

13η ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΗ ΕΚΠΟΜΠΗ «Ψαλμός, Ἐκκλησίας Φωνή»

τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς Τέχνης καὶ Μουσικολογίας τῆς Ἀ.Θ.Σ. Βόλου.
στὸν Ραδιοφωνικὸ Σταθμὸ τῆς Ἐκκλησίας τῆς Ἑλλάδος καὶ στὴν ΟΡ.ΜΑ. τῆς Ἰ.Μ.Δημητριάδου
Ἐπιμέλεια: ΚΩΝ/ΝΟΣ ΧΑΡΙΛ. ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗΣ

ΘΕΜΑ ΕΚΠΟΜΠΗΣ: Ἰωάννου τῆς Κλίμακος θεολογήσεις περὶ Ψαλτικῆς Τέχνης (β)
Σάββατο, 28 Μαρτίου 2015

ΣΗΜΑ ΕΝΑΡΞΕΩΣ - ΤΕΛΟΥΣ ΕΚΠΟΜΠΗΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΕΚΠΟΜΠΗΣ	«Ψαλμός, Ἐκκλησίας Φωνή» (Ὅσιου Ἐφραίμ τοῦ Σύρου, Περὶ Ψαλμοῦ [De psalmo])
ΥΠΟΤΙΤΛΟΣ ΕΚΠΟΜΠΗΣ	Ἄγιογραφικὲς καὶ Πατερικὲς Θεολογήσεις γιὰ τὴν Ἱερὰ Ψαλμωδία.
ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΕΚΠΟΜΠΗΣ	Μία παραγωγή τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς Τέχνης καὶ Μουσικολογίας τῆς Ἀκαδημίας Θεολογικῶν Σπουδῶν Βόλου.
ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΚΠΟΜΠΗΣ	Παρουσιάζει ὁ Διευθυντὴς τοῦ Τομέα Κων/νος Καραγκούνης, Ἐπίκουρος Καθηγητὴς τῆς Ἀνωτάτης Ἐκκλησιαστικῆς Ἀκαδημίας Ἀθηνῶν.
ΣΥΜΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ	Συμπαρουσίαση: Ἀριάδνη Τσαλούχου, Ψυχολόγος.

Α' ΜΕΡΟΣ

ΠΡΟΦΩΝΗΣΗ ΕΚΠΟΜΠΗΣ

Ἀγαπητοὶ ἀκροατές, χαίρετε! **Γειά σας.**

Κάθε ἐβδομάδα, αὐτὴν τὴν ἡμέρα καὶ ὥρα ἀκοῦτε τὴν ἐκπομπή, «Ψαλμός, Ἐκκλησίας Φωνή», ἀφιερωμένη στὴν Ἱερὰ Ψαλμωδία τῆς Ὁρθόδοξης Ἀνατολικῆς Ἐκκλησίας.

Μπορεῖτε νὰ ἀφήνετε τὰ μηνύματά σας, πὶς παρατηρήσεις ἢ πὶς ἀπορίες σας, στὸ τηλεφωνικὸ κέντρο τοῦ Ραδιοφωνικοῦ Σταθμοῦ, καλῶντας τὸν ἀριθμὸ 210-7298222, ἀπὸ πὶς 7 τὸ πρωὶ ἕως πὶς 8 τὸ βράδυ ἢ, ἀκόμη, μπορεῖτε νὰ καλεῖτε τὸ τηλέφωνο 6947774647 τοῦ ἐπιμελητοῦ τῆς ἐκπομπῆς.

Ἐπίσης, μπορεῖτε νὰ μᾶς στέλνετε προσωπικοὺς σας δίσκους ἢ ἠχογραφήσεις σας Ψαλτικῆς, πὶς ὁποῖες εὐχαρίστως θὰ παίζουμε στὴν ἐκπομπή μας. **Τὸ ὑλικό σας αὐτὸ μπορεῖτε νὰ μᾶς τὸ στέλνετε μαζί με τὰ στοιχεῖά σας καὶ ἕνα σύντομο βιογραφικό σας, εἴτε ταχυδρομικῶς στὴ διεύθυνσή μας **Ἀμοργοῦ 6B, Τ.Κ. 38500, Βόλος**, εἴτε ψηφιακῶς στὴν ἠλεκτρονικὴ διεύθυνση τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς, **tomeaspsaltikis**, μία λέξη, ὅπως ἀκούγεται, **@acadimia.org**, ὅλα τὰ γράμματα με μικροὺς λατινικοὺς χαρακτήρες.**

Σᾶς ὑπενθυμίζουμε, ἀγαπητοὶ φίλοι, ὅτι τὰ κείμενα τῶν ἐκπομπῶν μας ὑπάρχουν πλέον ἀναρτημένα στὸν ιστότοπο τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς Τέχνης καὶ Μουσικολογίας τῆς Ἀκαδημίας Θεολογικῶν Σπουδῶν Βόλου. Ὅσοι ἐνδιαφέρεστε νὰ βλέπετε ἢ νὰ κατεβάξετε τὰ κείμενα τῶν ἐκπομπῶν μας, δὲν ἔχετε παρὰ νὰ ἐπισκέπτεσθε τὸ σάιτ τοῦ Τομέα στὸ **www.tomeaspsaltikis** -μία λέξη, ὅπως ἀκούγεται- **gr**. Ἐδῶ μπορεῖτε, ἐπίσης, νὰ βρίσκετε πληροφορίες γιὰ πὶς λοιπὲς δράσεις τοῦ Τομέα (συνέδρια, ἡμερίδες, λατρευτικὲς καὶ καλλιτεχνικὲς ἐκδηλώσεις, ἐκδόσεις-κυκλοφορίες δίσκων), καθὼς καὶ ἐπιστημονικὲς μελέτες τοῦ διευθυντοῦ καὶ τῶν μελῶν του.

Στη σημερινή έκπομπή, κατά τις μουσικές γέφυρες, θα ακούσουμε, όπως και στην προηγούμενη έκπομπή μας, εξαιρετικές βυζαντινές και μεταβυζαντινές μελοποιήσεις ύμνων των Άκολουθιών του Έσπερινοῦ, του Ὁρθρου και τῆς Θείας Λειτουργίας, πάλι από σπάνιες ζωντανές ηχογραφήσεις τοῦ μακαριστοῦ Ἁγιορείτου Ἱεροψάλτου διακο-Διονυσίου Φιρφιρή. Οἱ ηχογραφήσεις προέρχονται ἀπὸ παλαιὰ ἐπετειακὴ συλλογὴ δίσκων, ἡ ὁποία κυκλοφόρησε γιὰ τὰ 1000 χρόνια ἀπὸ τὴν ἐγκαθίδρυση τοῦ κοινοβιακοῦ μοναχισμοῦ στὸ Ἅγιον Ὄρος.

1. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 6.

Ἄς ἔλθουμε, τώρα, ἀγαπητοὶ ἀκροατές, στὸ θέμα τῆς σημερινῆς μας έκπομπῆς. Καὶ σήμερα, γιὰ δεύτερη συνεχὴ φορά, ἡ έκπομπή μας εἶναι ἀφιερωμένη στὸ περίφημο ἀσκητικὸ πατερικὸ σύγγραμμα, «Κλίμαξ τῶν Ἀρετῶν» τοῦ Ὁσίου Πατρὸς ἡμῶν Ἰωάννου τοῦ Σιναΐτου.

Σήμερα, λοιπόν, θὰ συνεχίσουμε νὰ παρουσιάζουμε τὶς θεολογικὲς διδασκαλίες περὶ Ψαλμωδίας τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Σιναΐτου, ὅπως αὐτὲς αποτυπώνονται στὴ σπουδαία ἀσκητικὴ συγγραφή αὐτοῦ «Κλίμαξ τῶν Ἀρετῶν». Πρῶτα, ὁμως, γιὰ ὅσους φίλους δὲν εἶχαν παρακολοθήσει τὴν προηγούμενη έκπομπή μας, ας υπενθυμίσουμε δυο στοιχεῖα γιὰ τὸν συγγραφέα τοῦ ἔργου καὶ γιὰ τὸ ἴδιο τὸ σύγγραμμα.

Ὁ Ὁσιος Ἰωάννης Σιναΐτης, λοιπόν, γεννήθηκε περὶ τὸ ἔτος 525 μ.Χ., κατ' ἄλλους περὶ τὸ 579, ἀπὸ τὴν ηλικία δὲ τῶν δεκάεξι <16> ἐτῶν κατέφυγε γιὰ νὰ μονάσει στὸ Σινά, στὴν ἱερὰ Μονὴ τῆς Ἁγίας Αἰκατερίνης ὅπου ἐκάρη μοναχὸς σὲ ηλικία εἴκοσι ἐτῶν. Σὲ ηλικία τριανταπέντε χρονῶν, ἐπέλεξε τὴν ἐρημικὴ ἀσκητικὴ ζωὴ, παραμένοντας ἐπὶ σαράντα ἔτη στὸ περίφημο σπήλαιο «τοῦ Θολά», ὅπου, μακριὰ ἀπὸ τὸν κόσμον καὶ με βοηθούς τὴν νηστεία, τὴν ἀγρυπνία, τὴν σιωπὴ, τὴν προσευχὴ καὶ τὰ δάκρυα τῆς κατανύξεως, καλλιέργησε ὅλες τὶς μεγάλες ἀρετές. Ἀργότερα, ὁ Ἰωάννης ἀνεβιβάσθη διὰ τῆς βίας στὸν ηγουμενικὸ θρόνον τῆς Μονῆς τῆς Ἁγίας Αἰκατερίνης τοῦ Σινά, ὅπου ἐμείνε λίγον, μὴν πού σύντομα ἐγκατέλειψε τὴν ηγουμενία καὶ ἀπεσύρθη πάλι στὴν ἀγαπημένη του ησυχία. Ὁ Ἰωάννης κοιμήθηκε κατ' ἄλλους μεν περὶ τὸ ἔτος 600 μ.Χ., κατ' ἄλλους δὲ περὶ τὸ 649 καὶ ἡ μνήμη του στὴν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία εορτάζεται τὴν 30ῃ Μαρτίου καὶ κατὰ μετὰθεση τὴν Δ' Κυριακὴ τῶν Νηστειῶν.

