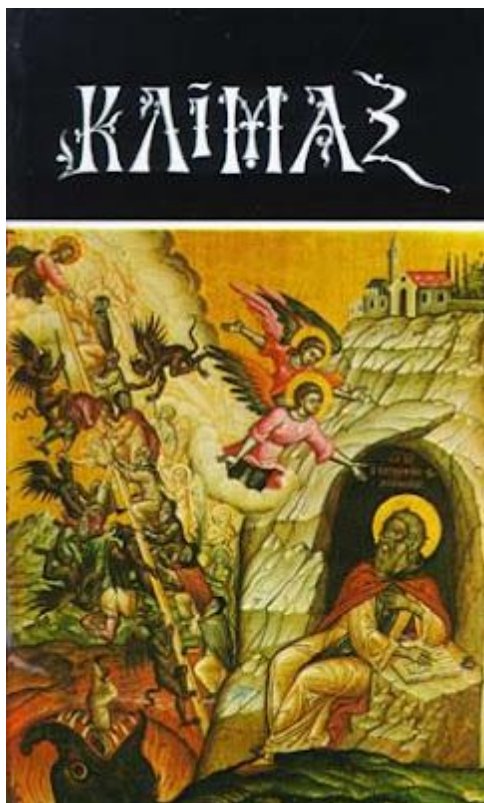


[imverias.blogspot.com](http://imverias.blogspot.com)

# Αγίου Ιωάννου του Σιναΐτου:Περί αγρυπνίας (Διά την σωματικήν αγρυπνίαν, και διά το πώς πρέπει να επιτελώμεν αυτήν)

5–6 Minuten

---



"Κλίμαξ"

## ΛΟΓΟΣ ΔΕΚΑΤΟΣ ΕΝΑΤΟΣ

### Περί αγρυπνίας

(Διά την σωματικήν αγρυπνίαν, και διά το πώς πρέπει να επιτελώμεν αυτήν)

1. Στους επίγειους βασιλείς, άλλοι παρίστανται άοπλοι και γυμνοί, άλλοι με ράβδους, άλλοι με ασπίδες και άλλοι με ξίφη. Είναι δε μεγάλη και ασύγκριτη η διαφορά ανάμεσα στους πρώτους και στους τελευταίους. Διότι οι πρώτοι είναι συνήθως συγγενείς και οικειακοί του βασιλέως. Και αυτά μέν συμβαίνουν σ'αυτούς.

Εμπρός λοιπόν και εμείς να εξετάσωμε πώς παριστάμεθα ενώπιον του Θεού και Βασιλέως μας στις εσπερινές, τις νυκτερινές και τις λοιπές παραστάσεις και προσευχές.

Στην βραδυνή αγρυπνία μερικοί υψώνουν τα χέρια τους σε προσευχή, άϋλοι και απηλλαγμένοι από κάθε φροντίδα. Άλλοι την επιτελούν με ψαλμωδία. Άλλοι επιμένουν ιδιαιτέρως στην ανάγνωσι. Άλλοι από αδυναμία πολεμούν ανδρείως τον ύπνο με το εργόχειρο. Και άλλοι απασχολούνται με την σκέψι του θανάτου, θέλοντας έτσι να αισθανθούν κατάνυξι. Εξ όλων

αυτών οι πρώτοι και οι τελευταίοι κάνουν θεάρεστη αγρυπνία. Οι δεύτεροι μοναχική. Οι τρίτοι βαδίζουν σε κατώτερη οδό. Πάντως αναλόγως προς την προαίρεσι και την δύναμι του καθενός, δέχεται και αξιολογεί τα δώρα ο Θεός.

2. Ο άγρυπνος οφθαλμός εξήγνισε τον νου, ενώ ο πολύς ύπνος επώρωσε την ψυχή. Ο άγρυπνος μοναχός είναι εχθρός της πορνείας, ενώ ο υπνώδης είναι σύζυγός της.

3. Η αγρυπνία είναι θραύσις της σαρκικής πυρώσεως, λύτρωσις από τους μολυσμούς των ενυπνιασμών, δακρύβρεκτος οφθαλμός, απαλή καρδιά, προφύλαξις από τους λογισμούς, χωνευτήριο των φαγητών, δαμαστήριο των παθών, κολαστήριο της γλώσσης, φυγαδευτήριο των αισχρών φαντασιών.

4. Ο άγρυπνος μοναχός είναι αλιεύς των λογισμών, ικανός να τους αντιλαμβάνεται και να τους συλλαμβάνη με ευχέρεια μέσα στην νυκτερινή γαλήνη. Ο φιλόθεος μοναχός, όταν σημαίνει η σάλπιγγα της προσευχής, αναφωνεί: Εύγε! Εύγε! (πρβλ. Ιώβ λα΄ 29), ενώ ο ράθυμος οδύρεται: Αλλοίμονο! Αλλοίμονο!

