλωση τοῦ νοῦ στὸν Θεό, δηλαδὴ τὴν νοερὰ προσευχὴ, καὶ ψαλμωδίαν τὴν προσευχὴ πού ἐκφέρεται μετὰ τὸν λόγο ἐξωτερικεύοντας τὸν πόθο τοῦ ἀνθρώπου γιὰ τὸν Θεό. Κατὰ τὸν Παῦλο Εὐδοκίμωφ: «*ἡ διάκρισις τῆς προσευχῆς σὲ νοερὴ καὶ προφορικὴ εἶναι πολὺ θεωρητικὴ. Γιὰ τοὺς ἀρχαίους ἡ ψαλμωδία ἦταν ἡ φυσικὴ ἔκφρασις τῆς ἐσωτερικῆς προσευχῆς, τῆς «ψαλμωδίας τῆς ψυχῆς*». Βλ. Π. Εὐδοκίμωφ, *Ἡ Πάλη μετὰ τὸν Θεόν*, μετάφρ. Ἰω. Κ. Παπαδόπουλος, Θεσσαλονίκη 1972, σ. 253. Ἐδῶ ὅμως πρέπει νὰ ἐπισημάνουμε ὅτι μετὰ τὴν ψαλμωδίαν ὁ ἄνθρωπος ἀνάγεται σταδιακὰ στὸν Θεὸ μετὰ τὶς λογικὰς δυνάμεις καὶ τὴ σοφία πού ἔλαβε ὡς χάρισμα καθὼς καὶ τὴν οἰκιοποίηση τῆς γνώσης, τῆς σοφίας καὶ τῆς πείρας πού ἔλαβε ὡς μέλος τῆς Ἐκκλησίας ἐνῶ μετὰ τὸ χάρισμα τῆς νοερᾶς προσευχῆς μετὰ ἀπόλυτη σιωπὴ καὶ κένωση ἀπὸ κάθε σκέψη καὶ λογισμὸ ὁ νοῦς ἀνάγεται ὑπέρολογα στὸν Θεὸ ἀποκτώντας μετὰ τὴ χάρη Του θεογνωσία.

52. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 65, 1181Α.

τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς. Γιὰ τὸν ὅσιο Νεῖλο εἶναι ἀξιωμακάριστος ὁ ἀνθρώπινος νοῦς ποὺ ἀδιαφορεῖ πλήρως γιὰ ὅ,τι συμβαίνει γύρω του, γιὰ τοὺς ἀνθρώπους ποὺ τὸν περιβάλλουν, ἀκόμη καὶ γιὰ ὅ,τι μπορεῖ νὰ συμβαίνει στὸν ἴδιο γιὰ νὰ αἰσθανθεῖ τὴν παρουσία τοῦ Κυρίου τῆς ζωῆς<sup>53</sup>.

Ἔτσι, ἀληθινὰ συνομιλητῆς τοῦ Θεοῦ γίνεται ὁ ἄνθρωπος ποὺ προφυλάσσει τὴν ἔνωσή του μὲ τὸν Θεό, ἀπορρίπτοντας τὸ κοσμικὸ φρόνημα τῶν συνανθρώπων του ἀλλὰ ὄχι τοὺς ἀνθρώπους, ποὺ ἐκουσίως χωρίζεται ἀπὸ ὅλους καὶ ὅλα ποὺ τὸν ἀπομακρύνουν ἀπὸ τὸν Θεό, ποὺ παραμερίζει κάθε λογισμὸ καὶ σκέψη καὶ ἔχει διαρκῆ μνήμη Θεοῦ, ποὺ ἀπωθεῖ ἀνούσιες βιοτικὲς μέριμνες ἀποδεδειγμένους ἀπὸ τὰ πράγματα τοῦ κόσμου<sup>54</sup>. Τότε, ἀφοῦ νεκρωθεῖ ὡς πρὸς τὶς ἡδονὲς τοῦ βίου, μὲ κεκαθαρμένη τὴ διάνοιά του συμπορεύεται μὲ τὸν Θεό, ζεῖ ἐνωμένος μὲ Αὐτὸν καὶ ἀκούει πλέον τὴ φωνὴ Του<sup>55</sup>. Ὅταν ἀκούσει τὸν Θεὸ νὰ τοῦ ὁμιλεῖ αἰσθάνεται οἰκεῖος μαζί Του, ζεῖ τὴν ἐμπειρία τῆς μετοχῆς στὴν ἀγαπητικὴ κοινωνία τῆς Ἁγίας Τριάδας καὶ πλημμυρισμένος ἀπὸ τὴ θεία ἀγάπη γεμίζει ἀδελφικὴ ἀγάπη γιὰ τοὺς ἀνθρώπους, ἔχοντας συνάμα ἀποκαταστήσει τὴν ἀρμονικὴ συνύπαρξή του μὲ ὅλη τὴν πλάση<sup>56</sup>. Καθίσταται ὁ ἴδιος φορέας τοῦ Λόγου τοῦ Θεοῦ, θεολόγος,

53. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 120, 1193B. Εἶναι χαρακτηριστικὲς οἱ διηγήσεις γιὰ τὸν ἀσκητὴ Ἑλπίδιο στὸ *Λαυσαϊκὸ* καὶ γιὰ τὸν ὅσιο Ἰάκωβο τὸν ἀναχωρητὴ στὴ *Φιλόθεο Ἱστορία* ποὺ προβάλλονται ὡς πρότυπα μίμησης γιὰ τοὺς ὑπόλοιπους ἀσκητὲς στὰ κείμενα τῆς ἀσκητικῆς γραμματείας. Ὁ ἀσκητὴς Ἑλπίδιος ἐνὼ προσευχόταν δαγκώθηκε ἀπὸ ἓνα σκορπιό. Ὁ Γέροντας ἀφοῦ τὸν πάτησε, συνέχισε τὴν προσευχή του, ἀδιαφορώντας γιὰ τὸν πόνο. Παλλαδίου *Ἐλενοπόλεως, Λαυσαϊκὸν ἢ Ἡ πρὸς Λαῦσον Ἱστορία*, τ. 2, ἐκδ. Cuthbert Butler, Hildesheim 1967, Ἑλπίδιος, σσ. 142-143. Ὁ ὅσιος Ἰάκωβος ὁ ἀναχωρητῆς προσευχόταν προσηλωμένος στὴν ὑπαιθρο ἀδιαφορώντας γιὰ τὶς καιρικὲς συνθῆκες, πολλὰ φορὲς γιὰ τρία ἡμερόνυχτα. Οἱ συνασκητὲς του χρησιμοποιοῦσαν ἐργαλεῖα γιὰ νὰ τὸν ξεθάψουν ἀπὸ τὸ χιόνι ποὺ τὸν σκέπαζε (Θεοδωρήτου Κύρρου, *Φιλόθεος Ἱστορία ἢ Ἀσκητικὴ Ἱστορία*, ἐκδ. P. Canivet καὶ A. L. Molinghen, S.C. 234 καὶ 257, Paris 1977 καὶ 1979, τ. 2, Ἰάκωβος 13, σ. 90).

54. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 70, 1181C καὶ 124, 1193C. Πρβλ. ἐπίσκ. Διοκλείας Κάλλιστος Ware, *Ἡ Δύναμις τοῦ Ὄνόματος*, Ἀθήνα 1986, σ. 47.

55. Πρβλ. τὸ θαυμάσιο τροπάριο τῶν αἰῶνων τοῦ ὄρθρου τῆς Μ. Δευτέρας: «... Δεῦτε οὖν καὶ ἡμεῖς, κεκαθαρμέναις διανοίαις, συμπορευθῶμεν αὐτῷ, καὶ συσταυρωθῶμεν, καὶ νεκρωθῶμεν δι' αὐτόν, ταῖς τοῦ βίου ἡδοναῖς, ἵνα καὶ συζήσωμεν αὐτῷ, καὶ ἀκούσωμεν βοῶντος αὐτοῦ...».

56. Νεῖλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 124, 1193C.

ἀστείρευτη πνευματική πηγή «ζῶντος ὕδατος»<sup>57</sup> ἔχοντας ἀποκτήσει θεογνωσία. Εἶναι αὐτὸς ποὺ κατόρθωσε νὰ κάνει ἀληθινὴ προσευχή, νὰ προσεύχεται δηλαδὴ μὲ ἄυλο νοῦ, ἀπελευθερωμένο ἀπὸ τὰ δεσμὰ τοῦ φρονήματος τοῦ κόσμου καὶ τῆς χοϊκῆς ἀναγκαιότητας<sup>58</sup>. Κατὰ τὸν ἅγιο Νεῖλο, ὅποιος κάνει ἀληθινὴ προσευχή εἶναι θεολόγος καὶ ὅποιος εἶναι θεολόγος κάνει ἀληθινὴ προσευχή<sup>59</sup>.

## SUMMARY

### The Mental Prayer to the Holy Nile's the Ascetic work *About Prayer*

By Photios N. Papanikolaou, *PhD in Theology,*  
*Aristotle University of Thessaloniki*

The Holy Neilos, in his Oration titled *About Prayer*, speaks for the prayer of the mind within someone can achieve the true mystical union with God.

However, human being must be focused on God's view and should deny his body and his soul (or his ego) and live only spiritually in order to success the perfect prayer. Denial of oneself means rejection of the sin. This can come true only when man can pass from the words to the essence of the prayer in order to achieve the participation of God. He has to get rid of sinful thoughts and passions and every concern about present living because these take him away from the target. Praying in the services is only the first stage where man can lead the prayer of mind to the next level which is the personal experience of mystical God Knowledge. Only then man can acquire atomic balance, peace and

---

57. *Ιω.* 7, 38.

58. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 119, 1193B.

59. Νείλου, *Περὶ Προσευχῆς*, 60, 1180B. Ὁ Γεώργιος Φλορόφσκυ ἐπισημαίνει ὅτι: «Τὸ κορύφωμα τῆς προσευχῆς εἶναι θεοφάνεια, καὶ μάλιστα τριαδικὴ θεοφάνεια... Τὴν ἐποχὴ τοῦ σεβάσμιου Νείλου –ὅπως καὶ νωρίτερα– το “θεολογεῖν” σήμαινε ἀκριβῶς τὸ νὰ προσπαθεῖ κανεὶς νὰ ἐννοήσῃ τὸν Θεὸ στὴν Τριαδικότητά του». Βλ. Γ. Φλορόφσκυ, *ὁ.π.*, σ. 302.

calmness. The Holy Neilos refers to this kind of prayer of mind that goes right away to God and we must ask for this charisma. The human's mind conquest by the God transforms every human creature and people come to dialogue with God, listen His voice and step by Him. Eventually man becomes a vehicle of God oration. He is *theologos*.