

Pinagpalang Alaala
Elder Paisios ng Bundok Athos
Mga Salita

Tomo V
Mga Pagnanasa at Mga Birtud

Mga Nilalaman:

Panimula	4
Seksyon 1. Mga pagnanasa.	7
Kabanata 1. Ang Pakikibaka Laban sa mga Pagnanasa.	7
Huwag maghanap ng dahilan para sa iyong mga pagnanasa.....	8
Ang Pananaw sa mga Pagnanasa	9
Pagmamalaki — ang saligan ng mga hilig	11
Madaling matanggal ang mga hilig habang sila ay 'bata' pa	11
Paano alisin ang mga hilig	12
Mas mabuting mamatay nang magiting kaysa matalo ng mga pagnanasa.....	13
Dapat kang magtanim, upang palaguin ito ng Diyos.....	14
Bahagi 1. Pagmamahal sa sarili — ang ina ng lahat ng mga pagnanasa.....	14
Kabanata 1. Pagmamahal sa sarili at ang mga bunga nito	14
Lahat ng pagnanasa ay nagmumula sa pagmamahal sa sarili	15
Kumain ng hindi masarap at magsaya kay Cristo	15
Ang pagmamahal sa sarili ay sumisira sa pagmamahal sa kapwa	16
Hayaan na lang ang iba sa impierno!	17
Ang paghihirap ng pagiging kampante	17
Ang pagmamahal sa sarili ay ninanakawan tayo ng kapayapaan at kagalakan.....	18
Kabanata 2. Kalayaan mula sa pagkaalipin sa pagmamahal sa sarili	19
Ang layunin ng espirituwal na pakikibaka: pagtanggap sa makalupang sarili	19
Huwag masyadong mag-alala tungkol sa ginhawa.....	20
Para kanino mo iniingatan ang iyong 'sarili' —para sa iyong sarili?.....	21
Kapag may pagtangga sa sarili, ipinagkakaloob ng Diyos ang Kanyang biyaya	22
Bahagi 2. Pagmamalaki — ang ugat ng lahat ng kasamaan.....	23
Kabanata 1. Pagmamalaki — ang punong himpilan ng mga pagnanasa	23
Kapag hindi tayo nakararamdam ng pagmamalaki	24
Ang kapalaluan ay sumisingit kahit saan	25
Mayabang na Mga Kaisipan	25
Kabanata 2. Maraming Mukha ang Kayabangan	26
Lihim na Kayabangan	26
Makasarili — ang suwail na anak ng kayabangan	27
Mataas na pagtingin sa sarili	28
Tiwala sa sarili	28
Pang-aangkin.....	29
Paglugud-lugod sa tao.....	30
Ang Tamis ng Papuri.....	31
Pagmamalaki	32
Kabanata 3. Ang Mga Bunga ng Kayabangan.....	33
Ang kayabangan ay naghihiwalay sa atin mula sa Diyos	33
Kapag nag-iimbak tayo ng mapagmataas na kaisipan, nasisira natin ang anumang ginagawa natin.	34
Ang isang mayabang na tao ay nakararanas ng pagbagsak kaysa sa espirituwal na pag-angat.....	35
Ang kayabangan ay ginagawang katawa-tawa ang isang tao	36

Kabanata 4. Sugurin natin ang kayabangan	37
Dapat tayong lumaban, ngunit dapat tayong lumaban nang matuwid	37
Tinutulungan ka ng kapatid mo na wasakin ang iyong kayabangan	37
Espiritwal na paghahati sa personalidad	38
Mataas na katungkulan at mapagkumbabang pag-uugali	39
Huwag mong ipagmay-ari ang ipinagkaloob sa'yo ng Diyos	39
Bahagi 3. Paghatol — ang pinakamalaking kawalan ng katarungan.....	41
Kabanata 1. "Huwag kayong humatol, upang kayo'y hindi mahatulan"	41
Ang paghatol ay puno ng kawalan ng katarungan	41
Paano tayo napapahusga	42
Ang biyaya ng Diyos ay umaalis sa mga humahatol	43
Ang mga humuhusga sa iba ay nahuhulog sa parehong mga kasalanan	44
Kung mapagpatawad tayo sa mga pagkakamali ng iba, ipapakita rin ng Diyos ang kapatawaran sa ating mga pagkakamali	45
Kabanata 2. Ang Pakikibaka Laban sa Pagsusumpa	45
Kung inaalagaan natin ang sarili nating gawain, hindi tayo huhusga	46
Kung pinapatawad natin ang iba, hindi natin sila hinuhusgan	47
Huwag magmadaling maghusga	48
Bahagi 4. Ang bunga ng pagmamahal sa sarili at kayabangan inggit — galit — kalungkutan.....	49
Kabanata 1. Ang lason ng inggit	49
Ang inggit ay isa sa mga pangunahing damdamin	49
Ang selos ay nagpapalason sa malalim na pag-ibig ng isang babae	50
Pinahihina tayo ng inggit	50
Ang sinumang nagtatago ng sariling kaloob ay naiinggit sa kaloob ng iba	51
Mabuting inggit	52
Kabanata 2. Galit — ang kaaway ng kapayapaan ng Diyos	54
Gawin nating labanan ng galit ang mga pagnanasa	54
Bakit tayo nagagalit?	54
"Magiging galit, ngunit huwag magkasala"	55
'Naghanda ako at hindi ako natulala'	56
Sa pamamagitan ng kababaang-loob at katahimikan ay nalalampasan natin ang galit	57
Kabanata 3. Kalungkutang sumisira sa kaluluwa	57
Ang kagalakan ay nagmumula kay Cristo, ngunit ang kalungkutan ay nagmumula sa diyablo	57
Ang makasarili ay laging nagdudulot ng kalungkutan at takot	58
Ang isang taong walang pasasalamat ay laging malungkot	59
Nais ng Tangalashka na makita tayong malungkot	60
Ang kalungkutan ay sumisipsip ng ating mental at pisikal na lakas	61
Palayasin ang kahinaan sa pamamagitan ng espiritwal na tapang	61
Ang pagpupuri sa Diyos ang panlaban sa kawalan ng pag-asa	62
Seksyon 2. Mga Birtud	63
Pagyayaman ng mga Birtud	63
Ang pagsasabuhay ng kabutihan ay ang pagsunod sa mga utos ng Panginoon	64
Ang lahat ng birtud ay dapat linangin	65
Ang birtud ng iba ay pinupuno tayo ng bango nito	66
Ang halimbawa ng mga santo sa pagsasabuhay ng birtud	66
Linisin natin ang birtud mula sa mga karumihan nito	67
Kapasalan — ang magnanakaw ng mga birtud	68
Espirituwal na kagandahan	69
Bahagi 1. May isang birtud—ang kababaang-loob.....	69
Kabanata 1. "Ang Diyos ay nagkakaloob ng biyaya sa mapagkumbaba"	69
Ang mapagkumbaba ay taglay ang lahat ng birtud	69
Ang Espiritu ng Diyos ay nananahan sa mapagkumbaba	71
Isang mapagkumbabang kaisipan lamang ang agad na nagpapagalaw sa Biyaya ng Diyos	72
Kabanata 2. Ang pagsisikap na makamit ang kababaang-loob	73
Paano Pinapangalagaan ang Kababaang-loob	73
Ang kababaang-loob ng puso ang lahat	74
Kabanalan sa gawa, hindi lamang sa salita	74

Kapag humihiling tayo ng kababaang-loob sa Diyos, dapat nating tanggapin ang paghamak.....	76
"Magpakumbaba ka sa lahat ng bagay"	77
"Mas mababa kaysa sa lahat ng nilikha"	78
Kabanata 3. Kabanalan—ang dakilang lakas ng buhay espirituwal	79
Kung saan may kababaang-loob, walang lugar para sa diyablo	79
Ang espirituwal na pag-unlad ay matatagpuan kung saan mayroong malaking kababaang-loob	80
Inaalagaan ng mga mapagkumbaba ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kaban ng Diyos	81
Bahagi 2. Espirituwal na Pag-ibig	82
Kabanata 1. Ang Walang-hanggang Pag-ibig ng Diyos at ang Ating Pag-ibig sa Diyos	82
"Ang matinding apoy" ng pag-ibig ng Diyos	82
Ang Tamang Pamamahagi ng Pag-ibig	83
Ang Pag-akyat sa Langit.....	83
Ibigay natin ang ating pag-ibig kay Kristo.....	84
Ang apoy ng pag-ibig ng Diyos	85
Banal na Eros.....	86
Banal na pagkabaliw.....	86
Banal na pagkalasing.....	87
Kabanata 2. Pag-ibig sa kapwa	87
Pag-ibig at kababaang-loob — dalawang magkapatid na birtud	87
Tunay at mahalagang pag-ibig	88
Ang pagtanggap ng 'sarili' sa ating pag-ibig.....	89
Pag-ibig ng isang ina para sa lahat	90
Hindi kailanman tumatanda ang puso	91
Ang pinagsamang gawain ng isip at puso.....	92
"Mula sa kakulangan..."	93
Ihagis mo ang iyong lumang abak sa apoy ng pag-ibig	94
Pag-ibig na may habag	95
Ipinahahayag ng pag-ibig	96
Ang pag-ibig ang tumatawid sa mga distansya	97
Kabanata 3. Pag-ibig sa Lahat ng Nilikha.....	98
Ang ugnayan ng tao sa mga hayop bago at pagkatapos ng Pagbagsak.....	98
Nararamdaman ng mga hayop ang pagmamahal ng tao	99
Humihiling ng tulong ang mga hayop sa tao	99
Huwag nating kaligtan ang aral na hatid ng mga hayop	101
Olet — isang masipag na ibon.....	102
Bahagi 3. Kagalangan at Pag-ibig.....	103
Kabanata 1. Kagalangan — ang kadakilaan ng Diyos	103
Ano ang kadakilaan?	103
Ang kabanalan ay katarungang espirituwal.	103
Paano nakakamit ang kagalangan	104
Sa pamamagitan ng ganitong bukas-palad na kadakilaan, nakikipag-isa ang tao sa Diyos	105
Ang isang tao ay magkakaroon ng kadakilaan o malulubog sa kahirapan	106
Kabanata 2. Kabaitan — ang pag-ibig ng malalim na pasasalamat.....	107
Ang mga taong mapagmahal ay mga dakilang kaluluwa	107
Nagagalak si Kristo sa ating paggawa ng pag-ibig	108
Ang kaaway ng pag-ibig ay ang pagmamahal sa sarili.....	109
Ang mga taong mapagmahal ay may pinong budhi, at tinutulungan sila ng Diyos.....	110
Bahagi 4. Mga Anak ng Pag-ibig at Kababaang-loob	111
Kabanata 1. Kasimplehan at Kalinisan	111
Kasimplihan — ang unang bunga ng kababaang-loob	111
Ang pagiging payak at ang kapal ng mukha ay dalawang magkaibang bagay.....	112
Maging tulad ng mga bata	113
Ang isang payak na tao ay laging may mabuting hangarin	114
Kapag payak ka, panatag ang loob mo.....	114
Sa pamamagitan ng banal na kasimplehan, nakikilala ng isang tao ang mga hiwaga ng Diyos	115
Kabanata 2. Pananampalataya at Pag-asa sa Diyos	116
Ang lahat ng kasamaan ngayon ay nagmumula sa kawalan ng pananampalataya	116

Kapag nanghihina ang pananampalataya	117
Hindi pagkatiwala at kakulangan sa pananampalataya	118
Ang sumasampalataya sa Diyos ay walang kinatatakutan	119
'Nakita ko ang Panginoon na nakatayo sa harap ko'	120
Ang pag-asa sa Diyos at ang pagtitiwala sa Diyos ang pinakatiyak na garantiya	121
Ang may tunay na pananampalataya ay may tunay na pag-ibig	121
Kabanata 3. Kaligtasan sa pamamagitan ng Pagtitiis	122
Mapalad ang taong nagtatagal sa tukso	122
Upang magtiis sa ibang tao, dapat mong mahalin sila	123
Itinayo ni Kristo ang kaligtasan ng tao sa pamamagitan ng pagtitiis	124
Sa taglamig, tayo ay nagtitiis sa pag-asang darating ang tagsibol	125
Kabanata 4. Espirituwal na Kagalakan	125
Ang Ina ng Diyos ay naghatid ng kagalakan sa mundo	126
Kung nasaan si Cristo, naroroon ang tunay na kagalakan	126
Ang espirituwal na kagalakan ay nagmumula sa espirituwal na paggawa	127
Dumarating ang banal na kagalakan kapag isinusuko mo ang iyong sarili	128
Ang espirituwal na kagalakan ay isang biyaya mula sa Diyos	128
Ang espirituwal na kirot ay espirituwal na kagalakan	129
Kabanata 5. Pagpili — ang korona ng mga birtud	130
Ang ating espirituwal na kalagayan ay sumasalamain sa ating paghuhusga	130
Ang bawat birtud ay nangangailangan ng matalinong paghuhusga	131
At kailangan din ang paghuhusga sa pag-ibig	132
Walang limitasyon o patakaran sa pagrason	133
Mabuting Pagkabahala	134
Mabuting pagkabagabag — isang malusog na pagmamalasakit para sa isang 'mabuting gawa'	134
Dalhin natin sa puso ang tanong ng kaligtasan ng ating kaluluwa	135
Bigyan mo ng alak ang matalino, at lalo pa siyang magiging matalino.	135
Ang mabuting pagkabalisa na ito ay hindi kailanman tumitigil	136

Panimula

Ang yumaong Nakatatandang Paisios, sa simula ng aming pamumuhay na sama-sama noong 1968, ay nagsabi sa amin: *"May isang birtud—ang kababaang-loob—ngunit dahil hindi ninyo ito nauunawaan, idaragdag ko rin ang pag-ibig. Ngunit hindi ba ang may kababaang-loob ay may pag-ibig din?"* Ang mga "magkapatid na birtud," gaya ng tawag ng Matanda sa kababaang-loob at pag-ibig, ang saligan ng buhay na espirituwal, sapagkat hinahatid nila ang Biyaya ng Diyos sa isang tao at mula sa mga ito isinisilang ang lahat ng iba pang birtud. *"Pagyamanin ninyo ang kababaang-loob at pag-ibig," ang sasabihin niya sa amin, "at sa sandaling tumubo ang mga birtud na ito, mauubos ang kayabangan at malisya, at magwawakas na ang paghihirap ng mga pagnanasa."*

Ang ikalimang tomo na ito, na inilathala sa pagpapala ni Kanyang Kagalang-galang Nikodimos, Metropolitan ng Kassandria, ay pinagsasama ang mga salita ng Nakatatanda tungkol sa mga pagnanasa at mga birtud. Ang mga salitang ito ay hindi bumubuo ng isang sistematikong pagtuturo at hindi rin nito sinasaklaw ang lahat ng mga pagnanasa at lahat ng mga birtud. Ito ay pinagsama-sama mula sa mga sagot ng Nakatatanda sa aming mga tanong hinggil sa paghuhusga at paggaling ng mga pagnanasa, pati na rin sa paglinang ng mga birtud. Ang mga sagot na ito ay kawili-wili hindi lamang para sa mga monghe, kundi para sa sinumang may taos-pusong malasakit sa paglinang ng mga birtud. Si Elder Paisios, na kilala sa kanyang mga pamamaraan ng pastoral na gabay—ang kanyang angkop na mga halimbawa at masiglang pagpapatawa—ay pinapainit ang kaluluwa ng espirituwal na init, na sa ilalim ng impluwensya nito ay namumulaklak ang mga bulaklak ng pagsisisi sa loob ng kaluluwa, at nagbubunga ito ng bunga ng birtud. Hinihikayat niya tayong matapang na harapin ang mukha ng ating lumang pagkatao, kamuhian ang 'maruming maskara' nito at itakwil ito. Kumpiyansa kami na ang payak ngunit liwanag na mga salita ng Nakatatanda, na pinaliwanagan ng

liwanag ng biyaya ng Diyos, ay tutulong sa atin na makipaglaban nang may higit pang sigasig laban sa pagkaalipin ng mga pagnanasa at maramdaman ang ating kalayaan kay Cristo.

Sinasabi noon ni Nanak na Paisios: *'Hindi nagbibigay ang Diyos ng mga bisyo sa tao, kundi mga kapangyarihan. Depende sa kung paano gamitin ng isang tao ang mga kapangyarihan ng kanyang kaluluwa, siya ay magiging mas mabuti o mas masama.'* Sa madaling salita, kung gagamitin natin ang mga kapangyarihang ito alinsunod sa kalooban ng Diyos, mas lalo tayong lumalapit sa Diyos na k at nagiging katulad Niya sa pamamagitan ng biyaya. Kung gagamitin natin ang mga ito alinsunod sa 'mga pagnanasa ng lumang tao', nagiging alipin tayo ng ating mga pagnanasa at lumalayo tayo sa Diyos. Upang maging 'bagong tao', dapat ilagay ng isang tao ang kanyang kalooban sa pagkakasundo sa kalooban ng Diyos, na ipinapahayag sa mga utos ng Diyos. *'Sa pamamagitan ng pagsunod sa mga utos ng Diyos,'* ayon kay Nakatatandang Paisios, *'pinapalago natin ang birtud at nakakamtan ang kalusugan ng kaluluwa.'*

Partikular na binigyang-diin ni Geronda na humihinto ang Kabanal-banalang Grasya sa pagtatrabaho sa isang taong nagpapasuko sa kanyang mga pagnanasa. Kaya, kapag may nagsabi sa Nakatatanda na sila ay nabibighani sa isang pagnanasa, karaniwan niyang sinasagot: *"Mag-ingat ka; sa paggawa nito, itinataboy mo ang Biyaya ng Diyos."* Nang tanungin namin siya kung paano makamtan ang Biyaya ng Diyos o kung paano maaaring lumapit ang isang tao sa Diyos, sinagot niya kami sa iba't ibang paraan: minsan sinasabi niya na ito ay makakamit sa pamamagitan ng kababaang-loob; minsan ipinaliwanag niya kung paano maaaring lumapit sa Diyos sa pamamagitan ng pag-ibig at panloob na kagalangan; minsan itinuro niya kung paano ito makakamit sa pamamagitan ng pagsasakripisyo sa sarili at kawanggawa; at minsan binibigyang-diin niya ang pagtalikur sa sariling 'ako'. Sapagkat ito ang mga katangian ng bagong tao, ang taong napalaya mula sa mga pagnanasa. *'Kapag sinasabi kong dapat mong itabi ang sarili,'* ang sasabihin ng Nakatatanda, *'ang ibig kong sabihin ay itabi ang iyong mga pagnanasa, ilaylay ang iyong lumang pagkatao... Kung talikuran natin ang ating sarili at ang walang-hiya na nakatira sa atin, ang ating lumang pagkatao, ay aalis sa kaniyang tinitirhan, kung gayon ang bagong tao, ang tao ng Bagong Tipan, ay maninirahan sa puso sa puwang na napalaya.'*

Ang bolyum na ito ay binubuo ng dalawang seksyon, na bawat isa ay may apat na bahagi. Ang unang seksyon ay inilalaan sa mga pagnanasa, ang pangalawa naman sa mga birtud.

Ang unang bahagi ng unang seksyon ay inilalaan sa pagmamahal sa sarili, 'ang ina ng mga pagnanasa', sapagkat lahat ng pagnanasa—mga pagnanasa sa katawan, gaya ng kasakiman sa pagkain, kamunduhan at iba pa, at mga espirital, gaya ng kayabangan, inggit at iba pa—ay 'nagmumula rito'.

Ang ikalawang bahagi ay tumatalakay sa kapalaluan — *'ang pangkalahatang himpilan ng mga pagnanasa'*, ayon sa tinatawag ng Nakatatanda. Maaaring sabihin na 'tulad ng pagkakaroon ng isang birtud — kababaang-loob', gayundin ay may isang pagnanasa — kapalaluan, sapagkat ito ang *'nagtaboy sa atin mula sa paraiso patungo sa lupa, at ngayo'y nagnanais na ipadala tayo mula sa lupa patungo sa impierno'*.

Ang ikatlong bahagi ay inilalaan sa paghatol, na nagmumula sa kayabangan at *'puno ng kawalan ng katarungan'*. Ginagawang pagkahumaling sa paghatol ng tao ang kaloob na katwiran, na ibinigay ng Diyos upang makilala ang mabuti at masama, na labis na kinamumuhian ng Diyos.