Ὁ Ἰωάννης ηγούμενος Ραϊθού ζήτησε ἀπὸ τὸν Ἰωάννη Σιναΐτη μίαν ἐκθεση τῶν ἀντιλήψεῶν του γιὰ τὴν πνευματικὴ ἀσκήσιον καὶ ὁ τελευταῖος του ἐστειλε τὴν «Κλίμακα τῶν Ἀρετῶν». Στὸ κλασσικὸ αὐτὸ ἔργο, ὁ Ἰωάννης τῆς Κλίμακος περιγράφει μίαν σοφὴν μέθοδον, διὰ τῆς ὁποίας ὁ ἄνθρωπος ἐγείρεται ἀπὸ τὸν ὕπνον τῆς ραθυμίας καὶ πλησιάζει τὸν Θεόν, διὰ τῆς πνευματικῆς ζωῆς. Κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς μάχης μετὰ τὸ ἐγὼ του, ὁ ἄνθρωπος πρέπει νὰ ἀνέβῃ μίαν κλίμακα τριάντα ἀρετῶν, προκειμένου νὰ φθάσῃ στα τελευταῖα σκαλοπάτια τῆς «Κλίμακος», που εἶναι ἡ πίστις, ἡ ἐλπίδα καὶ, τελικῶς, ἡ ἀγάπη.

Πέρα ἀπὸ τὸ τεράστιον θεολογικὸν καὶ ἀσκητικὸν ενδιαφέρον, τὸ ὁποῖον παρουσιάζει ἡ μελέτη τοῦ βιβλίου τῆς «Κλίμακος», ἐξαιρετικὰ πολὺτιμη εἶναι καὶ ἡ θεολογικὴ διδασκαλία περὶ Ψαλμωδίας τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Σιναΐτου, διότι σὲ αὐτὴ ἀποτυπώνεται ὁλόκληρη ἡ Ὁρθόδοξη πατερικὴ παράδοσις σχετικὰ μετὰ τὴν θέσιν, τὸ ρόλον, τῆς μουσικῆς στὴ λατρεία, ἀλλὰ καὶ σχετικὰ μετὰ τὴν Ψαλμωδίαν ὡς μέσον κοινῆς καὶ προσωπικῆς προσευχῆς.

Ὁ Ὁσιος Ἰωάννης δὲν περιγράφει μόνον τὶς θετικὰς ἐπιδράσεις τῆς Ψαλμωδίας στὴν ἀνθρώπινον ψυχὴν, ἀλλὰ, ἐπίσης, προειδοποιεῖ τὸν πιστὸν γιὰ τοὺς κινδύνους, τοὺς ὁποίους μπορεῖ

να αντιμετωπίσει όποιος δεν κάνει σωστή χρήση της Ψαλμωδίας. Αυτό σημαίνει ότι στην ανθρώπινη Ψυχή υπάρχουν πολλά πάθη, όπως η εγωπάθεια, η υπεροψία, ο εγωισμός, η εγωκεντρικότητα, η κακή υπερηφάνεια και πολλές άλλες, οι οποίες μπορούν να μετατρέψουν της Ψαλμωδία από όργανο προς σωτηρία σε όργανο για την απώλεια και τον θάνατο της Ψυχής.

2. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 7.

Ο λόγος, λοιπόν, και σήμερα, σε δεύτερη συνεχόμενη εκπομπή, για τις θεολογήσεις περί Ψαλμωδίας του Αγίου Ιωάννου του Σιναΐτου, όπως αυτές αποτυπώνονται στη σπουδαία ασκητική συγγραφή του «Κλίμαξ των Αρετών». Έχοντας, ήδη, κάνει μια σύντομη ανακεφαλαίωση για τον συγγραφέα του έργου και για το ίδιο το σύγγραμμα, ας συνεχίσουμε τώρα το θέμα μας εκεί που το αφήσαμε στην περασμένη μας εκπομπή.

Επιτρέψτε μας, εδώ πάλι να υπενθυμίσουμε ότι η επεξεργασία και παρουσίαση του υλικού δεν πραγματοποιείται σύμφωνα με τη σειρά των τριάντα αναβαθμών της «Κλίμακος», αλλά σύμφωνα με τη θεματική ταξινόμηση των χωρίων, που επισημάνθηκαν και συγκεντρώθηκαν. Ας σημειωθεί, επίσης, ότι τα περί ψαλμωδίας χωρία δεν έχουν απαραίτητως το ίδιο θέμα με τον αναβαθμό από τον οποίο προέρχονται.

Έχουμε ήδη παρουσιάσει στην περασμένη μας εκπομπή τις προϋποθέσεις, που θέτει ο Ιωάννης της Κλίμακος για συμμετοχή του πιστού στην Ψαλμωδία (που ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ η καλλιφωνία, οι θεωρητικές και πρακτικές σπουδές στην μουσική, η απόκτηση των κατάλληλων τεχνικών), αλλά η επίγνωση ότι ο πιστός ευρίσκεται ενώπιος ενώπιω με τον Πανάγιο Τριαδικό Θεό, η συναίσθηση της μικρότητας του ανθρώπου και του μεγαλείου, της απέραντης αγάπης, μακροθυμίας και συγκαταβάσεως του Θεού προς το πλάσμα του. Και ακόμη, άλλες προϋποθέσεις είναι η προθυμία, η αγνότητα, η κάθαρση των λογισμών, που περνά μέσα από την κάθαρση της Ψυχής από τα δύο γεννησιουργά πάθη της φιλοκοσμίας και της φιληδονίας, αλλά, επίσης, προϋπόθεση είναι η αποβολή των προσωπικών μεριμνών και σκέψεων και η αποξένωση από όλο τον ορατό και άορατο κόσμο, μια που η Ψαλμωδία είναι προσευχή. Έτσι, θερμαίνεται η Ψυχή και γεννιέται η λαχτάρα για το Θεό. Όμως και η απλή παρακολούθηση της Ψαλμωδίας κατά τη διάρκεια των ακολουθιών πρέπει να πραγματοποιείται υπό ορισμένες προϋποθέσεις, που είναι η ησυχία και η αταραξία, «διότι οι δαίμονες προσπαθούν με τις ταραχές να χαλούν την προσευχή.» Είπαμε, ακόμη, ότι η Ψαλμωδία είναι εργο των Αγγέλων, ότι είναι μέσον με το οποίο μπορούμε να προσφέρουμε την ευχαριστία μας στον Κύριο, ότι είναι σημαντική βοήθεια για να ξεπερνάμε τη δειλία μας, την πνευματική μας δειλία.

Θα συνεχίσουμε, λοιπόν, τώρα με την διακήρυξη του Οσίου Ιωάννου ότι η Ψαλμωδία είναι όπλο άμυνας και επίθεσης κατά των πνευματικών εχθρών στις πνευματικές μάχες, αλλά και δραστηκότατο θεραπευτικό μέσον.

Αμέσως μετά το ψαλμικό μας διάλειμμα.

3. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 8α.

ι. Η ΨΑΛΜΩΔΙΑ ΩΣ ΟΠΛΟΝ ΑΜΥΝΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΘΕΣΗΣ, ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ

Κατά τον Ιωάννη Σιναΐτη, το ευγενές αυτό μέσον, η Ψαλμωδία, διά του οποίου ευαρεστείται και ευχαριστείται ο Κύριος μπορεί να μεταβληθεί αυτομάτως σε ένα πανίσχυρο όπλο

όπλο άμυνας και επιθέσεως κατά των φοβερών δαιμονικών πειρασμών, αλλά και κατά των προσωπικών μας αδυναμιών και παθών. Ο Ιωάννης γνωρίζει καλά και υπενθυμίζει στους μελετητές του έργου του ότι, ενώ οι πατέρες χαρακτήρισαν «...τήν προσευχή τείχος, τὰ καθαρά δάκρυα λουτρό...», στην Ψαλμωδία έδωσαν τον χαρακτηρισμό «όπλο». **Να πως το γράφει:**

[‘Όπλον μὲν οἱ Πατέρες τὴν ψαλμωδίαν, τὴν δὲ προσευχὴν τείχος, λουτήρα δὲ τὸ ἄμωμον δάκρυον εἶναι ὀρίζονται· τὴν δὲ μακαρίαν ὑπακοὴν ὁμολογίαν ἔκριναν, ἧς χωρὶς οὐδεὶς τῶν ἐμπαθῶν ὄψεται τὸν Κύριον. Αναβαθμὸς Δ 9 (10), Περὶ ὑπακοῆς.]

Το όπλο τούτο είναι πολύ αποτελεσματικό κατά του ύπνου. Τους μοναχούς που αδυνατούν να πολεμήσουν τον δαίμονα αυτό, του ύπνου, ο Ιωάννης συμβουλεύει να καταφεύγουν στην κοινή Ψαλμωδία με τους λοιπούς αδελφούς της Μονής: «Έως ότου ελευθερωθούμε από αυτόν [τον δαίμονα του ύπνου], ας μην αφήνουμε την κοινή ψαλμωδία με το πλήθος των αδερφών. Διότι έτσι πολλές φορές αισθανόμεθα εντροπή και δεν νυστάζομε.»

[Έως οὗ τούτου ἐλευθερωθῶμεν, μετὰ πλήθους ψάλλειν μὴ παραιτησῶμεθα· πολλάκις γὰρ αἰδούμενοι, οὐ νυστάζομεν. Αναβαθμὸς ΙΘ' 17 (9γ), Περὶ ἀγρυπνίας.]

