

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 1ον 1. Ο φόβος του Θεού είναι η αρχή της αρετής, που γεννάται από την πίστη και σπέρνεται στην καρδιά, που καταγίνεται στα της σωτηρίας της ψυχής.

2. Αρχή της εναρέτου ζωής είναι το να καταγίνεσαι στη μελέτη των Θείων Λόγων, αποφεύγοντας την τιμή του κόσμου, που είναι ατιμία.

3. Χωρίς τη θερμή της προς τον Θεόν πίστεως, δεν μπορούμε ν' απαλλαγούμε από τη δουλεία των παθών.

4. Όταν στερούμεθα της Θείας Χάριτος επί πολύ, τότε γνωσιολογικά απορρίπτουμε τη Θεία Πρόνοια (=δαιμονισμός).

5. Αρχή της αληθινής ζωής του πιστού είναι ο φόβος του Θεού και η θεία ηδονή που γεννάται απ' Αυτόν μέσα στην καρδιά μας.

6. Ο λόγος του Θεού, δηλαδή η αρετή, φυτρώνει στις καρδιές, που δεν φροντίζουν και δεν μεριμνούν για τα πράγματα του κόσμου τούτου.

7. Θέλεις να νιώσεις τη γλυκύτητα της ενώσεως με το Θεό μέσα σου; Αγάπησε το Θεό και τους ανθρώπους.

8. Καθώς το ζωγραφισμένο νερό δεν θεραπεύει τη δίψα, έτσι και ο διδάσκων, χωρίς να έχει κτήμα την αρετή, δεν τη μεταδίδει στους άλλους.

9. Όσα καλά ή κακά είναι ενωμένα με το σώμα, θα σε συνοδεύουν μέχρι τον τάφο. Όσα όμως είναι ενωμένα με την ψυχή, θ' αποτελέσουν την αιώνια προίκα σου!...

10. Κάθε καλό, που ενεργείται μέσα σου να το κρύβεις, διότι το Βάπτισμα και η πίστη έγιναν μεσίτες σ' αυτό το καλό.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 2ον

1. Το πρόσωπο του ντροπαλού ανθρώπου μιμείται την ταπείνωση του Χριστού. Τίποτε άλλο δε μας χωρίζει περισσότερο από τη Θεία Σοφία, όσο ο χλευασμός, τα γέλια, η παρρησία και τ' αστεία.

2.
Ας αγιάζουμε με προσευχές και καλές πράξεις το σώμα μας, για να έλθει να κατοικήσει σ' αυτό ο Χριστός με τη Θεία Κοινωνία!...
3.
Ποιό φίλο απόκτησες στον Ουρανό, για να σε υποδεχθεί, όταν φύγεις απ' αυτόν τον κόσμο; Σε ποιού το χωράφι δούλεψες, για να σου πληρώσει το μισθό σου; Κλάψε πολύ, για ν' αναπαυθεί σε σένα το Άγιο Πνεύμα, καθαρίζοντας το ρύπο της καρδιάς.
4.
Σε εγκατέλειψα, Κύριε, μη μ' εγκαταλείψεις, εισάγαγε με στις νομές Σου, θρέψε με με τη χλόη των Θείων σου Μυστηρίων, παρηγόρησε με, γλύκανε με με τη θεϊκή χαρά!..
5.
Ούτε οι δαίμονες, ούτε τα στοιχεία της φύσεως, ούτε οι κακοί άνθρωποι και τα θηρία, μπορούν να μας βλάψουν χωρίς τη θέληση του Θεού. Διότι, αν δεν εδέσμευεν αυτά ο Θεός, δε θα ζούσε κανείς άνθρωπος.
6.
Σ' εκείνους, που έχουν δυνατούς πειρασμούς, μέλλει ο Θεός να δώσει σοφία και τη χάρη Του!...
7.
Όποιος ποθεί τον κόσμο, δεν αγαπά το Θεό. Όποιος συναναστρέφεται τον κόσμο, δεν μπορεί να συναναστρέφεται το Θεό. Όποιος φροντίζει τα του κόσμου, δεν φροντίζει τα του Θεού!...
8.
Όποιος φροντίζει υπέρ το δέον τα σωματικά, εκπίπτει της αγάπης του Θεού.
9.
Γίνεται κοινωνός των παθημάτων του Χριστού, όποιος πάσχει για δικαιοσύνη.
10.
Γνώριζε ότι χωρίς πειρασμούς ευρίσκεσαι μακριά από το δρόμο του Θεού και ότι δεν περπατείς στα ίχνη των αγίων.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 3ον

1.
Οι άνθρωποι μισούν τη φτώχεια, ο δε Θεός την υπερήφανη ψυχή. Στους ανθρώπους είναι τίμιος ο πλούτος? εις δε τον Θεόν η ταπεινωμένη και συντετριμμένη ψυχή.
2.
Όταν ζεις ενάρετα, περίμενε πειρασμούς. Όποιος δεν πιστεύει στο Θεό, φοβείται και τη σκιά του ακόμη. Όποιος έχει τον έπαινο της συνειδήσεως, έχει την επιθυμία του θανάτου!..

3.
Οι εντολές του Θεού είναι τιμιότερες απ' όλους τους θησαυρούς του κόσμου, διότι όποιος τις φυλάττει, ευρίσκει το Θεό!..
4.
Όποιος πιστεύει στο Θεό, θα επαινεθεί και από τους εχθρούς του. Όποιος πιστεύει, ότι τα αμαρτήματα του είναι μικρά, πέφτει σε μεγαλύτερα.
5.
Όποιος επιθυμεί τα θελήματα του Θεού, έχει οδηγούς τους αγγέλους. Όποιος υπομένει με ταπείνωση τις συκοφαντίες, έφτασε στην τελειότητα και θαυμάζεται από τους αγγέλους!..
6.
Σωφροσύνη έχασες; Δε δέχεται ο Θεός από σε ελεημοσύνη, εφ' όσον επιμένεις στην πορνεία. Εφόσον νικάσαι από το φθόνο, τί πολεμάς τον ύπνο;
7.
Έχε τη γλώσσα σου γλυκεία και τα χείλη σου γλυκά και θα έχεις όλους τους ανθρώπους φίλους.
8.
Οι πειρασμοί μας χαλυβδώνουν στην αρετή. Αλλιώς οι αρετές είναι αδόκιμες και ψεύτικες.
9.
Σε ό,τι καυχόμαστε θα παραχωρεί ο Θεός να το χάσουμε, για ταπείνωση... Όποιος υποφέρει με χαρά την αδικία, αυτός έχει παρηγορία Θεού...
10.
Οι άγιοι δυνάμωναν με θείες οπτασίες και υπέμειναν κάθε πειρασμό για την αγάπη του Θεού.
11.
Αφιέρωση στο Θεό οδηγεί στην ανάπαυση των λογισμών. Η ακτημοσύνη οδηγεί στην ελευθερία από την ταραχή των λογισμών. Η ησυχία των σωματικών αισθήσεων οδηγεί στην ειρήνη του νου!..
12.
Οι πειρασμοί οδηγούν στην απόκτηση της σοφίας του Αγίου Πνεύματος. Η πίστη στο Θεό οδηγεί στην περιφρόνηση των πειρασμών.
13.
Χωρίς τη γεύση των παθημάτων του Χριστού, δεν έχει η ψυχή κοινωνία με το Θεό!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 4ον

1.
Όποιος αναπαύει τους ανθρώπους, ευχαριστεί το Θεό!...
2.
Οι αρρώστιες παραχωρούνται από το Θεό για την υγεία της ψυχής στους ράθυμους και αμελείς, που αγαπούν το Θεό!...
3.
Επιτρέπει ο Θεός τις θλίψεις, για να τον πλησιάσουμε με τις προσευχές και την ταπείνωση και να μην πάθουμε ό,τι έπαθε ο σατανάς.
4.
Τα λυπηρά μας θυμίζουν το Θεό (“εν θλίψει εμνήσθημεν Σου”) και μας πλησιάζουν προς Αυτόν, απομακρύνοντας από εμάς τα μάταια και φθαρτά και μας δωρίζουν κάθε μακαρισμό!...
5.
Η παρρησία προς το Θεό αποκτάται με τη συνεχή και έντονη προσευχή. Διότι ευφραίνεται “η καρδιά των ζητούντων τον Κύριον”...
6.
Όποιος ομολογεί και εγκαταλείπει τις αμαρτίες του, θα εύρει έλεος παρά Κυρίου (=μετάνοια)
7.
Όποιος νεκρώθηκε για τον κόσμο, υπομένει με χαρά τους πειρασμούς και τα κακά. Όποιος δε νεκρώθηκε, τaráσσεται και οργίζεται και κυριεύεται από τη λύπη.
8.
Η χάρη του Θεού πλησιάζει τον ταπεινό. Τον δε υπερήφανον κυκλώνουν οι λυπηρές περιστάσεις, για να ταπεινωθεί και να σωθεί.
9.
Ο ταπεινός δέχεται πάντοτε το έλεος του Θεού. Ταπεινώσου σ’ όλα μπροστά στους ανθρώπους. Προλάβανε όλους προσκυνώντας τους και όλοι θα σε τιμήσουν. Εξευτέλιζε τον εαυτό σου και θα ιδείς τη δόξα του Θεού. Αγώνιζου να σε καταφρονούν όλοι, για να σε δοξάσει ο Θεός!
10.
Μη ζητάς να σε τιμούν οι άνθρωποι. Όποιος ζητάει την τιμή, φεύγει απ’ αυτόν η τιμή. Όποιος αποφεύγει την τιμή, η τιμή τον ακολουθεί και γίνεται κήρυκας της ταπεινώσεως του.
11.
Όποιος είναι ενάρετος και φαίνεται ευτελής και ουτιδανός με φωτεινή ζωή και ταπεινό φρόνημα, είναι μακάριος... Όποιος πεινάει και διψάει για το Θεό, ο Θεός θα τον γεμίσει από

τ' αγαθά Του. Γίνου αμαθής και ιδιώτης και όχι σοφός στην αμάθεια σου.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 5ον

1.
Συναστρέφου τους ταπεινούς, που και η θέα και η διδασκαλία τους είναι ωφέλιμες. Μη χλευάσεις μισαρόν, ούτε ν' αηδιάσεις όσους έχουν πληγές. Τίμησε τον πλησίον σου περισσότερο από την αξίαν του, επαίνεσε τον σ' εκείνα που δεν έχει, και έτσι θεραπεύεις τα ελαττώματα του!...
2.
Προφυλάξου και μην ελέγχεις κανένα, για κανένα πράγμα. Η αγάπη δε θυμώνει, μήτε ελέγχει κανέναν με πάθος!...
3.
Όταν δεν απομακρύνεσαι από τα αίτια, δίνεις αφορμές να σε πολεμάει ο εχθρός. Η μελέτη της Αγίας Γραφής διώχνει τις πονηρές μνήμες!...
4.
Μακριά απ' τον κόσμο δεν υπάρχουν τα αίτια των πτώσεων θυμού, επιθυμίας, μνησικακίας ή δόξης. Καλύτερα πολεμώντας ν' αποθάνουμε, παρά να ζούμε νικημένοι από τα πάθη.
5.
Απόφευγε την παρρησία προς τους ανθρώπους. Μη διακόπτεις αυτόν που τους ομιλεί. Θεώρει τον εαυτό σου μικρότερο από όλους. Μην αργολογείς με τον τυχόντα. Φάγε και πίνε λίγο απ' όλα. Μη βιάζεσαι στο περπάτημα χωρίς λόγο. Με πραότητα να ομιλείς!...
6.
Μην κοιτάς στο πρόσωπο το συνομιλητή σου. Μην ελέγξεις κάποιον για σφάλμα. Μην αποφεύγεις τα ευτελή έργα. Απόφευγε τους γονείς σου, για να μη χάσεις την αγάπη του Θεού. Φίλους έχε τους φοβούμενους το Θεό. Κρύβε από κάθε άνθρωπο τα μυστικά σου και τους πολέμους σου!...
7.
Καταφρόνησου, αλλά μην καταφρονείς τους άλλους. Αδικήσου αλλά μην αδικείς. Μην αγαπάς κοσμικά πράγματα. Δίνε ελεημοσύνη σ' όλους και άπεχε από όλους. Μη πολυλογείς. Μη φιλονικείς. Μη συγκατοικείς με υπερηφάνους!...
8.
Μην εξετάζεις τα δόγματα της Εκκλησίας. Μη διαβαίνεις μπροστά από οργίλους και μάχιμους, για να μη γεμίσει η καρδιά σου θυμό και οργή.
9.
Η αμέλεια, η ακηδία και η λύπη προξενούν στενοχώρια και λύπη στην ψυχή. Η χαρά της καρδιάς αναγκάζει τη γλώσσα να σιωπά, οπότε ακολουθεί ηδονή ψυχής, τρυφή και αγαλλίαση. Αυτή η τρυφή και αγαλλίαση είναι η έλευση της Βασιλείας των Ουρανών μέσα

μας. Αυτή η τρυφή και αγαλλίαση, όταν μπαίνουν στην καρδιά, δίνουν την υγεία στην ψυχή και τη βγάζουν από το σκοτάδι της απιστίας!...

10.

Η πείνα, η ανάγνωση των λόγων του Θεού, η ολονύκτια αγρυπνία και το πλήθος των προσευχών, ιδιαίτερα τα δύο τελευταία, φανερώνουν τον πλούτο της χάριτος του Θεού κατ' αξία στον καθένα μας.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 6ον

1.

Να κάθεσαι μέσα στο κελλί σου και αυτό θα σε διδάξει τα πάντα. Ποία; Τη θέρμη της καρδιάς, που οδηγεί στ' ακατάπαυστα δάκρυα και αυτά στην ειρήνη των λογισμών και στη συνέχεια την καθαρότητα του νου και τα μυστήρια του Θεού, που μόνο στους ταπεινούς αποκαλύπτονται.

2.

Πρέπει ο Μοναχός σ' όλα του τα σχήματα και τις πράξεις να είναι τύπος και ωφέλεια στους κοσμικούς. Διότι η μοναχική πολιτεία είναι καύχημα της Εκκλησίας του Χριστού.

3.