Ang ikaapat na bahagi ay tumatalakay sa mga pagnanasa ng inggit, galit, at pagkasindak. Ito rin ay kumakatawan sa isang pagbaluktot ng mga kakayahan ng kaluluwa at bunga ng maling paggamit nito. Binabaluktot natin ang kapangyarihan ng pagnanasa, na ibinigay sa atin ng Diyos upang magsikap tayong gawin ang mabuti, tungo sa inggit at malisya; at itinuturo natin ang masungit na kapangyarihang likas sa atin mula sa kapanganakan—na dapat sana'y gamitin para sa matapang na pakikibaka laban sa kasamaan—sa ating kapwa. At sa wakas, ang damdamin ng kalungkutan at pagkasindak ay kinukuha sa atin ang kakayahang magalak sa saganang biyaya ng Diyos at pinahihina

tayo sa espirituwal. Ipinagkakaiba ng Matanda ang kalungkutang ito mula sa kalungkutan para sa Diyos, na nagmumula sa pagsisisi at pinupuno ang kaluluwa ng matamis na aliw.

Ang ikalawang seksyon, na nakalaan sa mga birtud, ay nagsisimula sa isang talakayan tungkol sa kababaang-loob, na *'itaas ang isang tao patungo sa Langit'*. Kung walang kababaang-loob, ang ating mga birtud ay 'nadudumihan'. Ang pagtitiis ay maaaring mag-imbak ng pagungol at pagpapanggap; ang pagiging payak ay maaaring lumihis tungo sa kapalastangan at katusuhan; at ang kagalakan ay maaaring hindi espirituwal na pagdiriwang kundi makamundong kasiyahan. *'Ang mga nakatagpo ng landas ng kababaang-loob,'* sabi ng Nakatatanda, *'ay umuunlad sa buhay-espirituwal nang mabilis, matatag, at walang pagsisikap.'* At sa isa sa kanyang mga liham ay isinulat niya: *'Ang pinakamaikli, pinaka-tiyak, at pinakamadaling landas patungo sa Makalangit na Jerusalem ay ang kababaang-loob.'*

Ang ikalawang bahagi ay nakatuon sa pag-ibig, na dapat maipamahagi nang wasto sa pagitan ng Diyos, ng kapwa, at ng buong nilikha. Ang pag-ibig sa Diyos ay hindi mapaghihiwalay sa pag-ibig sa kapwa at humahantong sa kaluluwa sa banal na eros, banal na pagkabaliw, at banal na pagkalasing. Ang tunay na pag-ibig sa kapwa ay *'mahalagang espirituwal na pag-ibig'*, na taglay ng taong *'inaalis ang kanyang "sarili" sa kanyang pag-ibig'*, ibig sabihin, hindi niya hinahabol ang kanyang sariling interes sa pag-ibig. At ang pag-ibig sa nilikha ay ang kasaganaan ng 'pangkalahatang' pag-ibig na taglay ng isang taong espirituwal.

Ang ikatlong bahagi ay inilaan para sa espirituwal na kadakilaan at pag-ibig, na siyang dalawang pangunahing haligi ng pagtuturo ni Nanak na Paisios. *'Sa espirituwal na kadakilaan,'* sabi ni Nanak, *'nasa lahat ng bagay: pag-ibig, kababaang-loob at pagiging payak, pagkamapagkawanggawa, katapatan... at ang pinakadakilang kagalakan at espirituwal na pagdiriwang.'* Si Elder Paisios, bagaman hindi binabawasan ang kahalagahan ng pagtitimpi, inuuna ang espirituwal na karangalan at kawanggawa kaysa sa anumang pisikal na gawa, sapagkat kung wala ang espirituwal na karangalan, kabutihang-loob at kawanggawa, kung gayon ang lahat ng espirituwal na pagsisikap — pagtitimpi, pagyukyod at iba pa — ay, ayon sa kanya, *'isang katatak sa guliran'*, na *'maaaring matakot ang mga uwak, ngunit hindi ang mga demonyo'*.

Ang ikaapat na bahagi ay tumatalakay sa pagiging payak—*'ang unang bunga ng kababaang-loob'*—ng pananampalataya at pag-asa sa Diyos, na siyang *'pinakatiyak na garantiya para sa isang tao'*; ng pagtitiis, na *'nagpapaluwag sa pinakakurót na suliranin at nagbubunga ng banal na bunga'*; at ng espirituwal na kagalakan, na dumarating *'kapag naitatag na ang kaayusan sa loob. Binibigyan nito ng pakpak ang kaluluwa.'* Panghuli, pinag-uusapan ni Nakatatandang Paisios ang paghuhusga — *"ang korona ng mga birtud."* Ang paghuhusga — *"hindi lamang isang birtud,"* ni isang hakbang pasulong sa espirituwal na pag-unlad, kundi ang bunga at tagapangalaga ng pag-unlad na iyon; ito ang *"timon na ligtas na gumagabay sa kaluluwa, upang hindi ito matisod sa kanan o sa kaliwa,"* ngunit maaari itong maglakad nang matatag sa kaharian na landas ng mga birtud, na iniwasan ang mga sukdulan na nagmumula sa mga demonyo.

Kasama sa konklusyon ang mga salita ng Matanda tungkol sa 'mabuting pagkabagabag'. *'Mabuting pagkabagabag para sa mabuting gawa,'* gaya ng tawag niya rito. *"Mabuting pagkabalising-loob,"* sabi ni Nakatatandang Paisios, *"ay isang pagsabog ng sigla at pagsusumikap. Pinupuno nito ang kaluluwa ng tapang at sigla; hindi ito nagdudulot ng takot o kalungkutan, kundi ng ginhawa. Hindi ito tensiyon o pagkabahala, kundi sigasig para sa isang mabuting gawa."*

Nawa'y masindihan sa ating lahat ang espirituwal na sigasig na ito, na magtutulak sa atin sa gawaing pagtataboy sa makalupang tao at pagsusuot ng kababaang-loob, kung saan ang Pag-ibig—si Kristo—ay maninirahan sa ating mga puso.

26 Setyembre 2006, ang Pagpapahinga ni San Juan na Teologo, Apostol at Ebanghelista

Ang Abadesa ng Monasteryo ni San Juan na Teologo, Apostol at Ebanghelista, si Sister Philothea, kasama ang lahat ng kanyang mga kapatid kay Kristo

- Geronda, mangyaring magbigay kayo ng paalam na salita sa amin.
- Ano pa ang masasabi ko sa inyo? Marami na akong nasabi!
- Sabihin mo ang isang bagay upang mapag-aralan namin ito hanggang sa iyong pagbabalik.
- Sige, kung pipilitin ninyo, sasabihin ko... Isang birtud lang — ang kababaang-loob; at dahil hindi ninyo ito nauunawaan, idaragdag ko rin ang pag-ibig. Ngunit hindi ba ang may kababaang-loob ay may pag-ibig na rin?

Seksyon 1.

Mga pagnanasa.

"Ang pakikibaka laban sa mga pagnanasa ay isang patuloy, matamis na paghihirap na naaayon sa mga utos alang-alang sa pag-ibig kay Kristo"

Kabanata 1.

Ang Pakikibaka Laban sa mga Pagnanasa.

— Geronda, ano ang hiniling ng propeta David sa Diyos nang sinabi niya: 'Itatag mo ako sa diwa ng pamamahala'¹ ?

— Hiningi ni David sa Diyos ang kaloob ng pamumuno, dahil siya ay namumuno sa mga tao. Ngunit ang bawat tao ay nangangailangan ng 'espíritu ng paghahari' upang mapamahalaan nila ang kanilang sarili at hindi mapamahalaan ng kanilang mga pagnanasa.

— Geronda, ano ang mga pagnanasa?

— Naniniwala ako na ang mga pagnanasa ay mga kapangyarihan ng kaluluwa. Hindi binibigyan ng Diyos ang tao ng mga bisyo, kundi ng mga kapangyarihan² . Ngunit kung hindi natin gagamitin ang mga kapangyarihang ito para sa kabutihan, dumarating ang 'tangkalashka'³ , sinisimulang pamunuan ang mga ito, at nagiging mga pagnanasa; at saka tayo nagrereklamo at sinisisi ang Diyos. Ngunit kung gagamitin natin nang tama ang mga kapangyarihang ito, na itutok laban sa kasamaan, tutulungan tayo nila sa ating espirituwal na pagsusumikap. Halimbawa, ang galit. Kung taglay ito ng isang tao, nangangahulugang matapang ang kanyang kaluluwa, at kapaki-pakinabang ito sa buhay-espirituwal. Ang mga walang galit ay kulang din sa tapang; hindi madali para sa kanila ang kontrolin ang sarili. Ang isang mainit ang ulo, kapag ginamit niya ang lakas na taglay niya para sa espirituwal na kapakinabangan, ay parang mamahaling kotse na bumabiyahe sa maayos na kalsada — pindutin mo lang ang pedal, at walang makahahabol sa iyo. Ngunit kung aabuso nila ang

¹ (Awit 50:14)

² Dito, ipinapahayag ni Nakatatandang Paisios sa payak na mga salita ang katotohanan ng ating pananampalataya: 'Ang Diyos ay hindi sanhi ni lumikha ng kasamaan' (San Juan Climacus, Salita 26, 155). Dahil dito, gaya ng sinasabi ni San Nicodemus na taga-Hagiorite, Siya 'ay hindi lumikha ng mga pagnanasa sa likas na katangian ng tao, kundi dahil sa ating kapabayaang, salungat sa kalikasan, ito'y pumasok dito' (Nea Klimax. Volos, 1956. p. 152). Ang mga pagnanasa, ayon sa pagtuturo ng mga Banal na Ama, ay nagmumula sa 'di-kalikasan' na paggamit ng mga kakayahan ng katawan o ng mga kapangyarihan ng kaluluwa. Kung ang 'di-kalikasan' na paggamit na ito ay magpatuloy sa paglipas ng panahon, nagiging masamang gawi ito, at nangangailangan ng malaking pagsisikap upang tuluyang mawala ito. — *Tala ng tagapagsama-sama.*

³ Ganito tinutukoy ni Nakatatandang Paisios ang diyablo. — *Tala ng tagasalin.*

kapangyarihang iyon at hindi mapigilan ang sarili, sila ay parang kotse na nagmamadaling bumabagtas sa isang lubak-lubak na kalsada, na patuloy na tumatama sa mga lubak.

Dapat maging mulat ang isang tao sa mga lakas na taglay niya at ituon ang mga ito sa kabutihan. Sa ganitong paraan, sa tulong ng Diyos, makakamit nila ang mabuting kalagayang espiritwal. Halimbawa, dapat nilang ituon ang kanilang makasariling interes laban sa diyablo at huwag sumuko kapag tinutukso sila nito. Sanayin nilang gawing banal ang kanilang hilig sa walang kuwentang usapan sa pamamagitan ng pagdarasal. Hindi ba mas mabuting makipag-ugnayan sa Cristo at maging banal kaysa makipag-usap nang walang kabuluhan at magkasala? Depende sa kung paano gamitin ng isang tao ang mga kapangyarihan ng kanyang kaluluwa, siya ay magiging mas mabuti o mas masama.

Huwag maghanap ng dahilan para sa iyong mga pagnanasa

— Geronda, may ilang tao na naniniwala na wala silang kinakailangang paunang kundisyon para sa buhay na espiritwal at sinasabi: 'Hindi mo maaaring kunin mula sa walang-wala'⁴.

— Mas masama pa kapag sinasabi ng mga tao na namamana ang kanilang mga hilig, at ginagamit ito upang magbigay-katwiran sa kanilang sarili.

— Ngunit paano kung, Geronda, totoo nga iyon?

— Pakinggan mo ang sasabihin ko. Ang bawat tao ay ipinanganak na may tiyak na mga hilig, mabuti man o masama. At dapat magsikap ang isang tao na alisin ang kanyang mga kapintasan at paunlarin ang kabutihang nasa loob niya, upang maging larawan ng Diyos.

Ang masamang hilig ay hindi hadlang sa espiritwal na kaganapan, sapagkat kung nagsusumikap ang isang tao—kahit kaunti, ngunit may sigasig at pagnanasa—nangangahulugan ito na nasa saklaw siya ng mga espiritwal na batas, nasa kaharian ng mga himala, at doon ay natatanggal ng Biyaya ng Diyos ang lahat ng kanyang namanaing kakulangan.

Lalo nang minamahal at tinutulungan ng Diyos ang kaluluwang iyon na, bagaman ipinanganak na may hindi kanais-nais na hilig, ay masigasig na nagsusumikap sa buhay-espiritwal at nananasang makarating sa Langit, sinusubukang makawala sa lupa at lumipad nang mataas gamit ang mahihinang pakpak na pinahina ng hindi magandang lahi. Marami akong kilalang tao na, nang magpunyagi, ay tumanggap ng malaking tulong mula sa Diyos at napalaya mula sa mga bagay na bumabigat sa kanila. Para sa Diyos, ang mga taong ito ay tunay na mga bayani. Sapagkat ano ang humihikayat sa Diyos na lumapit sa atin? Ang pagsisikap nating talunin ang makalupang tao.

— Geronda, hindi ba binubura ng Binyag ang masamang predisposisyong namamana?

— Sa Binyag, ang isang tao ay nabibihisan kay Cristo, napapalayang mula sa orihinal na kasalanan, at bumababa sa kaniya ang Banal na Grasya, ngunit nananatili ang mga masamang likas na hilig. Tiyak na kaya rin itong burahin ng Diyos sa pamamagitan ng Banal na Binyag? Kaya Niya, ngunit iniwan Niya ang mga ito sa tao upang magsikap siya, upang malagpasan niya, at sa huli ay tanggapin ang korona ng nagwagi.

— Geronda, kapag nagpapasuso ako sa isang pagnanasa, sinasabi ko sa sarili ko: 'Ganito na lang talaga ako ipinanganak...'

— Iyon na lang ang kailangan natin. Marahil sasabihin mong binigyan ka ng iyong mga magulang ng bawat kasamaan, na ang mga bisyo ng iyong mga ninuno ay nagpakita sa iyo, samantalang ang lahat ng talento at kabutihan ay napunta sa iba? Marahil sisihin pa natin ang Diyos? Kapag sinabi ng isang tao, 'Ito ang aking kalikasan; ipinanganak na lang akong may mga masamang hilig; lumaki ako sa ganitong kalagayan, kaya hindi ako makapagbabago,' epektibo niyang sinasabi, 'Hindi lang ang aking ama at ina ang dapat sisihin dito, pati na rin ang Diyos.' Alam mo ba kung

⁴ *Lucian*. Mga Pag-uusap sa Kaharian ng mga Patay. Dayalogo II

gaano kasakit para sa akin ang makarinig ng ganoong mga salita? Pagkatapos ng lahat, hindi lang niya pinamumungahan ang kanyang mga magulang, kundi pati na rin ang Diyos. Kapag nagsimulang mag-isip nang ganito ang isang tao, humihinto ang Kalooban ng Diyos sa paggana.

— Geronda, naniniwala ang ilan na kapag ang isang kapintasan ay nasa pinakamalalim na bahagi ng pagkatao ng isang tao, hindi na ito maaaring itama.

— Tingnan mo kung ano ang nangyayari: akma para sa ilang tao ang magsalita nang ganito, dahil pinapayagan silang ipagtanggol ang kanilang sarili at hindi sila gumagawa ng kahit anong pagtatangka na alisin ang kapintasan na nasa loob nila. 'Ang Diyos,' sabi ng taong ganoon, 'ay hindi nagbigay sa akin ng anumang talento! Ano ang kasalanan ko rito? Bakit nila hinihingi sa akin ang higit sa aking kakayahan?' Narito na—isang butas sa katwiran. Pinagtatwiran ng isang tao ang sarili, pinatatahimik ang kanyang konsensya at nabubuhay ayon sa kanyang gusto. Kung magsisimula tayong magsabi, 'Namamana ito, isang katangian ng pagkatao iyon,' paano nga ba natin mapapabuti ang ating sarili? Ang ganitong saloobin ay nag-aalis sa isang tao ng espirituwal na tapang.

— Oo, Geronda, pero...

— 'Pero' na naman? Anong klaseng tao ka? Kasing-dulas ng buwaya. Palagi kang may dahilan.

— Hindi ko naman sinasadya.

— Hindi ko sinasabing sinasadya mo. Pero kung binigyan ka ng Diyos ng ganoong isip na agad-agad mong nauunawaan ang lahat, bakit hindi mo maintindihan na napakasama ng paghahanap ng dahilan! Napakaraming talino sa ganoong maliit na ulo, pero hindi mo pa rin maintindihan!

Napansin ko na ang ilang matatalinong tao ay ipinagtatanggol ang mali dahil mas nakabubuti ito sa kanila; ganoon nila pinagtatwiran ang kanilang mga pagnanasa. Ang iba naman, sa kabaligtaran, ay hindi ipinagtatanggol ang kanilang sarili, ngunit mayroon silang hindi matanggal na iniisip na mayroong bahagi ng kanilang pagkatao na hindi nila maitama, kaya't sila'y nawawalan ng pag-asa. At ano ang ginagawa ng diyablo? Ginagawang hadlang ng kanyang pagpapawalang-sala sa sarili ang pagkamit ng espirituwal na kabanalan para sa ilan, habang hinihuli naman ang iba sa kanilang labis na pagiging sensitibo at itinutulak sila sa paghihikayat.

Upang maputol ang isang hilig, hindi dapat magbigay-katwiran ang isang tao sa sarili, kundi magpakumbaba. Kung sasabihin nila, halimbawa: 'Hindi ako binigyan ng kakayahang magmahal, samantalang ang iba ay mayroon,' at hindi nagsisikap na magkaroon ng pag-ibig, paano sila makakagawa ng espirituwal na pag-unlad? Kung walang pakikibaka, walang pag-unlad. Hindi mo ba nabasa sa mga sinulat ng mga Banal na Ama tungkol sa mga bisyong taglay noon ng ilang mga asketa, at kung saang antas ng espirituwal na kaganapan sila umabot? Nalampasan nila ang marami na tunay na mabuti. Halimbawa, si Abba Moses na Moro: gaano siya kasamang kriminal noon, at kung ano siya nang kalaunan! Ito ang nagagawa ng Grasya ng Diyos!

Sa aking pananaw, ang isang taong may masamang likas na hilig, kapag nagsumikap siyang magkamit ng mga birtud, ay tumatanggap ng mas dakilang gantimpala kaysa sa isang namana ang mga birtud mula sa kanyang mga magulang at hindi na kinailangang magpagal upang makamtan ang mga ito. Sapagkat ang isa ay binigyan ng lahat nang handa na, samantalang ang isa naman ay kinailangang magpagal nang husto upang makamit ang mga ito. Pagkatapos ng lahat, isipin ito: mas may paggalang ang mga tao sa mga taong, nang magmana ng utang mula sa kanilang mga magulang at nagsikap nang walang pagod, ay hindi lamang nabayaran ang mga utang na iyon kundi nakapagtipon pa ng sarili nilang kayamanan, kaysa sa mga taong nagmana ng malaking yaman mula sa kanilang mga magulang at pinanatili lamang ito.

Ang Pananaw sa mga Pagnanasa

— Matanda, pinahihirapan ako ng mga pagnanasa.

— Nararamdaman mo ba na naninirahan ang mga pagnanasa sa loob mo?

— Minsan nga.

— Mabuti iyon. Kapag napagtanto ng isang tao na nilalabanan siya ng kanyang mga pagnanasa, nagiging mapagkumbaba siya. At kung saan may kababaang-loob, dumarating ang Biyaya ng Diyos.

— Ngunit nakakainis pa rin sa akin na palagi akong nagkakamali.

— Magalak ka na nagkakamali ka — pinapababa ka nito, sapagkat may kapalaluan sa loob mo. "Diyos ko," sabihin mo, "ito ako. Tulungan mo ako. Kung hindi Mo ako tutulungan, wala akong magagawa." Huwag mawalan ng pag-asa. Kapag nagkakamali tayo, nabubunyag ang ating tunay na pagkatao; nakikilala natin ang ating sarili at nagsusumikap tayong magbuti. Ipinapakita nito sa atin ang tamang landas at pinalalaya tayo mula sa mga ilusyon. Nagagalak ako kapag may kahinaan sa akin na lumilitaw, kapag sumisilip ang aking mga pagnanasa. Kung hindi nagpapakita ang aking mga pagnanasa, iisipin kong nakamtan ko na ang kabanalan, samantalang ang mga binhi ng mga pagnanasang iyon ay lihim na naninirahan sa aking puso. Ganoon din, kapag nagagalit ka at nahuhulog sa mapanghusgang pag-iisip, nauunawaan na magagalit ka, ngunit may dahilan din para sa kagalakan — nabunyag ang iyong kahinaan, at nangangahulugan iyon na sisikapin mong alisin ito sa iyong sarili.