Υπάρχει, όμως, και άλλη σχετική αναφορά, στο περί αγρυπνίας κεφάλαιο, όπου χαρακτηρίζει ως μοναχική την αγρυπνία που επιτελείται με την βοήθεια Ψαλμωδίας: «Στὴν βραδυνὴ ἀγρυπνία μερικοὶ ὑψώνουν τὰ χέρια τους σὲ προσευχή, ἄϋλοι καὶ ἀπηλλαγμένοι ἀπὸ κάθε φροντίδα. Ἄλλοι τὴν ἐπιτελοῦν μὲ ψαλμωδία. Ἄλλοι ἐπιμένουν ἰδιαιτέρως στὴν ἀνάγνωσι. Ἄλλοι ἀπὸ ἀδυναμία πολεμοῦν ἀνδρείως τὸν ὕπνο μὲ τὸ ἐργόχειρο. Καὶ ἄλλοι ἀπασχολοῦνται μὲ τὴν σκέψι τοῦ θανάτου, θέλοντας ἔτσι νὰ αισθανθοῦν κατάνυξι. Ἐξ ὅλων αὐτῶν οἱ πρῶτοι καὶ οἱ τελευταῖοι κάνουν θεάρεστη ἀγρυπνία. Οἱ δεῦτεροι μοναχική.»

[Τινὲς μὲν γὰρ ἐν τῇ ἑσπερινῇ διανυκτερεύσει ἄϋλοι, καὶ γυμνοὶ πάσης φροντίδος, ἐπὶ προσευχὴν τὰς χεῖρας ἐκτείνουσιν· ἕτεροι δὲ μετὰ ψαλμωδίας ἐν ταύταις παρίστανται· ἄλλοι, τῇ ἀναγνώσει μᾶλλον προσκαρτεροῦσι· τινὲς δὲ, διὰ τοῦ ἔργου τῶν χειρῶν ἐξ ἀσθενείας ἀνδρείως τῷ ὕπνῳ μάχονται· ἄλλοι, τῇ τοῦ θανάτου ἐννοίᾳ προσασχολούμενοι, διὰ ταύτης κατάνυξιν προσλαβέσθαι βούλονται. Τούτων πάντων οἱ πρῶτοι καὶ ἔσχατοι θεοφιλεῖ προσκαρτεροῦσι διανυκτερεύσει· οἱ δὲ δεῦτεροι, μοναχική. Αναβαθμὸς ΙΘ' 2β (1γ), Περὶ ἀγρυπνίας.]

Στο τέλος του ΙΓ' Αναβαθμού της Κλίμακος, στον λόγο περί ακηδίας, ο Ιωάννης συλλαμβάνει και βιάζει την ακηδία να φανερώσει, πώς προέρχεται και ποιούς φοβάται: «Λέγε μας λοιπόν και σύ, παράλυτε και έκλυτε, ποιός είναι ό κακός γονεύς σου; Ποιά είναι τὰ τέκνα σου; Ποιοί είναι αὐτοὶ πού σέ πολεμοῦν; Καὶ ποιός ό φονευτής σου»; Εκεί, βιαζόμενη η ακηδία ομολογεί: “...Τὰ ἰδικὰ μου τέκνα εἶναι: Οἱ μετακινήσεις ἀπὸ τὸν ἕνα τόπο στὸν ἄλλο πού γίνονται μαζί μου, ἡ παρακοὴ στὸν πνευματικὸ πατέρα, ἡ λησμοσύνη τῆς Κρίσεως, καὶ μερικὲς φορές ἡ ἐγκατάλειψις τῆς μοναχικῆς ζωῆς. Ἰδικοὶ μου ἀντίπαλοι, ἀπὸ τοὺς ὁποίους τώρα ἔχω δεθῆ, εἶναι ἡ ψαλμωδία καὶ τὸ ἐργόχειρο.” »

[Λέγε λοιπόν σύ, ὦ παρεμμένη και έκλυτε. τίς ό τετοκώς σε κακῶς; τίνες οἱ σοὶ ἀπόγονοι; τίνες δὲ οἱ σε πολεμοῦντες; καὶ τίς ό σοῦ ἀναιρέτης; Ὁ δὲ φησιν, Ἐν τοῖς μὲν ἀληθείᾳ ὑπηκόοις οὐκ ἔχω ἐγὼ ποῦ τὴν κεφαλὴν κλῖναι· ἐν οἷς δὲ ἔχω, καθ' ἡσυχίαν συνδιάγω τούτοις. Αἱ δὲ μοῦ κλήτριαι πλεῖσται· ποτὲ μὲν ἀναισθησία ψυχῆς, ποτὲ δὲ ἀμνημοσύνη τῶν ἄνω· ἔστι δὲ ὅτε και ὑπερβολὴ καυμάτων· ἐμοῦ ἀπόγονοι μεταβάσεις τόπων σὺν ἐμοὶ γινόμεναι· παρακοὴ πατρός, ἀμνημοσύνη κρίσεως· ἔστι δὲ ὅτε και κατάλειψις τοῦ ἀπαγγέλματος (ενν. τῆς μονα-

χικής ζωής)· αὶ ἔμοῦ ἀντίδοκοι, ὑφ' ὧν δέδεμαι νῦν, ψαλμῶδᾳ σὺν ἔργοχειρῶ. Αναβαθμὸς ΙΓ 11-12 (10), Περὶ ακηδίας.]

Πόσο, λοιπόν, ισχυρότατο όπλο κατά της ακηδίας είναι η Ψαλμωδία, όταν γίνεται ως καθαρά προσευχή!

4. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 8β.

Ο Ιωάννης της Κλίμακος, αγαπητοὶ φίλοι της εκπομπής μας, σημειώνει ακόμη, ότι η υμνωδία, εκτός από όπλον άμυνας και επίθεσης στις πνευματικές μάχες, μπορεί να λειτουργήσει και ως θεραπευτικό φάρμακο κατά του πάθους του θυμού: «Θεραπεία του θυμού είναι η αγάπη της ατιμίας, η υμνωδία και η ευσπλαγχνία», ισχυρίζεται ο ιερός Ιωάννης.

[Θυμοῦ ἴαμα, ἀτιμίας ἀγάπη· ὑμνωδία δὲ καὶ συμπτώθεια. Αναβαθμὸς ΚΣΤ' Γ10 (Γ3), Περὶ διακρίσεως (Γ').]

ii. Η ΨΑΛΜΩΔΙΑ ΩΣ ΜΕΣΟΝ ΑΣΚΗΣΕΩΣ

Παρεμφερείς με τις προηγούμενες είναι δύο ακόμη αναφορές του Ιωάννου Σιναΐτου στην Ψαλμωδία -στον περί ησυχίας αναβαθμό-, όπου, εκτός από όπλο, η Ψαλμωδία αναγνωρίζεται ως ένα γενικό μέσο πνευματικής ασκήσεως, κυρίως για τους αρχαρίους και απλούς αγωνιστές, οι οποίοι δεν έφθασαν ακόμη στα ύψη της απαθούς ησυχίας και της αδιαλείπτου νοεράς προσευχής: «Την νύκτα τον περισσότερο χρόνο να τον αφιερώνεις στην προσευχή και τον ολιγότερο στην ψαλμωδία. Την ημέρα, ανάλογα με τις δυνάμεις σου.»

[Νύκτωρ μὲν τὰ πολλὰ τῆ προσευχῆ δίδου, τὰ δὲ βραχέα τῆ ψαλμωδία· ἡμέρας δὲ πρὸς τὴν σὴν πάλιν παρασκευάζου δύναμιν· Αναβαθμὸς ΚΖ' Β92 (Β47), Περὶ ησυχίας (Β').]

Και ένα ακόμη: «Άλλοι (ενν. μοναχοί) ζουν μέσα στον βυθό της ησυχίας ολιγοστεύοντας τα πάθη, άλλοι ψάλλοντας και τον περισσότερο καιρό “τη προσευχή προσκαρτερούντες”, και άλλοι αφωσιωμένοι στην θεωρία.»

[Οὶ μὲν τὰ πάθη μειοῦντες, οἱ δὲ ψάλλοντες, καὶ τὸ πλεῖστον ἐν τῆ προσευχῆ προσκαρτεροῦντες· οἱ δὲ τῆ θεωρίας ἀτενίζοντες διάγουσι. Αναβαθμὸς ΚΖ' Β32, 35 (Β2, 3β), Περὶ ησυχίας (Β').]

Αλλά, θα πούμε περισσότερα στο δεύτερο μέρος της εκπομπής μας.

5. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 5η έως τέλους.

Β' ΜΕΡΟΣ

Άγαπητοὶ άκροατές, άκοῦτε την εκπομπή, «Ψαλμός, Έκκλησίας Φωνή», με τον Κωνσταντίνο Καραγκούνη και την Αριάδνη Τσαλούχου.

Και σήμερα, η εκπομπή μας είναι αφιερωμένη στο περίφημο άσκηπικό πατερικό σύγγραμμα «Κλίμακα τῶν Ἀρετῶν» τοῦ Ὁσίου Πατρὸς ἡμῶν Ἰωάννου Σιναΐτου, από τὸ όποιο, για δεύτερη συνεχόμενη εκπομπή, παρουσιάζουμε τις θεολογικές διδασκαλίες περί Ψαλμωδίας του ιερού συγγραφέως, όπως αυτές αποτυπώνονται στη συγκεκριμένη συγγραφή.