Τα φρονήματα του αληθινού Μοναχού είναι α) Περιφρόνηση όλων των πραγμάτων του κόσμου, β) Παντοτινή διαμονή στην ησυχία, γ) Προφύλαξη οράσεως, δ) Τελεία εκκοπή της φιλονικίας, ε) Λόγοι ολίγοι, στ) Απλότητα και ακακία καρδιάς, ζ) Το να φεύγει από τους ανθρώπους και να επιμένει στις προσευχές και αναγνώσεις, η) Το να μην αγαπά τις τιμές και να υπομένει με ανδρεία τους πειρασμούς, θ) Το να κλαίει πάντοτε νύκτα και μέρα και ι) Να φυλάσσει τη σωφροσύνη. Μ' όλα αυτά πλησιάζει στο Θεό και θεωρείται νεκρός για τον κόσμο!...

4.

Τρεις τάξεις πνευματικής προκοπής υπάρχουν α) των αρχαρίων, β) των αγωνιζομένων και γ) των τελείων. Στην πρώτη κινούνται μέσα μας τα πάθη. Στη δεύτερη βρισκόμαστε μεταξύ εμπαιθούς και απαθούς καταστάσεως. Και στην τρίτη λαμβάνουμε αισθητά τη χάρη του Αγίου Πνεύματος!...

5.

Τι να πούμε για τον πιστό, που έλαβε αίσθηση της χάριτος του Αγ. Πνεύματος μέσα στην καρδιά του; Και αν δεν αξιωθεί εδώ της τελείας χάριτος, όμως επειδή συναναστρέφεται με αυτή, πρέπει να θεωρείται σωσμένος.

6.

Η νεφέλη της Χάριτος του Αγίου Πνεύματος αρχίζει να επισκιάζει τη σκηνή της καρδιάς σου, όταν ο νους σου κατέρχεται στην καρδιά σου!...

7.

Σημεία προκοπής της ψυχής είναι α) Πλούτος προσευχής, β) Το να μη υπερηφανευόμαστε

και να παραβλέπουμε τα ελαττώματα του πλησίον μας, γ) Το να επιθυμούμε να εξέλθουμε από το σώμα, δ) Το να υπομένουμε μετά χαράς όλα τα λυπηρά και ε) Το να ευχαριστούμε και δοξολογούμε το Θεό για όλα!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 7ον

1.
Ο πολυμέριμος και πολυπράγμων δεν μπορεί να γίνει πράος και ησύχιος, διότι χωρίς την αδιάλειπτο προσευχή δεν μπορείς να πλησιάσεις το Θεό!...
2.
Οι ομιλίες και θεωρίες των κοσμικών και ανευλαβών Μοναχών, προκαλούν στους ησυχαστές θόλωση του νου, ανευλάβεια στα Θεία και άγχος ψυχής.
3.
Ο υπερήφανος περπατάει στο σκοτάδι και νομίζει ότι είναι ανώτερος από όλους τους άλλους ανθρώπους, ενώ είναι ο χειρότερος τους, διότι δε θέλησε να περιπατήσει την οδό του Θεού, που είναι η ταπείνωση!..
4.
Η παντοτινή μελέτη των Θείων Γραφών γεμίζει τη ψυχή από θαυμασμό και Θεία ευφροσύνη!..
5.
Υπάρχουν δάκρυα αναμεμιγμένα με μέλι, που συμβαίνουν κατά καιρούς στους ησυχαστές (μελέτη-προσευχή) και υπάρχουν τα αδιάλειπτα δάκρυα που οδηγούν στην ειρήνη των λογισμών και στα μυστήρια του Θεού!...
6.
Όποιος καταφρονήσει την ανθρώπινη δόξα, αξιώνεται της δόξης του Θεού!
7.
Όποιος υποτάξει τον εαυτό του στο Θεό, υποτάσσονται σ' αυτόν τα πάντα, διότι γεννάται από το Θεό στην καρδιά του η ειρήνη. Εάν δεν ταπεινωθούμε, θα μας ταπεινώσει ο Θεός. Η αληθινή ταπείνωση είναι γέννημα της γνώσεως και των πειρασμών.
8.
Η πίστη και η χρήση του Μυστηρίου της Θείας Κοινωνίας μας χαρίζουν τα μεγαλύτερα χαρίσματα, ανακαινίζοντας μας!..
9.
Τα μικρά παιδιά έχουν καθαρό σώμα και απαθή ψυχή. Δεν έχουν όμως καθαρότητα νου, που είναι η τελειότητα, διότι με πνευματική δύναμη εντρυφά στις Θείες αποκαλύψεις του Ουρανού κόσμου!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 8ον

1.
Η γνώση η οποία προηγείται από την πίστη είναι γνώση φυσική. Η γνώση όμως η οποία ακολουθεί την πίστη είναι γνώση πνευματική!..
2.
Η φυσική γνώση (διάκριση καλού και κακού) μας οδηγεί στην πίστη στο Θεό. Η πίστη, στο φόβο του Θεού. Ο φόβος του Θεού, στη μετάνοια και τα καλά έργα. Από τα καλά έργα δίνεται η πνευματική γνώση και η αίσθηση των μυστηρίων που γεννάει τη θεωρία του Θεού!..
3.
Θεωρία ή θέα Θεού είναι η απόλαυση του Θεού!..
4.
Θέλεις να βρεις την αιώνια ζωή; Κράτησε τα δύο τούτα α) την πίστη και β) την ταπείνωση!..
5.
Όταν στέκεσαι στην προσευχή να θεωρείς τον εαυτό σου μυρμήγκι, σαύρα, βδέλλα και νήπιο.
6.
Ρίξε όλη σου τη φροντίδα στο Θεό και προσεύχου με θερμή, μέχρις ότου νιώσεις χαρά μέσα σου!..
7.
Όποιος έχει γνώση κοσμική (=επιστήμων) δεν μπορεί να λάβει τελείως και να νιώσει την πνευματική γνώση, αν δεν απαρνηθεί τελείως την κοσμική γνώση!..
8.
Για να νιώσεις μέσα σου την τρυφή και αγαλλίαση του μέλλοντος αιώνος, πρέπει να στραφείς και να γίνεις σαν παιδί, όπως είπε ο Κύριος
9.
Εάν φορτώσεις όλες τις μέριμνες σου στο Θεό, που φυσικά φροντίζει και για σένα, τότε θα δεις τα θαυμάσια του Θεού!..
10.
Με την πίστη, την αποφυγή των ανθρώπων και την αποστροφή της κοσμικής γνώσεως φθάνουμε στην καθαρότητα της καρδιάς, οπότε γευόμαστε τη Χάρη και χαρά του Αγίου Πνεύματος (πνευματική γνώση)
11.
Η Θεία Χάρη έρχεται σ' αυτόν που απορρίπτει κάθε κοσμική βοήθεια και ανθρώπινη ελπίδα και αφιερώνεται στο Θεό!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 9ον

1.
Κάθε αρετή, που γίνεται με ανάπαυση, είναι κατηγορημένη, διότι ο Άγιος Μάρκος ο μοναχός λέγει: “πάσα αρετή ονομάζεται σταυρός, όταν εκτελείται κατά την εντολήν του Αγίου Πνεύματος”.
2.
Όταν αρχίσει να υψηλοφρονεί ο άνθρωπος, παραχωρεί ο Θεός να έλθουν ισχυρότεροι πειρασμοί και να τον νικήσουν, για να ταπεινωθεί και να ζητήσει και πάλι τη Θεία βοήθεια!..
3.
Νέκρωση είναι ούτε τα λυπηρά αυτής της ζωής να σε θλίβουν, ούτε τα χαροποιά να σε χαροποιούν!...
4.
Τι λέγεις άνθρωπε; Στον Ουρανό θέλεις ν' ανεβείς και να κληρονομήσεις τη βασιλεία του Θεού και την ανάπαυση της εκεί μακαριότητας και την ένωση με τους Αγγέλους και τη ζωή την αθάνατη και ρωτάς αν έχει δυσκολίες ο δρόμος!..
5.
Όταν η καρδιά μας επιθυμήσει με ζήλο τα πνευματικά, τότε το σώμα μας δεν λυπάται στις θλίψεις, διότι προσδοκά κάτι πολύ ανώτερο: Τη Βασιλεία των Ουρανών!..
6.
Η ταπεινοφροσύνη είναι η στολή της Θεότητας!.. Αυτή τη στολή ενδύεται ο Θεός και με τα ταπεινά στοιχεία του Άρτου και του Οίνου κατέρχεται και εισέρχεται μέσα μας και μας αγιάζει!..
7.
Τον ταπεινό κανείς δεν τον μισεί, ούτε τον επιπλήττει, ούτε τον καταφρονεί. Τον αγαπά ο Χριστός και αγαπάται απ' όλους. Αγαπά όλους και όλοι τον επιθυμούν. Ο σοφός και ο δάσκαλος σιωπούν μπροστά στον ταπεινό και τον προσέχουν όλοι. Είναι βραχύλογος. Οι λόγοι του είναι γλυκείς “υπέρ μέλι και κηρίον” και από όλους ως Θεός θεωρείται ακομη και αν είναι αμαθής και στη μορφή ευκαταφρόνητος. Όποιος καταφρονεί τον ταπεινό βλασφημεί τον ίδιο το Θεό. Τα θηρία ημερεύουν μπροστά του, διότι οσφραίνονται σ' αυτόν την ευωδία του Αδάμ!..
8.
Ο ταπεινός θεωρεί τον εαυτό του αμαρτωλό και ευτελή και ευκαταφρόνητο. Ψηλαφεί τα φίδια σαν τις ακρίδες!.. Πλησιάζει τους ανθρώπους, που τον προσέχουν, σαν τον Κύριο!.. Αλλά και των δαιμόνων η κακία μαραίνεται μπροστά στους ταπεινούς!.. Αυτό είναι το μεγαλείο της ταπεινοφροσύνης και η δύναμη της, που δέχονται οι άγιοι!..
- 9.

Είναι δυνατό να γίνει ταπεινός ο άνθρωπος; Ναι, με τη δύναμη των Αχράντων Μυστηρίων, που τελειοποιούν, όπως οι μακάριοι Απόστολοι “εν γλώσσαις πυρίναις” την Πεντηκοστή και με την τελειότητα όλων των αρετών!..

10.

Μακάριος όποιος εγνώρισε τις αδυναμίες του, που είναι το θεμέλιο κάθε αρετής!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 10ον

1.

Κανείς δεν μπορεί να γνωρίσει την αδυναμία του, αν δεν πέσει σε ψυχικούς και σωματικούς πειρασμούς. Τότε προσεύχεται και συντρίβεται και ταπεινώνεται.

2.

Ψυχικοί πειρασμοί είναι α) απιστίας β) βλασφημίας γ) υπερηφάνιας δ) φανερού πολέμου του διαβόλου και ε) θυμού και οργής. Σωματικοί είναι α) οι σωματικές ασθένειες και β) οι για την αγάπη του Θεού κακοπάθειες!..

3.

Ο Θεός αγαπά τόσο πολύ τους ταπεινούς, όπως τα Σεραφείμ!..

4.

Όταν ταπεινωθεί η καρδιά, την περικυκλώνει το έλεος του Θεού και πληρούται χαράς και ευφροσύνης. Τότε δεν προσεύχεται με βία, αλλά με χαρά!..

5.

Όσο με πόθο πλησιάζουμε το Θεό (=Θεία Κοινωνία) τόσο κι ο Θεός πλησιάζει σ' εμάς με τα χαρίσματα Του, και δεν αφαιρεί ποτέ από μας τη χάρη Του, όταν είμαστε ταπεινοί!..

6.

Όποιος δεν γνωρίζει τις αδυναμίες του, στερείται ταπεινώσεως. Ο στερημένος ταπεινώσεως, στερείται την τελειότητα. Ο στερημένος της τελειότητος, είναι πάντοτε περίφοβος, διότι δεν στηρίζεται στο Θεό. Για το καλό μας λοιπόν επιτρέπει ο Θεός τους πειρασμούς!..

7.

Ο αμέριμνος και αφιερωμένος στο Θεό άνθρωπος, ελπίζει καλώς και σοφώς στο Θεό!..

8.

Όποιος περνάει τη ζωή του εν αμαρτίαις, δεν έχει δικαίωμα να ελπίζει στη βοήθεια του Θεού, όταν έλθει σε κάποια ανάγκη, πριν αν μετανοήσει ειλικρινά!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 11ον

1.

Μη θέλεις να κρατείς ανέμους στην παλάμη σου, δηλαδή πίστη χωρίς έργα.

2.
Μη πλανάσαι: Ο κόπος για το Θεό και ο ιδρώτας της εργασίας των εντολών, προηγούνται από την ελπίδα προς το Θεό. Εάν πιστεύεις, καλά κάνεις, αλλ' η πίστη θέλει έργα και η ελπίδα εις το Θεό φαίνεται από την κακοπάθεια στις αρετές.
3.
Μαζί σου είμαι στις θλίψεις και στενοχώριες, για να βοηθήσω το δίκαιο και να δοξάσω αυτόν, χαρίζοντας του μακροζωία και δείχνοντας του τη σωτηρία της ψυχής.
4.
Η ψυχή που αγαπά το Θεό, αναπαύεται μόνο στα του Θεού. Για να συνδεθείς με το Θεό, πρέπει ν' απαλλαγείς από κάθε εξωτερικό δεσμό της ύλης του κόσμου.
5.
Μην επαινέσεις ποτέ εκείνον, που θέλει ν' ακούσει πολλά, να λέγει πολλά και να περιφέρει παντού τα μάτια του, και όταν ακόμη σωματικά κακοπαθεί!..
6.
Την κακοπάθεια για το Θεό ακολουθεί η χαρά. Υπόμενε την περιφρόνηση ευχαρίστως, για να έχεις παρηρησία στο Θεό. Όποιος φεύγει εν γνώσει τη μάταια δόξα του κόσμου, νιώθει μέσα του τη δόξα του μέλλοντος αιώνος!
7.
Το να συγχωρείς τα σφάλματα εκείνων που σου πταίουν, είναι μέγιστη αρετή. Επίσης το να υπομένεις την αδικία και να ελεείς όσους σε αδίτησαν!..
8.
Τίμησε την αγρυπνία με πνευματική εργασία και θα βρεις παρηγοριά στην ψυχή σου. Επίμενε με ησυχία στην ανάγνωση των Θείων Γραφών και θα θαυμάσεις το Θεό. Φυλάξου από μικρά σφάλματα, για να μην πέσεις σε μεγάλα. Ποιός επιζητώντας την ανθρώπινη δόξα, έχει ταπεινούς λογισμούς; Όποιος επιζητεί την ανθρώπινη δόξα δεν είναι ταπεινός.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 12ον

1.
Ο ακόλαστος δεν έχει ταπεινό νου και καθαρή καρδιά και τρώγει την τροφή των θηρίων και όχι των αγγέλων!... Ο ταπεινός είναι εγκρατής και συνεσταλμένος? ο δε κενόδοξος είναι υπηρέτης της πορνείας.
2.
Αγάπησε τη φτώχεια. Φρόντισε για τη ψυχή σου, απομακρυνόμενος απ' τους ανθρώπους. Αγάπησε τα ταπεινά ενδύματα, διότι είναι υπερήφανος όποιος στολίζεται με λαμπρά ενδύματα.
- 3.