5. Η προετοιμασία της τραπέζης εδοκίμασε τους γαστριμάργους και η εργασία της προσευχής εδοκίμασε τους φιλοθέους. Ο πρώτος μόλις αντικρύση την τράπεζα σκιρτά, ενώ ο δεύτερος σκυθρωπάζει.

6. Ο πολύς ύπνος είναι πρόξενος της λήθης, ενώ η αγρυπνία καθαρίζει την μνήμη.

7. Ο πλούτος των γεωργών συναθροίζεται στο αλώνι και στο πατητήρι, ενώ ο πλούτος και η γνώσις των μοναχών, στις εσπερινές και νυκτερινές προσευχές και στην νοερά εργασία.

8. Ο πολύς ύπνος είναι σύζυγος άδικος, πού αφαρπάζει το ήμισυ ή και περισσότερο ακόμη από την ζωή του ραθύμου.

9. Ο αδόκιμος μοναχός είναι άγρυπνος στις συζητήσεις. Όταν όμως ήλθε η ώρα της προσευχής, εβάρυναν τα μάτια του. Ο αποχαυνωμένος μοναχός είναι ικανός για πολυλογίες. Όταν όμως αρχίση η ανάγνωσις, δεν μπορεί ούτε να κοιτάξη από την νύστα.

Όταν θα ηχήση η εσχάτη σάλπιγγα, θα συμβή η ανάστασις των νεκρών. Κατά παρόμοιο τρόπο μόλις αρχίση η αργολογία, θα συμβή η ανάνηψις

των κοιμωμένων. Είναι ύπουλος φίλος ο τύραννος που λέγεται ύπνος. Πολλές φορές, όταν είμαστε χορτασμένοι από φαγητά υποχωρεί, ενώ όταν πεινούμε και διψούμε μας πολεμεί δυνατά. Στην προσευχή προτρέπει να κρατούμε εργόχειρο, διότι με άλλον τρόπο δεν μπορούμε να χαλάσουμε την προσευχή αυτών, οι οποίοι ασκούν αγρυπνία.

Στους αρχαίους αυτός είναι ο πρώτος πόλεμος που αντιμετωπίζουν· με τον σκοπό να τους κάνουν εξ αρχής ραθύμους ή να προετοιμάσει τον δρόμο για τον δαίμονα της πορνείας. Έως ότου ελευθερωθούμε από αυτόν, ας μην αφήνουμε την κοινή ψαλμωδία με το πλήθος των αδελφών· διότι έτσι πολλές φορές αισθανόμαστε εντροπή και δεν νυστάζουμε.

10. Ο σκύλος είναι εχθρός των λαγών· ομοίως και ο δαίμων της κενοδοξίας είναι εχθρός του ύπνου.

11. Ο έμπορος μετρά το κέρδος, όταν τελειώσει η ημέρα, και ο αγωνιστής μοναχός, όταν τελειώσει η ψαλμωδία.

12. Περίμενε και πρόσεχε και θα ιδής μετά από την προσευχή στίφη δαιμόνων, οι οποίοι επειδή

πολεμήθηκαν εκ μέρους μας προσπαθούν να μας τραυματίσουν με τις απρεπείς φαντασίες. Κάθησε και παρατήρει, και θα ιδής αυτούς που συνηθίζουν να αφαρπάζουν τους πρώτους καρπούς της ψυχής.

13. Συμβαίνει μερικές φορές ενώ κοιμόμαστε, να μελετούμε τους στίχους των Ψαλμών. Τούτο συμβαίνει, διότι προηγήθηκε αυτή η μελέτη. Μερικές όμως φορές μας τα προκαλούν αυτά οι δαίμονες, για να μας δημιουργήσουν έπαρσι υπερηφανείας. Υπάρχει και τρίτη περίπτωση που δεν ήθελα να αναφέρω, αλλά κάποιος με εξηνάγκασε: Η ψυχή που μελετά ακατάπαυστα κάθε ημέρα τον λόγο του Κυρίου, συνηθίζει και στον ύπνο να προσκολλάται σ'αυτά τα νοήματα. Το δεύτερο αυτό είναι κυρίως η ανταμοιβή του πρώτου, για να απομακρύνονται από την ψυχή αμαρτίες και νυκτερινές φαντασίες!

Δεκάτη ενάτη βαθμίδα! Όποιος την ανέβηκε, εδέχθηκε φως στην καρδιά του.

Ι.Μ.Παρακλήτου