(Να διευκρινίσουμε εδώ ότι τα μεταφρασμένα χωρία της Κλίμακος έχουν ληφθεί από την μετάφραση του Αρχιμανδρίτου Ιγνατίου της εκδόσεως της Ιεράς Μονής Παρακλήτου Ωρωπού Αττικής.) Αλλά, συνεχίζουμε: Η Ψαλμωδία ως διακόνημα:

iii. Η ΨΑΛΜΩΔΙΑ ΩΣ ΔΙΑΚΟΝΗΜΑ

Μία από τις σπουδαιότερες ασκήσεις για την απόκτηση των αρετών είναι η εργασία για το κοινό όφελος. Στη γλώσσα της εκκλησιαστικής και ασκητικής παραδόσεως αυτό λέγεται «διακόνημα». Έτσι, ενώ κάποιοι επιλέγουν να συνομιλούν με τον Κύριο διά της προσωπικής τους προσευχής, κάποιοι άλλοι επιλέγουν να εργάζονται το «διακόνημα» της Ψαλμωδίας, προκειμένου να υπηρετήσουν τους αδελφούς: «Άλλοι συνομιλούν μαζί Του σαν με φίλο και κύριό τους, και Του προσφέρουν τον ύμνο και την ικεσία χάριν των άλλων και όχι του εαυτού των.»

[Οί μὲν ὡς φίλῳ καὶ Δεσπότη ἐντυγχάνουσι, τῆς ἑτέρων λοιπὸν, καὶ οὐ τῆς αὐτῶν ἀντιλήψεως ἕνεκα, τὸν ὕμνον, καὶ τὴν ἱκεσίαν προσάγοντες. Αναβαθμός ΚΗ' 6 (4[5]) Περὶ προσευχῆς.]

Υπάρχουν, όμως, και άλλες πνευματικές ωφέλειες από την Ψαλμωδία.

iv. ΑΛΛΕΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΩΦΕΛΕΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΑΛΜΩΔΙΑ

Μιλώντας ο Άγιος Ιωάννης ο Σιναΐτης για την Ψαλμωδία περιστασιακά -όχι συστηματικά-, αναφέρεται στις ποικίλες πνευματικές ωφέλειες που αυτή προσφέρει στον πιστό. Μάλιστα, σημειώνει την πολύ όμορφη φράση, ότι μετά το τέλος της Ψαλμωδίας ο αγωνιστής μαζεύει το κέρδος, όπως ο έμπορος μετρά το κέρδος στο τέλος της ημέρας: «Ο έμπορος μετρά το κέρδος, όταν τελειώσει η ημέρα, και ο αγωνιστής μοναχός όταν τελειώσει η ψαλμωδία.»

[Μετὰ μὲν τὴν ἡμέραν ὁ πράτης· μετὰ δὲ τὴν ψαλμωδίαν ὁ ἐργάτης καθισθεὶς τὸ κέρδος ψηφίζει· Αναβαθμός ΙΘ' 18 (11), Περὶ ἀγρυπνίας.]

Ο Ιωάννης, μάλιστα, αναγνωρίζει ότι η Ψαλμωδία δεν έχει σε όλους τους ανθρώπινους χαρακτήρες την ίδια επίδραση. Πολύ εύστοχα παρατηρεί: «Οὔτε τὰ σωματικὰ ἰδιώματα, ἀλλὰ οὔτε καὶ τὰ πνευματικὰ εἶναι σὲ ὅλους ὅμοια. Καὶ γι' αὐτὸ σε ἄλλους φαίνεται πιο κατὰλληλος ἢ σύντομος ψαλμωδία καὶ σε ἄλλους ἢ μακροτέρα. Καὶ οἱ πρῶτοι ἰσχυρίζονται ὅτι πολεμοῦν ἔτσι τὴν αἰχμαλωσίαν τοῦ νοῦ τους, ἐνῶ οἱ δεῦτεροι τὴν ἀμάθειά τους.»

[Οὐδὲ τὰ κατὰ σῶμα, οὐδὲ τὰ κατὰ πνεῦμα πάντα ὅμοια. Τισὶ μὲν γὰρ τὸ σύντομον· πρὸς δὲ τὸ σχολαιότερον ἐν τῇ ψαλμωδίᾳ συνέρχεται· οἱ μὲν γὰρ τῇ αἰχμαλωσίᾳ, οἱ δὲ τῇ ἀμαθίᾳ λέγουσι πολεμεῖν. Αναβαθμός ΚΗ' 65 (60), Περὶ προσευχῆς.]

Ας δούμε με περισσότερη προσοχή αυτό το χωρίο· είναι πολύ ενδιαφέρον. Κατ' αρχήν, ο ιερός πατήρ μάς παρέχει μία πολύτιμη ιστορική μαρτυρία, αξιοποιήσιμη μουσικολογικώς, ότι ήδη την εποχή του έχουν ξεχωρίσει δύο τάσεις. Τη μία εκπροσωπούν όσοι ισχυρίζονται ότι καταλληλότερη γι' αυτούς είναι η σύντομη Ψαλμωδία (θεωρώ ότι εννοεί μικρής διάρκειας Ψαλμωδία), διότι έτσι αποφεύγουν την αἰχμαλωσία του νοός. Την άποψη αυτή υποστηρίζουν, κατά πως εξάγεται από το κείμενο του Ιωάννου, όσοι είναι περισσότερο προσδεδυμένοι στην νοερά προσευχή και στην σωματική άσκηση, αγαπούν την ιερά ησυχία και δεν επιθυμούν διάσπαση της περισυλλογής τους. Την άλλη τάση, δηλαδή, περισσότερη παραμονή στην Ψαλμωδία, εκπροσωπούν οι απλούστεροι αγωνιστές, οι οποίοι ισχυρίζονται ότι κατ' αυτόν τον τρόπο πολεμοῦν τὴν ἀμάθειά τους, βοηθοῦν, δηλαδή, τὴν πρῶτην ἀκόμη πνευματικὴ τους κατὰσταση στα ζητήματα τῆς προσευχῆς.

Όμως, αλίμονο. Εκτός από πνευματικά οφέλη, τα οποία προκύπτουν από την άσκηση της Ψαλμωδίας, υπάρχουν και μεγάλοι πνευματικοί κίνδυνοι. Αμέσως μετὰ τὸ διάλειμμα.

υ. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΠΡΟΕΡΧΟΜΕΝΟΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΑΛΜΩΔΙΑ

Έρχεται τώρα ο λόγος σε ένα σπουδαίο κομμάτι της περί Ψαλμωδίας διδασκαλίας του Ιωάννου της Κλιμακος, αυτό των πνευματικών κινδύνων που ελλοχεύουν από την άκριτη ή υπέρμετρη ή άωρη μεταχείρισή της. Αρχικώς, θα μεταφέρουμε εδώ ένα γλαφυρό απόσπασμα σχετικά με τα δαιμόνια που έχουν ως σκοπό τους να εμποδίσουν την προσευχή ή να απιμάσουν την Ψαλμωδία: «Ὡς παρακολουθήσωμε καὶ θὰ ἰδοῦμε πῶς ἐνῶ σημαίνει ἡ πνευματικὴ σάλπιγξ, δηλαδή το σήμαντρο (ενν. σε μία Μονή), ορατῶς μὲν συναθροίζονται οἱ ἀδελφοί, ἀοράτως δὲ συνάζονται οἱ ἐχθροί. Ἔστι ἄλλοι δαίμονες ἐρχονται στο κρεβάτι, μόλις σηκωθούμε, καὶ μας πνέζουν νὰ ἀνακλιθούμε πάλι. "Μείνε, μας λέγουν, ἕως ὅτου συμπληρωθῶν οἱ προοιμακοὶ ὕμνοι, καὶ ἔπειτα πηγαίνεις στὴν Ἐκκλησία». Ἄλλοι, ἐνῶ παριστάμεθα στὴν προσευχή, ἐρχονται καὶ μας βυθίζουν στὸν ὕπνο... Μερικοὶ ἀπὸ αὐτοὺς ἐπροκάλεσαν πολλές φορές γέλωτα τὸν καιρὸ τῆς προσευχῆς, ὥστε νὰ κάνουν τὸν Θεὸν νὰ ἀγανακτήσῃ ἐναντίον μας. Ἄλλοι μας βιάζουν νὰ διαβάζωμε γρήγορα τὸ Ψαλτήριο ἀπὸ ραθυμία, καὶ ἄλλοι μας προτρέπουν νὰ ψάλλωμε ἀργὰ ἀπὸ φιληδονία. Μερικὲς μάλιστα φορές κάθονται καὶ στὸ στόμα μας καὶ τὸ καθιστοῦν κλειστὸ καὶ δυσκολοάνοικτο.»

[Ἐπιτηρήσωμεν καὶ εὐρήσομεν τῆς πνευματικῆς σάλπιγγος σημαίνουσης ὀρατῶς μὲν ἀθροισμένους ἀδελφούς, ἀοράτως δὲ συναγομένους τοὺς ἐχθρούς· διὸ οἱ μὲν ἐπὶ τὴν κλίνην ἐπιστάντες μετὰ τὴν ἀνέγερσιν, πάλιν ἡμᾶς ἐπὶ ταύτην ἀνακλιθῆναι ὑποτίθενται Μείνον, λέγοντες, ἄχρι συμπληρώσεως τῶν προοιμακῶν ὕμνων, εἶθ' οὕτως ἐν τῇ ἐκκλησίᾳ πορεύσῃ. Οἱ δὲ ἐν τῇ προσευχῇ παρισταμένους τῷ ὕπνῳ καταβαπτίζουσιν. Ἔτεροι τὴν γαστέρα παρὰ τὴν συνήθειαν ἐπι-τεταμένως νύτπουσιν· ἄλλοι συντυχίας ποιεῖν ἐν τῷ Κυριακῷ προτρέπονται· ἄλλοι τὸν νοῦν εἰς λογισμοὺς αἰσχροὺς ὑποσύρουσιν· ἕτεροι δὲ τῷ τοίχῳ ἡμᾶς, ὡς ἐξατονήσαντας ἀνακλίνουσιν· ἔστι δὲ ὅτε καὶ χάσμαϊς πλείοσι περιβάλλουσι· πινὲς μὲν αὐτῶν γέλωτα πολλάκις ἐν τῷ τῆς προσευχῆς καιρῷ γενέσθαι ἐποίησαν, ἵνα δι' ἐκείνου τὸν Θεὸν καθ' ἡμῶν εἰς ἀγανάκτησιν διεγείρωσιν· ἄλλοι σπεύδειν ἡμᾶς ἐν τῇ ἐκ ραθυμίας βιάζονται· ἄλλοι σχολαίτερον ψάλλειν ἐκ φιληδονίας προτρέπονται. Ἔστι δὲ ὅτε καὶ τῷ στόματι παρακαθήμενοι, κεκλεισμένον τοῦτο καὶ δυσάνοικτον ἀπεργάζονται. Ἀναβαθμὸς ΙΗ' 3 (3), Περὶ ὕπνου καὶ προσευχῆς, καὶ τῆς ἐν συνοδίᾳ ψαλμωδίας καὶ περὶ τῆς ψαλμωδίας εἰς συνοδίαν μοναχῶν.]