Καλό είναι το να θεολογείς για το Θεό, αλλά καλύτερο είναι το να καθαρίσεις τον εαυτό σου για το Θεό.

4.
Πολλοί, ενώ ήσαν ψυχικά άρρωστοι, εισήλθαν στη θάλασσα του κόσμου για να θεραπεύσουν τις ψυχές των άλλων και έχασαν και τις δικές τους ψυχές, γιατί έγιναν εμπαθείς και νεκροί ψυχικώς.

5.
Όπου κι αν πας έχει τον εαυτό σου ξένο και θ' αποφύγεις τη ζημιά της παρρησίας. Σε κάθε περίπτωση προσποιήσου ότι δεν γνωρίζεις τίποτε!...

6.
Λάλησε σαν μαθητευόμενος και όχι σαν διδάσκαλος. Σε κάθε πράγμα νόμιζε ότι έχεις ανάγκη διδαχής και θα βρεθείς σοφός σ' όλη σου τη ζωή!...

7.
Μη διαβάζεις ποτέ βιβλία αιρετικών. Να διαβάζεις πάντοτε τα βιβλία των διδασκάλων της Εκκλησίας μας.

8.
Ευλόγα πάντοτε και μην καταράσαι, διότι η ευλογία γεννά ευλογία, και η κατηγορία κατηγορία...

9.
Μην παραδώσεις σ' άλλον εκείνο που δεν έμαθες στην πράξη.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 13ον

1.
Όταν η Θεία Χάρη ανοίξει τα μάτια της ψυχής σου, τότε τρέχουν σαν βρύση τα δάκρυα, που είναι το πιο φανερό σημείο της Θείας επισκέψεως!..

2.
Διάβαζε σε τόπο ήσυχο τα Ιερά Ευαγγέλια, για να γνωρίσεις τα θαυμάσια του Θεού και να νιώσει η ψυχή σου Ουράνιες χαρές και γλυκύτητες!..

3.
Στο σπίτι σου να δέχεσαι μόνον τους ομοίους σου κατά τους τρόπους, τη γνώμη, το φρόνημα και την αρετή.

4.
Ένωσε με την προσευχή σου και την ελεημοσύνη και θα φωτισθείς με Θείο φως!..

5.
Διάβαζε τις Θείες Γραφές και βίους αγίων και θα νιώσεις τη γλυκύτητα του Θεού και όταν

σταθείς εις προσευχή.

6.
Καθώς η πόρνη δεν επιτρέπεται να ομιλεί περί ηθικής, έτσι και οι σαρκικοί άνθρωποι δεν πρέπει να συζητούν για πνευματικά πράγματα, εφόσον δεν εγεύθησαν στην ψυχή τους τη γλυκύτητα των πνευματικών έργων.

7.
Ο Κύριος συνέτρωγε με τελώνες και αμαρτωλούς για να τους ελκύσει στο φόβο του Θεού. Όταν κάνεις κάτι καλό, μη περιμένεις ανταπόδοση και θ' ανταμειφθείς από το Θεό!..

8.
Η έλλειψη τροφών οδηγεί τον άνθρωπο στην εγκράτεια και η αφθονία στην ακράτεια. Όποιος νικάει στον πόλεμο των αισθήσεων, μοιάζει μ' εκείνον που κλείνει τις θύρες της πόλεως και πολεμάει μόνο τους εσωτερικούς εχθρούς.

9.
Το εργόχειρο ορίστηκε από τους πατέρες για τους ασθενείς στο λογισμό, διότι στους τέλειους προξενεί ταραχή.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 14ον

1.
Το να ησυχάζει κανείς πίσω από τη θύρα του κελλιού του, είναι Θείο χάρισμα!..

2.
Και χωρίς να φθάσει κανείς στην τελειότητα, έχει ελπίδα σωτηρίας και αξιώνεται Θείας Χάριτος, εάν αποφεύγει τα άτοπα έργα της αμαρτίας και πιάσει τα καλά έργα της αρετής. Όποιος όμως επλησιάσε το τέλειο, συνέλαβε στην ψυχή του το μυστήριο της αιωνίου μακαριότητας!...

3.
Εάν δεν αποθάνει ο έξω άνθρωπος απ' όλα τα πράγματα του κόσμου και από την αμαρτία και από τις κακές ενθυμήσεις και τους πονηρούς λογισμούς, δεν θα κινηθεί στον άνθρωπο η γλυκύτητα του Αγίου Πνεύματος!...

4.
Μακάριος όποιος ησυχάζει και ασχολείται μόνο με την προσευχή και δεν ασχολείται με τίποτε άλλο!...

5.
Όποιος απομακρύνθηκε τροπικά από τον κόσμο, βρήκε μέσα στην ψυχή του το μυστήριο της αιωνίου μακαριότητας και αξιώθηκε Θείας Χάριτος!...

6.
Τα αισθητά σημεία της αγάπης του Θεού είναι: α) Το πρόσωπο γίνεται κόκκινο σαν φως και

χαροποιό, β) Το σώμα θερμαίνεται, γ) Νομίζει το φοβερό θάνατο σαν χαρά, δ) Ενθυμείται συνεχώς τα Ουράνια και ομιλεί γι' αυτά, ε) Ο νους είναι μετέωρος, σα να συνομιλεί με κάποιον άλλον σε έκσταση!...

7.
Εάν δεν φθάσουμε στην αρετή της Αγίας Ταπεινώσεως, ούτε ανάπαυση θα έχουμε, ούτε απαλλαγή από τις επιβουλές των εχθρών μας!...
8.
Σε όσους ασθενούν κατά τη θέληση και δεν μπορούν να πετύχουν την αιώνια ζωή, καθοδηγεί τις ψυχές τους ο Θεός με ακούσιες θλίψεις στην αρετή!..
9.
Γνώριζε ότι όποιου πράγματος ο πόθος υπερτερεί μέσα σου, εκείνο το πράγμα και ζει μέσα σου!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 15ον

1.
Η φιλανθρωπία του Θεού είναι ανάλογη με τη σκληρότητα των θλίψεων, που επιτρέπει η αγαθότης Του. Όταν δέ μένεις απαθής στις θλίψεις, ζει μέσα ο κόσμος περισσότερο από τον πόθο του Χριστού. Ζει μέσα σου η αγάπη του σώματος και όχι η αγάπη του Χριστού!...
2.
Όταν το σώμα πνίγεται από πειρασμούς και θλίψεις, τότε νικά η αγάπη του Χριστού τη λύπη της διανοίας!...
3.
Η οδός που φέρνει τον άνθρωπο στο φως και στην εν Χριστώ ζωή είναι: α) Η ησυχία, β) Το να τρώγει με εγκράτεια, γ) Το να καταγίνεται συνεχώς στη φροντίδα και μελέτη του Θεού, δηλαδή Θεία Κοινωνία, ευχή και μελέτη των Θείων Γραφών. Απ' αυτά προέρχεται α) η ελευθερία του αληθινού Χριστιανού, β) η χαρά της ψυχής και γ) η ανάπαυση μετά του Χριστού στη Βασιλεία των Ουρανών!..
4.
Όποιος γαστριμαργεί πάντοτε άσεμνα αισθάνεται: α) Ζάλη στην κεφαλή, β) Βάρος σώματος και ατονία, γ) Οκνηρία και σκότιση λογισμών και δ) Ακηδία για κάθε πνευματική εργασία!...
5.
Δεν αναγιγνώσκουμε τις Θείες Γραφές επειδή δεν γευθήκαμε τη γλυκύτητα των λόγων του Θεού, λόγω υψηλού πνευματικού πυρετού!...
6.
Όποιος διαμένει στην έρημο δεν έχει πρόχειρον πειρασμό, διότι ούτε γυναίκες βλέπει, ούτε απρεπείς ομιλίες ακούει, ούτε κάτι άλλο, που να βλάπτει τη θεοφιλή διαγωγή του!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 16ον

1.
Ο διάβολος αφού μας πείσει να καταργήσουμε α) την αδιάλειπτη καρδιακή προσευχή και β) τον κανόνα, που μας έχει βάλει ο πνευματικός μας, μας ρίχνει από το κακό στο χειρότερο!...
2.
Η γενναιότητα της καρδιάς αποκτάται από την πολλή πίστη στο Θεό και η πίστη από την ταπεινή καρδιά!...
3.
Ο δειλός άνθρωπος νοσεί: α) Από τη φιλοσωματία και β) Από την ολιγοπιστία. Όποιος νικάει αυτά τα δύο, αληθινά πιστεύει στο Θεό!...
4.
Η παρηρησία προς το Θεό αποκτάται από την καλή συνείδηση και τα έργα της αρετής.
5.
Το να σιωπάς πάντοτε γίνεται ή για τη δόξα των ανθρώπων ή από το ζήλο της αρετής ή από το ότι έχεις κάποια Θεία εργασία στην καρδιά σου!...
6.
Ο Θεός και οι άγγελοι χαίρουν στις θλίψεις και στενοχώριες μας, ο δε διάβολος στις αναπαύσεις μας. Καταφρονούμε το Θεό, όταν καταφρονούμε τις θλίψεις και στενοχώριες, διότι αυτές είναι οι αιτίες της αρετής!...
7.
Οι θλίψεις και στενοχώριες θανατώνουν τα πάθη. Η ανάπαυση τα τρέφει!....
8.
Τρέφεται με μέλι ο Χριστιανός, που ασχολείται μέρα και νύχτα με τη μελέτη των Θείων Γραφών και με προσευχές!..
9.
Όποιος επιμένει στις προσευχές αγρυπνώντας, εργάζεται έργο αγγέλων και αξιώνεται παρά Θεού μεγάλων χαρισμάτων!...
10.
Θα ήσουν πάντοτε στις αγκάλες του γλυκύτατου Ιησού μας, αν έκαμνες η εργασία της μέρας να είναι σύμφωνη με την εργασία της νύχτας. Μη σκορπίζεις τη μέρα ό,τι με πολύ κόπο συνάζεις με τις προσευχές τη νύχτα!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 17ον

- 1.

Όταν ησυχάζοντας και αγρυπνώντας μελετώ τις Θείες Γραφές, τότε τα μάτια μου γίνονται δύο βρύσες δακρύων!...

2.
Η τελεία μετάνοια βρίσκεται στην απόκτηση της ταπεινώσεως, οπότε δεν έχουμε ούτε πορνικούς λογισμούς!...

3.
Δεν υπάρχει ασυγχώρητη αμαρτία, παρεκτός της αμετανοήτου. Και κανένα δώρημα του Θεού δεν μένει χωρίς προσθήκη, παρεκτός του στερουμένου ευχαριστίας προς τον Θεό!...

4.
Για να υπομένεις τις μικρές σου θλίψεις, να συλλογίζεσαι τις μεγάλες θλίψεις, που υποφέρουν οι άλλοι.

5.
Ειρήνευε με τον εαυτό σου και θα σου είναι ειρηνικός ο Ουρανός και η Γη. Σπούδαζε να μπεις μέσα στο Ταμείον της καρδιάς σου και θα δεις το Ουράνιο Ταμείον!...

6.
Η πνευματική τρυφή δεν είναι όμοια με την τρυφή και γλυκύτητα των γλυκών πραγμάτων του κόσμου τούτου. Διότι η αίσθηση της βασιλείας των Ουρανών μέσα μας προέρχεται από την ενέργεια του Αγίου Πνεύματος και όχι από την ύλη αισθητών πραγμάτων!...

7.
Φιλάρετος είναι εκείνος που μετά χαράς δέχεται τα κακά που ακολουθούν την αρετή!...

8.
Να καταγίνεσαι πάντοτε στη μελέτη των Θείων Γραφών, για να μην έχεις ακόλαστους λογισμούς. Σκέπασε αυτόν που έσφαλλε, οπότε σ' εκείνοον μεν δίνεις θάρρος, εσέ δε βαστάζει το έλεος του Θεού.

9.
Σκοτίζεται ο νους, όταν δεν έχει πνευματική εργασία και προσευχή, διότι στερείται τη Θεία βοήθεια και δαιμονίζεται!...

10.
Τα χαρίσματα του Θεού έρχονται μόνα τους, εάν ο τόπος της καρδιάς είναι καθαρός!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 18ον

1.
Κόσμος είναι τα πάθη: α) Πόθος πλούτου, β) Τρυφή σώματος και σεξ, γ) Πόθος τιμής και φθόνος, δ) Φιλαρχία, ε) Στολισμός και κενοδοξία, στ) Ανθρώπινη δόξα και μνησικακία. Όταν απαλλαγείς απ' αυτά, τότε εξήλθες από τον κόσμο των παθών και είσαι πράγματι ελεύθερος, αναπνέοντας τον αέρα του Αγίου Πνεύματος, κι έγινες Πνευματικός!...

2.
Η ηδονή της προσευχής είναι ίδιον των αρχαρίων? η δε θεωρία, των τελείων. Θεωρία δεν είναι η θέα σχημάτων, αλλ' η έκσταση που ακολουθεί την προσευχή ως σώμα άψυχο!...
3.
Όλοι οι τρόποι της προσευχής τείνουν προς την καθαρά προσευχή. Μετά απ' αυτή άλλη προσευχή δεν υπάρχει. Ένας στους χίλιους φθάνει στην καθαρά προσευχή.
4.
Όλες οι εντολές του Θεού τείνουν στη δημιουργία καθαρής καρδιάς.
5.
Οι Άγιοι στο μέλλοντα αιώνα δεν προσεύχονται, αλλά, αφού καταποθούν από το Άγιο Πνεύμα, συνευφραίνονται και συνευωχούνται στη δόξα εκείνη!...
6.
Τι είναι αρπαγή του νού; Προσευχή νου που αιχμαλωτίσθηκε και δεν αισθάνεται τον εαυτό του!...
7.
Όταν ο ιερέυς προετοιμασθεί και σταθεί σε προσευχή, εξευμενίζοντας το Θεό και συνάγοντας το νου του και δεόμενος, τότε καταβαίνει το Άγιο Πνεύμα επί του Άρτου και Οίνου, που ευρίσκονται στο θυσιαστήριο και αγιάζει αυτά!...
8.
Όλες οι οπτασίες, που φανερώθησαν στους Αγίους, σε καιρό προσευχής συνέβησαν!..
9.
Μακάριος είναι εκείνος που έφθασε στην άγνοια την αχώριστη της προσευχής, δηλαδή σ' έκσταση, την οποία είθε να αξιωθούμε με τη Χάρη του Κυρίου ημών Ιησού Χριστού.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 19ον

1.
Η παντοτινή μελέτη των Θείων Γραφών είναι το φως της ψυχής και μας προφυλάσσει από τα πάθη!...
2.
Οι Άγιοι Άγγελοι παίρνουν μορφές Αγίων και τις δείχνουν κατά τη διάρκεια του ύπνου, στις ψυχές για να τις χαροποιούν, όταν όλη τη μέρα περνάμε με ψυχωφελείς σκέψεις!...
3.
Όποιος τη μέρα μελετά και σκέπτεται κακά και αισχρά έχει επισκέπτες, κατά τη διάρκεια του ύπνου, τους κακοποιούς δαίμονες, που θλίβουν και ταλαιπωρούν την ψυχή!...