— Geronda, kapag ang isang pagnanasa ay hindi nagpapakita ng sarili sa loob ng ilang panahon, ibig bang sabihin na wala na ito?

— Kung may nakatirang pagnanasa sa loob mo, lilitaw ito sa isang punto. Kaya, kung alam mong mayroon kang pagnanasa, maging mapagmatyag. Halimbawa, kung alam mong may ahas na nakatira malapit sa selda mo, sa tuwing lalabas ka, palagi kang magbabantay upang masiguro na hindi ito gumapang palabas at kumagat sa iyo. Hindi ito nakakatakot kapag alam mong may ahas sa paligid at hinihintay mo lang ang sandali para patayin ito kapag lumabas ito; nakakatakot kapag naglalakad ka nang kampanti at walang kamalay-malay, at bigla ka nitong susugurin at kakagatin. Ang ibig kong sabihin rito ay kapag ang isang tao ay hindi nagbabantay sa sarili at hindi niya namamalayan ang kanyang mga pagnanasa, ito ay isang mapanganib na kalagayan. Ngunit kapag alam niya kung anong mga pagnanasa ang mayroon siya at nakikipaglaban siya laban sa mga ito, tinutulungan siya ni Cristo na tuluyang ugisain ang mga ito.

— Geronda, marahil dapat lang akong magsikap at huwag mag-alala kung dumating man ang pagwawasto o hindi? Tiyak na ang aking pagwawasto ay hindi nakasalalay sa akin, kundi sa Diyos?

— Oo, magsikap ka sa iyong espirituwal na pakikibaka at iwan mo ang lahat sa Diyos, ngunit suriin mo rin ang iyong sarili upang maunawaan kung nasaan ka at kung ano ang nangyayari sa iyo. Una, sinusubukan ng doktor na hanapin ang sanhi ng lagnat ng pasyente, at saka niya tinutukoy kung anong gamot ang ibibigay para pababain ang temperatura. Mula nang sandaling makita ng isang tao ang kanyang mga kakulangan, dapat niyang maramdaman ang isang malusog na pagkabahala, na siyang nag-uudyok sa kanya na magsikap para sa pagwawasto. Tinitingnan ko ang aking sarili at nakikita kong mayroon akong ganito at ganoong mga kakulangan. Pinipilit kong suriin ang aking kalagayan: 'Hanggang kahapon, mayroon akong ganito at ganoong mga kakulangan. Naalis ko na ba ang alinman sa mga ito? Nasa anong yugto na ako ng pakikibaka?' Pagkatapos ay lumalapit ako sa Diyos: 'Diyos ko, ginagawa ko ang aking makakaya; tulungan mo akong umunlad, sapagkat hindi ko ito magagawa nang mag-isa.'

— Geronda, posible bang hindi makilala ng isang tao ang kanyang mga hilig?

— Kung ang isang tao ay sensitibo, hindi pinapayagan ng Diyos na agad niyang makilala ang kanyang mga kahinaan, dahil tinutukso ng demonyo ang isang sensitibong tao at sinisikap siyang itulak sa paghihikayat. 'Mayroon ka bang ganitong bisyo?' ang sabi ng diyablo sa kanya. 'Bakit mo ginawa iyon? Hindi ka maliligtas.' Sa ganitong paraan, maaaring mapunta pa ang isang tao sa ospital pangkaisipan.

Pagmamalaki — ang saligan ng mga hilig

— Kapag ang isang tao ay nagsusumikap nang maraming taon at hindi nakaramdam ng pag-unlad, ano ang ibig sabihin nito?

— Kung hindi tayo nakakakita ng tagumpay sa ating espirituwal na pakikibaka, ibig sabihin ay kulang tayo sa pagpipigil sa sarili, o hindi tayo pinapayagang lumalim pa ng Diyos, baka tayo maging mayabang at masaktan ang ating sarili.

— Geronda, pakiramdam ko ay lalo akong lumalala sa bawat araw; ano ang mangyayari sa akin?

May tatlong yugto sa buhay espirituwal. Sa unang yugto, binibigyan ng Diyos ang isang tao ng mga matatamis at tsokolate, dahil nakikita Niya ang kahinaan ng kaluluwa at ang pangangailangan nito para sa ginhawa. Sa ikalawang yugto, unti-unti Niyang inaalis ang Kanyang biyaya para sa layuning pang-edukasyon, upang maunawaan ng tao na kung wala ang tulong ng Diyos, hindi niya magagawa kahit ang pinakamaliit na bagay. Sa ganitong paraan, isinisilang ang kababaang-loob sa loob ng tao, at nararamdaman nila ang pangangailangang lumapit sa Diyos sa lahat ng bagay. Ang ikatlong yugto ay isang tuloy-tuloy, matatag, at mabuting kalagayang espirituwal. Nasa pagitan ka ng ikalawa at ikatlong yugto: gumagawa ka ng kaunting pag-unlad, pagkatapos ay nakakalimutan mo ang iyong kahinaan; iniurong ni Cristo ang Kanyang biyaya, naiwan kang walang-wala, muling nararamdaman mo ang iyong kahinaan at nagigising ka sa katotohanan. Kung sinabi mo sa akin na habang mas umaabante ka, mas gumaganda ka, ikinatakot sana ako — ibig sabihin ay may kapalaluan sa loob mo. Ngunit ngayon, nang sabihin mong tila lalo kang lumalala, saka ako nagagalak, sapagkat nakikita kong maayos ka lamang. Huwag kang matakot: habang mas sumusulong ang isang tao, mas malinaw niyang nakikita ang kanyang mga kakulangan at kapintasan, at ito ay pag-unlad.

— Geronda, baka hindi ako naririnig ng Diyos kapag hinihiling ko sa Kanya na iligtas ako mula sa aking pagnanasa?

— Diyos ba natin si Baal?⁵ Dinirinig tayo ng Diyos at tinutulungan Niya tayo. Marahil ay hindi mo nararamdaman ang Kanyang tulong? Ngunit hindi ang Diyos ang dapat sisihin, kundi ikaw mismo, sapagkat sa pamamagitan ng iyong kapalaluan ay itinataboy mo ang Kanyang tulong.

Kung walang panganib na ang Kanyang tulong ay maging sanhi ng kapalaluan, imposibleng hindi tayo tulungan ng Diyos. Nais ng mabuting Diyos na tayo'y mapalaya mula sa ating mga pagnanasa, ngunit kung tayo'y may taglay na kapalaluan o may hilig dito, hindi Siya tutulong sa atin, baka isipin natin na tayo mismo ang nakapagtagumpay sa pamamagitan ng sariling lakas.

Kaya, kapag nananalangin tayo sa Diyos nang buong puso na tulungan tayong alisin ang isang partikular na hilig at hindi tayo tumatanggap ng tulong, dapat nating agad na mapagtanto na sa likod ng ating hilig ay mayroon pang mas dakilang hilig—ang kayabangan. Dahil hindi natin nakikita ang kapalaluan, pinapayagan ng Diyos na manatili ang pagnanasa na nakikita natin—tulad ng kasakiman sa pagkain, walang kabuluhang usapan, galit, at iba pa—para sa kapakinabangan ng ating pagpapakumbaba. Kapag, dahil sa ating madalas na kabiguan, napupusuhan na natin ang ating mga pagnanasa, nakikilala ang ating kahinaan at nagpapakumbaba, doon tayo makatatanggap ng tulong mula sa Diyos at magsisimula, hakbang-hakbang, na akyatin ang espirituwal na hagdan.

Madaling matanggal ang mga hilig habang sila ay 'bata' pa

— Matanda, nakikita kong marami akong mga pagnanasa.

— Oo, marami kang hilig, ngunit bata ka pa, at may tapang kang magpursige upang linisin ang iyong hardin sa mga tinik at magtanim ng liryo, hyasinto, at rosas, at pagkatapos ay pagmasdan ang

⁵ Tingnan ang 3 Hari 18:26

lahat at magalak. Habang bata ka pa, ang iyong mga pagnanasa ay parang mga batang usbong at madaling matanggal. Pareho ang mga damo at tinik, kapag hindi pa sila tumutubo, madaling mabunot mula sa lupa, ngunit kapag lumakas na sila at naging matigas, mahirap na silang bunutin. At ang mga puna-puná, kapag unang lumabas ang kanilang mga dahon, ay malambot sa paghipo, tulad ng basil. Madali mo itong mapupulot nang walang kahirap-hirap, dahil bata pa ang mga usbong nito. Kaya, subukang ugisain ang iyong mga hilig habang bata ka pa; kung hahayaan mong lumaki pa ang mga ito, mamumulahin ang iyong kaluluwa ng iba't ibang pagnanasa, at magiging mahirap nang alisin ang mga ito.

Ang mga taong hindi inaalís ang kanilang mga pagnanasa noong sila'y bata pa ay labis na nahihirapan sa katandaan, dahil ang kanilang mga pagnanasa ay tumatanda kasabay nila at nagiging isang nakagawiang mahirap putulin. Habang tumatanda ang isang tao, nagsisimula siyang magustuhan ang kanyang mga pagnanasa, nagiging mas maluwag sa sarili, humihina ang kanyang kalooban, at mas nahihirapan siyang labanan ang kanyang mga pagnanasa. Sa kabataan, puno ng enerhiya ang isang tao, at kung gagamitin nila ang enerhiyang ito upang tuluyang alisin ang kanilang mga pagnanasa, magtatagumpay sila.

Paano alisin ang mga hilig

— Geronda, bakit ako palaging naghihirap dahil sa sobrang pagkain?

— Dahil iyon ang iyong kahinaan. Inaatake ng demonyo ang kampo na pinakamahina; hindi niya hinahaplos ang iba — na mahigpit ang depensa. 'Kung magawa kong sakupin ang kampong ito,' sabi niya, 'saka ko sasakupin ang iba nang paisa-isa.' Kaya't dapat mong patatagin nang mabuti ang iyong kahinaan.

— Kapag nakikita ko ang aking mga pagnanasa, pakiramdam ko ay lubos akong nalilito.

— Huwag kang mawalan ng loob o matakot. Matapang mong supilin ang iyong mga pagnanasa nang paisa-isa, simula sa pinakamahalaga. Sa simula, nakakatulong na huwag masyadong mag-isip nang malalim, kundi simulan na lang ang pagtanggal sa mga pinakamalupit at pinaka-halatang-halata. At kapag nagsimulang malanta ang makakapal na ugat ng mga pangunahing pagnanasa, kasabay nilang malalanta rin ang mas pinong mga ugat. Dahil dito, sa pag-ugot mo ng isang pangunahing pagnanasa, naugot mo rin ang iba pang mas mababaw na pagnanasa.

— Bakit nga, Geronda, na bagaman palagi kong pinapasiya na makipaglaban nang seryoso sa aking mga pagnanasa, wala naman talaga akong nagagawa tungkol dito?

— Bakit mo sinusubukang harapin ang lahat nang sabay-sabay? Ang mga pagnanasa, tulad ng mga birtud, ay bumubuo ng isang kadena. Ang isang pagnanasa ay sinusundan ng isa pa, at ang isang birtud ay kaugnay ng isa pa, na parang mga bagon sa isang tren. Kung gugugulin mo ang ilang panahon sa pakikipaglaban sa isang pagnanasa at pagtanim sa iyong kaluluwa ng birtud na kabaligtaran ng pagnanasang iyon, sa huli ay magtatagumpay ka. At kasabay ng pagnanasang natagumpayan mo, matatanggal mo rin ang iba pang mga pagnanasa, at ang mga birtud na kabaligtaran nito ay uunlad sa loob mo. Sabihin nating, halimbawa, na ikaw ay selos. Kung lalaban mo ang selos at papalaganapin mo ang pag-ibig at kabutihang-loob sa iyong sarili, kung gayon, sa pagtagumpay mo sa selos, sabay kang maliligtas sa galit, paghatol, malisya, at kalungkutan.

— Geronda, mas mabuti bang putulin agad ang mga pagnanasa o masamang gawi, o unti-unting alisin ang mga ito?

— Mas mabuti, kung kaya mo, na putulin agad ang mga ito — kung hindi, lalago ang mga ito. Hindi na kailangang maghintay dito. Kapag tumatawid ang isang tao sa isang sapa, lalo na sa taglamig, sinisikap niyang tumakbo papunta sa kabilang pampang nang mabilis hangga't maaari upang hindi siya magyeyelo. Kung tumakbo siya nang mabilis, hindi siya magkakaroon ng oras na

magyeyelo. Ang mga kabayo, kapag nakatali sila, binibitawan nila nang isang matalim na galaw ang kanilang tali; gayon din sa tukso — dapat itong bitawan nang matalim.

— Geronda, sinasabi ni Abba Isaac na taga-Syria: 'Ang kawalan ng emosyon ay hindi nangangahulugang hindi nararamdaman ang mga pagnanasa, kundi ang hindi pagtanggap sa mga ito sa sarili'⁶. Maaari bang maabala ng mga pagnanasa ang isang taong walang emosyon?

— Marahil, ngunit ano man ang ihagis ng diyablo sa kanya, lahat ay nasusunog sa banal na apoy na pinapailaw sa loob ng asketa. Hindi tumitigil ang diyablo sa pagtukso sa isang tao, ngunit kung hindi tinatanggap ng isang tao ang mga suhestiyon ng kaaway, nililinis ang kanyang puso at naninirahan si Cristo sa loob nito. Ang kanyang puso ay nagiging pugon, isang 'palumpong na hindi nasusunog'⁷, at anumang pumasok sa puso pagkatapos noon—lahat ay nasusunog.

Mas mabuting mamatay nang magiting kaysa matalo ng mga pagnanasa

— Geronda, maaari bang mag-udyok sa atin ng pasasalamat sa Diyos lamang sa pakikipaglaban sa mga pagnanasa?

— Hindi sapat ang pasasalamat sa Diyos lamang; kinakailangan din ang mabuting kalooban, ang pagkilala sa sariling kasalanan, at ang masigasig na pagsisikap.

— Nakakatulong ba ang pag-alala sa kamatayan sa ating panloob na pakikibaka?

— Oo, malaking tulong ito. Kung isasabuhay natin ang pag-alala sa kamatayan na may pag-asa sa Diyos, makikilala natin ang kawalang-kuwenta ng mundong ito at matatanggap ang espirituwal na tulong. Kaya't dapat nating laging isaisip ang Hatol ng Diyos at huwag kalimutan na kakailanganin nating magbigay-panagot para sa ating mga kasalananang hindi pinagsisihan. "Ano ang ginagawa ko? Bakit ako nabubuhay nang padalos-dalos? Kung mamatay ako ngayon, ano ang mangyayari sa akin? Nakipagtipan na ba ako sa kamatayan? Pagkatapos ng lahat, namamatay ang maliliit at ang dakila." Kung iisipin ko na maaaring tawagin na ako ng Diyos sa Kanya, hindi ako makakasala.

Upang mamatay ang ating mga pagnanasa, dapat nating isipin ang kamatayan, ang darating na Paghuhukom, at magpakita ng sigasig para kay Kristo, na labis na nagdusa upang tubusin tayo. Ang pakikibaka laban sa mga pagnanasa ay isang walang patid, matamis na paghihirap para sa pagsunod sa mga utos alang-alang sa pag-ibig ni Kristo. Mas mabuting mamatay nang buong tapang kaysa matalo ng mga pagnanasa at mapasaktan si Kristo.

— Matanda, nahihirapan akong makipaglaban.

— Masakit nga ang maghugot ng tusok sa daliri, ngunit ang mag-ugot ng isang hilig mula sa iyong kalooban ay mas masakit pa! Alamin mo rin na kapag sinisikap ng isang tao na putulin ang isang pagnanasa, naglalagay ang tukso ng mga hadlang sa kanyang landas, at ang taong iyon ay nagdurusa gaya ng pagdurusa ng isang taong sinapian ng demonyo kapag siya ay pinagsabihan, dahil sa sandaling iyon ay may pakikipaglaban sa diyablo. Ngunit pagkatapos ay napapalaya ang taong sinapian.

Ang sariling pagpapalinis ay hindi nangyayari nang kusa, nang walang pagsisikap, o sa isang pindot lang. Hindi agad natatanggal ang mga pagnanasa, gaya ng hindi mo agad mahahati ang puno sa isang hila lang ng lagare. Kailangan mong magtrabaho nang matagal gamit ang lagare hanggang tuluyang maputol mo ang buong puno. Ngunit hindi doon nagtatapos ang trabaho. Gaano karaming pagsisikap ang kailangan para gawing kasangkapan ang isang troso! Una, kailangang lagariin ang troso para maging mga tabla; pagkatapos ay gugugulin ng isang manggagawa ang mahabang panahon sa paggawa rito upang gawing kinakailangang piraso ng muwebles.

— Ngunit paano kung hindi ko mapagtanto na kinakailangan ang paggawaing ito?

⁶ Kinuha mula sa: Mga Asketikong Kasabihan ni Abba Isaac na taga-Syria. Moscow, 1993. p. 210.

⁷ Tingnan ang Exodo 3:2–3

— Kung hindi, mananatiling tuhod ka at ihahagis sa apoy.

Dapat kang magtanim, upang palaguin ito ng Diyos

— Elder, araw-araw sinasabi ko, 'Simula bukas, magsisimula na akong manalangin at pagbutihin ang sarili,' pero pareho pa rin ang lahat.

— Unahin ang Diyos; sabihin ito: 'Sa lakas ng Diyos susubukan kong pagbutihin ang aking sarili,' at tutulungan ka ng Diyos. Ang katotohanang nais mong pagbutihin ang iyong sarili ay nangangahulugang tinatanggap mo ang tulong. Hinihiling mo sa Diyos ang tulong — at pinagpapala ka Niya. Ginagawa mo ang maliit na kaya mong gawin, at sa ganitong paraan ay sumusulong ka. Sino, kung makakita ng maliit na batang sinusubukang ilipat ng malaking bato gamit ang maliliit niyang kamay, ang hindi agad lalapit upang tumulong? Ganoon din, ang Diyos, sa pagtingin sa iyong munting pagsisikap, ay tutulong sa iyo upang magtagumpay.

May ilang tao, kahit na hindi sila nagsusumikap para sa kanilang sariling pag-unlad, ay nagsasabi: 'Kristong ako, mayroon akong ganito at ganoong mga kahinaan. Maaari Mo akong iligtas mula rito. Iligtas Mo ako!' Paano makakatulong ang Diyos sa ganitong sitwasyon? Para matulungan ka ng Diyos, dapat kang magsikap para sa iyong sarili. May ilang bagay na dapat gawin mismo ng isang tao bago ipadala ng Diyos ang Kanyang tulong. Hindi kailanman mangyayari na matulungan ang isang tao kung hindi niya nais tulungan ang sarili.

Minsan sinisikap nating makamit ang biyaya at mga kaloob ng Diyos sa pamamagitan ng mahiwagang paraan. Iniisip natin na, nang walang anumang pakikibaka, makamamit natin ang ilang birtud at maging mga santo pa. Ngunit upang mabigyan tayo ng Diyos ng anumang bagay, dapat tayong magsikap. Paano tayo mabibigyan ng Diyos ng anumang bagay nang walang sariling pagsisikap? Tulad ng sinasabi sa troparion: "Pinagyaman Mo ang tigang na ilang"⁸. Nagpapadala ang Diyos ng ulan at pinapablanding ang lupa, ngunit tayo ang dapat mag-araro sa sarili nating bukid. Handa na ang lupa, ngunit kailangan nating mag-araro at maghasik. At saka tayo aanihin ang ating inhasik. Kung hindi tayo mag-aararo, paano tayo maghahasik? At kung hindi tayo maghahasik, ano ang aanihin natin?

Kaya hindi natin dapat itanong kung ano ang magagawa ng Diyos, kundi itanong sa ating sarili kung ano ang magagawa natin. Napakataas ng interes sa bangko ni Cristo. Ngunit kung wala tayong account sa bangkong iyon, paano tayo makakakuha ng pera mula roon?

Bahagi 1.

Pagmamahal sa sarili — ang ina ng lahat ng mga pagnanasa

"Ang sinumang nagtataglay ng pagmamahal sa sarili ay walang kapayapaan; ang ganoong tao ay walang panloob na kapayapaan, sapagkat hindi siya malaya sa loob."

Kabanata 1.

Pagmamahal sa sarili at ang mga bunga nito

⁸ Mula sa troparion para sa Kagalang-galang, troparion, tono 8

Lahat ng pagnanasa ay nagmumula sa pagmamahal sa sarili

— Geronda, ano ang pagmamahal sa sarili?