Εἶναι πολὺ λεπτὰ καὶ δυσδιάκριτα, φίλοι μου, τα ὄρια μετὰξὺ υγιεοῦς καὶ «εμπαθοῦς» Ψαλμωδίας, τῆς Ψαλμωδίας, δηλαδή, ἡ ὁποία υποκινεῖται ἀπὸ εμπαθεῖς πνευματικὲς καταστάσεις. Ἰδού, πλείστα ὅσα παραδείγματα, τα ὁποία παρέχει ὁ Ιωάννης, προειδοποιώντας γὰρ τοὺς ἐμφωλεύοντες κινδύνους ἀπὸ τὴν Ψαλμωδία. Ἡ πρώτη λεπτὴ διαχωριστικὴ γραμμὴ τίθεται μετὰξὺ φιλοθείας καὶ φιληδονίας: «Ὡς ἔχουμε ὑπ' ὄψιν μας καὶ ὅσον ἀφορὰ τὶς μελωδίαι καὶ τὰ ἄσματα, ὅτι ὅσοι εἶναι φιλόθεοι, παρακινούνται σὲ πνευματικὴ χαρὰ καὶ ἀγάπη τοῦ Θεοῦ καὶ δάκρυα, τόσο ἀπὸ τα κοσμικὰ ὅσο καὶ ἀπὸ τα θρησκευτικὰ μελωδήματα. Στους φιληδόνους ὁμῶς συμβαίνει τὸ ἀντίθετο.»

[Τῷ αὐτῷ κανόνι, καὶ ἐπὶ τῶν μελωδικῶν καὶ ἁσμάτων χρῆσόμεθα. Οἱ μὲν γὰρ φιλόθεοι, εἰς ἰλαρότητα καὶ θεῖαν ἀγάπην, καὶ δάκρυα, καὶ ἐκ τῶν ἕξωθεν, καὶ ἐκ τῶν πνευματικῶν ὠδῶν κινεῖσθαι πεφύκασιν· οἱ δὲ φιληδόνου, τὸ ἐναντίον. Ἀναβαθμὸς ΙΕ' 59 (59), Περὶ ἀγνείας.]

Σε άλλες περιπτώσεις, πάλι, παίζει ρόλο η μετά διακρίσεως χρήση της Ψαλμωδίας, διότι: «Μερικές φορές η ψαλμωδία, όταν είναι μετρία, καταπραΰνει άριστα τον θυμό. Και μερικές φορές, όταν είναι άμετρη και άκαιρη, δημιουργεί φιληδονία. (Πάλι, εδώ η φιληδονία...) Γι' αυτό, ας την χρησιμοποιούμε διακριτικά ανάλογα με τις περιστάσεις.»

[Ποτέ μὲν ἡ μελωδία τὸν θυμὸν ἀρίστως διαλύει, ἡ σύμμετρος· ποτὲ δὲ τῇ φιληδονία συνέρχεται, ἡγε ἄμετρος καὶ ἄκαιρος. Τοὺς οὖν καιροὺς κανονίζοντες, οὕτως ἐχρησάμεθα. Αναβαθμός Η' 23 (19) Περί αοργησίας]

Ἄλλη εντυπωσιακή παρατήρηση του ιεροῦ συγγραφέως της Κλίμακος: «Ὅποιος ζεῖ σε Κοινόβιο δὲν ωφελεῖται τόσο ἀπὸ τὴν ψαλμωδία, ὅσο ἀπὸ τὴν (εσωτερική) προσευχή. Διότι οἱ φωνές τῶν ψαλτῶν δημιουργοῦν σύγχυσι καὶ ἐμποδίζουν τὴν κατανόηση τῶν ὕμνων.»

[Ὁ ἐν τῷ μέσῳ, οὐ τοσοῦτον ἐκ τῆς ψαλμωδίας, ὅσον ἐκ τῆς εὐχῆς κερδαίνειν δύναται· ἡ γὰρ σύγχυσις, ψαλμοῦ διάλυσις. Αναβαθμός Δ' 100 (87), Περί υπακοῆς.]

Εδώ πίνονται πάλι τα ζητήματα περί «ησυχίας» των μοναχῶν και της συμμετοχῆς τους στην κοινὴ λατρευτικὴ πράξη.

7. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9β.

Στον περί αγνείας αναβαθμό, τον οποίο Ξαναείδαμε νωρίτερα, ο Ὅσιος Ιωάννης Σιναΐτης προσφέρει και άλλα ακόμη ενδιαφέροντα δείγματα της κατά Θεόν σοφίας του. Παρατηρεῖ: «Ἐχουν μερικοί τὴν γνώμην ὅτι τὸ σῶμα οδηγεῖται στα πάθη ἀπὸ τοὺς λογισμοὺς τῆς πορνείας. Ἄλλοι ἀντίθετα υποστηρίζουν ὅτι ἀπὸ τῆς σωματικῆς αἰσθήσεως γεννῶνται οἱ πονηροὶ λογισμοί... Οἱ δὲ δεῦτεροι ἔχουν ὡς στήριγμα τῆς γνώμης τοὺς τὴν κακουργία τοῦ σωματικοῦ πάθους, καὶ λέγουν: Πολλές φορές... ἀπὸ ἑνα γλυκὸ ἀκουσμα παίρνουν ἀφορμὴ οἱ λογισμοί (ἐνν. τῆς πορνείας) νὰ εἰσέλθουν στὴν καρδιά.»

[Τινὲς φασιν ἐκ τῶν λογισμῶν τῆς καρδίας τὸ σῶμα εἰς πάθη ἔρχεσθαι· τινὲς δὲ πάλιν τὸ ἔμπαλιν, ἐκ τῶν τοῦ σώματος αἰσθήσεων τοὺς πονηροὺς ἀποτίκτεσθαι λογισμοὺς... οἱ δὲ δεῦτεροι τὴν τοῦ σωματικοῦ πάθους κακουργίαν εἰς οἰκείαν συνηγορίαν φέρουσι λέγοντες· Πολλὰ κς... ἐξ ἡδίστης ὀψέως..., ἡ ἀκοῆς ἡδυφωνίας οἱ λογισμοὶ ἐν τῇ καρδίᾳ τὴν εἴσοδον λαμβάνουσιν. Αναβαθμός ΙΕ' 76 (74α), Περί αγνείας.]

Αυτὴ ἡ ξαφνικὴ διείσδυση τοῦ πειρασμοῦ στὸν ἄνθρωπο ονομάζεται «προσβολή». Ἐν τούτοις, ὑπάρχει καὶ κάτι ἀκόμη χειρότερο ἀπὸ τὴν «προσβολή»· ὁ «παραρριπισμὸς». Καὶ ἐξηγεῖ αναλυτικῶς: «Ὅμιλοῦν οἱ πρὸ ἀκριβολόγοι ἀπὸ τοὺς γνωστικὸς Πατέρες καὶ γιὰ μίαν ἄλλη ἔννοια, λεπτότερη ἀπὸ τῆς προηγουμένης, ἡ ὁποία σύμφωνα μὲ ὠρισμένους ἀποκαλεῖται παραρριπισμὸς τοῦ νοός. Αυτὴ ἡ ἔννοια παρῆθεν, χωρὶς νὰ μεσολαβῆσῃ χρόνος ἢ λόγος ἢ εἰκόνα, παρουσιάζει μὲ περισσότερη οξύτητα (ἀπ' ὅτι ἡ προσβολή) τὸ πάθος στὸν ἄνθρωπο. Ἀνάμεσα στα πνεύματα τοῦ κακοῦ τίποτε δὲν ὑπάρχει πιο ταχύ καὶ πιο ἀδιόρατο... Ἐάν δὲ κάποιος μπόρεσε διὰ μέσου τοῦ πένθους νὰ κατανόησῃ τὴν λεπτότητα αὐτοῦ τοῦ πνεύματος, αὐτὸς μπορεῖ νὰ μᾶς διδάξῃ, πὼς γίνεται μὲ μόνον... ἑνα ἀνεπαίσθητο... ἀκουσμα μελωδίας, χωρὶς καμμία ἔννοια καὶ σκέψι νὰ πορνεύῃ ἐμπαθῶς ἡ ψυχὴ.»