4.
Η ακηδία και το άγχος της ψυχής γεννάται από το μετεωρισμό της διανοίας, τις μάταιες συνομιλίες, τον κόρο της κοιλίας, την αποχή από τη Θεία Κοινωνία και τις προσευχές!...
5.
Εργασία του Μοναχού δεν είναι να κάνει το κελλί του ξενοδοχείο και να χορτάσει πεινώντας, διότι η ευχή είναι ανώτερη της ελεημοσύνης, που είναι έργο των κοσμικών.
6.
Όταν διασκορπίζεται ο νους σου κατά την ώρα της προσευχής, διάβαζε τα Άγια Ευαγγέλια και μη προσεύχεσαι. Η ανάγνωση είναι η πηγή της καθαρής προσευχής!...
7.
Όταν γλυκαθείς πολύ με την ευχή, κάνε μ' αυτή τις ακολουθίες σου. Όταν δε φθάσεις τα δάκρυα, παράτησε και την ευχή!...
8.
Την υπερηφάνεια ακολουθεί η πορνεία και την έπαρση η πλάνη των λογισμών!...
9.
Περισσότερο απ' όλα αγάπησε τη σιωπή. Από τη σιωπή γεννάται η ηδονή στην καρδιά και το πλήθος των δακρύων. Η σιωπή μονη υπερβαίνει όλες τις άλλες εργασίες της μοναχικής πολιτείας!...
10.
Αρκεί ο πόθος του Θεού (=Θ. Κοινωνία) στον πιστό, να γίνει σ' αυτόν παρηγοριά στις θλίψεις και στενοχώριες, που τον ζώνουν σ' αυτή την παλιοζωή!...
11.
Όποιος αγαπά την ευχή, αγαπά και τη μοναξιά, διότι εκεί βρίσκει το Χριστό να συνομιλήσει. Όποιος όμως είναι φίλος του κόσμου, θέλει να βρίσκεται μέσα σε πολλούς ανθρώπους.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 20ον

1.
Όποιος συναισθάνεται την αμαρτωλότητά του, είναι ανώτερος εκείνου που ανασταίνει με την προσευχή του νεκρούς!... Όποιος στενάζει μιά ώρα για την ψυχή του είναι ανώτερος εκείνου που ωφελεί όλο τον κόσμο με τη διδασκαλία του!... Όποιος ακολουθεί πίσω από το Χριστό πενθώντας είναι ανώτερος αυτού που επαινείται στην εκκλησία από το λαό!...
2.
Άς ενθυμούμεθα το θάνατο και άς καταφρονήσουμε τη ματαιότητα του κόσμου και τις ηδονές, για ν' αξιωθούμε της μελλούσης τρυφής του παραδείσου!...
3.
Πρώτα πρέπει με την αμεριμνία ν' απαλλαγούμε από την ταραχή των βιοτικών μεριμνών.

Και μετά να επιθυμήσουμε τη μετά του Θεού συνομιλία με την ευχή, που οδηγεί στην αγάπη του Θεού και μακαριότητα!...

4.
Δεν κατοικεί το Πνεύμα του Θεού σ' εκείνους που ζουν με ανάπαυση, αλλά το πνεύμα του διαβόλου. Οι γνήσιοι δούλοι του Θεού ζουν με θλίψεις και στενοχώριες, ο δε κόσμος με τρυφή και αναπαύσεις. Αυτοί μεν κλαίουν, ο δε κόσμος γελά. Αυτοί στενάζουν? ο κόσμος χαίρει. Αυτοί νηστεύουν? ο κόσμος τρυφά!...

5.
Η αρετή, δηλαδή η φύλαξη των εντολών του Χριστού, ακολουθείται από λύπη, που οφείλεται στις θλίψεις και πειρασμούς από φθόνο των δαιμόνων. Με την υπομονή φθάνουμε στην ταπείνωση και εν συνεχεία απολαμβάνουμε τη χάρη του Θεού!...

6.
Η αμοιβή δε δίνεται στον άνθρωπο για την αρετή του, αλλά για την ταπείνωση του. Χωρίς την ταπείνωση όλα είναι μάταια!...

7.
Ο Χριστός δε ζητεί την εργασία των εντολών, αλλά τη διόρθωση της ψυχής!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 21ον

1.
Η απομάκρυνση από τα καλά έργα και την προσευχή, μας οδηγεί στην υπερηφάνεια, οπότε φεύγει ο φύλακας άγγελος μας και μας κυριεύει ο σατανάς!...

2.
Εάν λάβεις χάρισμα, ζήτησε από το Θεό: α) ταπείνωση, β) φύλακα άγγελο και γ) να σου πάρει το χάρισμα, προκειμένου να πέσεις στην υπερηφάνεια!... Τα φυσικά μας ελαττώματα γίνονται φύλακες της αρετής, που μας δίνει ο Θεός!...

3.
Η υπερηφάνεια έχει ανάγκη της συντριβής, για ν' ακολουθήσει η ταπείνωση και να έλθουν τα χαρίσματα του Θεού, που μόνο στους ταπεινούς δίνονται!...

4.
Πρό της συντριβής υπάρχει η υπερηφάνεια και προ του χαρίσματος η ταπείνωση!...

5.
Υπερηφάνεια δεν είναι ο περαστικός λογισμός υπερηφάνειας, αλλ' εκείνη η οποία διαμένει στον άνθρωπο πάντοτε και δεν γνωρίζει κατάνυξη...

6.
Όποιος έφθασε στην αγάπη του Θεού, δεν επιθυμεί να μένει στην παρούσα ζωή, αλλά επιθυμεί το θάνατο!...

7.
Πολυχρόνια υπομονή οδηγεί στην ταπείνωση. Η ταπείνωση οδηγεί στην υγεία της ψυχής. Η υγεία της ψυχής στη γνώση του Θεού. Η γνώση του Θεού στην αγάπη του Θεού. Και τέλος η αγάπη του Θεού στη Χαρά του Θεού, που είναι γλυκύτερη από τη μελοκηθήρα!...
8.
Αθάνατος ζωή είναι μία αίσθηση μέσα μας του Θεού, που οδηγεί στην αγάπη του Θεού, διότι καμιά γλυκύτητα της καρδιάς δεν μπορεί να συγκριθεί με τη γλυκύτητα της επιγνώσεως του Θεού!...
9.
Έλαβε τη σοφία του Αγίου Πνεύματος, δηλαδή την ταπεινοφροσύνη, εκείνος που αηδιάζει ν' αρέση στον κόσμο και μισεί τη δόξα του κόσμου!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 22ον

1.
Όποιος αξιώθηκε και γεύθηκε τη Θεία Χάρη, δεν αφήνει τα πάθη να εισέρχονται στην καρδιά του, επειδή εκεί υπερίσχυσε άλλη επιθυμία, ανώτερη απ' αυτά, η τρυφή του Θεού!...
2.
Όποιος ανακατεύεται με κοσμικά πράγματα και παραλύει από τις πολλές συνομιλίες, δεν μπορεί να διατηρήσει την ψυχική του υγεία!...
3.
Κύριε Ιησού Χριστέ, αξίωσε με να μένω νεκρός από τη συναναστροφή του αιώνας τούτου. Νέκρωση δε του κόσμου είναι το να μην επιθυμήσει κανείς κατά διάνοιαν, κανένα από τα αγαθά του!...
4.
Όταν ο άνθρωπος πατήσει τη βαθμίδα της μετανοίας, αρχίζει να γεύεται, δια της Θείας χάριτος, τη γλυκύτητα της γνώσεως του Αγίου Πνεύματος!...
5.
Η με γλυκύτητα πύρωση της αγάπης του Θεού, καίει τα πάθη της ψυχής και του σώματος. Και όσο αγωνίζεται κανείς με την ανάγνωση και την προσευχή, τόσο δεν γνωρίζει ότι βρίσκεται μέσα στον κόσμο, δεχόμενος Θεία χαρίσματα και αποκαλύψεις!...
6.
Ο Αδάμ, η Εύα και ο όφις αμάρτησαν. Διαφορετική όμως κατάρα κληρονόμησε καθένας. Γι' αυτό ο καθένας μας, κατά την προαίρεση του και τον πόθο προς την αμαρτία, λαμβάνει και τη σφοδρότητα της κολάσεως!...
7.
Ο αγωνιζόμενος, οσάκις πέσει στην αμαρτία, σηκώνεται και συνεχίζει τον αγώνα του.

Απεναντίας ο δούλος της αμαρτίας μηχανεύεται τρόπους προς απόλαυση της και δεν παύει από του ν' αμαρτάνει.

8.
Η αργία των προσευχών, της μελέτης των Θείων Γραφών και η αποχή από της Θείας Κοινωνίας, φέρνουν μέσα μας τους δαίμονες και μας εξουσιάζουν!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 23ον

1.
Όταν είμαστε δούλοι των παθών, η ψυχή μας είναι νεκρή!...

2.
Το σιωπηλό στόμα ερμηνεύει τα μυστήρια του Θεού. Ο πολύλογος και αργόλογος απομακρύνεται από το Θεό!...

3.
Όποιος εμποδίζει το στόμα του από την καταλαλιά και κατάκριση, φυλάει την καρδιά του απαθή και βλέπει Κύριον τον Θεόν, διώκοντας μακριά τους δαίμονες της κακίας!...

4.
Ευφραίνεται η καρδιά εκείνου, που επιμελείται την ψυχή του!...

5.
Όπως το ψάρι βγαίνοντας από τη θάλασσα πεθαίνει, έτσι και ο νους βγαίνοντας από την ενθύμηση του Θεού!...

6.
Η προσευχή θανατώνει τα πάθη!...

7.
Εάν είσαι καθαρός από τα πάθη θυμού και κακής επιθυμίας, ο ουρανός θα έλθει μέσα σου και θα δεις το Δεσπότη Χριστό και τους αγγέλους Του!...

8.
Ο θυμώδης, ο οργίλος, ο φιλόδοξος, ο πλεονέκτης, ο γαστρίμαργος, ο συναναστρεφόμενος με κοσμικούς, ο επίμονος στη γνώση του, ο οξύχολος και ο γεμάτος πάθη, στο σκότος περπατούν!...

9.
Κοσμικός που κακοπαθεί σε φροντίδες, είναι καλύτερος από μοναχό, που κακοπαθεί στα πνευματικά!...

10.
Όποιος καταφρονεί και μικραίνει τον εαυτό του, τον σοφίζει ο Θεός!...

11.

Καθόσον ξεκόβουμε από την παρηγοριά τούτου του κόσμου, τόσο αξιωνόμαστε Θεϊκής χαράς, δια του Αγίου Πνεύματος!...

12.

Όποιος έχει πλούσιους φίλους, θα πτωχεύσει από το Θεό!...

13.

Όποιος ενθυμείται το θάνατο και απέχει από τις ηδονές του κόσμου τούτου, γεννήθηκε από το Θεό και ανετράφη από το Άγιο Πνεύμα, απολαμβάνοντας χαρά και ευφροσύνη!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 24ον

1.

Ο καθαρός κατά την ψυχήν λαλεί πάντοτε λόγους πνευματικούς. Ο δε κυριευμένος από τα πάθη ομιλεί εμπαθώς ακόμα και όταν για πνευματικά θέματα διαλέγεται!...

2.

Η συναναστροφή, συνομιλία και πολυλογία με κοσμικούς, ψυχραίνουν τη μέσα στην καρδιά μας φωτιά του Αγίου Πνεύματος!...

3.

Όποιος επιμένει στην ευχή, τρώγει το μόσχο το σιτευτό! Αγάπα το Θεό, για να μη σ' αιχμαλωτίσει η αγάπη του κόσμου!...

4.

Όποιος κάνει διαρκώς συμπόσια, είναι εργάτης του δαίμονος της πορνείας και μολύνει την ψυχή του ταπεινόφρονος!...

5.

Τα αίτια της αμαρτίας είναι το κρασί, οι γυναίκες, τα πλούτη και η νεότης!...

6.

Όποιος πτωχεύει για το Θεό, ευρίσκει ακένωτους θησαυρούς!...

7.

Η τράπεζα αυτού που επιμένει πάντοτε στην προσευχή είναι γλυκύτερη από κάθε μυρωδιά μόσχου και ευωδία αρωμάτων!...

8.

Μακάριος είναι όποιος έχει τροφή τον Άρτο, που κατέβηκε από τον Ουρανό και έδωσε ζωή στον κόσμο, δηλαδή τη Θεία Κοινωνία! Η καρδιά του χαίρει κι ευφραίνεται πάντοτε!...

9.

Μακάριος όποιος ένωσε στην καρδιά του τη δρόσο της ζωής την εκ του Θεού, δηλαδή το Άγιο Πνεύμα! Διότι ποτιζόμενος απ' αυτή θα έχει γεμάτη χαρά κι ευφροσύνη την καρδιά

του!...

10.

Ποιός δεν αγαπά τον ταπεινό και τον πράο, εκτός από τους καταλαλούντες και υπερήφανους!...

11.

Οι άγιοι Άγγελοι φροντίζουν για μας, όπως οι μεγαλύτεροι αδελφοί για τους μικρότερους.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 25ον

1.

Η υπομονή και η μόνωση μ' ενώνουν δια της προσευχής με το Θεό!...

2.

Καταφρόνησε τα άτιμα για να βρεις τα τίμια! Γίνου νεκρός, για να ζήσεις!...

3.