— Ang pagmamahal sa sarili ay ang katuparan ng mga pabigla-biglang nais ng lumang sarili; ibig sabihin, pagmamahal sa lumang sarili. Ang sobrang pagkain, pagkamakasarili, pagkapilit, at inggit ay nagmumula lahat sa pagmamahal sa sarili. Nakikita mo, ang isang tao, dahil sa pagmamahal sa sarili, ay naghahanap ng kaginhawahan at ginhawa para sa sarili at hindi iniisip ang iba. Ang isa naman, na may akademikong katumpakan, ay inaalagaan ang kanyang pagkain at tulog, upang walang masamang mangyari sa kanyang mahalagang kalusugan. Ang ikatlo naman ay nag-aangkin na dapat siyang isaalang-alang at pahalagahan. Sa sandaling siya ay bahagyang mapigilan sa isang bagay, o hindi magawa ang mga bagay ayon sa kanyang gusto, agad siyang nagagalit: 'Bakit hindi nila ako iniisip? Ipapaningil ko sa kanila.' Oo, ang pagmamahal sa sarili ay isang kakila-kilabot na bagay!

— Geronda, paano masasabi ng isang tao: 'Pinapahirapan namin ang aming sarili buong araw para sa iyong kapakanan'⁹ ?

— Masasabi ito kung isinusuko ng isang tao ang sarili niyang mga pagnanasa para sa ikabubuti ng iba. Bawat pagnanasa ay may tatak ng makataong 'Ako', ng pagmamahal sa sarili. Kung hindi isinaalang-alang ng isang tao kung ang gusto niya ay magugustuhan din ng iba, at nagsimulang mangailangan: 'Gusto ko ito, gusto ko iyon' o 'Bakit hindi mo ito ginawa para sa akin, bakit hindi mo ako binigyan niyon?' — ang ganitong tao ay sa huli ay napapailalim sa kapangyarihan ng diyablo.

— May mga taong hindi makahanap ng kapayapaan kapag hindi nangyayari ang gusto nila.

— Ngunit paano sila makakahanap ng kapayapaan kung ang kanilang 'sarili' ang nasa puso ng kanilang pagnanasa? Kung ang 'sarili' ng isang tao ang nasa puso ng kanilang pagnanasa, paano makarating doon si Kristo? Ngunit kapag walang 'sarili', at iisa lamang ang naroroon, ang Pinakamahalaga—ito ay si Kristo—doon ay naroroon ang lahat. At kapag wala si Kristo, wala nang iba pa. Kapag itinakwil ng isang tao ang kanyang 'sarili', ibinibigay ng Diyos sa kaniya ang lahat sa isang himalang paraan.

— Geronda, kapag sinasabi ninyo sa amin na dapat naming itabi ang aming 'sarili', natatakot ako — paano kung hindi ko ito matiis?

— Oh, anong trahedya! Parang sinasabi: 'Kung itatabi ko ang aking mga pagnanasa, ano pa ang matitira sa akin?' Pagkatapos ng lahat, kapag sinasabi kong dapat mong itabi ang sarili, ibig kong sabihin ay itabi ang iyong mga pagnanasa, tanggalin ang iyong lumang sarili. Para sa isang matanda na nauunawaan ang lahat, medyo walang kabuluhan na sabihing: 'Hindi ko kayang isuko ang sarili ko.' Kung sasabihin sa iyo, 'Kumuha ka ng martilyo at gibain mo ang pader na ito,' at hindi ka pa kailanman humawak ng anumang bagay maliban sa paintbrush, s , maaaring sabihin mo, 'Hindi ko kaya.' Ngunit para alisin ang lumang sarili, hindi mo kailangan ng pisikal na lakas — kailangan mo ng kababaang-loob.

Kumain ng hindi masarap at magsaya kay Cristo

Ang pagmamahal sa sarili ay pati na rin ang pagnanais na kumain at magpahinga nang higit sa kinakailangan. Sa ideal na sitwasyon, dapat bigyan lamang ang katawan ng kung ano ang kailangan nito. Ang pagnanais ay isang bagay, at ang pangangailangan ay iba. Ang isa ay ang pagnanais para sa mga ligaya ng katawan, at ang isa naman ay ang pangangailangan para sa mga pangunahing bagay. Sabihin nating may dalawang putahe sa harap ko; pareho ang dami ng bitamina, pero mas masarap ang isa kaysa sa isa pa. Kung pipiliin ko ang mas masarap na putahe, iyon ay pagbibigay-lugod sa sarili. Ngunit kung pipiliin ko ang mas masarap na putahe upang pasiglahin ang aking gana sa

⁹ Awit 43:23

pagkain—dahil nawawalan ako ng gana dahil sa sakit—kung gayon, iyon ay isang usapin ng matalinong paghuhusga.

Ang katawan, na tinatawag na 'masamang maniningil ng buwis'¹⁰, ayon kay Abba Macarius, ay maaaring humiling ng higit pa sa kailangan nito, depende sa nakasanayan nito. Kung maliit ang tiyan ng isang tao, mas madali para sa kanila ang mag-ayuno; ngunit kung hindi, nagiging alipin sila ng kanilang tiyan, dahil kailangang mapuno ito ng pagkain. Halimbawa, ang isang taong sobra sa timbang: parang isang buong bodega ang tiyan nila; kailangan nilang kumain ng hindi bababa sa kalahating guya para maramdaman ang kabusugan, at pagkatapos ay uminom pa ng dalawang timba ng tubig!

— At noong nakaraan, Geronda, mas malakas ba ang mga tao sa pisikal, o mas pinipilit lang ba nila ang kanilang sarili?

— Siyempre, medyo mas malakas sila sa pisikal, pero mas pinipilit din nila ang kanilang sarili. Binibigyan ni Elder Haji-Georgios ang kanyang mga monghe ng kaunting pulot at mani araw-araw¹¹. At kahit bata pa silang lahat, mga labinlimang taong gulang, nasa panahon ng aktibong paglaki, sa espirituwal ay parang matatanda na sila! Ngayon, sinusunod ng mga tao ang lohika ng mundo: 'Hindi dapat nag-aayuno ang mga bata, baka magkasakit sila; dapat sagana sila sa lahat ng bagay; kailangan nating protektahan sila mula sa paghihirap.' Kaya namumuhay ang mga kaluluwang ito, patuloy na humihingi ng mga cutlet, ngunit wala silang napapala rito.

Kapag ang isang tao ay nagagalak sa hindi pagkain alang-alang sa pag-ibig ni Cristo, tunay siyang napapalakas. Kung, alang-alang sa pag-ibig ni Cristo, pinipili nila ang hindi masarap kaysa sa masarap, sa pamamagitan ng hindi masarap ay nalulugod sila kay Cristo.

Ang pagmamahal sa sarili ay sumisira sa pagmamahal sa kapwa

— Geronda, ngayong araw ay isang matandang lalaki ang nahihirapang umakyat sa hagdan patungo sa simbahan, at walang tumulong sa kanya, kahit na maraming dumaraan.

— At 'ang pari... nang makita siya, ay lumampas... at ang Levita... nang makita siya, ay lumampas.'¹² Tama sila... Hindi nila alam... hindi pa nila naririnig ang Ebanghelyo ng Mabuting Samaritano! Ano ang masasabi? Mahal natin ang ating sarili, ngunit hindi ang iba. Sinisira ng pagmamahal sa sarili ang pagmamahal sa kapwa, kaya ganoon tayo kumilos. Ngunit ang mga nagmamahal sa sarili ay hindi namumuhay ayon sa diwa ng Ebanghelyo. Kung inisip lamang ni Kristo ang Kanyang sarili, nanatili sana Siya sa Langit; hindi Siya bumaba sa lupa, hindi Siya nagdusa, at hindi Siya ipinako sa krus para sa ating kaligtasan.

Sa ngayon, halos lahat ay makasarili, ngunit kulang ang diwa ng paghahain sa sarili. Sa ngayon, ang nangingibabaw na saloobin ay: 'Basta hindi ako ang naghihirap.' Alam mo kung gaano kahirap tingnan ang mga nasa paligid natin! Kamakailan, sa ospital na¹³, nasaksihan ko ang ganitong pangyayari: isang pasyenteng nakahiga sa kama ang kailangan buhatin at ilipat sa ibang ward; ang lalaking nars ay hindi gumalaw, kahit na iyon ang kanyang na trabaho. 'Hindi ko kaya: masakit ang likod ko,' ang walang pakialam niyang sabi! Oo, nakikita ninyo, ang hindi makataong tao! Ngunit isang buntis na nars, kasama ang isa pa, ang bumuhay at nagdala sa kanya. Hindi nila inisip ang sarili nila. At siya ay lubos na nakalimot na siya ay buntis at agad na tumakbo para tumulong! Alam mo ba kung gaano ako kasaya kapag nakakakita ako ng taong, kahit siya mismo ay nasa mahirap na sitwasyon, ay nagsasakripisyo para sa kapakanan ng iba! Sobrang saya ko! Nagsasaya ang puso ko. Pakiramdam ko ay magkakadugo kami ng taong ganoon, dahil malapit sila sa Diyos.

¹⁰ Palladius, Obispo ng Helenopolis. Ang Kasaysayan ng Lausaic. Philokalia ng mga Ama ng Neptic at Ascetic. Tomo VI. Thessaloniki, 1996. p. 124

¹¹ Ang pag-aayuno ay isinagawa sa lahat ng oras sa komunidad ng matandang Hadji-Georgios (tingnan si Elder Paisios ng Bundok Athos. The Elder Hadji-Georgios. Thessaloniki, 2005). — *Tala ng nag-ayos*.

¹² Lucas 10:31–32

¹³ Noong 1987, sumailalim si Matandang Paisios sa operasyon upang alisin ang luslos. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Hayaan na lang ang iba sa impyerno!

— Geronda, maraming tao ang naghihintay sa iyo ngayon, pero isang binata ang hindi naghintay at pumasok nang hindi pumipila.

— Oo, pumasok siya at sinabi: 'Kailangan kitang makausap. Nasa Bundok Athos ako, hindi kita nahanap doon, kaya pumunta ako rito.' 'Sige,' sabi ko sa kanya. 'Hindi mo ba nakikita na may iba pang naghihintay? Liwan ko ba ang lahat ng iba para sa iyo?' 'Oo, Ama,' sabi niya. Maiisip mo ba iyan? May mga taong nakatayo sa hagdan, siksik na parang sardinas — ang mga maysakit, mga babaeng may maliliit na anak... at itong lalaki'y pilit na ipinagkakaloob ang gusto niya. At kung seryoso nga lang ang usapin, ayos lang, pero puro kalokohan lang ang sinasabi niya. Siya ang pinakamahalaga; hayaang masira na ang iba!

Minsan may mga taong lumalapit at sasabihin: "Ngayon, Ama, ipagdasal mo lamang ako at huwag mo nang ipagdasal ang iba." Ang kapal ng mukha! Para ka lang sinasabing: "Ako lang ang bumibiyahe sa tren na ito; hindi dapat may iba pa sa mga bagon." Pero tumatakbo naman ang tren, kaya bakit hindi rin makasakay ang iba?

— Geronda, paano natin dapat unawain ang mga salita ni Cristo: 'Sapagkat ang sinumang nagnanais na iligtas ang kanyang kaluluwa ay mawawalan nito'?¹⁴

¹⁵— Ang ibig sabihin ay dapat 'mawala' ang kaluluwa ng tao sa positibong kahulugan. Hindi dapat ituring ng tao ang sarili niyang buhay bilang mahalaga, kundi isakripisyo ito para sa kapakanan ng iba. 'Huwag maghanap ang sinuman ng kanyang sariling kapakanan, kundi ng kapakanan ng iba,' sabi ni Apostol Pablo (1 Corinto 13:5). Ito ang mismong pundasyon ng buhay espirituwal: ang kalimutan ang sarili sa positibong kahulugan at maglingkod sa iba, sa pamamagitan ng pakikibahagi sa kanilang sakit at kahirapan. Hindi dapat maghanap ng paraan upang iwasan ang mga kahirapan, kundi maghanap ng mga pagkakataon upang tumulong sa iba at magdulot sa kanila ng kagalakan.

— Geronda, paano maiintindihan ng isang tao kung ano ang kailangan ng iba upang matugunan ito para sa kanila?

— Ilagay mo ang sarili mo sa sapatos ng iba, at doon mo mauunawaan kung ano ang kailangan nila. Kung mananatili kang nakasara sa sarili mong panlabas, hindi mo mauunawaan kung ano ang kailangan ng ibang tao.

Sa ngayon, iniisip ng karamihan kung paano mapupunta sa puwesto ng iba, sa halip na ilagay ang sarili sa sapatos nila. Minsan napapansin ko ang ilang tao na lumalapit sa Komunyon nang itutulak ang iba. Bawat isa sa kanila ay iniisip: 'May mga gagawin pa ako, nagmamadali ako' — at hindi iniisip: 'Karapat-dapat ba ako na tumanggap ng Komunyon?' o 'Baka mas nagmamadali pa ang iba kaysa sa akin?' Wala namang ganoon! Tatanggap sila ng Komunyon at payapang aalis. Ngunit kahit na hindi sapat para sa iyo ang Komunyon, dapat kang magalak na napunta ito sa iba kaysa sa iyo. At kung ang pari ay may iisang partikulo, iisang perlas, at may isang maysakit na nasa kamatayan na nangangailangan ng Komunyon, tiyak na dapat kang magalak na sila ang tumatanggap nito, hindi ikaw. Ito ang gusto ni Kristo sa atin. Ganito pumapasok si Kristo sa puso, pinupuno ang tao ng kagalakan.

Ang paghihirap ng pagiging kampante

— Geronda, nahihirapan ako sa isang madre.

— Alam mo ba kung ano ang problema? Maraming tao ang nakikita kung paano sila inilalagay ng iba sa kanilang lugar, ngunit hindi nila nakikita kung paano nila inilalagay ang iba sa kanilang lugar. Nananagot lamang sila sa iba, hindi sa kanilang sarili. Ngunit ang lohika ng buhay na

¹⁴ Mat. 16:25

¹⁵ 1 Cor. 10:24

espiritwal ay ang bigyang-pansin ang mga paraan kung paano mo nagdudulot ng paghihirap sa iba, sa halip na sa mga paraan kung paano ka nila pinahihirapan; magsikap para sa kailangan ng iba, sa halip na para sa kailangan mo. Pumunta tayo sa buhay na ito para magpahinga, o para sa kaghinhawahan at kaginawan? Hindi tayo dumating sa mundong ito para magsaya, kundi para linisin ang ating sarili at maghanda para sa buhay na darating.

Kung tayo lamang ang iniisip at ginagawa lamang ang gusto natin, nagsisimula tayong maghangad na isipin din tayo ng iba, paglingkuran tayo, tulungan tayo... sa madaling salita, upang matiyak na tayo ay palaging kumportable. 'Talagang gusto ko ito,' sabi ng isa; 'Ngunit iba ang gusto ko,' sabi ng isa pa. Lahat ay nagsusumikap para sa gusto nila, ngunit hindi nakakahanap ng kapayapaan, dahil ang tunay na kapayapaan ay dumarating kapag ang isang tao ay hindi iniisip ang sarili, kundi ang iba.

Noong panahon ng okupasyon noong 1941, nang tumatakas kami mula sa mga Aleman na sumisira sa mga nayon, nagsusunog at pumapatay, iniwan namin ang Konitsa at nagtungo sa mga bundok. Noong araw na pumasok ang mga Aleman sa Konitsa, ang dalawang kapatid kong lalaki ay bumaba mula sa bundok papunta sa kapatagan nang maaga pa ng umaga upang mag-araro ng mais sa hardin ng gulay. Nang marinig kong dumating na ang mga Aleman, dali-dali akong lumapit sa nanay ko: 'Ma, bababa ako para babalaan ang mga kapatid ko.' Hindi niya ako pinayagang umalis, dahil sinasabihan siya ng lahat: 'Halos paalis na rin sila; huwag mo na lang papayagang umalis itong isa, baka mawala rin siya sa'yo.' 'Parang ganoon naman,' naisip ko. Isinuot ko ang aking botas militar at tumakbo pababa sa taniman ng gulay. Sa pagmamadali ko, hindi ko naitali nang maayos ang sintas ng aking botas, at habang tumakbo ako sa bukid na kakabuhusan lang ng tubig, nahulog ito sa paa ko at naipit sa putik. Iniwan ko ang mga ito at tumakbo nang nakayapak sa pampang ng ilog na puno ng mga tinik. Mga isang oras sa tindi ng init ng tag-init, tumakbo ako sa gitna ng matitinik na damo at hindi ako nakaramdam ng anumang sakit. Tumakbo ako papunta sa mga kapatid ko sa hardin ng gulay at sumigaw: 'Nandito na ang mga Aleman, kailangan nating magtago.' At nakita namin ang mga armadong sundalong Aleman na papalapit. 'Magpatuloy kayo sa paglambot ng lupa,' sabi ko sa mga kapatid ko, 'at magpapanggap akong nag-aasikaso sa bukid at nagpapamanipis ng mais.' Dumaan ang mga Aleman nang hindi man lang nagsalita. Pagkatapos lang ay napansin kong puno ng sugat mula sa mga tinik ang mga binti ko; hanggang sa sandaling iyon, wala talaga akong naramdaman. Ang saya ng takbuhan na iyon! Ang kagalakan ng pagsakripisyo. Paano ko nga ba maaaring iwan ang aking mga kapatid? Ano kung may nangyari sa kanila? Bubugbogin ako ng konsensya pagkatapos. Kahit wala akong konsensya, dadanasin ko pa rin ang paghihirap ng pagpapalubag-loob sa sarili.

Ang pagmamahal sa sarili ay ninanakawan tayo ng kapayapaan at kagalakan

- Geronda, bakit hindi palagi akong may payapang espiritu?
- Hindi mo pa pinalaya ang sarili mo mula sa iyong 'sarili'; bilang bihag ka pa rin ng iyong lumang sarili. Subukang patayin ang iyong 'sarili', kung hindi, sisirain ka nito. Sinumang may nakatirang pagmamahal sa sarili ay hindi maaaring magkaroon ng kapayapaan o panloob na kapanatagan, dahil hindi sila malaya sa loob. Ang ganitong tao ay ginagawa ang lahat na parang pagong at gumagalaw na parang pagong. Malaya bang makalabas ang ulo ng pagong? Karamihan ng oras ay nakaupo ito sa loob ng balat nito.
- Sa teorya, iniisip kong pinag-aaralan ko ang sarili ko, pero sa praktis...
- Sa katotohanan, mahirap ito. Dito mismo nasasakop ang ating lumang sarili. Ngunit kung hindi natin sakupin ang ating lumang sarili nang may pagsusumikap at paghuhusga, sisirain nito ang buong estruktura ng ating buhay-espiritwal nang tuluyan.
- Geronda, ano ang itsura ng impyerno?

— Hayaan mong ikwento ko sa iyo ang isang kuwento na narinig ko minsan. Isang araw, isang payak na tao ang humiling sa Diyos na ipakita sa kanya ang langit at impiyerno. Pagkatapos, isang gabi sa panaginip, narinig ng taong ito ang isang tinig na nagsasabi: 'Halika, ipapakita ko sa iyo ang impiyerno.' Nasa loob siya ng isang silid. Sa gitna nito ay nakatayo ang isang mesa, na maraming tao ang nakaupo sa paligid nito. Sa mesa ay may palayok na puno ng pagkain. Ngunit nagugutom ang mga tao: kumukuha sila ng pagkain mula sa palayok gamit ang mahahabang kutsara, ngunit hindi nila maiabot sa kanilang mga bibig ang mga ito. Kaya ang ilan ay nagre-reklamo, ang iba ay sumisigaw, at ang iba pa ay umiiyak... Pagkatapos ay narinig niya muli ang parehong tinig: 'Halika, ngayon ipapakita ko sa iyo ang langit.' Pagkatapos ay napag-alaman niyang nasa isa na namang silid siya, kung saan may katulad na mesa na may palayok, at may mga taong may mahahabang kutsara rin na nakaupo sa paligid nito. Gayunpaman, busog at masigla ang lahat, dahil ang bawat isa sa kanila, habang kumukuha ng pagkain mula sa palayok, ay pinapakain ang ibang tao gamit ang kanilang kutsara. Nauunawaan mo na ba ngayon kung paano mo maaaring maranasan ang paraiso kahit sa buhay na ito?

Nagagalak ang mga gumagawa ng mabuti, sapagkat pinapaliwanag sila ng banal na aliw. Ngunit ang mga gumagawa ng masama ay nagdurusa, at ginagawang impiyerno sa lupa ang paraisong lupa. Kung may pag-ibig at kabutihan sa iyong kalooban, isa kang anghel, at saan ka man magpunta at nasaan ka man, dala mo ang paraiso. Ngunit kung ang mga pagnanasa at kasamaan ay naninirahan sa iyong kalooban, ang diyablo ay nasa loob mo, at saan ka man magpunta at nasaan ka man, dala-dala mo ang impiyerno. Dito pa lamang sa buhay na ito, nagsisimula na nating maranasan ang paraiso o impiyerno.