[Ἔστι παρὰ τοῖς ἀκριβεστάτοις τῶν γνωστικῶν Πατέρων, καὶ ἕτερα τῆς τούτων λεπτοτέρας ἔννοια, ὅπερ παραρριπισμὸν νοός τινες ὀνομάζονται λέγουσιν, ὅστις χρόνου χωρὶς, καὶ λόγου

καὶ εἰκόνας ὀξύτερος τὸ πάθος τῷ πάσχοντι σημαίνει πέφυκε. Θᾶπτον οὐδὲν τοῦ [ἐπι] τῶν σωμάτων, ὀξύτερον ἢ ἀφανέστερον ἐν πνεύμασιν εἶναι πέφυκε, μνήμη ψιλῆ καὶ ἀσυνδιάστω, ἀχρόνῳ τε καὶ ἀφράστῳ, παρά τισι δὲ καὶ ἀγνώστῳ τὴν ἑαυτοῦ ἐν τῇ ψυχῇ παρουσίαν ποιοῦντος. Εἴ τις τοίνυν τὴν τοιαύτην αὐτοῦ λεπτότητα διὰ πένθους καταλαβεῖν ἠδυνήθη, οὗτος ἡμᾶς διδάξει δύναται, πῶς τέ ἐστὶ καὶ ὀφθαλμῶ μόνῳ, ψιλῆ τε θέα καὶ ἀφή χειρὸς, καὶ μέλους ἀκροάσει ἐκτὸς πάσης ἐννοίας, καὶ λογισμοῦ πορνεύων ψυχὴν ἐμπαθῶς. Αναβαθμὸς ΙΕ' 75 (73ε), Περὶ ἀγνεύσεως.]

Ἄς μου επιτραπεί, νὰ ανοίξω στὸ σημεῖο αὐτὸ μίαν παρένθεση: Αὐτοὶ οἱ φοβεροὶ πειρασμοί, ἡ προσβολὴ καὶ ὁ παραρριπισμὸς, γίνονται ἀκόμη πιο ἀνίκητοι, ὅταν συνοδεύονται ἀπὸ τὶς ἐπίσης φοβερὲς «προλήψεις». Κατὰ τὸν ὄσιο Μάρκο τὸν Ερημίτη «πρόληψις ἐστὶν τῶν προτέρων κακῶν μνήμη ακούσιος», δηλαδή, πρόληψις εἶναι ἡ χωρὶς νὰ το ἐπιδιώκει κανεὶς ἀνάμνηση παλαιῶν τοῦ αμαρτιῶν, ἡ ὁποία ὁποσδήποτε οφείλεται στὸ αμαρτωλὸ τοῦ παρελθόντος. Καὶ ὁ Ἰωάννης τῆς Κλίμακος εἶναι κατηγορηματικὸς: «Εἶναι δύσκολο νὰ νικήσῃ κάποιος τὶς προλήψεις.»

[Δυσχερὲς μὲν τὸ τῶν προλήψεων εὐχερῶς περιγενέσθαι. Αναβαθμὸς ΚΣΤ' Α32 (Α28), Περὶ διακρίσεως (Α').]

Κλείνω τὴν παρένθεση. Ὡς ἐκ τούτου, ὁ Ἰωάννης καταλήγει στὸ συμπέρασμα ὅτι ἡ πολὺ ἠδονικὴ Ψαλμωδία μπορεῖ νὰ προέρχεται ἀπὸ τὸν δαίμονα τῆς πορνείας, ἐνῶ σαφῶς διακρίνεται ἡ γλυκύτητα τῆς Ψαλμωδίας ποῦ προέρχεται ἀπὸ τὴ Χάρη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος: «Ἄς ἐρευνήσωμε καὶ ἄς μετρήσωμε καὶ ἄς προσέξωμε ποιά εἶναι ἡ γλυκύτης ποῦ δημιουργεῖται μέσα μας, ὅταν ψάλλωμε ἠδονικὰ ἐπηρεασμένοι ἀπὸ τὸν δαίμονα τῆς πορνείας, καὶ ποιά προέρχεται ἀπὸ τὰ λόγια τοῦ Ἁγίου Πνεύματος καὶ ἀπὸ τὴν μυστικὴ τους χάρι καὶ δύναμι.»

[Ἐρευνήσωμεν καὶ μετρήσωμεν, καὶ τηρήσωμεν ποία μὲν ἐν τῇ ψαλμωδίᾳ ἐκ τοῦ τῆς πορνείας δαίμονος ἠδύτης ἡμῖν προσγιγνεται· ποία δὲ ἐκ τῶν λόγων τοῦ Πνεύματος καὶ τῆς ἐν αὐτοῖς ὑπαρχούσης χάριτος καὶ δυνάμεως. Αναβαθμὸς ΙΕ' 47 (45), Περὶ ἀγνεύσεως.]

8. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9γ.

Μία ἄλλη μοναχικὴ ἀρετὴ εἶναι τὸ «κατὰ Θεὸν πένθος»: πένθος, δηλαδή, γιὰ τὶς ἀμαρτίες, ποῦ σε καμμία περίπτωσι δὲν ταυτίζεται με τὸ θανάσιμο ἀμάρτημα τῆς «λύτης». Ἡ υπερβολικὴ Ψαλμωδία με ἀλαλαγμοὺς καταστρέφει αὐτὸ τὸ «χαροποιὸ πένθος»: «Ἡ χήρα ποῦ ἔχασε τὸν ἄνδρα τῆς καὶ ἔμεινε μετὰ τὸ μονάκριβο παιδί τῆς, αὐτὸ ἔχει σὰν μόνη παρηγορία τῆς μετὰ τὸν Κύριον. Παρόμοια καὶ γιὰ τὴν ψυχὴ ποῦ ἀμάρτησε δὲν ὑπάρχει ἄλλη καμμία παρηγορία τὴν ὥρα τοῦ θανάτου ἐκτὸς ἀπὸ τοὺς κόπους τοῦ λαιμοῦ, (τὴν νηστεία δηλαδή), καὶ τὰ δάκρυα. Ὅσοι πενθούν ἔτσι, δὲν θα ψάλλουν ποτέ οὔτε θα ξεσπάσουν σε ἀλαλαγμοὺς ὕμνων, διότι ὅλα αὐτὰ ἀφανίζουν τὸ πένθος. Ἐάν ἐπιχειρῆς με αὐτὰ νὰ ἀποκτήσῃς τὸ πένθος, γνώριζε ὅτι εὐρίσκεσαι μακριὰ ἀπὸ τὸ σκοπὸ σου. Διότι πένθος σημαίνει συνεχὴς καὶ μονιμοποιημένη κατάστασις πόνου σὲ μίαν φλογισμένη ἀπὸ θεϊκὴ ἀγάπη- ψυχὴ.»

[Ὡσπερ χήρα τὸν ἑαυτῆς ἄνδρα ἀποβαλοῦσα, καὶ μονογενῆ υἱὸν κεκτημένη μετὰ Κύριον, ἐκεῖνον μόνον παραμυθίαν κέκτηται· οὕτω καὶ ψυχῆς πεσοῦσης οὐκ ἐστὶ παραμυθία τὶς ἕτερα ἐν καιρῶ ἐξόδου, ὡς οἱ κόποι τοῦ λαιμοῦ, καὶ τὸ δάκρυον. Οὐ μελωδήσουσιν οἱ τοιοῦτοι ποτε, οὐδὲ ἀλαλάζουσιν ἐν ὕμνοις πρὸς ἑαυτούς· λυμαντικὰ γὰρ τὰ τοιαῦτα τοῦ πένθους καθεστή-

κασιν. Ἄν διὰ τούτων προσκαλεῖσθαι αὐτὸ ἐπιτηδεύης, ἔτι πόρρω ἀπὸ σου ἀφέστηκε τὸ ἔργον· πένθος γάρ ἐστιν πεποιωμένον ἄλγημα ψυχῆς ἐμπύρου. Αναβαθμὸς Ζ' 56-57 (51), Περὶ χαροποιῦ πένθους.]

Ἐνα ἄλλο σύνηθες πάθος, το οποίο προσβάλλει ὅσους ασχολούνται με τὴν Ψαλμωδία εἶναι αὐτὸ τῆς κενοδοξίας. Ἰδοῦ, τί μπορεί να καταφέρει ἡ κενοδοξία: «Τίς ἐπισκέψῃς τῶν κοσμικῶν στήν Μονή τίς ἀνπλαμβάνεται πρώτη ἡ κενοδοξία... Ἐνῶ ἦλθε ἡ ὥρα τῆς Ψαλμωδίας, τοὺς ραθύμους τοὺς ἔκανε προθύμους, τοὺς ἀφώνους καλλιφώνους καὶ τοὺς νυσταλέους ἀγρύπνους. Τοὺς προτρέπει ἀκόμη νὰ καλοπιάνουν τὸν Κανονάρχη καὶ νὰ τὸν ἐκλιπαροῦν νὰ τοὺς παραχωρήσῃ τὰ πρωτεῖα στήν Ψαλμωδία. Τοὺς κάνει νὰ τὸν ἀποκαλοῦν πατέρα καὶ διδάσκαλο. Καὶ ὅλα αὐτὰ ἕως ὅτου ἀναχωρήσουν οἱ ξένοι. Ὅσους τιμῶνται καὶ προτιμῶνται τοὺς ὁδήγησε στήν ὑπερηφάνεια καὶ ὅσους καταφρονοῦνται στήν μνησικακία.»

[Κοσμικῶν ἐπιδημίας προλαμβάνει κενοδοξία...: ἐν Ψαλμωδία σταθέντας τοὺς ραθύμους ἀνδρείους ἐποίησε· τοὺς ἀφώνους καλλιφώνους, καὶ τοὺς νυστακτὰς ἀγρύπνους. Τὸν ἐπὶ τοῦ κανόνος θωπεύει· καὶ τὰ πρωτεῖα αὐτῶ χαρίσασθαι δυσωπεῖ, πατέρα καὶ διδάσκαλον καλεῖ, ἄχρι τῆς τῶν ξένων ἀποδημίας· προτιμωμένους ὑπερηφάνους κατέστησε· καὶ καταφρονουμένους μνησικάκους ἔδειξε. Αναβαθμὸς ΚΑ' 22 (18), Περὶ κενοδοξίας.]