Άφησε τα μικρά, για να βρεις τα μεγάλα! Γενού νεκρός κατά τη ζωή και θέλεις ζήσει μετά θάνατον! Προτίμησε ν' αποθάνεις παρά να ζεις αμελώς! Ζήτησε τα ψυχωφελή και τα τίμια από το Θεό - όπως ο Σολομών και ο Ελισσαίος - για να δοξαστείς κι εδώ και στον Ουρανό!...

4.

Όποιος ζητάει με προσευχές γήινα πράγματα, ατιμάζει το Θεό!... Όποιος περιφρονεί τη σάρκα του, ζητώντας τα Ουράνια, χαροποιεί τους Αγγέλους!...

5.

Ό,τι αποκτάται με πολύ κόπο εκείνο και φυλάσσεται. Δίψα για το Χριστό, για να σε μεθύσει με την αγάπη Του και εν συνεχεία με τη χαρά Του!...

6.

Όταν ζητάς κάτι από το Θεό και δεν στο δίνει, γίνεται: α) Διότι είσαι ανάξιος να λάβεις αυτό που ζητάς, β) Διότι δεν το ζητάς με την καρδιά σου και γ) Διότι δεν έφθασες σε μέτρα να σου δοθεί το χάρισμα, που ζητάς.

7.

Ο συνδεδεμένος με τα γήινα δεν μπορεί να ζητά τα Ουράνια που δεν θα του δοθούν ποτέ!...

8.

Γίνε φρόνιμος με την πραότητα σου, για να μη σε κλέβουν οι δαίμονες με την υπερηφάνεια! Αγάπησε την ταπείνωση σ' όλα σου τα έργα!...

9.

Μην αποφεύγεις τις θλίψεις και στενοχωρίες, διότι μ' αυτές ευρίσκεις το Θεό! Χωρίς πειρασμούς δεν μπορούμε να μπούμε στη Βασιλεία των Ουρανών!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 26ον

1.
Προσεύχου να μη μπεις σε ψυχικούς πειρασμούς, που είναι α) Της απιστίας, β) Της βλασφημίας, γ) Της υπερηφανείας, δ) Του φανερού πολέμου του διαβόλου, και ε) Του θυμού και της οργής.
2.
Πειρασμοί του σώματος, που πρέπει να υποδεχόμαστε ολόψυχα είναι α) Οι σωματικές ασθένειες και β) Οι για την αγάπη του Θεού κακοπάθειες. Διότι χωρίς τους σωματικούς πειρασμούς, ούτε στη Θεία Πρόνοια πιστεύουμε, ούτε παρησία έχουμε στο Θεό, ούτε τη σοφία του Θεού γνωρίζουμε, ούτε το Θείο Πόθο αποκτούμε. Με τους πειρασμούς δοκιμάζεται η προς το Θεό αγάπη μας!...
3.
Ο μη υπομένων τους πειρασμούς αρετής τινός, ούτε την αρετή δύναται να κατορθώσει!...
4.
Θα ξεπέσει από την αληθινή πίστη του Χριστού, όποιος αφήσει τη σωφροσύνη ή ρίπτει το Σχήμα το Μοναχικό ή αρνείται την πίστη του Χριστού ή εγκαταλείπει κάποια άλλη αρετή.
5.
Τα Λόγια του Θεού υπέρ το μέλι είναι γλυκά και σαν δροσιά στη φρόνιμη και θεοφιλή ψυχή.
6.
Μη ζητήσεις ποτέ συμβουλή από κάποιον, που δεν είναι όμοιος σου στη διαγωγή, έστω και αν είναι πολύ σοφός!...
7.
Ο Θεός δε δίνει σε κανένα μεγάλο χάρισμα, χωρίς μεγάλο πρώτα πειρασμό!...
8.
Όταν έχεις αμετάβλητη ειρήνη, δεν πηγαίνεις καλά. Όσο προχωρείς και προκόπτεις πνευματικά, τόσο διεγείρονται εναντίον σου οι πειρασμοί... Κατά το μέγεθος της Θείας Χάριτος που σου δόθηκε, έρχονται και οι πειρασμοί.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 27ον

1.
Ερώτηση: Πρώτα έρχεται ο πειρασμός και μετά το χάρισμα; Ή πρώτα το χάρισμα και ακολουθεί ο πειρασμός;

Απάντηση: Οι Άγιοι Απόστολοι πρώτα εδέχθησαν το Άγιο Πνεύμα και μετά μπήκαν σε πειρασμούς. Αρέσει στο Θεό το καλό πάντα να συνοδεύεται από θλίψη. Προηγείται μεν η Θεία Χάρη, αλλ' αργεί να φανερωθεί η ενέργεια της.

2.
Όταν αρχίσει κάποιος να θεωρεί τον εαυτό του σοφό και φρόνιμο, τότε πέφτει στους πιο κάτω πειρασμούς, ανάλογα με το βαθμό υπερηφανείας του: α) Στέρηση της σοφίας, β) Δριμεία αίσθηση λογισμών πορνείας, γ) Ταχύ θυμό και φιλονικεία, δ) Βλασφημίες κατά του Θεού, ε) Πολυλογίες και φλυαρίες και στ) Στέρηση της παρηγοριάς της καρδιάς καθώς και της ελπίδας και πίστεως.
3.
Όταν ο Θεός θέλει να θλίψει τον άνθρωπο περισσότερο, τότε τον αφήνει αν γευθεί α) Το άγχος, δηλαδή ψυχικό πνιγμό και β) Το πνεύμα του παραλογισμού με τα επακόλουθα. Όλα αυτά εκ της υπερηφανείας. Η θεραπεία δε όλων αυτών είναι η ταπεινοφροσύνη!...
4.
Η ταπεινοφροσύνη εξαφανίζει όλη την κακία των πειρασμών, διότι απ' αυτή προέρχεται η υπομονή στις συμφορές σου. Από δε την υπομονή προέρχεται η παρηγοριά και απ' αυτή η προς το Θεό αγάπη, οπότε αυξάνεται η χαρά του Αγίου Πνεύματος, που οδηγεί στην τελειότητα την ψυχή.
5.
Δεν πρέπει να διδάσκει τους άλλους εκείνος που τaráσσεται, διότι στερείται ψυχικής υγείας!...
6.
Σώμα συνδεδεμένο με την αμαρτία, αναπαύεται στα σαρκικά έργα. Το δε πνεύμα του Θεού, δεν κατοικεί σ' αυτό το σώμα.
7.
Όποιος παιδεύεται εδώ για τις αμαρτίες του, τρώγει την κόλαση του.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 28ον

1.
Τι τη θέλω τη ζωή, που είναι μακριά από το Θεό;
2.
Μεγάλη είναι η δύναμη της ευχής, όταν γίνεται με παρηρησία προς το Θεό.
3.
Όταν πάσχω για το Θεό, τότε έχω παρηρησία προς Αυτόν και με βοηθά παντού και πάντοτε σ' ό,τι του ζητήσω!...
4.
Επιτρέψει ο Θεός τους πειρασμούς: α) Στους αγωνιστές προς αύξηση του πνευματικού πλούτου τους. Β) Στους αμελείς, για να προφυλαχθούν από τις πτώσεις τους. Γ) Στους κοιμώμενους, για να ξυπνήσουν. Δ) Στους μακράν του Θεού, για να πλησιάσουν το Θεό και ε) Στους φίλους Του, για να έχουν παρηρησία στο Θεό. Έτσι ο Θεός με πικρά φάρμακα δίνει την

υγεία της ψυχής στους Χριστιανούς.

5.
Καθώς μεταβάλλονται οι καιροί στην ατμόσφαιρα (ψύχος-ζέστη), έτσι και στην ψυχή μας το διαβολικό πόλεμο τον διαδέχεται η βόηθεια της Θείας Χάριτος. Να μη απελπιζόμαστε με τις αλλαγές της ψυχικής μας καταστάσεως. Κατά την ώρα της χαρά, πρέπει ν' αναμένουμε θλίψεις. Γι' αυτό όταν σ' επισκιάσει η Θεία Χάρη, μην υψηλοφρονείς!...

6.
Η ταπεινώση και χωρίς έργα συγχωρεί πολλά αμαρτήματα. Τα έργα όμως, χωρίς την ταπεινώση, όχι μόνον ανώφελα είναι, αλλά και πολλών κακών πρόξενα. Καθώς το αλάτι νοστιμίζει κάθε τροφή, έτσι και η ταπεινώση κάθε αρετή. Μόνη η ταπεινώση είναι αρκετή να παρασταθεί ενώπιον του Θεού και να μας σώσει.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 29ον

1.
Μετάνοια είναι συνεχής δέηση προς το Θεό δι' ευχής με δάκρυα για την άφεση των προηγουμένων αμαρτιών μας, μέχρις ότου φθάσουμε στο μέλλοντα αιώνα, όπου δεν υπάρχει πλέον φόβος αλλαγής!...

2.
Πάλη και αγώνας είναι αυτός ο κόσμος. Ας μην απελπιζόμαστε και ας μην αμελούμε με την ευχή, να ζητούμε τη Θεία βοήθεια!...

3.
Οι πειρασμοί αποτελούν μεγάλη δωρεά του Θεού, αρκεί να μην ολιγοψυχούμε και να τρυγάμε ωφέλεια από τη συνάντηση μαζί τους.

4.
Στους αμελείς στα πνευματικά, ενεργεί σφοδρούς πειρασμούς ο σατανάς, για να δειλιάσουν και να παραιτηθούν από τον αγώνα. Εάν δεν πεθάνεις αισθητά για την αγάπη του Θεού, κινδυνεύεις να πεθάνεις πνευματικά!...

5.
Ο Θεός σκεπάζει τους αρχαίους και δεν παραχωρεί να πέσουν στα χέρια των δαιμόνων, επειδή δεν ξέρουν ακόμη να πολεμούν.

6.
Τους ανδρείους και δυνατούς και ζηλωτές δεν τους πολεμά στην αρχή ο σατανάς, αλλά όταν ψυχρανθεί ο ζήλος τους.

7.
Καταδιώκει ο πειράζων τους δειλούς και φιλαυτους ως καταιγίδα, διότι δεν στηρίζονται στη Θεία βοήθεια!...

8.
Ο Θεός δεν παραχωρεί πειρασμό πείνας, σωματικών ασθενειών και φοβερών οπτασιών, εκτός του συμφέροντος σου!...
9.
Η υπερηφάνεια διώχνει το φύλακα Άγγελο μας, ενώ η προσευχή και η ταπείνωση τον κρατά πάντα κοντά μας βοηθό και φύλακά μας!...
10.
Η φιληδονία, η ανάπαυση και ο εγωισμός είναι τα αίτια παραχωρήσεως στις πτώσεις μας. Η προσευχή, η ταπείνωση, οι κόποι και ο βοηθός άγγελος, μας βοηθούν στη σωτηρία μας!...
11.
Όποιος παιδεύεται εδώ για τις αμαρτίες του, τρώγει την κόλασή του!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 30ον

1.
Σε κάθε ανάπαυση ακολουθεί ταλαιπωρία και σε κάθε για το Θεό ταλαιπωρία, ακολουθεί Θεία ανάπαυση. Σε κάθε ηδονή ακολουθεί αηδία και πίκρα.
2.
Απομάκρυνε τον εαυτό σου από τον κόσμο και θα νιώσεις τη δυσωδία του? και από τις αφορμές των παθών για να λυτρωθείς από τα πάθη...
3.
Όποιος δε νικά στα μικρά, είναι αδύνατον να νικήσει στα μεγάλα.
4.
Αν δεν πλησιάσουμε τον Κύριο με την προσευχή, τα Άχραντα Μυστήρια και το φόβο Κυρίου, εξάπαντος θα τον πλησιάσουμε με την "παιδεία Κυρίου"...
5.
Ο καλός χριστιανός πρέπει μέρα και νύχτα να μελετά το νόμο του Θεού...
6.
Ο Μοναχός είναι αυτός που μακριά από τον κόσμο, δέεται πάντοτε στο Θεό, για να πάει στον Παράδεισο. Πλούτη του είναι η Θεία Παρηγοριά και η χαρά, που γεννάται από την πίστη!...
7.
Σώφρων είναι εκείνος, που διώκει με την ευχή τους αισχρούς λογισμούς.
8.
Ταπεινός είναι εκείνος, που κατηγορεί τον εαυτό του για κάτι, που δεν είναι. Και όχι εκείνος, που υποφέρει τις κατηγορίες των άλλων μετά χαράς...

9.
Στη Βασιλεία των Ουρανών ο καθένας μας κατά τα μέτρα της Χάριτος, που έλαβε απ' αυτή τη ζωή, ευφραίνεται εσωτερικά, μη βλέποντας τα μέτρα της χαράς, που απολαμβάνουν οι άλλοι. Γι' αυτό δε ζηλεύει, ούτε λυπάται, όταν οι άλλοι περισσεύουν στη Θεία Χάρη.

10.
Δεν πρέπει να διδάσκει τους άλλους εκείνος που τaráσσεται, διότι στερείται ψυχικής υγείας.

11.
Η απομάκρυνση από τους ανθρώπους, η συχνή Θεία Κοινωνία, η αδιάλειπτη προσευχή και ανάγνωση των Θείων Γραφών, είναι αναγκαία μέχρις ότου η δύναμη του Αγ. Πνεύματος κυριεύσει την ψυχή μας.

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 31ον

1.
Όταν η ψυχή μας βγαίνει από το σκοτάδι, ακολουθούν τα εξής: α) Καίγεται η καρδιά μας και θερμαίνεται, σαν φωτιά, νύχτα και μέρα. β) Από τη γλυκύτητα των λογισμών ούτε φαγητό επιθυμούμε και γ) είτε μελετάμε τις Θείες Γραφές, είτε προσευχόμαστε, είτε κάνουμε κάτι άλλο, δεν παύουν να τρέχουν τα δάκρυα μας. Όλα όμως αυτά μπορούμε να τα χάσουμε, όταν πέσουμε σε υπερηφάνεια, αμέλεια και χαύνωση.

2.
Η προσευχή του ταπεινού, εξερχόμενη από το στόμα του, εισέρχεται εις τα αυτιά του Κυρίου.

3.
Ο οίνος θερμαίνει το σώμα και ο Λόγος του Θεού τη διάνοια.

4.
Η καλή εργασία και η ταπεινοφροσύνη μας κάνουν Θεό επί της γης.

5.
Η θέρμη και η συντριβή της καρδιάς, δεν συνυπάρχουν. Όταν δοθεί η θέρμη, φεύγει απ' αυτή το πένθος.