Kabanata 2.

Kalayaan mula sa pagkaalipin sa pagmamahal sa sarili

Ang layunin ng espirituwal na pakikibaka: pagtanggali sa makalupang sarili

— Geronda, paano ko malalampasan ang pagmamahal sa sarili? Limitado ang aking pisikal na lakas, at nahihirapan akong magsagawa ng pagtanggali sa sarili sa lahat ng bagay at kumilos nang may pagsasakripisyo.

— "Ang durog na espiritu ay hain sa Diyos: ang durog at nagpapakumbabang puso, O Diyos, hindi mo wawastasin."¹⁶ Hindi mo malalampasan ang pag-ibig sa sarili sa pamamagitan lamang ng pag-aangat ng mabigat na pasanin ng iba — hindi ito hinihingi sa iyo ng Diyos, dahil wala kang sapat na pisikal na lakas. Ngunit ang pagmamahal sa sarili ay maaaring malampasan sa pamamagitan ng kababaang-loob, sa pamamagitan ng pagtitiis sa mga insulto at kawalan ng katarungan. At kung idaragdag mo rito ang kaunting pisikal na paggawa, alang-alang sa pag-ibig at awa, alam mo ba kung anong tulong ang nagmumula sa Diyos?

— Geronda, ano ang ugnayan ng pisikal na paggawa, ascesis, at ang pagpipigil sa mga pagnanasa?

— Ang pisikal na paggawa ay nagpapasailalim sa katawan sa espiritu. Ang pag-aayuno, pananalangin sa gabi, at anumang iba pang ascetic na gawain na isinasagawa alang-alang sa pag-ibig kay Cristo ay kapaki-pakinabang kapag sinamahan ng pakikibaka laban sa mga pagnanasa ng kaluluwa. Sapagkat kung ang isang tao ay hindi winawasak ang mga pagnanasa ng kaluluwa— pagmamataas, inggit, galit—kundi pinahihirapan lamang ang katawan nang walang pag-iisip, pinapakain lamang nila ang kanilang mga pagnanasa sa pamamagitan ng pagmamataas. Ang mga

¹⁶ Awit 50:19

pagnanasa ng kaluluwa ay nagdudulot sa atin ng mas malaking pinsala kaysa sa labis na katabaan ng katawan: ang labis na katabaan ng katawan ay isang benign na bukol, samantalang ang mga pagnanasa ng kaluluwa ay isang malignant na bukol. Hindi ko sinasabing hindi kailangan ang pisikal na pag-aascetismo; nais ko lamang na maunawaan ng mga tao ang diwa ng pag-aascetismo, na nakapaloob sa pagtanggap ng makalumang sarili.

— Geronda, paano dapat magsagawa ng pagpipigil sa sarili?

— Dapat magsagawa ng pagsasanay sa ganitong paraan: dapat bigyan ang katawan ng kailangan nito — tulog, pagkain, at iba pa. Susunod, ang tungkulin ay putulin ang mga emosyonal na pagnanasa: kahalayan, kasakiman, inggit, at iba pa. At saka lamang dapat magpatuloy sa pagsasanay ng pagpipigil sa sarili sa pagkain at tulog. Sa ganoong pagkakataon, magiging makatarungan ang pisikal na ascesis.

— Geronda, paano malalaman ng isang tao ang pinagkaiba ng hangganan ng kanyang kakayahan at simpleng pagbibigay-lugod sa sarili?

— Kailangang obserbahan ng isang tao ang sarili at mag-eksperimento. Sa pamamagitan ng pagsubok at pagkakamali, matutantiya at mauunawaan ng isang tao ang kanyang kakayahan. Ang isang baguhang tindero ay kung minsan kulang ang timbangan, kung minsan naman sobra, ngunit sa paglipas ng panahon ay natututo siya kung ano at gaano karami ang dapat ilagay. Sa anumang kaso, habang bata pa ang isang tao, maaari niyang isagawa nang mas mahigpit ang pag-aascetismo. Habang tumatanda sila, bumababa ang kanilang lakas, at hindi na nila kayang pilitin ang sarili nang sobra. Kung magpapasobra sila, maaari pa nilang masaktan ang kanilang kalusugan. Kaya naman, paminsan-minsan, kailangan nilang muling suriin ang kanilang pisikal na kakayahan at umangkop sa kanilang bagong kalagayan.

— Minsan, kapag nararamdaman kong nauubos na ang aking lakas, sinasakop ako ng takot at hindi ko na magawa ang kahit ano. Maaari kaya itong dahil sa sobrang pagbibigay-lugod sa sarili?

— Kapag nararamdaman mong nauubos ang iyong lakas, isipin mo kung ano ang sanhi nito: dahil ba ito sa sakit? Kung hindi, marahil kakulangan sa tulog — at kailangan mong kumain nang masustansiya o magpahinga. Kung wala rin sa dalawa ito, tukso iyon. Bumangon ka, magsimula kang magtrabaho, at malalampasan mo ang tukso.

— Geronda, dapat ko bang pilitin nang husto ang sarili ko sa trabaho? Baka sa sobrang pagiging mahigpit ko sa sarili ay itinataboy ko ang Biyaya ng Diyos?

— Hindi, kalokohan iyan! Kailangan mong bantayan ang sarili mo at huminto bago ka maubusan ng lakas.

— Ngunit pakiramdam ko'y hindi ko pa minsan man sa buhay ko naipamalas ang sinabi ng mga Banal na Ama: 'Ibigay mo ang iyong dugo at tanggapin mo ang Espiritu.'¹⁷

— Anong dugo ang maibibigay mo? Kailangan mo pa ng dugo para sa sarili mo... Ituon mo ang lahat ng iyong pansin sa mga pagnanasa ng kaluluwa.

Huwag masyadong mag-alala tungkol sa ginawa

— Geronda, kapag sinasabi kong kaya ko lang gawin ito nang ganoon katagal at ito na ang hangganan ng aking kakayahan, sinasabi ko ba ito dahil sa pagmamahal sa sarili?

— Habang mas matagal na nakaupo ang isang tao nang walang ginagawa, mas lalo siyang humihina; habang mas nagsusumikap siya, mas lumalakas siya. Hindi lamang tinataboy ng trabaho ang kalungkutan,¹⁸ kundi nakakatulong din ito sa kanila sa espirital.

¹⁷ Abba Longinus. Kinuha mula sa: Mga Kapanipaniwalang Kwento ng Pag-aascetismo ng mga Banal at Pinagpalang Ama: Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 100.

¹⁸ Lit.: amag. — *Tala ng tagasalin*

Ang layunin ay mas matamasa ng tao ang kagalakan sa paghihirap kaysa sa ginhawa. Kung sana'y alam mo kung paano namumuhay ang ilang matatanda sa Bundok Athos at kung anong kagalakan ang kanilang nararanasan sa paggawa nito! Alam mo ba ang paghahain ng sarili na ipinakita ng isang matandang monghe na naninirahan isang kilometro mula sa aking selda, sa mataas na bahagi ng bundok, sa isang matarik na dalisdis? Ang mahirap na lalaki ay gumagapang pababa sa daanan gamit ang apat niyang paa at kamay tuwing kailangan niyang dalawin ang isang nakatatanda na nakatira sa mas mababang bahagi. Gusto siya nilang isama sa monasteryo para mas madali siyang alagaan, ngunit tumanggi siya. Pagkatapos ay nagsimulang sabihing, 'Nasa kalagayan siya ng ekstasi,' dahil ang nakatatandang ito ay nag-iisa sa kanyang selda. Isang araw ay lumapit siya sa akin at ipinaliwanag kung bakit ayaw niyang pumunta sa monasteryo. Noong una, walang kapilya sa kanilang selda; matagal na niyang sinusubukang hikayatin ang kanyang nakatatanda na magtayo ng isa, at sa wakas sinabi ng kanyang nakatatanda: 'Sige, itayo natin ito, pero hindi ka na makakauwi pa rito, dahil magkakaroon ang kapilya ng sariling Anghel na Tagapangalaga, at hindi siya maaaring iwanang mag-isa.' Nangako siyang hindi na aalis ng selda, kaya itinayo nila ang kapilya. Sa kalaunan, gumuho ang selda kung saan naninirahan ang nakatatanda, at nanirahan siya sa kapilya. Nakatulog pa siya roon, nakaupo sa stasidia. Ang sakripisyo! Nagdala ako ng ilang damit para sa kanya, dahil wala siyang kahit ano. May sakit din siya—palagi siyang pinahihirapan ng pananakit ng tiyan. Minsan pinadala ko ang isang doktor na kakilala ko para kumustahin siya. Sumama ang doktor sa isang kasama, ngunit natagpuan nilang patay na ang matanda: nakaupo siya sa stasidia, nakabalot sa isang kumot. Ganoon siya umakyat sa Panginoon!

Ang pamumuhay sa mabagsik na kalagayan alang-alang sa pag-ibig ni Cristo ay nagdadala ng Kanyang lambing sa puso. Ang banal na kagalakan ay isinisilang mula sa pisikal na pagdurusa. Ang mga Banal na Ama ay nagbuhos ng kanilang dugo at tumanggap ng Espiritu. Sa pamamagitan ng paghihirap at paggawa ay kanilang nakamtan ang biyaya. Tinalikuran nila ang kanilang 'sarili' at natagpuan ito sa mga kamay ng Diyos.

Lubos akong naantig nang basahin ko ang synaxarion ng mga banal na asketiko ng Bundok Sinai. Limang libong asketiko ang nanirahan sa Sinai, at gaano pa karami sa Bundok Athos! Sa loob ng isang libong taon, gaano karaming ama ang naging banal! At gaano karaming pagdurusa ang tiniis ng mga nagpapatotoo at mga martir! Ngunit nagrereklamo tayo sa unang palatandaan ng kahirapan. Nais nating makamit ang kabanalan nang walang pagsisikap. Bihira ang paghahain sa sarili. Kahit tayo, mga monghe, ay hindi nauunawaan na ang mga biyaya ay nakukuha sa pamamagitan ng paggawa¹⁹, kaya't naaawa tayo sa ating sarili, gumagawa ng mga dahilan at naghahanap ng mga nagpapagaan na pangyayari. Dito nagmumula ang kasamaan. Tinutulungan ng diyablo ang bawat tao na makahanap ng dahilan, habang dumaraan ang mga taon.

Kaya hindi natin dapat kalimutan ang kamatayan. At kung mamamatay din tayo, hindi tayo dapat masyadong mag-alala tungkol sa katawan—hindi sa diwa ng pagpapahirap rito hanggang magkasakit, kundi sa diwa ng hindi pagiging labis na nababahala sa ginhawa.

Para kanino mo iniingatan ang iyong 'sarili'—para sa iyong sarili?

- Geronda, may naiisip ako na hindi lang ang aking pisikal na kahinaan ang dahilan kung bakit ako napapagod nang ganoon kabilis.
- Oo, kung mayroon kang Banal na Apoy sa iyong kalooban, magkakaiba ang lahat.
- At paano ko makakamtan ang Banal na Apoy na ito?
- Kailangan mong kalimutan ang sarili at isipin ang iba.

¹⁹ Ang pagkakasunod-sunod para sa Dakilang Ikonang Angheliko ay nagsasaad: 'Ang mabubuting gawa ay nakakamit sa pamamagitan ng paggawa.' — *Tala ng tagapagsama*: Hinango mula sa: The Liturgical Book of Metropolitan Peter Mohyla. Kyiv, 1996. Folio 932.

— Nahihirapan akong gawin iyon palagi.

— Sa pinakamababa, subukang isipin at alagaan ang iba nang kasing dami ng pag-iisip at pag-aalaga mo sa sarili mo. Unti-unti, mararating mo ang puntong hindi mo na iniintindi ang sarili mo—sa mabuting paraan—at palagi mo nang iisipin ang iba. Pagkatapos, iisipin ka ng Diyos, at gayon din ng mga tao. Huwag mo lang gawin iyon para lang isipin ka ng iba!

— Kaya, ibig bang sabihin nito ay pinahihirapan ako ng sarili kong 'ako'?

— Siyempre! Itabi mo ang iyong 'sarili'. Kung itatabi mo ito, lilipad ka. Bakit mo ito kailangan? Para kanino mo ito iniingatan? Para sa sarili mo? Ang bahagi ng pag-ibig na iniingatan mo para sa sarili mo, kinukuha mo iyon mula sa kabuuan at walang-hanggang pag-ibig na dapat mong ibuhos para sa iba.

— Geronda, paano ko mailalayo ang sarili ko?

— Hangga't maaari, huwag mong isama ang 'sarili' mo sa mga ginagawa mo; maglaan ka ng puwang sa puso mo para sa iba. Anumang nais mo para sa sarili mo, ibigay mo sa iba. Magbigay ka, magbigay ka, nang hindi iniisip ang sarili mo. Habang mas marami kang ibinibigay, mas marami kang matatanggap, dahil ibubuhos ng Diyos ang Kanyang biyaya at pag-ibig sa iyo nang sagana. Mahal ka Niya nang malalim, at mamahalin Mo Siya, sapagkat titigil ka nang mahal in ang sarili—ang 'sarili' na iyon na nagnanais pakainin ng kapalaluan at makasarili, sa halip na ng Grasya ng Diyos, na nagbibigay sa kaluluwa ng lahat ng kinakailangang sustansya, binabago ang laman sa pamamagitan ng banal na pagbabago, at nagiging sanhi upang ang isang tao ay kumislap ng isang di-materyal na liwanag. Mananalangin ako na maranasan mo agad ang sinasabi ko at mapalaya ka mula sa paghihirap ng pagmamahal sa sarili.

— Geronda, maaari bang kahit na nakikipaglaban ako sa pagmamahal sa sarili, ay maniningning pa rin ang aking 'sarili' sa aking mga gawa?

— Nakasalalay lahat sa kung paano ka nagsusumikap. Tinatanggal ng isang tao ang marumi at kasuklam-suklam, ngunit kailangan munang maunawaan na ito nga ay marumi at kasuklam-suklam. Kung hindi mo maramdaman ang pagkasuklam, hindi mo ito itatabi. Upang maialis ang lumang sarili, kailangan mong maramdaman ang pagkasuklam dito. Hindi ka makakagalaw pasulong kung paralisado ang iyong mga paa.

Kapag may pagtangga sa sarili, ipinagkakaloob ng Diyos ang Kanyang biyaya

— Geronda, kapag naiisip ko kung paano pinagsikapan ng mga santo ang kanilang sarili, nababagabag ang konsensya ko; pakiramdam ko ay naaawa ako sa sarili ko.

— Kapag ang isang tao, na nagsusumikap nang may kababaang-loob, masigasig at may paghuhusga, ay nalalampasan ang mga hangganan ng kanyang sariling kakayahan, bumababa sa kaniya ang isang labis-kalikasan na banal na kapangyarihan.

— Geronda, ano ang ibig sabihin ni Abba Varsonofius nang sabihin niya: 'Huwag maghanap ng pahinga ng katawan maliban kung ipapadala ito sa iyo ng Panginoon'?²⁰

— Sa pamamagitan nito, ibig niyang sabihin ay hindi dapat maghanap ang isang tao ng pahinga o ginhawa para sa sarili. Una sa lahat, kinakailangan ang pagtangga sa sarili, at kasunod nito ang masaganang banal na biyaya, sapagkat kapag may pagtangga sa sarili, ipinagkakaloob ng Diyos ang Kanyang biyaya sa isang tao.

Kapag ang isang tao ay may diwa ng pagsakripisyo sa sarili, tumatanggap siya ng banal na tulong; inaalagaan siya ng Diyos. Ang lawak ng tulong na natatanggap ng isang tao mula sa Diyos

²⁰ Ang mga Pagsasanay sa Pagkamasigasig nina Venerable Varsonofius at Juan. Hinango mula sa: *Dobrotolyubie*. Bol. II. Lavra ng Banal na Trinidad at San Sergius, 1992. p. 569.

ay katumbas ng antas ng kanyang pagsakripisyo sa sarili at ng kanyang mga panalangin para sa kanyang kapwa.

Isang huling gabi, naglalakad ako mula sa Monasteryo ng Stavronikita patungo sa selda ni Ama Tikhon, na inaayos ko habang naghahanda akong lumipat doon.²¹ Sa daan, may huminto sa akin na isang lalaki. May mabigat akong sako sa likod, at lalo pang lumalala ang sitwasyon dahil kumikislap ang ulan, ngunit nanatili akong nakatayo at nakinig. Medyo madilim na, ngunit patuloy siyang nagsalita nang walang tigil. Basang-basa kami hanggang sa balat. Sa isang punto, sumagi sa isip ko: 'Paano ko ba hahanapin ang selda ko? Gabi na, maputik ang lupa, mahirap ang daan, at wala akong sulo.' Pero paano ko siya maaantala? Tinanong ko siya kung saan niya balak magpalipas ng gabi. Sabi niya sa katabing selda. Kaya nakatayo kami roon hanggang hatinggabi. Sa wakas, nagpaalam na kami. Umalis na ako, pero pag-apak ko pa lang sa daan papunta sa selda, nadulas ako at nahulog sa mga palumpong. Nahulog ang mga sapatos ko, naipit sa mga sanga ang bag ko, at umakyat hanggang leeg ang kasakko ko. Hindi ako makakita ng anuman. Pagkatapos sinabi ko sa sarili ko: 'Mas mabuting manatili na lang dito. Aantabayanan ko ang Vespers, Midnight Office at Matins, at pagdating noon, sino ang nakakaalam, baka madaling-araw na at makakabalik na ako sa selda ko. Ngunit makakahanap kaya ng daan ang kawawang lalaki?' Nang marating ko ang "Maawa ka sa akin, O Diyos, ayon sa iyong malaking awa," bigla, na para bang may searchlight, isang maliwanag na liwanag ang nagpaliwanag sa buong bangin! Nahanap ko ang aking mga bota at nakapagpatuloy ako sa paglalakad. Naliwanagan ang daan. Nakarating ako sa selda, at nahanap ko rin ang susi sa kandado—napakaliit nito at nakatago sa napakalayong lugar kaya kahit sa liwanag ng araw ay mahihirapan pa rin akong hanapin ito. Pumasok ako sa kapilya at sinindihan ko ang lahat ng lamparang langis doon. At saka nawala ang liwanag—hindi na ito kailangan!

Bahagi 2.

Pagmamalaki — ang ugat ng lahat ng kasamaan

"Ang mga mayabang ay hiwalay sa Diyos, sapagkat ang kapalaluan ay isang mahinang konduktor, isang insulator na hindi nagpapalusot sa Biyaya ng Diyos at naghiiwalay sa atin sa Kanya."

Kabanata 1.

Pagmamalaki — ang punong himpilan ng mga pagnanasa

— Geronda, seloso ako, mapaghiganti, mapanghusga, at madaling magalit...

— Ang inggit, paghuhusga, galit, sama ng loob at iba pa ay nagmumula sa kayabangan. Ang kayabangan ay, gaya ng sinasabi, ang punong himpilan ng lahat ng damdamin. Sa pagtama sa kayabangan, tinatamaan mo ang lahat ng damdamin, at pumapasok sa puso ang kababaang-loob at pag-ibig. Kaya, sa palagay ko, sapat na na ituon ang pansin sa kayabangan, na ituon ang ating mga pagsisikap laban dito. Na itutok ang lahat ng ating puwersa sa kuta ng kayabangan na naghiiwalay sa atin sa Diyos. Kapag nais ng kaaway na sakupin ang isang bansa, unang sinasalakay niya ang kabisera. Kung magawa niyang sakupin ang kabisera, masasabi mo nang nasakop na niya ang buong bansa.

— Geronda, kanino kahawig ang taong mayabang?

²¹ Ito ay noong 1968. — *Tala ng tagapagsama-sama.*

— Para sa nasa labas ng mga pader na ito, ang diyablo... Bagaman mas madaling talunin ang diyablo kaysa sa isang mayabang na tao—ang kailangan mo lang gawin ay magpakumbaba; ngunit ang isang mayabang na tao, kahit magpakumbaba ka pa sa kanila at humingi ng tawad, hindi mo pa rin sila malalambot. Sasabihin nila sa iyo: 'Nagpapanggap ka lang!'