Τὸ πάθος αὐτὸ τῆς κενοδοξίας μπορεί νὰ γελοιοποιήσῃ τραγικὰ τὸν Ψάλτη. Ὡς «γελοῖο» ἀντιμετωπίζει καὶ ὁ Ἰωάννης τὸν κενοδοξο Ψάλτη. Γράφει: «Ποῖος δὲν θα γελάσει με τὸν ἐργάτη τῆς κενοδοξίας ποὺ παρίσταται στήν Ψαλμωδία καὶ ἐπηρεαζόμενος ἀπὸ αὐτὴν, ἄλλοτε γελά καὶ ἄλλοτε κλαίει ἐνώπιον ὀλῶν;»

[Τίς μὴ γελάσῃ τὸν τῆς κενοδοξίας ἐργάτην, ἐν ταῖς Ψαλμωδαῖς ἰστάμενον, καὶ ὑπὸ ταύτης κινούμενον; Ποτὲ μὲν γεῶν, ποτὲ δὲ ἐπὶ πάντων κλαίειν παρασκευάζει. Αναβαθμὸς ΚΑ' 9 (7), Περὶ κενοδοξίας.]

Ἀκόμη ἡ προσευχὴ καὶ ἡ Ψαλμωδία κινδυνεύουν ἀπὸ δύο συγγενῆ μεταξὺ τοὺς πάθη, τὴ ραθυμία καὶ τὴν ἀκηδία¹. «Ἀκηδία σημαίνει παράλυσις τῆς ψυχῆς καὶ ἔκλυσις τοῦ νοῦ, ὀκνηρία καὶ ἀδιαφορία πρὸς τὴν ἀσκήσι, μῖσος πρὸς τίς μοναστικὲς ὑποσχέσεις. (Ἡ ἀκηδία εἶναι ἀκόμη) αὐτὴ ποὺ μακαρίζει τοὺς κοσμικοὺς, ποὺ κατηγορεῖ τὸν Θεὸν ὅτι δὲν εἶναι εὐσπλαγχνικὸς καὶ φιλόφρωνος, ποὺ φέρνει ἀτονία τὴν ὥρα τῆς Ψαλμωδίας καὶ ἀδυναμία τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς.»

[Ἀκηδία ἐστὶ πάρεσις ψυχῆς, καὶ νοδὸς ἔκλυσις, ὀλιγωρία ἀσκήσεως, μῖσος τοῦ ἐπαγγέλματος, κοσμικῶν μακαρίστρια, Θεοῦ διαβλήτωρ, ὡς ἀσπλάγχχνου καὶ ἀφιλοφρόνου, ἀτονία Ψαλμωδίας, ἐν προσευχῇ ἀσθενοῦσα... Αναβαθμὸς ΙΓ' 2 (1), Περὶ ἀκηδίας.]

Τί περιέργο, ὁμως: «Ὅταν δὲν γίνεται Ψαλμωδία καὶ ἀκολουθία ἡ ἀκηδία δὲν παρουσιάζεται. Καὶ ὅταν τελείωσε ὁ κανὼν (Κανὼν) τῆς προσευχῆς, τότε ἀνοιξαν οἱ ὀφθαλμοί.»

¹ «Ἐνὸς καὶ τούτου καὶ πάντων βαρυτάτου τῶν ὀκτῶ τῆς κακίας προστατῶν ὑπάρχοντος κατὰ τὴν ἐκείνων ἀκολουθίαν, καὶ ἐν τούτῳ ποιήσωμεν.» (Ἐφ' ὅσον καὶ ἡ ἀκηδία εἶναι ἓνα ἀπὸ τὰ ὀκτῶ πρωταρχικὰ πάθη τῆς ψυχῆς, καὶ μάλιστα τὸ βαρύτερο, ἄς τὸ ἀντιμετωπίσωμε καὶ αὐτὸ ἀναλόγως, ὅπως καὶ τὰ ἄλλα.) Κλίμαξ ΙΓ 11-12 (8) Περὶ ἀκηδίας.

[Ψαλμωδίας μὴ παρούσης, ἀκηδία οὐ φαίνεται· καὶ κανόνος τελεσθέντος ὀφθαλμοὶ διηνοίχθησαν. Αναβαθμὸς ΙΓ' 11-12 (8), Περὶ ἀκηδίας.]

Αυτὰ παρατηρεῖ περὶ τῆς ἀκηδίας σὲ σχέσηι μετὴν Ψαλμωδία ο ἱερός Ιωάννης.

Πολλοί, πραγματικά, πειρασμοὶ καὶ κίνδυνοι ἐλλοχεύουν -«ἀπὸ τὰ δεξιά», ὅπως λέγεται στὴν πατερικὴ γλώσσα-, κατὰ τὴν καλλιέργεια ἢ τὴν ἀσκηση τῆς Ψαλμωδίας.

Ποια εἶναι, λοιπόν, ἡ λύσις γιὰ τὴν ἀποφυγὴ ὅλων τῶν ἀνωτέρω πειρασμῶν καὶ προσβολῶν; Τὴν ἀπάντησι μᾶς τὴν δίδει ὁ ἴδιος ὁ ἀσκητικὸς πατήρ: «Ἡ μνήμη τοῦ αἰωνίου πυρός ἀς κοιμηθῆ κάθε βράδυ μαζί σου καὶ ἀς ξυπνήσῃ πάλι μαζί σου. Μετὸν τρόπο αὐτό δὲν θα σὲ κυριεύσῃ ποτὲ ἡ ραθυμία στὸν καιρὸ τῆς ψαλμωδίας.»

[Πυρός αἰωνίου μνήμη καθ' ἑσπέραν συγκοιμηθήτω σοι, καὶ συναναστήτω σοι· καὶ οὐ μὴ σου ραθυμία ἐν καιρῷ ψαλμωδίας κυριεύσῃ ποτὲ. Αναβαθμὸς Ζ' 24 (23), Περὶ χαροποιῦ πένθους.]

9. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9δ.

vi. ΛΟΙΠΑ ΣΧΕΤΙΚΑ

Στὴ συνέχεια, ἀγαπητοὶ ἀκροατές, θα παραθέσουμε καὶ μερικά ἄλλα χωρία ἀπὸ τὸ ἐν λόγω ἔργο τοῦ Ἁγίου Ιωάννου τῆς Κλίμακος, τὰ ὁποῖα μπορεῖ νὰ ἔχουν μόνον ἐμμεση σχέση μετὰ ὅσα ἤδη μᾶς ἔχει διδάξῃ γιὰ τὴν Ψαλμωδία, νομίζουμε, ὁμως, ὅτι εἶναι πολὺ ωφέλιμα:

vi1. Ἡ ΨΑΛΜΩΔΙΑ ὩΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗ

Ὡς πρὸς τὸ ζήτημα τῆς Ψαλμωδίας ὡς τέχνης καὶ ὡς ἐπιστήμης -ζήτημα τὸ ὁποῖο πολὺ ταλανίζει τὴν ἱεροψαλμικὴν οἰκογένεια τὰ τελευταία χρόνια-, εἰάν ἐρωτάτο ὁ Ὅσιος Ιωάννης, θα ἀπαντοῦσε μὲ τὰ ἐξῆς λόγια: «Σὲ κάθε ἐπιστήμη καὶ τέχνη, ὅπως τὸ γνωρίζουν ὅλοι, παρατηροῦνται διαφορὲς στὶς ἀπόψεις καὶ τὶς θελήσεις. Διότι δὲν μποροῦν ὅλοι νὰ κατακτήσουν τὸ τέλειο, εἴτε διότι υστεροῦν στὸν ζήλο, εἴτε διότι στεροῦνται δυνάμεως.»

[Εἰσὶ (καὶ τοῦτο πᾶσι γνώριμον) ἐν πάσαις ταῖς τῶν ἐπιστημῶν καταστάσεσι, γνωμῶν καὶ βουλῶν διαφοραί· οὐ γὰρ πάντων πάντα τὰ τέλεια δι' ἑνδεῖαν σπουδῆς, ἢ καὶ δι' ἀπορίαν δυνάμεως. Αναβαθμὸς ΚΖ' Β31 (Β1), Περὶ ησυχίας (Β').]

Ἄν πάλι ἔπρεπε ὁ Σιναΐτης Πατήρ νὰ ἀπαντήσῃ στὴν ἐρώτησι, πῶς μαθαίνεται ἡ Ψαλμική, μᾶλλον θα ἔλεγε ὅτι πρῶτα ἀπ' ὅλα χρειάζονται δύο ἀρετές: Ἡ υπακοή καὶ ἡ ταπεινώσις: «Αὐτός που δὲν εὐρίσκεται κάτω ἀπὸ υπακοή δὲν εἶναι δυνατὸν νὰ ἀποκτήσῃ ταπεινώσις, διότι καθένας που μαθαίνει μόνος τοῦ μίᾳ τέχνη περιπίπτει σὲ ἐγωισμό καὶ ἐπίδειξι.»