6.
Μακάριοι όσοι απεφάσισαν να πλεύσουν τη θάλασσα των θλίψεων για την αγάπη του Θεού. Αυτοί πολύ γρήγορα φθάνουν στο λιμάνι της Βασιλείας των Ουρανών.

7.
Πιο καλό είναι ο θάνατος για την αγάπη του Θεού, παρά ζωή μ' αισχύνη και οκνηρία.

8.

Εάν είσαι καθαρός στην καρδιά, ο Θεός θα σ' ανεβάσει στην κορυφή των αρετών και θα σε σοφίσει και τελειοποιήσει.

9.
Όταν έχεις σκότιση λογισμών, πήγαινε να κοιμηθείς, διότι τη σκότιση ακολουθεί η βλασφημία.

10.
Οι ασθενείς και άρρωστοι κατά την ψυχή, χρειάζονται μάλλον συμπάθεια παρά επίπληξη. Όταν δεν συμπαθώ τους άλλους βλάπτω πολύ την ψυχή μου.

11.
Αρχή της σοφίας του Θεού είναι η επιείκεια και η πραότητα, που υποφέρει τις αδυναμίες των άλλων. Τούτο είναι κατόρθωμα γενναίας ψυχής.

12.
Το ν' αποφύγουμε τον πειρασμό της σκοτίσεως και ακηδίας είναι αδύνατο, καθώς και το να παρηγορηθούμε τελείως σ' αυτή τη ζωή!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 32ον

1.
Ο μωρός και ανόητος ζήλος διώχνει την ειρήνη της ψυχής. Όποιος με ζήλο επιδιώκει να θεραπεύσει ξένα σφάλματα, αποδιώκει την υγεία της ψυχής του!..

2.
Ο ασθενής κατά την ψυχή, που διορθώνει τους άλλους, ομοιάζει με τυφλό που δείχνει στους άλλους το δρόμο!...

3.
Όποιος προσεύχεται, ενώ μνησικακεί, σπέρνει στη θάλασσα!..

4.
Αν αγαπώ το Θεό, ταπεινώνομαι με πολλή απλότητα.

5.
Όποιος πολυλογεί και για καλά ακόμη πράγματα, είναι ανάξιος της αγιότητας.

6.
Η μετάνοια που γίνεται μετά συναναστροφών είναι πιθάρι συντετριμμένο!...

7.
Σωφροσύνη και συνομιλίες με γυναίκες είναι λέαινα με πρόβατο στο ίδιο δωμάτιο.

8.
Η ελεημοσύνη τον άξιο τιμωρίας τον ωφελεί.

9.
Καθώς δεν συγκρίνεται κόκκος άμμου με πολύ χρυσάφι, έτσι και η δικαιοσύνη του Θεού, δεν συγκρίνεται με τη μεγάλη αυτού ελεημοσύνη!...
10.
Όποιος απέκτησε ταπείνωση νεκρώθηκε για τον κόσμο και τα σωματικά πάθη!...
11.
Ο φθονερός έχει στην καρδιά του το διάβολο!...
12.
Η ταπείνωση και η σωφροσύνη μας οδηγούν στη σωτηρία της ψυχής μας!...
13.
Στις συναθροίσεις πολλών ανθρώπων προτίμα τη σιωπή!...Φοβού τις κακές συναναστροφές.
14.
Από κάθε θυσία τιμιώτερον στο Θεό είναι το σώμα του σώφρονος.
15.
Ο Θεός αγαπά τόσο πολύ τους ταπεινούς, όπως τα Σεραφείμ!...
16.
Ω αγάπη! Μακάριος είναι εκείνος, που βρήκε εσένα, το λιμάνι κάθε χαράς!...
17.
Μη κάνεις φίλους αυτούς που αγαπούν τους γέλωτες και αυτούς που θεατρίζουν τους άλλους.
18.
Σ' αυτόν, που κατηγορεί τους άλλους, σκυθρώπαζε!...
19.
Στον υπερήφανο και φθονερό μη μιλάς καθόλου ή μίλα με πολλή προσοχή!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 33ον

1.
Στ' αλήθεια μεγάλη αρετή είναι να λυπάσαι για τους κακούς και να ευεργετείς τους αμαρτωλούς περισσότερο και από τους δικαίους!...
2.
Δίνε με χαρωπό πρόσωπο την ελεημοσύνη σου και παρηγόρει πάντοτε τους θλιβόμενους!...

3.
Τη μέρα που θα λυπηθείς για κάποιον άρρωστο, να βλέπεις τον εαυτό σου σαν μάρτυρα για το Χριστό!...
4.
Σ' όλα σου τα έργα, έχει αγαθή συνείδηση!... Η δικαιολογία δεν είναι για τους Χριστιανούς!...
5.
Κατηγόρησα κάποιον, είμαι νεκρός κι εγώ και τα έργα μου εκείνη τη μέρα!... Κάνε συντροφιά με λεπρούς, παρά με υπερήφανους!...
6.
Πένθησε μετά των αμαρτανόντων και χαίρε μετά των μετανουόντων!... Γίνε φίλος όλων και άπεχε απ' όλους!...
7.
Σκέπασε τον αμαρτάνοντα και βλέπε όλους σαν αγίους!...
8.
Αν δεν είσαι άγιος κατά την καρδιά, γίνε καθαρός κατά το σώμα, δηλαδή, μη κάνεις σαρκικές αμαρτίες.
9.
Αν δεν είσαι πράος, ειρήνευε τουλάχιστον με τον εαυτό σου.
10.
Ναός της Θείας Χάριτος είναι όποιος ενθυμείται πάντοτε το Θεό!...
11.
Το να θέλεις το καλό, είναι δικό σου. Το να πράξεις όμως το καλό είναι του Θεού!...
12.
Η ανάπαυση του σώματος βλάπτει μόνον τους νέους. Η μη προσοχή των αισθήσεων και τους γέροντες!...
13.
Να μη λυπούμεθα όταν σφάλουμε σε κάτι, αλλ' όταν επιμένουμε στο σφάλμα μας!...
14.
Μη μισείς τον αμαρτωλό, αλλά την αμαρτία. Αφού νομίζεις τον εαυτό σου δίκαιο, πού είναι η αγάπη σου προς τον αμαρτωλό;
15.
Νεκρός είναι όποιος δεν αγαπά τους τιμώντες, ουδέ καταφρονεί τους ατιμάζοντες αυτόν. Όταν έχω την ευχή δε θυμώνω, δεν είμαι γαστρίμαργος!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 34ον

1.
Αγάπησε, άνθρωπε, το Θεό όχι τα μέλλοντα αγαθά, που υπόσχεται να σου δώσει στην άλλη ζωή, αλλά για όσα σου δίνει σ' αυτή τη ζωή. Διότι η Θεία Χάρη με την οποία μας αναγεννά, "νεκρωθέντας εκ της αμαρτίας", είναι κατά πολύ ανώτερη εκείνης της Χάριτος με την οποία μας έφερε "εκ του μη όντος εις το είναι" σωματικά.
2.
Ο ζήλος είναι ο σκύλος που φυλάσσει το νόμο του Θεού, που είναι η αρετή. Ο ζηλωτής, ως καιόμενος φούρνος θερμαίνεται, σαν τα Χερουβείμ και προσέχει κάθε στιγμή τις πανουργίες και τις εφόδους των πονηρών πνευμάτων.
3.
Εξασθενεί ο ζήλος, όταν ο άνθρωπος απιστεί στη Θεία Πρόνοια και λησμονεί το Θεό.
4.
Ο αγωνιστής, όταν βγει στον κόσμο, αγαπά τους επαίνους και πέφτει στην κενοδοξία και ναυαγεί εν καιρώ γαλήνης.
5.
Η ψυχρότης του ζήλου της αρετής έρχεται: α) Όταν ελαττωθεί η επιθυμία της αρετής και β) Όταν θαρρεύσουμε στον εαυτό μας και δεν φοβούμεθα τους δαίμονες.
6.
Η πίστη είναι έννοια νηπιώδης, σε καρδιά απλή. Η γνώση εξετάζει και συζητεί κάτι, αν είναι αληθινό. Η γνώση φυλάσσει τους φυσικούς νόμους. Τη γνώση ακολουθεί ο φόβος, τη δε πίστη η ελπίδα. Η γνώση που κατέχει ο άνθρωπος είναι φτωχή και ελλειπής. Τους θησαυρούς όμως της πίστεως δε χωρούν ο Ουρανός και η Γη!...
7.
Ο βασιζόμενος στη γνώση, δεν περιπατεί επί υδάτων ή επί του πυρός. Με τη δύναμη όμως της πίστεως, πολλοί και σε ύδατα και επί του πυρός περπάτησαν κι έμειναν αβλαβείς!...
8.
Η πίστη έχει ακένωτους θησαυρούς και γεμίζει ηδονή την καρδιά του πιστού. Η γνώση χρειάζεται μόνο σαν σκαλοπάτι, για να φθάσει κανείς στην πίστη...
9.
Όποιος αξιωθεί να γευθεί τη γλυκύτητα της πίστεως και στραφεί προς την ανθρώπινη γνώση, ομοιάζει με άνθρωπο, που ανταλλάσει πολύτιμο μαργαρίτη με χάλκινο οβολό!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 35ον

1.
Ω πλούτος άρρητος, που πηγάζει από την πίστη! Με πόσο θάρρος και ηδονή και ελπίδα

είναι γεμάτη η οδοιπορία μαζί της! Και τα φορτία της πόσο ελαφρά και η εργασία της πόσο γλυκειά (=Θ. Κοινωνία)!...

2.
Σωματικές αρετές είναι: α) νηστεία, β) ελεημοσύνη, γ) αγρυπνία και δ) καθαρότητα σώματος (=σωφροσύνη)

3.
Ψυχικές αρετές είναι: α) αγάπη, β) ταπείνωση, γ) συγχώρηση, δ) φύλαξη από τα πάθη και ε) απασχόληση του νου στην ευχή και τα πνευματικά!..

4.
Η ανθρώπινη γνώση μας οδηγεί α) στην σπουδή της έξω σοφίας, β) στον πλουτισμό, γ) στην κενοδοξία και δ) στο στολισμό και την ανάπαυση του σώματος.

5.
Τους κατόχους της ανθρώπινης γνώσεως κυριεύει α) η ολιγοψυχία, β) η λύπη, γ) η απόγνωση, δ) ο φόβος δαιμόνων, ε)μ η δειλία και ο φόβος ληστών και θανάτου, στ) οι μέριμνες και τέλος ζ) η υπερηφάνεια.

6.
Η πίστη αποδίδει τα πάντα στο Θεό, διότι εμπνέεται από το ταπεινό φρόνημα του Αγίου Πνεύματος.

7.
Η ανθρώπινη γνώση υπερηφανεύεται, διότι περιπατεί στο σκότος και αγνοεί τα πολύ ανώτερα αυτής.

8.
Η Θεία γνώση μας οδηγεί α) στη νηστεία, β) στην αγρυπνία, γ) στην προσευχή, δ) στην ελεημοσύνη, ε) στη μελέτη των Θείων Γραφών, στ) στην πάλη προς τα πάθη και ζ) στη συμμετοχή στο μυστήριο της Θείας Κοινωνίας!...

9.
Τρεις τρόποι ζωής υπάρχουν α) η “κατά φύσιν”, β) η “παρά φύσιν” και γ) η “υπέρ φύσιν” ζωή. Στην πρώτη εργάζεται κανείς την αρετή φυσικώς. Στη δεύτερη πηγαίνει να βοσκήσει χοίρους, σαν τον άσωτο της παραβολής. Και στην τρίτη εντρυφά η ψυχή στα Μυστήρια του Θεού και ευφραίνεται!... Δηλαδή ο πρώτος ζει ψυχικά, ο δεύτερος σαρκικά, και ο τρίτος πνευματικά ευφραϊνόμενος!..

10.
Στη τρίτη περίπτωση ενοικεί μέσα μας ο Παράκλητος, υψωνόμαστε στις τάξεις των αγγέλων και ζούμε την “υπέρ φύσιν” ζωή και κατάσταση!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 36ον

1.
Η φυσική γνώση τροφοδοτείται από τις πέντε αισθήσεις του σώματος και αποκτάται με τη μελέτη.
2.
Η πνευματική γνώση γίνεται αισθητή δια του αγίου Πνεύματος και όχι των σωματικών αισθήσεων και αποκτάται από τη καθαρή ζωή και πολιτεία.
3.
Η υπερφυσική γνώση ασχολείται με την κατανόηση του Θεού που αποκτάται από τη ζωντανή πίστη, που χαρίζει τα πάντα!..
4.
Οι ψυχές των αμαρτωλών, ούτε καθ' εαυτές, ούτε μεταξύ τους βλέπονται. Εάν όμως καθαρθούν με τη μετάνοια, βλέπουν και εαυτές και τους αγγέλους και τους δαίμονες !...
5.
Όταν νιώσεις μέσα σου τη χαρά του Αγίου Πνεύματος, οι στενοχώριες και οι θλίψεις αυτής της ζωής γίνονται γλυκύτερες από το μέλι!...
6.
Όποιος ποθεί το Άγιο Πνεύμα, αποφεύγει τον κόσμο και ο κόσμος αυτόν, διότι στην ησυχά τρώγει τον άρτον της Χάριτος του Αγίου Πνεύματος, δηλαδή Θεία Κοινωνία και ευχή!...
7.
Η ψυχή δεν μπορεί να νιώσει την ηδονή της χάριτος του Αγίου Πνεύματος, λόγω των παθών, που σκεπάζουν το Θεϊκό φως. “Έν τω φωτί σου, οψόμεθα φως” (Ψαλμωδός).
8.
Η αγάπη του Θεού είναι καρπός της Θείας Κοινωνίας και της ευχής, που νεκρώνει τα σαρκικά θελήματα και οδηγεί στην αυταπάρνηση!...
9.
Σε κοιλιαν πεινώσα, ουδέποτε έρχονται αισχροί λογισμοί!...
10.
Ο κόρος και η χορτασία επιθυμεί πολλά κακά. Η δε σωφροσύνη επιτυγχάνεται με χαμευνία, κόπους και πείνα...
11.
Όσοι καταφρονούν τις οδούς Κυρίου, τους καταφρονεί και ο Θεός και δεν τους δίνει τη χάρη Του!...
12.
Πρώτο απ' όλα τα πάθη είναι η φιλαυτία και πρώτη απ' όλες τις αρετές είναι η καταφρόνηση της αναπαύσεως του σώματος!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 37ον