Kapag mas mapagkumbaba ang isang tao, mas mayaman ang kanyang espirital na substansiya. Ang mga mayabang ay walang panloob na substansiya. Tumatayo sila nang tuwid na parang hindi pa hinog na mais, samantalang ang hinog ay yumuyuko pababa. Ang taong nababalot ng kapalaluan ay hindi lamang magulong-loob, kundi magulong-gulo at maingay pa sa panlabas. Ang lahat ng kanyang mga gawa ay parang lobo: unang pinupuno ito ng demonyo, saka tinutusok, at sumabog ang lobo nang malakas.

Ang kayabangan ay isang kahiya-hiya at kakila-kilabot na bagay, sapagkat ginawa nitong mga demonyo ang mga anghel! Itinapon tayo nito mula sa paraiso patungo sa lupa, at ngayong'y nagnanais nitong ipadala tayo mula sa lupa patungo sa impierno.

Kapag hindi tayo nakararamdam ng pagmamalaki

— Geronda, hindi ko nararamdaman ang pagmamalaki kapag ipinagmamalaki ko ang isang partikular na bagay.

— Ibig sabihin ay may kapalaluan sa pangkalahatan sa loob mo. Madalas itinatago ng Diyablo ang mga bagay, at hindi napagtatanto ng isang tao kapag kumikilos siya dahil sa kapalaluan. Ngunit kung bibigyan niya ng mabusising pansin ang sarili, mapagtatanto niya kapag kumikilos siya dahil sa kayabangan. Maaaring hindi niya namamalayan ang lahat ng kayabangan sa kanyang kalooban, ngunit nararamdaman niya ang kahit kaunti nito; makikilala niya ito kapag naramdaman niya ang damdamin ng makasariling kasiyahan at pagiging mas mataas kaysa sa iba.

— At kung hindi man lang mapagtanto ng isang tao na mayroon siyang kapalaluan, ano ang mangyayari noon?

— Doon pumapasok ang mga espirital na batas. Nagiging mayabang ang tao, bumabagsak, at napapababa ang loob. Muli silang nagiging mayabang, bumabagsak muli, at napapababa ang loob muli. At ganito ito nangyayari sa buong buhay nila: kayabangan — kababaang-loob, kayabangan — kababaang-loob. Ang ganitong kababaang-loob ay hindi isang birtud, kundi bunga ng mga espirital na batas na gumagana. Nagiging mapagkumbaba ang isang tao nang hindi niya ninanais at nang hindi siya kumukuha ng anumang konklusyon para sa sarili. Ito ay isang estado ng pagkaantala; binibigyan lamang ang tao ng pagkakataong mapagtanto na may mali sa kanyang kalooban. Halimbawa, sasabihin mo sa kapatid mong babae: 'Maganda ang pagkakagawa ng ikonang iyon.' Kung siya ay magmamalaki, pagdating ng susunod na pagkakataon na kailangan niyang magpinta ng isa pang ikona, i isip niya: 'Mas pagaganda ko pa ang ikonang ito, para muling purihin ako ng Matanda.' At aba, sa halip na isang ikona, caricature ang lumabas. Inaayos ko ito, at muli niyang sinasabi sa sarili: 'Sa pagkakataong ito, susundin ko nang eksakto ang sinabi ng Matanda, at pupurihin niya ako,' at muling caricature ang kinalabasan.

— Geronda, maaari bang isipin niya mismo na napakaganda ng kanyang ikon?

— Siyempre, maaaring ganon. Para sa kanya, ang pininturahan niya ay maaaring mukhang isang obra maestra; darating siya at masayang sasabihin sa akin, 'Paano na, Geronda? Maganda ba ang pagkakagawa ng icon?' Ipaliwanag ko sa kanya na ang gawa niya ay isang pininturang kalat, at saka niya maiintindihan.

— At kung hindi siya makaintindi?

— Kung hindi siya nakakaintindi, ibig sabihin ay naging matigas na ang kanyang kapalaluan, at patuloy niyang gagawin ang parehong mga pagkakamali. Kahit ano pa ang sabihin mo, mananatili siya sa kanyang paninindigan.

— Geronda, paano kung kilalanin ng isip ko ang kayabangan, pero manatiling bingi rito ang puso ko?

— Diyan natin sisimulan, at unti-unti darating ang paggaling. Una munang magsusuri ang doktor, saka pa lamang magsisimula ang paggamot.

Ang kapalaluan ay sumisingit kahit saan

— Geronda, mabuti kapag nakararanas ako ng maliliit na kahirapan habang ginagampanan ko ang aking mga monastikong tungkulin — nakikita kong kapaki-pakinabang ito. Maaari bang may kapalaluan din doon?

— Kung ang isang tao ay pabaya, maaari siyang magmalaki sa paghiga sa kama nang walang ginagawa. Maaaring lumihis ang tren sa kanan o sa kaliwa. Hinihuli tayo ng Diyablo sa magkabilang panig. May ilang nagtatanong sa akin: 'Ano ang dapat kong bigyang-pansin upang hindi mahulog sa kayabangan?' Para itong nagtatanong, 'Saan ako maaaring mahulog, dito o doon?' Maaari kang mahulog dito o doon, sa kanan o sa kaliwa; maaari kang mahulog mula sa hagdan, mula sa upuan, o mula sa bangko. Sa anumang sandali at sa anumang kalagayan, kailangan kang maging mapagmatyag, dahil ang kapalaluan ay sumusulpot kahit saan.

— Geronda, maaaring maging mayabang ang isang tao kahit wala siyang anuman?

— Minsan, ang ganoong tao ay mas mapagmataas pa kaysa sa iba. Nang nanirahan ako sa Monasteryo ng Stomion²² sa Epirus, nakarinig ako tungkol sa isang matandang pastol doon. Wala siyang pamilya at naglilibot-libot sa iba't ibang lugar. Sa huli, tinanggap siya ng isa pang pastol at pinatirahan sa isang kubo kung saan siya nag-iimbak ng mga sanga para sa kanyang mga kambing. Hindi niya pinayagang magliliyab ng apoy ang matanda, dahil natatakot siyang baka masunog ang mga sanga. Kaya nanirahan ang matanda sa malamig na kubong iyon, natutulog sa isang sulok sa dalawang tabla na may inilatag na lumang kutson. Nang marinig ko ang tungkol sa kanya, dinalaw ko siya. Nasa napakasamang kalagayan siya. Tinanong ko ang isang mahirap na babae kung magkano ang hinihingi niya para paliguan siya. "Wala, bigyan mo lang ako ng sabon," ang sagot niya. Sa ibang pagkakataon, dinalaw ko siya habang siya ay nag-aagahan. Pagkatapos niyang kumain, tiningnan niya ako, tinalikod ang kanyang plato at buong pagmamalaking ipinahayag: "Ang galing ng ulo ko, Ama! Kung hindi, nandito na sana ang mga aso at pusa." Itinuturing niyang isang tagumpay ang pagbaliktad ng plato para hindi ito madilaan ng mga aso at pusa. Parang lumipad siya sa kalawakan. Ang kapal ng mukha! Nabubuhay siya nang hindi alam kung paano, pero mayabang pa siya!

Mayabang na Mga Kaisipan

— Geronda, ano ang dapat nating gawin kapag dumarating sa atin ang mga mapagmalaking kaisipan?

— Tulad ng pagtawa ng ibang tao kapag nakikita nila ang kayabangan sa atin, dapat din nating tawanan ang mga kaisipang mayabang.

— Nakarating na ba sa isip ng isang mapagkumbabang tao ang mga mapagmalaking kaisipan?

— Oo, dumarating nga, ngunit tinatawanan niya ang mga ito dahil alam niya kung sino talaga siya.

— Geronda, nabasa ko sa isang lugar na ang mga kaisipang may kapalaluan ay dapat agad itaboy, gaya ng mga maruruming kaisipan.

Agad na nakikilala ang isang maruming kaisipan, ngunit ang pagkilala sa isang kaisipan ng kayabangan ay nangangailangan ng pagpipigil sa sarili. Halimbawa, kung sumulpot sa isip mo ang

²² Nanirahan si Matanda Paisius bilang isang monghe sa Monasteryo ng Stomion sa Konitsa mula 1958 hanggang 1962. – *Tala ng nagsama-sama*.

isang maruming kaisipan habang nananalangin ka, agad mo itong kikilalanin at itataboy: 'Umalis ka na rito.' Ngunit kung, habang nasa simbahan, may pumasok sa isip mong mahusay mong nabasa ang Awtus, kailangan mo ng malinaw na isip upang kilalanin ito at itaboy.

— Ngunit sa karamihan ng mga kaso, sumisibol ang isang kaisipang may kapalaluan sa isang kisap-mata. Paano nga ba magkakaroon ng mapagkumbabang kaisipan sa tamang oras?

— Kailangan mong maghanda nang maaga. 'Handa na ako at hindi ako matitinag,'²³ — sabi ni propeta David. Ang mga kaisipan ng kayabangan ay dumarating na parang kidlat — iyon ang matagal nang tuso ng diyablo. Ngunit dapat kang gumamit ng ibang paraan — patuloy na mag-alaga ng mapagkumbabang kaisipan upang malampasan siya.

Ang mapagkumbabang pag-iisip lamang ang nagdudulot ng pagpapakumbaba, at sa pamamagitan lamang ng pagpapakumbaba nawawala ang kayabangan. Minsan ay may nagsabi sa akin na isang mangangaral na sa isang pagkakataon ay nakahanda siya ng napakagandang sermon. Umakyat siya sa pulpito at nagsimulang magsalita; napakagaling niyang magsalita. Bigla, isang mapagmataas na kaisipan ang sumagi sa kanyang isip, at nawala ang daloy ng kanyang pananalita. Bigla siyang napaiyak at bumaba mula sa pulpito nang may kahihyan. Pagkatapos noon, hindi na siya makapangaral nang matagal—hindi na siya angkop sa tungkuling iyon. Sinabi ko sa kanya: 'Nangyari ito sa iyo dahil sa kayabangan. Naging mayabang ka, at iyon ang dahilan kung bakit umalis sa iyo ang biyaya ng Diyos. Ngayon, sa pamamagitan ng pagpapakumbaba, simulan mong muli. Kapag dumating na ang oras para umakyat sa pulpito, sabihin mo sa iyong sarili: 'Kung mawalan ako ng sinasabi, ibig sabihin, para sa aking espirituwal na kapakinabangan, kailangang maging katawa-tawa muli ako.' At kung bigla kang umiyak muli, iisipin ng mga tao na ikaw ay umiiyak dahil sa malalim na damdamin, at hindi sila maliligaw, kundi makinabang. Kaya huwag kang matakot.' At, sa katunayan, bumalik siya sa kanyang gawain at nagsimulang mangaral nang may kababaang-loob, na laging handang mapahiya.

Kabanata 2.

Maraming Mukha ang Kayabangan

Lihim na Kayabangan

— Geronda, sinabi mong may nakatagong kapalaluan sa akin. Ano ang nakatagong kapalaluan?

— Ito ay panloob na kayabangan. At ang panloob na kayabangan ay mas masama kaysa sa panlabas na kayabangan.

— At paano naiiba ang panlabas na kayabangan sa panloob na kayabangan?

— Ang panlabas na kayabangan ay halata kaya madaling lunasan. Nakikilala ang taong may panlabas na kayabangan sa kanyang damit, lakad, at pananalita. Ngunit minsan, sasabihin mo lang ang ilang salita sa kanila, at bago mo pa man mapansin, nagsisimula na silang bumuti. Ang nakatagong kayabangan, gayunpaman, ay lubhang mapanlinlang kaya mahirap lunasan. Nakatago ito nang malalim sa loob; hindi ito nakikita ng mga nakapaligid sa kanila, at tanging ang isang bihasa na tao lamang ang makakakilala rito. Karamihan sa mga taong nagdurusa sa nakatagong kayabangan ay mga taong nasa buhay-espiritwal. Sa panlabas, maaaring mukhang mapagkumbaba at relihiyoso sila, ngunit nagtatago sa puso nila ng napakalaking kapalaluan na magpapamangha sa iyo! Kaya, ang isang 'tangelashka' ay maaaring nakasuot ng punit-punit na damit...

— At kung ang isang tao ay may nakatagong kapalaluan, nararamdaman ba niya ito?

²³ Awit 118:60

— Kung pinagmamasdan nila ang kanilang sarili, nararamdaman nga nila.

— Sa tingin ko, ang may nakatagong kapalaluan ay hindi nakararamdam ng kapayapaan sa kanyang kaluluwa.

— Hindi nila nararamdaman ang kapayapaan na nagmumula sa Diyos; hindi nila alam kung ano ito, ngunit pinatahimik nila ang kanilang sariling mga iniisip.

— Geronda, ano ang makakatulong sa akin upang makilala ang nakatagong kapalaluan, at paano ko ito lalabanan upang matanggal sa akin?

— Isipin natin na masigasig kang nagsusumikap, at may nagsasabi sa iyo na gumagawa ka ng isang dakilang bagay, na ikaw ay isang taong may birtud. Kung ganoon, may kapalaluan sa loob mo, ngunit itinatago mo ito. Kung titignan mong mabuti, makikita mong huwad ang kasiyahan ng nararamdaman mo. Upang mawala ang nakatagong kapalaluan, dapat mong kamuhian ang kabulaanan na ito at paalisin ito sa iyong sarili. Nandidiri ang mga tao sa mga hayagang nagpapakita ng kapalaluan, at nakakatulong ito sa kanila na itama ang kanilang mga gawain. Ngunit ang mga may panloob at nakatagong kayabangan ay kailangang kamuhian ang kanilang sarili upang matanggal ito sa kanila. Gayundin, kung papayagan mong batikusin ka ng iba, nakakatulong din ito sa iyo, dahil lumilitaw ang nakatagong kayabangan, nagiging halata, at unti-unting nawawala.

Makasarili — ang suwail na anak ng kayabangan

— Iba bang damdamin ang kayabangan at makasarili?

— Ang kapalaluan, kasariliang-loob, at kayabangan ay iisang damdamin lamang, na may iba't ibang antas at pagpapakita. Ang satanikong antas ng kapalaluan ay tinatawag na katamaran.

Ang makasarili ay ang suwail na anak ng kayabangan. Ang isang makasariling tao ay palaging naninindigan sa kanyang paninindigan. Ngunit tulad ng mga punong hindi yumuyuko sa lakas ng hangin na sa huli ay nababasag, gayundin naman ang makasariling tao ay napapahamak ang sarili dahil ayaw silang umatras. Ang kasariliang-loob ay isang malaking kasamaan! Bagaman hindi makatagpo ng kapayapaan ang makasarili, naninindigan pa rin siya! Halimbawa si Ario. Sinabi sa kanya ng kanyang ina: 'Napakaraming tao ang nagsasabing mali ka; hindi mo ba talaga nauunawaan?' 'Alam ko,' ang sagot niya, 'ngunit hindi ako maaaring sumuko sa kanilang opinyon.' Hindi pinayagan ng pagkamakasarili ni Ario na aminin ang kanyang pagkakamali.

— Hindi nga ba niya pinansin na nawala sa tamang landas ang napakaraming tao dahil sa kanyang erehiya?

— Hindi siya interesado diyan. 'Kung aaminin kong nagkamali ako,' sasabihin niya, 'mawawalan ako ng respeto ng aking mga tagasunod.' At habang lalo niyang napagtatanto na siya ay nagkakamali, lalo siyang nagsikap na kumbinsihin ang iba na siya ang may tama. Ang kasakiman ay isang kakila-kilabot na bagay!

— Geronda, paano naiiba ang isang makasarili sa isang mayabang?

— Ang isang makasarili ay matigas ang ulo at padalos-dalos, samantalang ang isang mayabang ay maaaring wala sa kaniya ang alinman sa mga katangiang ito. Halimbawa, sa simbahan ay sunod-sunod kayong lumalapit sa mga ikon; alam ng lahat kung sino ang kasunod ng kanino. Kung ang isang kapatid na babae ay makasarili at nalampasan siya ng isa pang kapatid na babae, magtanim siya ng sama ng loob nang husto kaya hindi na siya lalapit para magbigay-pugay sa mga ikon. 'Kung nauna siya sa akin,' sasabihin niya, 'hindi na ako lalapit para humagkan ang ikon.' Ngunit kung siya ay mayabang, magagalit din siya, pero hindi niya ipapakita; baka bumigay pa siya sa iba, kunwari dahil sa pagiging magalang: 'Sige! Ikaw na muna! Pati ikaw!'

— Geronda, ano ang dapat kong gawin kapag nilalapastangan ang aking dangal?

— Kapag nasaktan ang iyong makasarili, huwag mong agad-agad tulungan. Pabayaan mo lang; hayaang mamatay ito nang kusa. Kung mamatay ang makasarili, muling mabubuhay ang kaluluwa.

— At paano namamatay ang makasarili?

— Kailangan mong ilibing ang iyong 'sarili'; hayaang mabulok at maging pataba, upang mula rito'y tumubo ang kababaang-loob at pag-ibig.

Mataas na pagtingin sa sarili

— Geronda, bakit madali akong napapasobra sa pagmamalaki?

— Kung madali kang magmalaki, ibig sabihin mataas ang tingin mo sa sarili mo. Iniisip mong espesyal ka. Hindi magiging mayabang ang isang tao kung hindi niya iniisip na siya ay may espesyal na katangian. At dahil itinuturing mo ang sarili mong isang natatanging tao, ipinagmamalaki mo ang kahit na ang pinakamaliit na bagay, tulad ng isang taong may mataas na presyon ng dugo na agad tumataas ang presyon sa sandaling medyo ma-stress siya.

— Geronda, nanlamig na naman ang puso ko. Bakit paulit-ulit itong nangyayari sa akin?

— Dahil hindi maayos ang pagkakakabit ng ulo mo, at dumadaloy dito ang hangin ng kayabangan. Tinakpan ko ito, hinihigpitan ko, pero palagi mo namang tinatanggal. Ngayon kailangan nating maglagay ng mas malaking takip at higpitan pa ito. Alam mo ba kung anong mga biyaya ang maaari mong matanggap mula kay Kristo kung wala ka sa kapintasan na ito? Kapag nawawala ang ating pokus, palihim na pumapasok ang demonyo, tinatarak ang matulis na dulo ng kapalaluan sa ating ulo, pinapabula tayo na parang lobo, at pinapalipad tayo.

— Hindi madaling makita ng isang taong may mataas na pagtingin sa sarili ang kabutihan sa iba.

— Totoo iyan. Ang taong may mataas na pagtingin sa sarili ay nababalot sa hamog ng kayabangan at wala siyang espirituwal na kalusugan o malinaw na pananaw; kaya hindi niya matukoy ang mga kaloob na taglay ng ibang tao. Paano makakarating sa atin ang mga marangal na kaisipan mula sa Diyos kung abala Siya sa marangal na kaisipan tungkol sa Kanyang sarili? Kung paikutin ni Cristo kahit isang engranahe sa ating isipan, agad tayong magsisimulang magsalita ng kalokohan. Anong mataas na pagtingin sa sarili ang mayroon doon?

Sinumang may mataas na pagtingin sa sarili ay hindi konektado sa realidad; ang ganoong tao ay isang baliw. Kailangan mong bumaba nang dahan-dahan sa lupa para hanapin ang tunay mong sarili; kung hindi, patuloy ka lang na lulutang sa ulap at sasayangin ang gasolina nang walang kabuluhan!

Tiwala sa sarili

— Geronda, ano ang ibig sabihin nito: 'Maliban na lang kung ang Panginoon ang magtayo ng bahay, nagsasayang lang ang mga nagtatayo nito'²⁴ ?

— Ito ay tumutukoy sa tiwala sa sarili ng tao. Kapag, sa panahon ng dakilang tonsura, tinatanong ang kandidato: 'Ipinapangako mo bang tiisin ang lahat ng ito...?' — sumasagot siya: 'Oo, sa tulong ng Diyos.'²⁵ Hindi niya sinasabi: 'Oo, titiisin ko itong lahat nang mag-isa.' Kung hindi inuuna ng isang tao ang Diyos sa lahat ng bagay, kundi sasabihin: 'Ako na ang gagawa nito; gagawin ko ito sa sarili kong lakas,' kahit pa basagin niya ang kaniyang sariling noo, wala pa rin siyang makakamit.

— Geronda, nagdudulot ako ng malaking pagkabahala sa mga madre: sinasabi nila sa akin ang isang bagay, pero iba ang ginagawa ko.

