

1.Η Σωφροσύνη

Σωφροσύνη! Αν δεν περιορίσουμε –πράγμα που συχνά και πολύ λαθεμένα γίνεται- την έννοια της λέξης «σωφροσύνη» μόνο στη σαρκική σημασία της, θα μπορούσε να γίνει κατανοητή σαν το θετικό αντίστοιχο της λέξης «αργία». «Αργία», πρώτα απ' όλα, είναι η αδράνεια, τα σπάσιμο της διορατικότητας και της ενεργητικότητάς μας, η ανικανότητα να βλέπουμε καθολικά, σφαιρικά. Επομένως αυτή η ολότητα είναι το εντελώς αντίθετο από την αδράνεια. Αν συνηθίζουμε με τη λέξη σωφροσύνη να εννοούμε την αρετή την αντίθετη από τη σαρκική διαφθορά είναι γιατί ο διχασμένος χαρακτήρας μας, πουθενά αλλού δεν φαίνεται καλύτερα παρά στη σαρκική επιθυμία, που είναι η αλλοτρίωση του σώματος από τη ζωή και τον έλεγχο του πνεύματος. **Ο Χριστός επαναφέρει την «ολότητα» (τη σωφροσύνη) μέσα μας και το κάνει αυτό αποκαθιστώντας την αληθινή κλίμακα των αξιών, με το να μας οδηγεί πίσω στο Θεό.**



2.Η Ταπεινοφροσύνη

Ο πρώτος και υπέροχος καρπός της σωφροσύνης είναι η ταπεινοφροσύνη. Πάνω απ' όλα είναι η νίκη της αλήθειας μέσα μας, η απομάκρυνση του ψεύδους μέσα στο οποίο ζούμε. Μόνο η ταπεινοφροσύνη είναι άξια της αλήθειας· **μόνο μ' αυτή δηλαδή μπορεί κανείς να δει και δεχτεί τα πράγματα όπως είναι και έτσι να δει το Θεό, το μεγαλείο Του, την καλωσύνη Του και την αγάπη Του στο καθετί.** Να γιατί, όπως ξέρουμε, ο Θεός «υπερηφάνους αντιτάσσεται, ταπεινοίς δε δίδωσι χάριν».



3.Η Υπομονή

Μετά τη σωφροσύνη και την ταπεινοφροσύνη, κατά φυσικό τρόπο, ακολουθεί η υπομονή. Ο «φυσικός» ή «πεπτωκώς» άνθρωπος είναι ανυπόμονος, γιατί είναι τυφλός για τον εαυτό του, και βιαστικός στο να κρίνει και να καταδικάσει τους άλλους. Με διασπαρμένη, ατελή και διαστρεβλωμένη γνώση των πραγμάτων που έχει, μετράει τα πάντα με βάση τις δικές του προτιμήσεις και τις δικές του ιδέες. Αδιαφορεί για τον καθένα γύρω του εκτός από τον εαυτό του, θέλει η ζωή του να είναι πετυχημένη τώρα, αυτή τη στιγμή. Η υπομονή, βέβαια, είναι μια αληθινά θεϊκή αρετή. **Ο Θεός είναι υπομονετικός όχι γιατί είναι «συγκαταβατικός» αλλά γιατί βλέπει το βάθος όλων των πραγμάτων, γιατί η εσωτερική πραγματικότητά τους, την οποία εμείς με την τυφλότητά μας δεν μπορούμε να δούμε, είναι ανοιχτή σ' Αυτόν.** Όσο πιο κοντά ερχόμαστε στο Θεό τόσο περισσότερο υπομονετικοί γινόμαστε και τόσο πιο πολύ αντανakλούμε αυτή την απέραστη εκτίμηση για όλα τα όντα, πράγμα που είναι η κύρια ιδιότητα του Θεού.



4.Η Αγάπη

Τέλος, το αποκορύφωμα και ο καρπός όλων των αρετών, κάθε καλλιέργειας και κάθε προσπάθειας, είναι η αγάπη. Αυτή η αγάπη που, όπως έχουμε πει, μπορεί να δοθεί μόνο από το Θεό, είναι το δώρο που αποτελεί σκοπό για κάθε πνευματική προετοιμασία και άσκηση.



Η υπερηφάνεια

Όλα αυτά συγκεφαλαιώνονται στην τελική αίτηση της προσευχής του Αγίου Εφραίμ με την οποία ζητάμε: «...δώρησάι μοι τοῦ ὁράν τά ἐμά πταίσματα, καί μή κατακρίνεις τόν ἀδελφόν μου...». **Εδώ τελικά δεν υπάρχει παρά μόνο ένας κίνδυνος: η υπερηφάνεια. Η υπερηφάνεια είναι η πηγή του κακού και όλο το κακό είναι η υπερηφάνεια.** Παρ' όλα αυτά δεν είναι αρκετό για μένα να βλέπω τα «ἐμά πταίσματα» γιατί ακόμα και αυτή η φαινομενική αρετή μπορεί να μετατραπεί σε υπερηφάνεια. Τα πατερικά κείμενα είναι γεμάτα από προειδοποιήσεις για την ύπουλη μορφή ψευτοευσέβειας η οποία στην πραγματικότητα με το κάλυμμα της ταπεινοφροσύνης και της αυτομεμφίας μπορεί να οδηγήσει σε μια πραγματικά δαιμονική υπερηφάνεια. Αλλά όταν βλέπουμε τα δικά μας σφάλματα και δεν κατακρίνουμε τους αδελφούς μας, όταν με άλλα λόγια, η σωφροσύνη, η ταπεινοφροσύνη, η υπομονή και η αγάπη γίνονται ένα σε μας, τότε και μόνο τότε ο αιώνιος εχθρός –η υπερηφάνεια- θ' αφανιστεί μέσα μας. “