

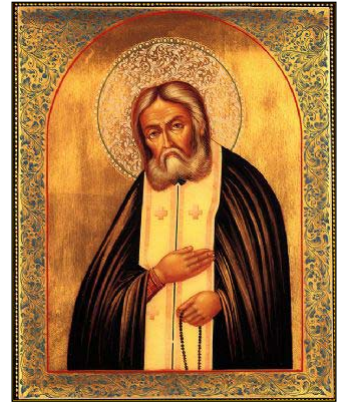


■ **Ἐπὶ τῇ ἱερᾷ μνήμῃ τοῦ Ὁσίου Σεραφεῖμ τοῦ Σάρωφ (19ῆ Ἰουλίου)**

## Ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ\*

**Αὐτόγραφο τοῦ Ὁσίου Σεραφεῖμ  
πρὸς τὸν Ἀρχιμανδρίτη Ἀντώνιο,**

**Τοποτηρητὴ τῆς Ἱερᾶς Λαύρας  
τῆς Ἁγίας Τριάδος καὶ Ὁσίου Σεργίου**



Κατὰ τὸ ἔτος 2006 εἶδε τὸ φῶς τῆς δημοσιότητας φωτογραφικὸ ἀντίγραφο ἐνὸς χειρογράφου μὲ πνευματικὲς συμβουλές, γραμμένο ἰδιοχειρῶς ὑπὸ τοῦ Ὁσίου Σεραφεῖμ τοῦ Σάρωφ († 1833) γιὰ τὸν τότε νέο Ἱερομόναχο Ἀντώνιο (1792-1877), ὁ ὁποῖος ἐπεσκέπτετο καὶ συνεβουλεύετο τακτικῶς τὸν Ὁσιο. Κατὰ τὸ ἔτος 1831, ὁ Ἅγιος Φιλάρετος, Μητροπολίτης Μόσχας, ἐξέλεξε τὸν π. Ἀντώνιο ὡς Πνευματικὸ του καὶ διώρισε αὐτὸν Τοποτηρητὴ τῆς Λαύρας τῆς Ἁγίας Τριάδος πλησίον τῆς Μόσχας (Καθηγούμενος τῆς Λαύρας ἦταν ὁ Μητροπολίτης). Ὁ π. Ἀντώνιος, ὡς Ἀρχιμανδρίτης, διακόνησε ἀξίως τὴν περίφημη Λαύρα καὶ γενικώτερα τὸ Μοναχισμὸ τῆς Ρωσίας ἐπὶ 40 καὶ πλέον ἔτη, μέχρι τῆς ὀσιακῆς κοιμήσεώς του.



Ὡς φαίνεται, τὸ πρωτότυπο εὑρέθη μέσα στὸ προσωπικὸ ἀρχεῖο τοῦ π. Ἀντωνίου στὴν Λαύρα. Δὲν ἔχομε περισσότερες πληροφορίες οὔτε γιὰ τὸ πρωτότυπο οὔτε γιὰ τὸ φωτογραφικὸ ἀντίγραφο· ἐν τούτοις, οἱ χαριτωμένες πνευματικὲς νουθεσίαι τοῦ κειμένου συμφωνοῦν πλήρως μὲ τὶς γνωστὰς «Σύντομες Διδασκαλίαι» τοῦ Ὁσίου Σεραφεῖμ\*\*.

Ἀκολουθεῖ ἀντίγραφο τοῦ πρωτοτύπου αὐτογράφου καὶ ἑλληνικὴ ἀπόδοσις τοῦ κειμένου.

о описъ. Серафима глаголюща

1. Какъ иже сави. А. К. Ар. Андрей?  
учись умной молитвѣ сирафимомъ, какъ учати св.  
отца въ дубровницѣмъ. ибо иисусова молитва есть свѣ-  
тлѣннѣе стезѣмъ нашимъ и путеводная звѣзда жива  
и чуждое творитъ молитву чрезъ назарное дыханіе  
съ сокнутыми устнами, это искусство есть бжй  
противу плоти и глоскскихъ похотѣній.  
3. къ оббкнновенной иисусовой молитвѣ прибавля  
Богородицею молитву: **мф.**

4. одна молитва внѣшная недостаточна Богъ  
внѣмлетъ уму, а потому тѣ монахи, кои не  
соединяютъ внѣшную молитву совнутреннею,  
не монахи, а зерные полубеши  
сбѣга какъ великаго ома глоскъ намазан-  
ныхъ /мнущихъ/ и бо онѣ часто изъ воинствъ  
карскихъ дѣлаютъ рабами сатаны.