— Nangyayari ito sa iyo dahil sa labis mong kumpiyansa. Akala mo nahuhuli mo ang mga langaw nang sunud-sunod, pero sa totoo lang hindi langaw ang nahuhuli mo, hangin lang! Itinaas

²⁴ Awit 126:1

²⁵ Ang Serbisyo ng Dakilang Ikonang Anghel. Kinuha mula sa: Ang Aklat ng Liturhiya ni Metropolitan Peter Mohyla. Kyiv, 1996. Folio 937.

mo ang isang kamay at inakala mong nahuli mo ang langaw. "Nahuli ko **na!**" sigaw mo, pero walang laman ang kamao mo. Itinaas mo naman ang kabila mong kamay. 'Nahuli ko na ang langaw,' sigaw mo, pero bakante muli ang kamao mo. Una, tingnan mo muna kung may laman ang kamao mo, saka ka lang magsabi, 'Nahuli ko na ito.'

— Sabi ng mga kapatid kong babae na mahirap para sa kanila na kasama ako dahil naninindigan ako sa sarili kong opinyon, pero hindi ko iyon napapansin.

— Alam mo ba kung ano ang problema rito? Kapag may partikular kang opinyon, hindi mo iniisip, 'May naiisip ako, at hindi ko alam kung tama ito o hindi,' kundi naniniwala kang palaging tama ang opinyon mo, kaya nananatili ka rito. Parang ikaw ay isang maybahay na inutusan ng asawa na magluto ng , isang pugita, pero nawawala ang isang tentacle nito. 'O, handa na ba? Luto na ba ang pugita?' tanong ng asawa. 'Anong pugita? Pito ang paa nito!' sagot ng maybahay. 'Hindi pito ang paa, kundi isang pugita!' — "Hindi pugita, kundi pito-paa!" Sa huli, hindi na matiis ng asawa ang lahat at, sa pag-aalab ng galit sa matigas na ulo ng kanyang misis, itinaas niya ito sa isang balon. Ngunit kahit doon, patuloy pa rin niyang itinuturo sa kanyang mga daliri ang pito, pito, pito! Kaya, sabihin mo ang iniisip mo, pero huwag kang magpilít sa sarili mong opinyon.

— Ngunit madalas kong napapansin na mas tama ang opinyon ko kaysa sa mga kapatid kong babae na katrabaho ko.

— Dahil sa tiwala mo sa sarili kaya ganoon ang nakikita mo. Mag-ingat ka: ang isang taong masyadong lohikal sa lahat ng bagay, kasama ang kasakiman at tiwala sa sarili, ay maaaring magtapos na hindi na makinig sa kahit sino.

— Paano ko matatanggal ang aking tiwala sa sarili?

— Suriin mong mabuti ang iyong sarili, at makikita mong wala kang sariling taglay, na wala kang magagawa nang wala ang tulong ng Diyos. Kung mapagtatanto mong ang mabubuting bagay na ginagawa mo ay nagmumula sa Diyos, samantalang ang iyong kamangmangan ay sariling gawa, siyempre titigil ka sa pagtiwala sa sarili at matatanggal ang iyong kumpiyansa sa sarili.

Pang-aangkin

— Geronda, ang taong puno ng kayabangan ba ay palaging ipinagmamalaki ang kanyang mga mabubuting gawa?

— Maaaring hindi niya ito aminin, pero nandiyan pa rin ang nakatagong kayabangan niya! Noong isang araw, may lalaking dumalaw sa akin. Hindi siya tumigil sa pag-uusap tungkol sa sarili niya, at paminsan-minsan ay singit niya: 'Sinabi ko ito para sa kaluwalhatian ng Diyos.' Tuloy-tuloy lang siya.... 'Sinabi ko ito para sa kaluwalhatian ng Diyos.' Mahinahon kong itinuro: 'Marahil may bahid din ng sarili mong kaluwalhatian diyan?' 'Hindi, hindi naman,' ang sagot niya, 'lahat ito ay para sa kaluwalhatian ng Diyos...' Lumalabas na hindi naman talaga siya dumating para pag-usapan ang nasa isip niya, kundi para ikuwento ang kanyang mga nagawa 'para sa kaluwalhatian ng Diyos', kahit na sa totoo lang ay para sa sarili niyang kaluwalhatian niya ikinukuwento ang lahat.

Sa anumang kaso, laging talo ang isang tao kung ikukwento niya sa iba ang kabutihang nagawa niya at magmamalaki tungkol dito. Hindi lamang siya nagpupursigi nang walang kabuluhan, kundi hinahatulan din siya. Isang lalaki, na naghahanda upang maging pari, ay umalis at nagtungo sa isang liblib na monasteryo apatnapung araw bago ang kanyang ordinasyon. Pagkalipas ng tatlumpu't walong araw, nakatakda na siyang lisanin ang monasteryo at bumalik sa mundo. Ngunit ginawa niya ang lahat para makabalik sa monasteryo at manatili pa roon ng dalawang araw, upang sa huli ay masabi niyang apatnapung araw siyang nanatili sa monasteryo bago ang kanyang ordinasyon. Pagkatapos ng lahat, si Moises nga ay nanatili ng apatnapung araw sa Bundok Sinai bago niya tanggapin ang Sampung Utos!²⁶ Pagkatapos noon, sinabi niya sa lahat: 'Gumugol ako ng apatnapung

²⁶ Tingnan ang Exodo 34:28.

araw sa pag-iisa bago ang aking ordinasyon.' Ngunit ganoon ba dumarating ang biyaya? Mas mabuti pa sana kung nanatili siya ng dalawampu, o labinlima, o kahit isang araw man lang, upang hindi siya magkaroon ng dahilan na ipagmayabang na gumugol siya ng apatnapung araw doon — mas maraming biyaya ang matatanggap niya sa ganoong paraan.

— Geronda, sinasabi ni Apostol Pablo: 'Ang magmamayabang, sa Panginoon magmayabang.'²⁷ Maaari bang may kapalaluan sa ganitong pagmamayabang?

— Hindi. Paano magkakaroon ng kayabangan dito? Hindi ito kayabangan, kundi papuri at pasasalamat sa Diyos. Kung itinuturing natin bilang isang dakilang karangalan at biyaya na inayos ng Mabuting Panginoon ang mga bagay upang tayo ay maging mga Kristiyano, kung gayon ay walang kayabangan doon. Kung, halimbawa, itinuturing ng isang tao na isang espesyal na biyaya ang pagkakaroon ng mabubuti at debotong magulang at nagagalak siya rito, hindi ibig sabihin na siya ay nagmamayabang gamit ang mundanong papuri. Ibig sabihin nito ay nagpapasalamat siya sa Diyos.

Paglugud-lugod sa tao

— Elder, madalas akong makaramdam ng hindi nasisiyahan at sama ng loob.

— Anong uri ng sama ng loob?

— Naiisip ko nga: 'Bakit hindi maintindihan ng mga tao kung gaano karaming pagsisikap ang inilalagay ko sa paggawa ng ganoon-ganong gawain, at bakit hindi nila ako iginagalang?'

— Kapag ang isang tao ay gumagawa ng isang bagay nang may kababaang-loob at pag-ibig at hindi siya naintindihan, natural lamang na magkaroon siya ng sama ng loob, kahit na mali ito (sa kasong ito, may ilang mga nagpapagaan na kalagayan). Ngunit kapag hinihiling ng isang tao ang pagkilala mula sa iba, mas masama pa iyon. Ito ay pagpapakita ng makasarili, paniniwalang tama, at pagnanais na mapasaya ang iba. Hangga't maaari, kumilos nang may kababaang-loob. Gawin mo ang iyong ginagawa dahil sa pag-ibig kay Kristo, at hindi upang mapasaya ang iba o dahil sa kayabangan, upang makarinig ng papuri mula sa mga tao. Kapag ang isang tao ay hindi naghahanap ng papuri mula sa iba, kundi nagsusumikap lamang para sa Diyos, ginagantimpalaan Siya ng Diyos sa buhay na ito sa pamamagitan ng pagbibigay ng Kanyang biyaya nang sagana, at sa buhay na darating ay ipinagkakaloob ang mga biyaya ng paraiso.

— Geronda, maaaring ba na ang pagnanais na akayain ang Diyos ay halo sa pagnanais na akayain ang mga tao?

— Ang Diyablo, na naglalayong dungisan ang lahat, ay maaaring, sa pamamagitan ng pagnanais na mapasaya ang iba, nakawin ang bahagi ng pag-ibig ng isang tao sa kabutihan. Taglay ng isang tao ang malusog na ambisyon — ang pag-ibig sa kabutihan — ngunit kung hindi sila magingat sa kanilang sarili, mahahawa sila sa pagnanais na mapasaya ang iba, at kung gayon, anumang gawin ng ganoong tao, ay hindi magbubunga. Parang kumukuha ng tubig gamit ang timbang puno ng butas. Ngunit kung mapagtanto ng isang tao na ang anumang gawaing ginagawa para mapasaya ang iba ay walang kabuluhan, agad na mawawala ang anumang pagnanais na gumawa ng bagay para lang sa pagpapakitang-gilas. Hindi hahanapin ng kanilang mga mata ang karangalan, at hindi rin aasam-asam ng kanilang mga tainga ang marinig ang sinasabi ng iba tungkol sa kanila.

— Ngunit hindi ko matukoy ang pinagkaiba ng pagmamahal sa sarili at ng pagnanais na mapasaya ang iba sa aking mga gawa.

— Ang dalisay ay agad na halata. Kapag ang isang tao ay ginagabayan ng pag-ibig sa Diyos, mayroon silang panloob na kapanatagan; ibig sabihin, nararamdaman nila ang kapayapaan at

²⁷ 1 Cor. 1:31. Tingnan din: Rom. 5:11; Phil. 3:3.

katahimikan sa loob, samantalang ang pagsisikap na mapasaya ang iba ay nagdudulot ng pagkabagabag at kalituhan sa kaluluwa.

— Geronda, sinasabi sa akin ng isang kaisipan na ako'y nahuhulog sa tukso dahil ang puso ko'y hindi lubos na pag-aari ng Diyos.

— Oo, bahagi nito ay pag-aari ng pagnanais na mapasaya ang mga tao. Subukang tiyakin na hindi makalusot ang pagnanais na mapasaya ang mga tao sa alinman sa iyong mabubuting gawa, upang matanggap mo ang buong gantimpala para sa iyong pagsisikap, nang walang anumang bawas para sa pansariling pakinabang, at lubos na ma-enjoy ang panloob na kapayapaan. Suriin ang mga motibo sa likod ng iyong mga kilos, at sa sandaling mapansin mong kumikilos ka dahil sa pagnanais na mapasaya ang iba, putulin mo ito kaagad. Kung sisikapin mo ang 'mabuting gawa' na ito,²⁸, palalayain mo ang iyong sarili mula sa mga makamundong pagnanasa, na ang sentro ay ang makataong 'sarili'. Pagkatapos, magiging maayos ang lahat, at hindi ka matutukso, ni mula sa labas o sa loob, kundi magtatamasa ka ng panloob na kapayapaan.

— Geronda, nababahala ako sa aking pagkaantala sa buhay-espirtwal. Nais kong magkaroon ng pag-unlad araw-araw.

— Alam mo ba kung ano ang nangyayari minsan? Gusto ng mga tao na alisin ang kanilang mga kahinaan at maging mas mabuti, hindi para mapasaya ang Diyos, kundi para magustuhan sila ng iba. Ikaw, halimbawa, ay gusto mong maging mas mabuti at umunlad sa iyong buhay-espirtwal. Ngunit naisip mo na ba kung bakit mo ito gusto? Ito ba ay para m , mapalapit sa Diyos, o para magmukhang mas mabuti kaysa sa ibang mga madre? Halimbawa, sinisikap mong makarating sa simbahan bago ang iba. Ngunit bakit? Ito ba ay para hindi mahuli sa serbisyo, dahil iyon ang nararapat na gawin, o para ikaw ang unang makarating at makatanggap ng papuri mula sa mga kapatid? Ang isang taong may espirtuwal na pag-iisip ay iniisip kung paano papaluguran ang Diyos, hindi ang mga tao. 'Kung sinusubukan ko pa ring paluguran ang mga tao,' sabi ni Apostol Pablo, 'hindi ako magiging lingkod ni Cristo.'²⁹

— Geronda, palagi akong natatakot na mawalan ng dangal sa paningin ng iba, ngunit hindi ko iniisip ang paglalakad nang matuwid sa harap ng Diyos. Paano ko masisiguro na palagi kong taglay ang takot sa Diyos?

— Kailangan mo ng kalinawan ng isip. Sa bawat kilos, kahit pa ang pinakamaliit, dapat si God ang nasa sentro. Ituon mo ang buong pagkatao mo kay God. Kung mahal mo si God, ang isip mo ay patuloy na mapupuno ng mga kaisipan kung paano Siya papaluguran, kung paano maging kaaya-aya kay God, sa halip na kung paano maging kaaya-aya sa mga tao. Makakatulong ito upang palayain mo ang iyong sarili mula sa mabibigat na gapos ng paghahangad ng pag-apruba ng tao, na siyang humahadlang sa iyong pag-usad tungo sa isang mas mataas na buhay. At kapag natutong magalak sa katotohanang ikaw ay napapabaya sa paningin ng mga tao, matatagpuan mo ang panloob na kagalakan sa Pinakamamahal na Hesus.

Ang Tamis ng Papuri

— Geronda, may narinig akong papuri at...

— Ano ngayon? Ano ba ang dapat nating alalahanin? Paano tayo tinatrato ng iba, o paano tayo tinatrato ni Cristo? Ang iba ba ang magiging puwersa na nagtutulak sa atin, o si Cristo? Seryoso kang tao, kaya huwag kang kumilos nang padalos-dalos. Madalas akong pinupuri, pati ng mga mahahalagang tao, ngunit ang kanilang papuri ay nagpapasuka sa akin. Tumatawa ako sa sarili at itinaon ko ang kanilang papuri nang malayo. At ikaw rin, sa sandaling makarinig ka ng ganoong bagay, itaboy mo agad ito. Bulok na mga bagay ang mga ito! Ano'ng pakinabang natin sa pagpupuri

²⁸ 1 Tim. 6:12

²⁹ Ihambing sa Gal. 1:10

ng iba sa atin? Maliban na lang ba sa bukas o sa araw pagkatapos, tatawanan tayo ng mga hangal? Ang taong nagagalak kapag pinupuri siya ng iba ay niloloko ng mga demonyo.

Kung ang isang tao ay may kapintasan—ibig sabihin, nahawahan ng kayabangan o madaling matukso rito—kung gayon, anumang papuri, maging 'pangmundo' man o 'pang-espiritwal' (may kinalaman sa katawan o sa kaluluwa), ay nakasasama. Kaya, mas mabuting huwag nang magbigay ng papuri sa iba. Pagkatapos ng lahat, kung ang isang tao ay mahina sa espiritu, ang ating papuri ay makakasakit lamang sa kanila; maaari silang mapahamak.

Ang papuri ay parang droga. Halimbawa, ang isang taong nagsimulang mangaral sa simbahan ay maaaring, pagkatapos ng kanyang unang sermon, itanong sa iba kung naging maayos ito, at kung ano ang dapat niyang pansinin upang hindi makasakit sa mga nakikinig. Ang isa namang tao, na nagnanais siyang hikayatin, ay maaaring sabihin: 'Magaling kang magsalita, ngunit sa tingin ko ay dapat mong pansinin ang ganito at ganoon.' Ngunit ang isang mangangaral na madaling matuksuhin ng kayabangan ay maaaring umabot sa puntong hahanapin ang opinyon ng iba para lamang marinig ang kanilang papuri. At kung sasabihin nila sa kanya, 'Oo, maganda ang sermon mo,' magagalak siya. 'Tingnan mo kung paano nila ako pinupuri,' iisipin niya, at magiging mayabang. Ngunit kung sasabihin nila sa kanya, 'Mahina ang sermon na iyon,' magsisimula siyang mag-alala. Nakikita mo ba kung paano niloloko ng tangalashka ang isang tao gamit lamang ang matamis na papuri? Sa simula, nagtatanong ang isang tao nang may mabuting hangarin, upang maunawaan kung ano ang kailangan niyang pagbutihin. Ngunit pagkatapos ay nagsisimula silang humingi ng opinyon ng iba para lang makarinig ng papuri, na nagdudulot sa kanila ng kagalakan!

Kung ikaw ay nasisiyahan at kuntento kapag pinupuri ka, at nalulungkot at nadidismaya kapag ikaw ay kinukritika o sinasabihan na hindi mo nagawa nang maayos ang isang bagay, alamin mong ito ay isang makalupang kalagayan ng pag-iisip. Makalupa ang iyong pagkabagabag, at makalupa rin ang iyong kagalakan. Ang isang taong malusog sa espiritu ay nagagalak kapag sinabi mo sa kaniya, 'Hindi mo nagawa nang maayos iyon,' dahil sa paggawa nito ay tinutulungan mo siyang makita ang kaniyang pagkakamali. Kinikilala nila na hindi nila nagawa nang maayos ang gawain, kaya pinapaliwanagan sila ng Diyos, at sa susunod ay gagawin nila ito nang maayos. Ngunit muli, iisipin nila na hindi sila ang gumawa nito, kundi ang Diyos. 'Ano ang magagawa ko nang mag-isa?' sabi ng ganoong tao. 'Kung hindi ako tinulungan ng Diyos, wala akong nagawa kundi kalokohan.' Ang ganoong tao ay may tamang pag-iisip.

— Elder, paano natin masisiguro na pareho ang ating pakiramdam kahit tayo ay pinupuri o pinupuna?

— Kung matutong kamuhian mo ang karangyaan ng mundo, tatanggapin mo ang papuri at batikos nang may parehong pag-iisip.

Pagmamalaki

— Geronda, bakit ako nakararamdam ng kawalan sa loob?

— Ito ay dahil sa kayabangan. Kapag nagsusumikap tayong itaas ang ating sarili sa mata ng iba, nararamdaman natin ang isang kawalan sa loob — ang bunga ng kayabangan. Sapagkat si Cristo ay hindi pumapasok sa isang kawalan, kundi sa puso ng isang nabagong tao. Sa kasamaang palad, ang mga taong namumuhay nang espiritwal ay madalas na naghahangad na magkaroon ng birtud, ngunit nananabik pa rin silang magkaroon ng bagay na magpapakain sa kanilang kayabangan — pampublikong pagkilala, pribilehiyo, at iba pa. Kaya't nagkakaroon ng kawalan sa kanilang mga kaluluwa, ang kawalan ng kayabangan. Walang katuparan, walang kagalakan ng puso. At habang lumalaki ang kanilang kayabangan, lalo pang lumalaki ang kawalan sa kanilang kaluluwa, at lalo silang nagdurusa.

— Geronda, bakit ako nakararamdam ng ganoong bigat sa aking gawain?

— Hindi ka nagsusumikap nang may kababaang-loob. Ang mga nagsusumikap nang may kababaang-loob ay hindi nakararanas ng mga kahirapan sa kanilang mga gawain. Ngunit kapag ang espirituwal na mga hangarin ng isang tao ay sinamahan ng kayabangan, lumilitaw ang kabigatan sa kaluluwa. Ang iba pang mga pagnanasa ay hindi tayo gaanong hinahadlangan sa ating espirituwal na pag-akyat kung mapagkumbaba nating hinihiling ang awa ng Diyos. Ngunit kapag inilalagay tayo ng tangalashka sa bitag ng kayabangan, pabulag tayo nito at pinipilit tayong sumunod dito sa isang makitid at mapanganib na landas; doon natin nararamdaman ang kabigatan sa ating kaluluwa, dahil nasa saklaw na tayo ng impluwensya ng tangalashka.

Ang buhay-espirituwal ay hindi katulad ng buhay sa mundo. Sa buhay sa mundo, halimbawa, para magtagumpay ang anumang pakikipagsapalaran, kailangan mong i-anunsyo ito nang mabuti, mamigay ng mga polyeto, at subukang tiyakin na malalaman ng mga tao ang tungkol sa iyo. Ngunit sa buhay-espirituwal, ang isang 'pakikipagsapalaran' ay magiging matagumpay lamang kung ang isang tao ay magsimulang kamuhian ang kaluwalhatian ng mundo.

— Geronda, paano matataboy ng isang tao ang mga walang-kwentang kaisipan?

— Magalak sa mga bagay na kabaligtaran ng hinahangad ng mga tao sa mundo. Tanging sa pamamagitan ng mga hangaring kabaligtaran ng makamundo lamang maaaring kumilos sa kaharian ng espiritu. Kung nais mong mahalin, magalak kapag walang nakapansin sa iyo. Kung nais mo ng karangalan, umupo sa bangko. Kung hinahangad mo ang papuri, mahalin mo ang kahihiyan, upang maranasan mo ang pagmamahal ng napahiyang Hesus. Kung hinahangad mo ang kaluwalhatian, magsikap kang mapahamak,³⁰ upang maranasan mo ang kaluwalhatian ng Diyos. At kapag naranasan mo ang kaluwalhatian ng Diyos, magiging masaya ka at magkakaroon ka sa iyong sarili ng ligayang higit sa lahat ng ligaya sa mundo.

