



**Τοῦ ἀββᾶ Ἡσαΐα: ταπεινοφροσύνη**

Ὅποιος ἔχει ταπεινοφροσύνη, γλῶσσα δὲν ἔχει γιὰ νὰ ἐλέγξει τὸν ἕναν πὺ εἶναι ἀμελής ἢ τὸν ἄλλον πὺ εἶναι ἀσεβής· οὔτε μάτια ἔχει, γιὰ νὰ παρατηρεῖ τὰ ἐλαττώματα ἄλλου· οὔτε αὐτιά ἔχει, γιὰ νὰ ἀκούει ὅσα δὲν ὠφελοῦν τὴν ψυχὴ του· καὶ δὲν ἔχει νὰ μιλήσει σὲ κανέναν γιὰ τίποτε ἄλλο, παρὰ μόνο γιὰ τὶς ἁμαρτίες του· ἀλλὰ καὶ

μὲ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους ἔχει εἰρηνικὲς σχέσεις ὄχι γιὰ κάποια φιλία, ἀλλὰ γιὰ χάρη τῆς ἐντολῆς τοῦ Θεοῦ (Μάρκ. 9:50). Ἄν κανεῖς δὲν βαδίζει τὸν δρόμο τοῦτο (τῆς ταπεινοφροσύνης), ἀκόμα κι ἂν νηστεύει (αὐστηρά, τρώγοντας κάθε) ἕξι μέρες ἢ ἐπιδοθεῖ σὲ (ὅποιουσδήποτε) μεγάλους ἀγῶνες, χαμένοι πηγαίνουν ὅλοι του οἱ κόποι.[...]

## **Εὐχὴ τοῦ Κανόνος εἰς τὸν Κύριον ἡμῶν Ἰησοῦν Χριστὸν**

Δέσποτα, Χριστέ, ὁ Θεός, ὁ τοῖς πάθεσί σου τὰ πάθη μου  
θεραπεύσας, καὶ τοῖς τραύμασί σου τὰ τραύματά μου  
ἰατρεύσας, χάρισαί  
μοι τῷ πολλά σοι πταίσαντι δάκρυα κατανύξεως`  
συγκέρασον μου τὸ σῶμα, ἀπὸ ὀσμῆς τοῦ ζωοποιοῦ σώματός  
Σου, καὶ γλύκανόν μου τὴν ψυχὴν, τῷ Σῶ τιμίῳ αἵματι,  
ἀπὸ τῆς πικρίας, ἦν με ὁ ἀντίδικος ἐπότισεν.  
Ἔψωσόν μου τὸν νοῦν πρὸς σέ, κάτω ἐλκυσθέντα,  
καὶ ἀνάγαγέ με ἀπὸ τοῦ χάσματος τῆς ἀπωλείας`  
ὅτι οὐκ ἔχω μετάνοιαν, οὐκ ἔχω κατάνυξιν,  
οὐκ ἔχω δάκρυον παρακλητικόν, τὰ ἐπανάγοντά με τέκνα πρὸς  
τὴν ἰδίαν κληρονομίαν. Ἐσκότισμαι τὸν νοῦν ἐν τοῖς βιωτικοῖς  
πάθεσι, καὶ οὐκ ἰσχύω ἀτενίσαι πρὸς σὲ ἐν ὀδύνῃ,  
οὐ δύναμαι θερμανθῆναι τοῖς δάκρυσιν τῆς πρὸς Σὲ ἀγάπης.  
Ἀλλά, Δέσποτα, Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ὁ θησαυρὸς τῶν ἀγαθῶν,  
δώρησαί μοι μετάνοιαν ὀλόκληρον,  
καὶ καρδίαν ἐπίπονον εἰς ἀναζήτησίν σου,  
καὶ ἀνακαίνισον ἐν ἐμοὶ τὰς μορφὰς τῆς σῆς εἰκόνας.  
Κατέλιπόν Σε, μὴ ἐγκαταλίπης` ἔξελθε εἰς ἀναζήτησίν μου,  
ἐπανάγαγέ με πρὸς τὴν νομὴν Σου, συναρίθμησόν με τοῖς  
προβάτοις τῆς ἐκλεκτῆς Σου ποιμνης,  
καὶ διάθρεψόν με σὺν αὐτοῖς ἐκ τῆς χλόης τῶν θείων Σου  
Μυστηρίων, πρεσβείαις τῆς πανάγνου Μητρὸς Σου,  
καὶ πάντων τῶν Ἁγίων Σου` Ἀμήν.