5. это помни, что истинная молитва монашес-  
кая, есть радужное перенесеніе клеветел  
на пралини: нѣтъ скорбей нѣтъ печаленіа.  
6. Вся аглая лотиконьку полепеньку и не  
варуль добродѣтели не труши и варуль неслуху.

πατρός Σεραφεῖμ λόγια γραμμένα με τὸ ἰδικό του χέρι.  
[Ποποτηρητῆς τῆς] Λαύρας] Ἀρχιμανδρίτης] Ἀντώνιος\*\*\*

1. Να μάθης τὴν νοερὰ προσευχὴ τῆς καρδίας, ὅπως διδάσκουν οἱ Ἅγιοι Πατέρες στὴν Φιλακαλία· διότι ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ εἶναι φῶς ταῖς τριβοῖς ἡμῶν καὶ ἀστὴρ ὁδηγὸς στὸν οὐρανό.
2. Να μάθης νὰ ἐξασκήσῃ τὴν Εὐχὴ με τὴν πνοὴ διὰ μέσου τῆς ρινός, με σφιγκτὰ τὰ χεῖλη· ἡ τέχνη αὐτὴ εἶναι μάστιξ ἐναντίον τῆς σαρκὸς καὶ τῶν σαρκικῶν ἐπιθυμιῶν.
3. Στὴν συνηθισμένη Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ νὰ προσθέτῃς διὰ τῆς Θεοτόκου ἐλέησόν με.
4. Μόνο ἡ ἐξωτερικὴ προσευχὴ δὲν ἀρκεῖ, ὁ Θεὸς προσέχει τὸν νοῦν· διὰ τοῦτο οἱ μοναχοί, οἱ ὁποῖοι δὲν ἐνώνουν τὴν ἐξωτερικὴ προσευχὴ με τὴν ἐσωτερικὴ δὲν εἶναι μοναχοί, ἀλλὰ μαῦρα κεφαλάκια.

5. Νὰ φοβῆσαι ὡς τὸ πῦρ τῆς γεέννης τὰ βαμμένα κοράκια [γυναῖκες]· διότι πολλὲς φορὲς τοὺς στρατιώτας τοῦ Βασιλέως μετατρέπουν εἰς δούλους τοῦ σατανᾶ.

6. Νὰ ἐνθυμῆσαι ὅτι ὁ πραγματικὸς μανδύας τοῦ Μοναχοῦ εἶναι ἡ ὑπομονὴ μὲ χαρὰ τῶν συκοφαντιῶν καὶ τῶν κακολογιῶν· δὲν ὑπάρχουν θλίψεις, δὲν ὑπάρχει καὶ σωτηρία.

7. Τὰ πάντα νὰ πράττης σιγὰ-σιγὰ, ἤρεμα καὶ ὄχι ἀμέσως· ἡ ἀρετὴ δὲν εἶναι ἀχλάδι, δὲν τρώγεται μὲ μιᾶς.



---

(\*) Ἐκ τοῦ ρωσικοῦ βιβλίου Княгиня Наталія Владиміровна Урусова, *Материнскій Плачъ Святої Руси / Πριγκιπίσσης Ναταλίας Β. Οὐρούσωβας, Ἀναμνήσεις*, изд. Русскій Паломникъ, Μόσχα 2006, σελ. 80-81.

(\*\*) Οἱ «*Σύντομες Διδασκαλίες*» δημοσιεύθηκαν σὲ νεοελληνικὴ ἀπόδοσι στὸ βιβλίο, Ὅσιος Σεραφεῖμ τοῦ Σάρωφ, σελ. 319-356, ἔκδ. 10, Ἱερὰ Μονὴ Παρακλήτου, Ὁρωπὸς Ἀττικῆς 2004.

(\*\*\*) Ὁ τίτλος εἶναι γραμμένος μᾶλλον ὑπὸ τοῦ π. Ἀντωνίου.