[Οὐκ ἔστι ἐν προοιμίῳ ταπεινώσιν κτήσασθαι ἀνυποτάκτως διάγοντα, εἴπερ πᾶς ὁ ἰδιορhythμῶς τέχνην μεμαθηκῶς φαντάζεται (δηλαδή, ἀποκτᾶ φαντασία, οἴησι). Αναβαθμὸς ΚΣΤ' Α55 (Α45), Περὶ διακρίσεως (Α').]

vi2. ΠΕΡΙ ΠΟΙΜΕΝΟΣ / ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΥ

Χρήσιμες, ὁμως, θα ἦταν καὶ οἱ συμβουλές πῶς ὁποῖες θα ἐλάμβανε ἀπὸ τὸν Ιωάννη τῆς Κλίμακος καὶ ἕνας δάσκαλος τῆς Ψαλμωδίας Τέχνης. Τὰ τρία ἀπόσπασμα που θα σᾶς διαβάσουμε εἶναι συμβουλές «Εἰς τὸν Ποιμένα», ἀπὸ ἕνα μικρὸ ὁμώνυμο ἔργο τοῦ ἱεροῦ Πατρός, τὸ

οποίο συνήθως συνεκδίδεται με την «Κλίμακα». Οι συμβουλές αυτές ταιριάζουν πολύ και στους διδασκάλους της Ψαλμωδίας. Ακούστε:

«Αξιοθαύμαστος διδάσκαλος δεν είναι αυτός που έκανε σοφούς τους καλούς και ευμαθείς μαθητές, αλλ' εκείνος που έκανε σοφούς τους αμαθείς και καθυστερημένους.» (Κεφάλαιο ΛΑ' (20), *Εις τον ποιμένα.*)

Άλλο: **«Όταν βόσκουν τα πρόβατα, ο Ποιμήν ας μη παύη να παίζει την φλογέρα της διδασκαλίας και μάλιστα όταν πρόκειται να κοιμηθούν. Διότι τίποτε άλλο δεν φοβείται ο λύκος όσο τον ήχο της ποιμενικής φλογέρας...»** (Κεφάλαιο ΛΑ' (37), *Εις τον ποιμένα.*)

Και το εξαιρετικό, που δείχνει το μεγαλείο της αρετής της διακρίσεως του Οσίου Ιωάννου της Κλίμακος:

«Εξέτασε μήπως ιδίης δένδρα, τα οποία στον ιδικό σου αγρό πίνουν άδικα τόπο, ενώ μπορούν ίσως να καρποφορήσουν σε άλλο. Αυτά μην αμελήσης να τα συμβουλευθείς με αγάπη να αποσπασθούν από τον ιδικό σου αγρό και να μεταφυτευθούν αλλού.» (Κεφάλαιο ΛΑ' (86), *Εις τον ποιμένα.*) Αλήθεια, πόσοι διδάσκαλοι υπάρχουν, οι οποίοι έχουν το μεγαλείο να πουν στους μαθητές τους. «Εγώ, παιδί μου, δεν έχω τίποτε άλλο να σου διδάξω. Αυτά ξέρω. Πήγαινε τώρα στον τάδε δάσκαλο, να μάθεις περισσότερα από όσα γνωρίζω εγώ.

10. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9ε.

Κλείνοντας και τη σημερινή μας εκπομπή, και ολοκληρώνοντας, αγαπητοί ακροατές, το θέμα μας για τις περί ιεράς Ψαλμωδίας θεολογήσεις του Οσίου Πατρός ημών Ιωάννου του Σιναΐτου, αντί άλλου επιλόγου, θα μεταχειρισθούμε εδώ ένα απόσπασμα από κάποιο έργο του Αγίου Γρηγορίου του Σιναΐτου, τον οποίο αναφέραμε και στην προηγούμενη εκπομπή μας. Είναι δανεισμένο από την ομιλία του **«Πώς πρέπει να κάθεται ο ησυχαστής και να μη σηκώνεται γρήγορα»** και συγκεκριμένα από το κεφάλαιο **«Πώς πρέπει να ψάλλουμε»** (έχει εκδοθεί στη **«Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών»**). Εκεί ερωτά και απαντά:

«Πώς πρέπει να ψάλλουμε; Άλλοι λένε λίγο, άλλοι πολύ, άλλοι καθόλου. Εσύ μήτε πολύ να ψάλλεις, γιατί αυτό φέρνει σύγχυση, μήτε καθόλου, γιατί ακολουθεί χαύνωση και αμέλεια. Μιμήσου εκείνους που ψάλλουν λίγο. Γιατί, όπως λένε οι άσοφοι σοφοί (εννοεί τους αρχαίους Έλληνες ειδωλολάτρες σοφούς), παν μέτρον άριστον. Η πολλή ψαλμωδία είναι των πρακτικών εξαιτίας της άγνοιάς τους και του κόπου τους. Δεν είναι των ησυχαστών, οι οποίοι αρκούνται να προσεύχονται μόνο στο Θεό μέσα στην καρδιά τους και να απέχουν από νοήματα... Όταν στο κάθισμά σου δεις ότι ενεργεί μέσα σου η προσευχή και δεν παύει να κινείται μέσα στην καρδιά σου, μην την αφήσεις και σηκωθείς να ψάλλεις, ως τη στιγμή που θα σε εγκαταλείψει αυτή κατ' οικονομίαν Θεού. Γιατί στην περίπτωση αυτή αφήνεις το Θεό μέσα σου και στέκεσαι και του μιλάς απέξω, πέφτοντας από τα ψηλά στα χαμηλά.»²

11. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9ς.

² Αγίου Γρηγορίου του Σιναΐτου, *Πως πρέπει να κάθεται ο ησυχαστής και να μη σηκώνεται γρήγορα*, Κεφ. *Πώς πρέπει να ψάλλουμε* (Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών, μετάφραση Αντ. Γ. Γαλίτη, τόμος Δ', εκδόσεις «Το Περιβόλι της Παναγίας», Θεσσαλονίκη 1987, σελ. 232.)

ΑΠΟΦΩΝΗΣΗ ΕΚΠΟΜΠΗΣ

Άγαπητοί ακροατές, ακούσατε την έκπομπή, «Ψαλμός, Ἐκκλησίας Φωνή», με τὸν Κωνσταντῖνο Καραγκούνη καὶ τὴν Ἀριάδνη Τσαλούχου.

Καὶ στὴ σημερινὴ έκπομπή, κατὰ πῆς μουσικῆς γέφυρες, ἀκούσαμε ἐξαιρετικῆς βυζαντινῆς καὶ μεταβυζαντινῆς μελοποιήσεως ὕμνων τῶν Ἀκολουθιῶν τοῦ Ἑσπερινοῦ, τοῦ Ὁρθρου καὶ τῆς Θείας Λειτουργίας, ἀπὸ σπάνιες ζωντανῆς ἠχογραφήσεως τοῦ μακαριστοῦ Ἁγιορείτου Ἱεροφάλτου διακο-Διονυσίου Φιρφιρή. Οἱ ἠχογραφήσεις προέρχονται ἀπὸ παλαιὰ ἐπετειακὴ συλλογὴ δίσκων, ἡ ὁποία κυκλοφόρησε γιὰ τὰ 1000 χρόνια ἀπὸ τὴν ἐγκαθίδρυση τοῦ κοινοβιακοῦ μοναχισμοῦ στὸ Ἅγιον Ὄρος.

Άγαπητοί ακροατές, σᾶς ὑπενθυμίζουμε, ὅτι μπορεῖτε νὰ ἀφήνετε τὰ μηνύματά σας, πῆς παρατηρήσεις ἢ πῆς ἀπορίες σας, στὸ τηλεφωνικὸ κέντρο τοῦ Ραδιοφωνικοῦ Σταθμοῦ, καλῶντας τὸν ἀριθμὸ 210-7298222, ἀπὸ πῆς 7 τὸ πρωὶ ἕως πῆς 8 τὸ βράδυ ἢ, ἀκόμη, μπορεῖτε νὰ καλεῖτε τὸ τηλέφωνο 6947774647 τοῦ ἐπιμελητοῦ τῆς έκπομπῆς.

Ἐπίσης, μπορεῖτε νὰ μᾶς στέλνετε προσωπικοῦς σας δίσκους ἢ ἠχογραφήσεις σας Ψαλτικῆς, πῆς ὁποῖες εὐχαρίστως θὰ παίζουμε στὴν έκπομπή μας. Τὸ ὑλικὸ σας αὐτὸ μπορεῖτε νὰ μᾶς τὸ στέλνετε μαζὶ με τὰ στοιχεῖα σας καὶ ἕνα σύντομο βιογραφικὸ σας, εἴτε ταχυδρομικῶς στὴ διεύθυνσή μας **Ἄμοργοῦ 6B, Τ.Κ. 38500, Βόλος**, εἴτε ψηφιακῶς στὴν ἠλεκτρονικὴ διεύθυνση τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς, **tomeaspsaltikis**, μία λέξη, ὅπως ἀκούγεται, **[@acadimia.org](http://acadimia.org)**, ὅλα τὰ γράμματα με μικροὺς λατινικοὺς χαρακτήρες.

Σᾶς ὑπενθυμίζουμε, ἐπίσης, ὅτι τὰ κείμενα τῶν έκπομπῶν μας ὑπάρχουν πλέον ἀναρτημένα στὸν ιστότοπο τοῦ Τομέα Ψαλτικῆς Τέχνης καὶ Μουσικολογίας τῆς Ἀκαδημίας Θεολογικῶν Σπουδῶν Βόλου. Ὅσοι ἐνδιαφέρεστε νὰ βλέπετε ἢ νὰ κατεβάξετε τὰ κείμενα τῶν έκπομπῶν μας, δὲν ἔχετε παρὰ νὰ ἐπισκέπτεσθε τὸ σάιτ τοῦ Τομέα στὸ **www.tomeaspsaltikis** -μῖα λέξη, ὅπως ἀκούγεται- gr. Ἐδῶ μπορεῖτε, ἐπίσης, νὰ βρίσκετε πληροφορίες γιὰ πῆς λοιπὲς δράσεις τοῦ Τομέα (συνέδρια, ἡμερίδες, λατρευτικῆς καὶ καλλιτεχνικῆς ἐκδηλώσεις, ἐκδόσεις-κυκλοφορίες δίσκων), καθὼς καὶ ἐπιστημονικῆς μελέτες τοῦ διευθυντοῦ καὶ τῶν μελῶν του.

Σᾶς εὐχαριστοῦμε ποὺ ἦσασταν καὶ σήμερα κοντὰ μας.

Καλὴ ἀντάμωση, πρῶτα ο Θεός, τὴν ἄλλη ἐβδομάδα, τὴν ἴδια ἡμέρα καὶ ὥρα.

Ἦς τότε, νὰ εἴστε ὅλοι καλά. **Χαίρετε.**

12. ΔΙΑΚΟ-ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΦΙΡΦΙΡΗΣ, «1000ΕΤΗΡΙΣ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ», Νο 9ζ ἕως τέλους.