1.
Η σφοδρότητα των θλίψεων καθαρίζει τα κακά πάθη της καρδιάς.
2.
Χωρίς τη παραχώρηση του Θεού δεν παιδεύεται ο άνθρωπος. Και τούτο γίνεται για να μετανοήσει και να ωφεληθεί η ψυχή του!...
3.
Στις θλίψεις και τους λογής-λογής πειρασμούς που μας έρχονται, πρέπει να ομολογούμε ότι είμεθα άξιοι και περισσότερα απ' αυτά να πάθουμε και να μην αιτιώμεθα ανθρώπους, δαίμονες ή φευ και αυτή τη δικαιοσύνη του Θεού!...
4.
Οι λογής-λογής πειρασμοί μας παραχωρούνται για να ταπεινωθούμε και να συγχωρεθούν οι αμαρτίες μας με την εξομολόγηση και ν' αποκτήσουμε όψη κεχαριτωμένη!...
5.
Παράδεισος είναι η αγάπη του Θεού και η τρυφή όλων των μακαρισμών, για τα οποία ο Θεός Παύλος γράφει! "ά οφθαλμός ουκ είδε και ους ούκ ήκουσε... ά ητοίμασε ο Θεός εις τους αγαπώντας αυτόν!..."
6.
Το ξύλο της ζωής είναι η αγάπη του Θεού, από την οποία εξέπεσε ο Αδάμ και δε γεύθηκε πλέον τη χαρά!...
7.
Μετά τη χάρη του Αγίου Βαπτίσματος εδόθη η χάρη της μετάνοιας. Μετάνοια είναι δεύτερη πνευματική αναγέννηση, που γεννάται από την πίστη και το φόβο του Θεού!...
8.
Ο Θεός είναι αγάπη. Όποιος ζει μέσα στην αγάπη του Θεού, καρπούται από το Θεό ζωή και οσφραίνεται από τούτον τον κόσμο τον αέρα της αναστάσεως, όπου εντρυφούν οι δίκαιοι.
9.
Όταν αποκτήσουμε την αγάπη του Θεού, τότε τρεφόμεσθε με τον Ουράνιον Άρτον και παίρνουμε δύναμη. Ο Ουράνιος Άρτος είναι ο Χριστός, που έδωκε ζωή στον κόσμο, δηλαδή η Θεία Κοινωνία!...
10.
Η μετάνοια είναι το πλοίο. Ο Θεός φόβος οι κωπηλάτες. Και η αγάπη είναι το Θεϊκό λιμάνι!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 38ον

1.
Ο Θεός υπομένει όλες τις ατέλειες του ανθρώπου, εκτός από το γογγυσμό. Η καρδιά η οποία ευχαριστεί διαρκώς το Θεό, γεμίζει από Θεϊκή χαρά και ευλογία!...
2.
Όποιος απομακρύνεται από το Θεό, τρέφει μέσα στην καρδιά του μίσος κατά του πλησίον του!..
3.
Όποιος απολογείται υπέρ του αδικουμένου βρίσκει υπέρμαχο το Θεό.
4.
Όποιος διορθώνει στα κρυφά τον αδελφό του, δεν είναι φθονερός. Εκείνος όμως που μπροστά σ' άλλους προσπαθεί να διορθώσει τον αδελφόν του, είναι φθονερός...
5.
Η προς το Θεό θέρμη της καρδιάς δεν σβήνεται εύκολα, όταν μας κυριεύσει η ευχή!...
6.
Όπως ο ναυτικός ταξιδεύει με οδηγό την πυξίδα, έτσι και ο Χριστιανός βαδίζει με οδηγό την ευχή, προσπαθώντας να φθάσει στο λιμάνι της σωτηρίας.
7.
Όποιος εύρει τον πολύτιμο μαργαρίτη Χριστόν, δε θέλει ν' αποκτήσει τίποτε άλλο σ' αυτή τη ζωή!...
8.
Η νεφέλη σκοτίζει τον ήλιο και η πολυλογία την ψυχή.
9.
Καθώς ο ερωδιός ευφραίνεται όταν κατοικεί σ' έρημο τόπο, έτσι και η ψυχή του μοναχού δέχεται ουράνιες χαρές μέχρι της εξόδου της, όταν κατοικήσει σε ησυχαστικό τόπο!..
10.
Όταν η ουράνια γλυκύτης εμπέσει στην ψυχή του μοναχού από τη γλύκα των λόγων του Θεού, τότε υψώνεται όλη προς το Θεό. Διαφορετικά δε νιώθει την παρηγοριά του Θεού.
11.
Η μετά την ακηδία χαρά είναι πολύ μεγάλη, όπως και η θερμότητα του ήλιου, όταν φύγει το νέφος!...
12.
Η κενοδοξία, ενώ μας γλυκαίνει, μας καταστρέφει, διότι επιστρέφουν στην ψυχή μας όλα τα πάθη!...

13.

Η αργία και οι μακρές πνευματικές ομιλίες φέρνουν σκότιση λογισμών. Πόσο δε περισσότερο οι μάταιες ομιλίες!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 39ον

1.

Η σοφία του Πνεύματος είναι ανώτερη της σοφίας του κόσμου. Διότι σ' αυτή κυριαρχεί η σιωπή, ενώ η σοφία του κόσμου εκτρέπεται σε πολυλογίες!...

2.

Με την εύρεση της σοφίας του Πνεύματος, γεμίζει η ψυχή α) από ταπεινοφροσύνη, β) από πραότητα και γ) από ειρήνη!...

3.

Με την εύρεση της κοσμικής σοφίας γεμίζει η ψυχή α) από υπερηφάνεια, β) από ταραχή νου, γ) από αναιδεια και δ) από έπαρση!...

4.

Και η θεωρία μόνο των κοσμικών βλάπτει την ψυχή του μονάζοντος, φέροντας του ταραχή!...

5.

Όταν ανασταίνεται μέσα σου ο πνευματικός άνθρωπος, τότε νεκρώνεται προς όλα τα πράγματα του κόσμου και θερμαίνεται η ψυχή σου από την πολλή χαρά!...

6.

Όταν έχεις πολλή υπομονή, τότε έχεις λάβει την χάρη της παρηγορίας μέσα στην ψυχή σου!...

7.

Όταν ζει η καρδιά, οι αισθήσεις νεκρώνονται, και όταν νεκρώνεται η καρδιά, οι αισθήσεις ζωντανεύουν!...

8.

Όταν η ψυχή σου μεθύσει από τη Θεϊκή χαρά κι ευφροσύνη, τότε το σώμα δεν αισθάνεται πόνους και θλίψεις, διότι συναπολαμβάνει τη χαρά της ψυχής!...

9.

Εάν φυλάξεις τη γλώσσα σου, εισέρχεσαι στη χαρά του Αγίου Πνεύματος. Αν δεν έχεις καθαρή καρδιά, έχει τουλάχιστο καθαρό στόμα!...

10.

Μη φοβάσαι το θάνατο, διότι ο Θεός ετοίμασε τα μέλλοντα αγαθά, για να σε κάνει αθάνατον!

11.

Μη λυπάσαι για τις στενοχώριες σου στο σώμα, διότι ο Θεός, βλέποντας την υπομονή σου, θα σου τις πάρει!...

12.

Όταν αφήσουμε την εργασία της προσευχής είναι αδύνατο η ψυχή να μη γίνει έρμαιον των παθών!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 40ον

1.

Η ακαλλιέργητη γη φυτρώνει άκανθες και η ακαλλιέργητη ψυχή γεννά τα πάθη!... Πρέπει να καθαρίζουμε κάθε μέρα τα πάθη της καρδιάς, για να μη μας πνίξουν τον καλό σπόρο!..

2.

Να υπομένεις με χαρά την ακούσια ατιμία και να μη ταραχθείς, μήτε να μισήσεις αυτόν που σε ατιμάζει!..

3.

Από τον φιλόνεικο, μήτε να παίρνεις, μήτε να δίνεις κάτι, για να μη ταραχθεί η καρδιά σου από σκότος και ταραχή!..

4.

Να μην παραβλέπουμε το έργο του Θεού, με το πρόσχημα να είμαστε ευχάριστοι στους ανθρώπους...

5.

Δεν πρέπει ν' αφήνουμε την επουράνια πολιτεία (=προσευχή) και ν' ασχολούμεθα με κοσμικά καλά έργα!...

6.

Όποιος δεν γνωρίζει να δουλεύει τον Κύριο δια του πνεύματος και της κρυφής εργασίας, ας πράττει τα φανερά έργα, ελεημοσύνη κ.τ.ο...

7.

Αρετές του μοναχού είναι η ελευθερία απ' όλα τα σωματικά πράγματα, ο σωματικός κόπος στις προσευχές και η αδιάκοπη ενθύμηση του Θεού!...

8.

Η προσευχή και όχι οι ελεημοσύνες και βιοτικές μέριμνες ταιριάζουν στον αληθινό μοναχό!...

9.

Ως εκ θαύματος εξήλθες του κόσμου. Μη θέλεις να ζήσεις για τον κόσμο, αλλά για το Χριστό. Υπόμενε τα λυπηρά, σαν αμοιβές των κακών, που έπραξες!...

10.

Μετάνοια είναι το ν' αφήσω τα προτερινά αμαρτήματα και να λυπάμαι γι' αυτά. Καθαρότης είναι η "ελεήμων καρδία υπέρ πάσης της κτίσεως". Τελειότης είναι η βαθειά ταπείνωση. Δηλαδή το να μη φροντίζω ποσώς ούτε για τα αισθητά, ούτε για τα νοητά!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 41ον

1.

Ευχή είναι το να σχολάζει ο νους απ' όλα τα αισθητά και ν' ασχολείται με τα μέλλοντα αγαθά!...

2.

Είμαι ταπεινός, όταν θυμάμαι τις αμαρτίες μου και το θάνατο, ενδύομαι ευτελή ρούχα, προτιμώ την τελευταία θέση και τις ευτελείς εργασίες. Όταν υπακούω πρόθυμα και σιωπώ πάντοτε. Δεν αγαπώ τις συναναστροφές και θέλω να είμαι παντού άγνωστος και αφήριστος. Να μη μέμφομαι κατά διάνοια κάποιον, να μη ζηλοτυπώ και να μη φροντίζω για κοσμικά πράγματα.

3.

Αποκτώ την ταπείνωση α) με τη συχνή εξομολόγηση και Θεία Κοινωνία και β) με τη μόνωση, τη φτώχεια, την ξενιτεία και την ευχή!...

4.

Τελειοτάτη αρετή είναι η ωφέλεια του πλησίον μας.

5.

Όποιος απέκτησε την αγάπη, τον ίδιον το Θεό απέκτησε. Όποιος απέκτησε το Θεό, δε ζητά τίποτε άλλο, από του ν' αποδυθεί το σώμα του!...

6.

Η ελπίδ να σωθώ είναι τόσο γλυκειά και τα έργα της γίνονται τόσο ελαφρά, ώστε να εκτελούνται με θέρμη και χαρά πολλή της καρδιάς!...

7.

Η απάθεια είναι όχι το να μην αισθάνεται κανείς τα πάθη, αλλά το να μη δέχεται αυτά...

8.

Η υπερηφάνεια είναι θανάσιμη αρρώστια της ψυχής.

9.

Ο ταπεινός δε διακρίνεται ανάμεσα στους ανθρώπους. Δε θέλει να βλέπεται, ούτε να γνωρίζεται από τους άλλους. Όσο κρύβεται και αποχωρίζεται από τον κόσμο, τόσο πλησιάζει το Θεό!...

10.

Ο ταπεινός δε θέλει συναθροίσεις και ταραχές και φωνές και φροντίδες και ηδονικές

τροφές. Επιθυμεί φτώχεια, αμεριμνησία, ειρήνη, επιείκεια και ευλάβεια. Είναι συμπαθής, σώφρων, ολιγόλογος, δε θυμώνει, υποφέρει και υπομένει, εντρέπεται, ευλαβείται τους πάντες και δε θέλει να μαθαίνει τα του κόσμου!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 42ον

1.
Ο αληθινά ταπεινός περιμένει σιωπώντας το έλεος του Θεού, του Οποίου η αρετή επιβάλλει σιωπή σ' όλα τα αγγελικά τάγματα, λέγοντας, "Κύριε γεννηθήτω επί εμοί το Πανάγιον Σου θέλημα".
2.
Μοναδική χαρά κι ευχαρίστηση του ταπεινού είναι η απόλαυση του Δεσπότη Χριστού (=Θεία Κοινωνία) και η Θεία συνομιλία με την ευχή και μελέτη των Θείων Γραφών!..
3.
Εάν ησυχάσει η ψυχή από τα του κόσμου και τις βιοτικές φροντίδες, τότε εισέρχεται στην κατανόηση του Θεού και των κτισμάτωντου.
4.
Η ψυχή επλάσθη απαθής. Ψυχικά πάθη δεν υπάρχουν, αλλά αιτίες των παθών.
5.
Η ψυχή, φωτιζόμενη από το Θεό, γίνεται φωτεινή και καθαρή. Τα πάθη είναι κάτι σαν ασθένεια της ψυχής.
6.
Η ψυχή, όταν πάσχει το σώμα, συμπάσχει με αυτό. Και το σώμα συμπάσχει και συνευφραίνεται, απολαμβάνοντας τις λύπες και τις χαρές της ψυχής!...
7.
Η αρετή είναι η φυσική υγεία της ψυχής. Τα πάθη είναι ασθένειες, που αφαιρούν την υγεία της ψυχής!...
8.
Η ψυχή, όταν πλησιάζει στη φυσική της υγεία, γεμίζει από ευφροσύνη και αγαλλίαση!...
9.
Όταν η ψυχή απαλλαγεί από τις φροντίδες του σώματος, τότε με τη βοήθει του Αγίου Πνεύματος επιστρέφει στα δικά της ουράνια κινήματα!...
10.
Καθαρός νους δεν είναι αυτός που δεν γνωρίζει το κακό, όπως τα ζώα και τα νήπια, αλλά εκείνος που μετά την πράξη των αρετών υφούται και διαλογίζεται τα Θεία πράγματα!...
- 11.

Εάν υπάρχει καθαρή καρδιά, όλες οι αισθήσεις είναι καθαρές. Η καρδιά δύσκολα μολύνεται, αλλά και δύσκολα καθαρίζεται!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 43ον

1.
Τους αγγέλους “εν παχεία υποστάσει” τους βλέπουμε με τα σωματικά μάτια, “λεπτοτάτη υποστάσει” με την ψυχή ή τη διάνοια!...
2.
Τους δαίμονες βλέπουμε ή με τα σωματικά μάτια ή με τα μάτια της ψυχής, όταν μας πλησιάζουν, για να μας βλάψουν, φυσικά, πάντοτε!...
3.
Οι άγγελοι μας μεταδίδουν καθαρούς λογισμούς, οι δε δαίμονες βρώμικους λογισμούς. Καθένας ό,τι έχει δίνει στους άλλους!...
4.
Οι Ασώματοι Νόες φωτίζονται διαδοχικώς από το Άγιο Πνεύμα. Ομοίως και οι καθαροί από τα πάθη Χριστιανοί και υπηρετούν και δοξάζουν το Θεό!...
5.
Χωρίς τη μεσιτεία των αγγέλων δεν μπορούμε να γνωρίσουμε τα Μυστήρια του Θεού, που και στις τάξεις όλων των αγγέλων δεν αποκαλύπτονται!...
6.
Αφού ο Θεός είναι αγάπη, πώς κολάζει; Εκείνοι που έφταιξαν στην αγάπη του Θεού, έχουν τη μεγαλύτερη κόλαση. Διότι η λύπη από μεταμέλεια στην αγάπη του Θεού είναι αφόρητη στους αμαρτήσαντες στην αγάπη του Θεού. Το ίδιο δεν έπαθε και ο Ιούδας;...
7.
Γιατί το Θεό, που μ’ αγάπησε τόσο πολύ, να τον λυπήσω τόσο πολύ; Αυτή είναι η κόλαση του αμαρτωλού...
8.
Οι ψυχές των αμαρτωλών, χωρίς να στερούνται την αγάπη του Θεού, κολάζονται από τη μεταμέλεια, που ισοδυναμεί με το πυρ της γεέννης!...
9.
Πώς βεβαιούμεθα ότι συγχωρηθηκαν οι αμαρτίες μας; α) Όταν η συνείδηση μας δεν μας κατακρίνει μέσα μας για τις αμαρτίες μας και β) Όταν μ’ όλη μας την καρδιά εμισήσαμε τις αμαρτίες μας και φανερά κάνουμε τα ενάντια έργα των αμαρτιών μας!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 44ον

- 1.

Δυνατός είναι εκείνος, που ευχαριστείται στις πρόσκαιρες θλίψεις και στενοχώριες, διότι σ' αυτές κρύβεται η ζωή και η δόξα της νίκης του!...

2.
Φωτισμένος είναι εκείνος, που γνώρισε την πίκρα, που υπάρχει στα "γλυκέα" τούτου του κόσμου και ασχολείται πάντοτε με τη σωτηρία της ψυχής του!...

3.
Φρόνιμος είναι εκείνος, που προσπαθεί να εξέλθει από την παρούσα ζωή, κερδίζοντας την αιώνια!...

4.
Ανόητος είναι εκείνος, που προσπαθεί διαρκώς, πως θα κερδίσει τα της πρόσκαιρης ζωής!...

5.
Απάρνηση εαυτού είναι το να μισήσουμε τούτη τη ζωή, ανεβαίνοντας στο σταυρό για να αποθάνουμε για την επιθυμία της μέλλουσας ζωής!...

6.
Κόσμος είναι μία πόρνη, που προσπαθεί με τα κάλλη της να μας ελκύσει κοντά της και να μας γυμνώσει από κάθε αρετή, πετώντας μας έξω από την οικία την ώρα του θανάτου!...

7.
Χαυνώνεται η θέληση της επιθυμίας του καλού, όταν δεν χωριζόμαστε από τα πράγματα του κόσμου και δεν απαρνούμεθα τελειώς τον κόσμο!...

8.
Αρχή της οδού του Θεού είναι α) νηστεία, β) αγρυπνία και γ) αδιάλειπτη ευχή!..

9.
Χαύνος είναι εκείνος που αμελεί τη νηστεία και τους λοιπούς αγώνες!..

10.
Η νηστεία είναι ο δρόμος ο άγιος του Θεού και θεμέλιο κάθε αρετής. Είναι ο στέφανος αυτών που εγκρατεύονται. Το κόσμημα της παρθενίας και αγιότητας. Η μητέρα της προσευχής. Ο πρόδρομος κάθε αγαθοεργίας!...

11.
Μόνον οι σωματικοί κόποι δεν διορθώνουν τα ψυχικά πάθη και δεν προκαλούν ειρήνη και αταραξία στην ψυχή!..

12.
Δεν μπορούμε να γνωρίσουμε τα πάθη μας, αν δεν αρνηθούμε τη συναναστροφή του κόσμου και τα σκορπίσματα των λογισμών!...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 45ον

1.
Όσο αυξάνουν τα δάκρυα, τόσο προκόπτει ο Χριστιανός στην αγάπη του Θεού. Όσο πλησιάζουμε τον κόσμο, τόσο στερεύουν τα δάκρυα!..
2.
Άλλα δάκρυα ξηραίνουν το σώμα και άλλα το τρέφουν και το ευφραίνουν...
3.
Συνανίσταται με το Χριστό όποιος αποκτά νέα καρδιά και νέο πνεύμα, δηλαδή νέες επιθυμίες και πόθουν πνευματικούς...
4.
Αίτια των οράσεων και αποκαλύψεων είναι! α) Αυτές που γίνονται χάριν του λαού του Θεού και β) Αυτές που γίνονται προς παρηγορία, θάρρος και διδασκαλία των ασθενών... Οικονομούνται δε από το έλεος του Θεού για τρεις τάξεις ανθρώπων: α) Για τους απλούστερους και πολύ άκακους, β) Για τους τέλειους και αγίους και γ) Για εκείνους που, έχοντας θερμό ζήλο προς το Θεό, ελησμόνησαν και απαρνήθηκαν τελείως τον κόσμο, για να μη πέσουν σε απελπισία, όταν φθάσουν στο θάνατο από πείνα ή ανίατη ασθένεια!...
5.
Καθαρός στην καρδιά είναι εκείνος που βλέπει όλους τους ανθρώπους καλούς. Καλός οφθαλμός δεν βλέπει πονηρά. Επίσης και αυτός που από απλότητα και ακακία ομοιάζει με νήπιο!...
6.
Η ψυχή μας είναι νεκρή και πρέπει να κλαίμε δι' αυτήν. Ας ζητούμε από τον Κύριο να μας δώσει τη χάρη των δακρύων και του πένθους. "Μακάριοι οι πενθούντες ότι αυτοί παρακληθήσονται".
7.
Όταν δεν μπορεί κανείς να πενθεί, για να είναι απαθής πρέπει ν' ασχολείται με τη μελέτη των Θείων Γραφών!...
8.
Όποιος αξιωθεί την αδιάκοπη ευχή, έφθασε στο τέλος όλων των αρετών και γίνεται κατοικητήριο του Αγίου Πνεύματος. Διότι το Άγιο Πνεύμα, όταν κατοικήσει μέσα μας, δεν παύει να προσεύχεται, είτε τρώγομε, είτε κοιμόμαστε, είτε κάτι άλλο κάνουμε και κυρίως όταν σιωπούμε!...
9.
Αξιώνεται της πνευματικής προσευχής, όποιος φυλάσσει τις εντολές του Θεού, διότι κατοικεί μέσα του ο Χριστός!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 46ον

1.
Φθάνουμε στην τελειότητα των καρπών του Αγίου Πνεύματος (αγάπη-χαρά-ειρήνη κ.λ.π.) όταν αξιωθούμε της τελείας αγάπης του Θεού!...
2.
Γνωρίζουμε ότι φθάσαμε στην τελεία αγάπη του Θεού, όταν, καθώς κινείται μέσα μας η ενθύμηση του Θεού, Τον αγαπάμε πολύ και τα μάτια μας από την πολλή αγάπη τρέχουν δάκρυα, διότι, όποιος αγαπά το Θεό, ποτέ δεν στερείται τα δάκρυα!...
3.
Χάρισμα Θεού είναι το ν' αφιερώσει κανείς τον εαυτό του στο Θεό και να πολιτεύεται ενάρετα. Όταν όμως στοχασθούμε, ότι κάνουμε χάρη στο Θεό, με το να τον δουλεύουμε, τότε μας απορρίπτει ο Θεός και παραδινόμαστε σε πάθη ατιμίας...
4.
Φανερό είναι ότι δεν νικάμε εμείς εις τον λογής-λογής αγώνα, αλλά ο Κύριος δι' ημών, κι εμείς λαμβάνουμε τη νίκη δωρεάν. Δια τούτο πρέπει να ευχαριστούμε το Θεό, που μας εχώρισε από τον κόσμο και γνωρίσαμε τη Χάρη των Αχράντων Μυστηρίων Του, για να μη πέσουμε και πάλι στην υπερηφάνεια και τα πάθη ατιμίας!...
5.
Πρέπει ν' αποφεύγουμε όλες τις αιτίες των παθών και να εμμένουμε στις προσευχές και τη συχνή Θεία Κοινωνία, μέχρις ότου ανδρωθούμε πνευματικά...
6.
Όταν αποφεύγουμε τις αιτίες των παθών και οι άλλοι, που δεν γνωρίζουν το σκοπό μας, σκανδαλίζονται, εμείς δεν είμαστε υπεύθυνοι του σκανδαλισμού τους. Διότι κανείς δεν μπορεί να δουλεύει στο Θεό και συγχρόνως ν' αρέσει σ' όλους τους ανθρώπους!...
7.
Η κάθαρση από τα πάθη δίνει την υγεία της ψυχής, με αποτέλεσμα την πνευματική χαρά, όταν κοινωνάμε, ευχόμεθα και μελετάμε τα λόγια Κυρίου!...
8.
Όποιος καταφρονεί τνο ασθενή αδελφό, δε θα δει ποτέ φως!..

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 47ον

1.
Κανένα πράγμα δε μας ελευθερώνει από το δαίμονα της πορνείας, όσο το να περιποιούμεθα τους ασθενείς στις ανάγκες τους...
2.
Όποιος γευθεί τη γλυκύτητα της ησυχίας, αποφεύγει τις συνομιλίες με τους ανθρώπους...

3.
Αρσένιε, φεύγε, σιώπα, ησύχαζε. Και εάν πολύ ωφελεί η θεωρία και η συνομιλία των αδελφών, αλλά σε σένα δεν ωφελεί τόσο η συντυχία μαζί τους, όσο η φυγή από αυτούς.
4.
Θέλεις ν' αποκτήσεις την αγάπη του πλησίον; Απομακρύνσου απ' αυτόν και τότε κατακαίεται η καρδιά σου από την προς αυτόν αγάπη και τον βλέπεις σαν άγγελο φωτός. Θέλεις να σ' επιθυμούν; Ωρισμένες μέρρες να πλησιάζεις όσους σε αγαπούν!...
5.
Ω, πόση γλυκύτητα προξενεί στην ψυχή η προσοχή με την ευχή και την ανάγνωση και πόσο ευφραίνει και χαροποιεί και καθαίρει την ψυχή, μόνο όσοι καταγίνονται μ' αυτά γνωρίζουν!..
6.
Η σιωπή είναι το μυστήριο του μέλλοντος αιώνας, οι δε λόγοι όργανο του κόσμου τούτου. Η σιωπή και η προσευχή μας εξομοιώνουν με τους αγγέλους!...
7.
Η αγάπη μετά την υγεία της ψυχής μπορεί ν' αποκτηθεί. Η δε ψυχή δεν υγιάνει, εάν δεν φυλάξει τις εντολές. Όπως ενεργούν τα φάρμακα στο άρρωστο σώμα, έτσι και οι εντολές του Θεού στην άρρωστη ψυχή. Πρέπει να γίνει υγιής η ψυχή, για να γίνει κατοικητήριο της Αγίας Τριάδος!..
8.
Άλλοι αποκτούν την καθαρότητα της ψυχής με την τήρηση των εντολών και άλλοι με τη Θεία Χάρη, όπως ο ληστής επί του σταυρού!...
9.
Όσοι ζουν κατά σάρκα, τα της σαρκός φρονούν και δεν μπορούν ν' αρέσουν στο Θεό...

ΜΕΛΕΤΗΜΑ 48ον

1.
Ο παλαιός, δηλαδή ο εμπαθής άνθρωπος, δεν μπορεί να περιπατήσει στην οδό του Χριστού, διότι το γήινο φρόνημα είναι εχθρός του Θεού, επειδή δεν υποτάσσεται στο νόμο του Θεού!...
2.
Ψυχή που δεν ενίκησε τα πάθη, δεν έχει παρησία στην προσευχή!...
3.
Να ζητάμε με συντριβή τη συγχώρεση των αμαρτιών μας και την ταπείνωση της ψυχής μας. Εάν δε θεραπευτεί η ψυχή από την ασθένεια της κακίας και δεν αποκτήσει τη φυσική της υγεία, αδύνατον είναι να επιθυμήσει τα πνευματικά χαρίσματα!...
- 4.

Όπως ο τυφλός, όσο και να του μιλάς για τη λάμψη του ήλιου και των διαμαντιών, δεν μπορεί να τα κατανοήσει, όπως αυτός που έχει οφθαλμούς. Έτσι κι εκείνος που βλέπει εσωτερικώς τη δόξα και θεωρία του Θεού και εντρυφά σ' αυτά με ηδονή, δεν ερωτά γι' αυτά τους άλλους!...

5.
Σ' αυτή τη ζωή δεν υπάρχει τελειότητα. Πού φάνηκε τελειότητα σ' αυτόν τον κόσμο, όπου ο ήλιος της ψυχής ανατέλλοντας και δύοντας, ευρίσκεται στο μέσον των νεφελών των παθών; Και όπου άλλοτε μεν είναι καιρός εύδιος και καλοσύνη και άλλοτε συννεφιά; Και πότε μεν χαρά, πότε δε λύπη και κατήφεια; Και όποιος φρονεί τα ενάντια τούτων, αυτός ομοιάζει με λύκο, ο οποίος δεν περιπατεί την πεπατημένη και βασιλική οδό!...

6.
Το Σάββατο το αληθινό και ασύγκριτο ο τάφος είναι. Όλη η ανθρωπότητα εκεί σαββατίζει και η ψυχή μας και το σώμα μας. Στον τάφο αληθινά σαββατίζει, καταπαύουσα από κάθε λύπη και διαβολική προσβολή η φύση μας.

Είθε ο Πανάγαθος Θεός να στηρίζει όλους τους Χριστιανούς εις την αγία Του διδασκαλία. Ω πρέπει δόξα και κράτος και μεγαλοπρέπεια νυν και αεί και εις τους ατελευτήτους αιώνας των αιώνων. Αμήν...