Kabanata 3.

Ang Mga Bunga ng Kayabangan

Ang kayabangan ay naghihiwalay sa atin mula sa Diyos

— Geronda, pakiramdam ko ay may hindi tama sa akin.

— Natagpuan mo na ba ang dahilan? Nang huli kang dumating, nakita kong tama ang iniisip mo at matalino ang iyong kilos, kaya tinutulungan ka ni Cristo. Marahil dahil dito ay naging mayabang ka, at iyon ang dahilan kung bakit binawi ni Cristo ang Kanyang biyaya mula sa iyo?

— Oo, Geronda, iyon nga siguro.

— Kapag hindi na natin napagtatanto na nagtatagumpay tayo sa tulong ng Diyos, at nagsimulang isipin na kaya nating gawin ang lahat sa sarili, doon inaalís ng Diyos ang Kanyang biyaya upang maunawaan natin na ang atin ay hangarin at pagsisikap lamang, samantalang ang lakas at ang bunga ay nakasalalay sa Diyos. Sa sandaling maunawaan natin na tayo ay nagtatagumpay sa pamamagitan ng tulong ng Diyos, agad na nabubuksan ang ating mga mata; nagpapakumbaba tayo, umiiyak sa ating pagbagsak, naaawa sa atin ang Diyos, muling ipinagkakaloob Niya sa atin ang Kanyang biyaya, at nagpapatuloy tayo.

— Kapag naging mayabang ang isang tao, agad bang umaalis ang Banal na Grasya?

— Siyempre! Akala mo ba matagal bago naging demonyo si Lucifer mula sa isang anghel? Nangyari iyon sa isang kisap-mata. Sa sandaling magkaroon ang isang tao ng kaisipang siya ay espesyal, agad na lumalayo ang biyaya ng Diyos. Ano ang kaugnayan ng biyaya ng Diyos sa kayabangan? Ang Diyos ay kababaang-loob. At kapag umalis ang biyaya ng Diyos, pumapasok ang

³⁰ Panghihiya: kawalan ng karangalan, kakulangan ng dangal at kaluwalhatian. — *Tala ng tagapagsama-sama.*

demonyo at pinapahamak ang isipan ng tao. Pagkatapos ay maaaring maranasan ng tao ang panlabas na pag-atake ng mga demonyo, habang nabubuo sa loob niya ang espirituwal na kadiliman.

Ang taong mayabang ay kulang sa Biyaya ng Diyos, at dahil dito, may panganib na siya—huwag sana—ay magdusa ng malaking pagbagsak. Ang ganitong tao ay hiwalay sa Diyos, dahil ang kayabangan ay isang mahinang konduktor, isang insulator na pumipigil sa Biyaya ng Diyos na maabot ang isang tao at naghihiwalay sa atin sa Diyos.

Kapag nag-iimbak tayo ng mapagmataas na kaisipan, nasisira natin ang anumang ginagawa natin.

— Geronda, napakababaw ko; ako'y walang iba kundi isang istorbo.

— Mukhang may nakatagong kayabangan sa loob mo, at dahil mahal ka ng Diyos, pumapasok ang mga espirituwal na batas:³¹ sinisira mo ang isang bagay at napapababa ka. "Ang sinumang magpapasikat sa sarili ay mapapababa."³²

— Geronda, natatakot akong magplantsa dahil kamakailan lang ay napaso ko ang kasóko ng iba.

—Mag-crossof ka at ipagpatuloy mo ang pagplantsa.

— Marahil ito ay isang tukso?

— Bihira ang pinsalang nagagawa natin ay nagmumula sa inggit ng diyablo. Karaniwan, ang sanhi ay isang mapagmataas na kaisipan. Kapag nag-iimbak tayo ng mapagmataas na kaisipan, nabibigo tayo sa anumang gawin natin. Mukhang nag-iimbak ka rin ng mapagmataas na kaisipan.

— Pero bakit nga ba ang kasóck ang nasunog, sa halip na may mangyari sa akin?

— Dahil ang kasong iyon ay pag-aari ng iba; nalaman ng mga tao ang ginawa mo — ikaw ay nahiya, at sa pamamagitan noon ay napakumbaba ka. Ngunit kung may nangyari sa iyo, hindi ka nahiya. Bakit nagkukumpisal ang isang tao? Upang ang kasalanan ay mailantad, mapagtawanan: ganyan natatalo ang diyablo.

— Geronda, kapag ang isang tao ay gumawa ng isang bagay at nagdulot ito ng pinsala kaysa ng kabutihan, ano ang ibig sabihin noon: nagkamali ba ang tao o kulang siya sa mabuting disposisyon?

— Maaaring maraming dahilan. Dapat suriin ng isang tao ang motibo sa likod ng kanyang ginawa.

— Geronda, maaari bang makasakit ang isang tao dahil lamang sa kanyang pagiging pabaya?

— Kung titignan mong mabuti, makikita mong sa karamihan ng mga kaso, ang pinsala ay nagmumula sa kayabangan. Halimbawa, kung maisip ng isang maybahay na walang nakakahigit sa kanya sa paghuhugas ng pinggan, maaaring mabuwal niya ang isang estante na puno ng pinggan at mabasag ang lahat. Noong isang beses, isang babaeng nagtatrabaho sa isang tindahan ng mga baso ang nag-isip: 'Kahanga-hanga ang husay ko sa pagkuha ng mga kahon ng baso ng alak mula sa estante!' Nang maisip niya iyon, ang kahon na hawak niya ay dumulas sa kanyang mga kamay at nahulog sa sahig, at nabasag ang lahat ng baso. O, sabihin nating, may nakita ang isang drayber na matandang pulubi sa daan, isinakay niya ito sa kotse at dinala sa kanyang destinasyon. Kung sa sandaling iyon ay may pumasok na iniisip sa kaniyang isipan: 'Hindi ba gagawin din iyon ng iba? Ngayon, ikukwento ng matandang ito sa lahat kung gaano ako kabuting tao!' — kanita'y aalis ang biyaya ng Diyos sa kaniya, at maaaring bumangga siya sa poste ng ilaw, magmaneho sa bangketa o, naku, mabundol pa ang isang tao!

³¹ Madalas na pinag-uusapan ni Nakatatandang Paisios ang mga espirituwal na batas. Sinulat niya ang mga ito nang detalyado sa aklat na **The Athonite Elder Haji-Georgios**. — *Tala ng Tagapagsama-sama*. Tingnan din: *Nakatatandang Paisios ng Svyatogorsk. *Words**. Bol. IV. **Family Life**. Moscow, 2006. p. 273. — *Tala ng tagasalin*

³² Lucas 14:11

Ang isang mayabang na tao ay nakararanas ng pagbagsak kaysa sa espirituwal na pag-angat

— Geronda, nawala na ang lagnat ko ngayon.

— Mabuti, tuwang-tuwa ako na nawala na ito, salamat sa Diyos, dahil napakahirap nito para sa iyo. Sana sa iyong buhay-espiritwal ay mawawala rin ang lagnat; kailangan mo lamang harapin ang kayabangan na pinagmulan nito. Sa katunayan, ang kayabangan ay isang bagay na maaaring magdulot hindi lamang ng pagtaas ng espirituwal na temperatura, kundi pati na rin ng matinding lagnat. Kapag mas matindi ang kayabangan, mas mataas ang espirituwal na lagnat, na nakakaapekto rin sa katawan, kaya nagkakaroon din ng lagnat doon, dahil magkaugnay ang katawan at kaluluwa.

Ang kapalaluan ang pinakakatakutang karamdaman sa espirituwal. Ito ay parang alimango: kapag nakakapit na ito, sinisipsip na nito ang dugo. Sa parehong paraan, sinisipsip ng kapalaluan ang lahat ng dugo ng isang tao. Nagdudulot ito ng pagkalunod sa espirituwal, dahil kinokonsumo ng kapalaluan ang lahat ng espirituwal na oksihenong nakalaan para sa kaluluwa.

— Geronda, napapansin ko na sa sandaling napapasok ako sa isang paulit-ulit na rutina sa aking trabaho...

— Mukhang may nagsisimulang sabihing sa iyo ang isang kaisipan: 'Nagtatagumpay ako,' kaya't sinundan ito ng pagbagsak. Para sa isang taong mayabang, sa halip na espirituwal na pag-angat, may mga pagbagsak.

— Geronda, lagi akong natatalo ng kayabangan, kahit ano pa ang gawin o sabihin ko.

— Kung ganoon, gawin mo ang lahat nang may mapagkumbabang isipan; kung hindi, kahit sa iyong mabubuting gawa ay naroroon ang diyablo. Sabihin nating may isang taong buong pagmamalaking ipinapahayag sa iba, 'Gagawa ako ng mabuting gawa'; doon ay pinapasok niya ang diyablo sa kanyang intensyon at maaaring makasagupa siya ng maraming balakid sa daan, at sa huli ay wala siyang magagawa. Ngunit kung ang isang tao ay gumagawa ng mabuti nang walang palakasan, hindi nakikialam ang diyablo.

— Geronda, ano ang wastong paraan ng pagsasagawa ng disiplina sa espirituwal?

— Sa lihim at katahimikan. Ang gawaing spiritwal ay isang maselang bagay, at bawat kilos na ating ginagawa ay nangangailangan ng espesyal na pansin. Ang buhay spiritwal ay ang 'agham ng mga agham',³³ ayon sa sinasabi ng mga Banal na Ama. Anong na pagkamulat ang kinakailangan! Ang pag-angat sa buhay-espiritwal ay parang pag-akyat sa paikot-ikot na hagdan na walang pasamano. Kung ang isang tao ay umaakyat nang hindi binabantayan ang kanyang mga hakbang, ngunit sinasabi sa sarili: 'Naku, ang taas na ng naakyat ko! At gaano pa kaya ako katas aakyat!' — saka siya natitised at nahuhulog.

— 'At bakit walang pasimano ang hagdanang ito?'

— Dahil ang tao ay malayang nilalang at dapat gamitin ang isip na ibinigay sa kanya ng Diyos. Kung hindi niya gamitin nang maayos ang kanyang isip, paano siya matutulungan ng Diyos?

— Geronda, maaaring maging sanhi ba ng espirituwal na tagtuyot sa isang tao ang kayabangan?

— Oo. Kung ang isang tao ay may kayabangan, pinapayagan siya ng Diyos na manatili sa kalagayan ng katamaran, kawalang-interes, lamig, at kawalang-pakialam. Sapagkat kung matikman ng mayabang na tao ang mga biyaya ng langit, magmamayabang siya at iisipin na nararapat lamang ito sa kanya dahil sa sariling mga gawa. Pagkatapos ay sasabihin niya sa iba: 'Magpursigi kayo! Tingnan ninyo kung ano ang ipinagkaloob sa akin dahil sa aking mga gawa!' — at sa ganitong paraan ay makakasakit siya sa iba. Kaya pinapayagan ng Diyos na pagsubukin ang ganoong tao, hangga't kinakailangan, hanggang mamatay sa loob niya ang kanyang kayabangan, hanggang mawalan siya

³³ *Ang Kagalang-galang na Isichius, Presbyter ng Jerusalem*. Isang salitang nakapagpakinabang sa kaluluwa kay Theodulus tungkol sa pagkaseryoso at panalangin. Hinango mula sa aklat na *Dobrotolyubie*. Tomo II. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1992. p. 183.

ng pag-asa sa sarili sa mabuting diwa at maunawaan kung ano ang ibig sabihin ng 'walang magagawa kayo kung wala Ako.'³⁴

Ang kayabangan ay ginagawang katawa-tawa ang isang tao

— Geronda, bakit natin palaging gustong malaman ng iba ang ating mga mabubuting gawa, gayong napakadali at kaaya-aya namang mabuhay at magtrabaho nang hindi kinikilala?

— Ang taong may tunay na kabuluhan sa loob ay nagsusumikap na ang kanyang mga mabuting gawa ay hindi mapansin, at iginagalang at minamahal siya ng mga tao, kahit na hindi niya ito namamalayan.

Kakaakit-akit ang isang mapagkumbabang tao, at kasuklam-suklam naman ang isang mayabang! Walang nagmamahal sa mayabang. Kahit ang Diyos ay lumalayo sa kanila. Kapag nakikita ng maliliit na bata na mayabang ang kilos ng isa sa mga batang lalaki, agad silang tumatawa sa kanya. Ngunit ang isang tahimik at matinong tao ay iginagalang. Kapag nakikita ang mga bata ng lalaking naglalakad sa kalye na nakataas ang ilong, agad nilang nararamdaman kung anong uri ng karakter ang mayroon siya, tinatabihan siya at tinutukso. Naalala ko ang isang lalaki sa Konitsa: araw-araw ay nagsusuot siya ng amerikana, kurbata, at sumbrero at buong pagmamalaki siyang naglalakad sa plasa, kahit na namumuhay siya sa matinding kahirapan. Pagkakita pa lang sa kanya ng mga bata, agad silang tumatakbo at sumusunod sa likod niya, ginagaya ang kanyang paglalakad. Napakaliit pa nilang mga bata, ha! At ang mga matatanda—mas mahusay nilang maramdaman ang isang mayabang na tao! Huwag kang magpapaniwala sa katotohanang hindi sila nagsasalita para hindi masaktan ang damdamin; ngunit sa kaloob-looban nila, nararamdaman nila ang pagkasuklam.

Ang taong naghahangad na itaas ang sarili ay sa huli nagiging katawa-tawa. Naalala ko noong naninirahan ako sa Bundok Sinai,³⁵ dumating doon ang isang pari na si Savva. Siya ay isang medyo mayabang at makasariling tao. Isang araw, may ilang Bedouins na nagdadala ng mabigat na bagay papasok sa monasteryo. Habang hinihila nila ito, para magkatugma ang hakbang ay sumisigaw sila ng 'sa'wa-sa'wa', na ang ibig sabihin ay 'sama-sama'. Si Padre Savva, nang marinig ang kanilang sigaw, ay tumakbo palabas sa bakuran. 'Hindi pa nga ako tuluyang nakakarating nang maayos, sumisigaw na sila ng "Savva"! At ngayon alam na ako ng lahat dito!" Akala niya ay sumisigaw ang mga Bedouin ng: "Savva, Savva!" Nang sinabi niya iyon, sumabog ang tawa ko. Aba, paano ka hindi matatawa diyan? Ang takbo ng isip ng tao ang siyang nagpapaintindi sa lahat... Kung may bahagyang kapalaluan ang isang tao, nakikita niya ang lahat nang pinalaki.

— Umiiral ba ang isang tao nang ganoon dahil sa kayabangan?

— Bilang bihag ng kayabangan, ligaw ang kanyang imahinasyon, kaya sa huli... Minsan ay sinabi sa akin ng isang monghe na noong naninirahan pa siya sa mundo ng sekular, minsan ay binigyan niya ng mamahaling balabal ang isang kakilala. Isang araw, nagkataon na magkasama sila. Suot nga ng kakilala niya ang mismong balabal na iyon. Habang nag-uusap s , bigla niyang sinabi: 'Alam mo ba kung saan ko nakuha itong balabal na ito? Mula sa Paris! At alam mo ba kung magkano ito?' Sinabi niya ito sa harap mismo ng taong nagbigay sa kanya ng balabal bilang regalo!

— Baliw ba siya?

— Sino pa ang mas hangal kaysa sa isang mayabang na tao? Ang kayabangan ay nagiging biro sa isang tao.

³⁴ Juan 15:5

³⁵ Nanirahan si Matanda Paisios bilang isang monghe sa Bundok Sinai mula 1962 hanggang 1964. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Kabanata 4.

Sugurin natin ang kayabangan

Dapat tayong lumaban, ngunit dapat tayong lumaban nang matuwid

— Geronda, may sinasabi sa akin ang isang kaisipan na kung babaguin ko ang aking pagsunod, aalis ako sa koro at titigil sa pagpipinta ng mga ikon, titigil ako sa patuloy na pagmamalaki at pagbagsak sa tukso.

— Kahit tumigil ka sa pagkanta at pagpipinta ng mga ikon, ngunit hindi mo kamuhian ang kayabangan, lalo ka pang magkakamali. At magkakaroon din ng kapalaluan sa iyong pag-urong, mas matinding kapalaluan pa, dahil sa katotohanan ay gusto mong talikuran ang iyong mga tungkulin upang hindi mapigilan ang iyong makasarili.

— Geronda, hindi ba mas mabuting walang gawin kaysa gumawa ng isang bagay habang ipinagmamalaki ito?

— Kung sinabihan kang gumawa ng isang bagay, gawin mo ito, ngunit mag-ingat kang huwag matisod at mahulog. At kung matisod ka at mahulog, bumangon ka. Tandaan mong natisod ka dahil sa kapabayaang, at kung sinabihan kang gawin mo muli, gawin mo, ngunit mag-ingat kang huwag muli matisod. Hindi dahil natumba ka minsan ay hindi mo na dapat gawin sa susunod! Ngayon, kung may magsabi sa'yo, 'Huwag kang pumunta, dahil natumba ka noong nakaraan,' huwag kang pumunta. Naiintindihan mo ba? Kapag sinabihan kang gumawa ng isang bagay, gawin mo, pero gawin mo nang maayos at may kababaang-loob. Mas masama pa ang hindi gumawa ng anuman para lang maiwasang maging mayabang. Parang nanonood ka lang ng laban sa gilid, tumatangging makipaglaban para hindi masaktan. Kailangan mong makipaglaban, pero dapat wasto ang iyong pakikipaglaban. Kung hindi, anong silbi mo?

Tinutulungan ka ng kapatid mo na wasakin ang iyong kayabangan

— Geronda, naiinis ako kapag pinupuna ako ng mga madre.

Mayabang ka, kaya nagagalit ka. Matutulungan ka ng kapatid mo na mapagtagumpayan ang iyong kayabangan kung papayagan mo siyang ituro ang iyong mga kamalian at magbigay ng ilang payo. Ganyan napapalinis ang kaluluwa.

Mahirap para sa isang tao na kilalanin ang sariling kayabangan, kaya dapat niyang tratuhin ang iba bilang mga doktor at tanggapin mula sa kanila ang lahat ng lunas na kailangan upang pagalingin ang sarili niyang karamdaman. Bawat tao ay may dalang gamot para sa kanyang kapwa. Ang mabuting doktor ay ginagamot ang pasyente nang may habag at pagmamahal; ang masama naman, nang may malisya at poot. At madalas, ang huli ang mas nakabubuti sa isang tao, dahil sa kanila nga mas malalim ang hiniwa ng skalpel.

— Geronda, bobo ako, kaya madalas hindi ko maintindihan kung bakit ako pinupuna.

— Mas mabuting sabihin mo: 'Matalino ako, pero kulang ako sa pagpapakumbaba.' Kapag itinuro sa'yo ang iyong mga pagkakamali, nagsisimula kang maghanap ng mga dahilan. Paano mo aaminin ang iyong mga pagkakamali kung wala ka namang nagagawa, at puro walang-saysay na paghatol lang ang ginagawa sa'yo ng iba? Ang taong nagbibigay ng dahilan kapag kinukritika siya ng iba ay pinapatay ang pagpapakumbaba. Ngunit ang taong umaamin ng kanyang mga pagkakamali ay nagpapakumbaba, at pinagpapala ng biyaya ng Diyos.

— Geronda, sa tingin ko ay hindi ko sinisikap patunayan na ako ang tama, kundi nais ko lamang ipaliwanag na ako ay na-misinterpret.

— Napansin kong may tagong kayabangan ka, na naipapakita sa pamamagitan ng pagpapawalang-sala sa sarili. Subukan mong huwag maghanap ng dahilan, kahit ano pa ang sabihin

ng iba sa iyo. Humingi ka ng tawad nang taos-puso; sapat na iyon. Ang salitang 'patawarin mo ako' at ang taos-pusong pagsisisi ang nagtatapos sa kayabangan.

— Ngayon, may batang naglalaro sa arkondar.³⁶ Sinabihan siya ng kanyang ina na humingi ng tawad, ngunit sumagot siya, 'Ayaw ko.' Bakit napakahirap para sa ilang tao na sabihin ang 'Pasensya na'?

— Ang kayabangan ang pumipigil sa kanila na gawin ito.

Espiritwal na paghahati sa personalidad

— Geronda, paano ko matatanggal sa sarili ko ang kayabangan?

— Kung titingin ka sa iyong sarili at makikilala mo ito, makikita mo roon ang ganoong kasuklam-suklam na itsura na mamumungot ka sa sarili mo.

Kung ang isang tao ay hindi kusang mapapababa ang sarili sa pamamagitan ng pagkilala sa sarili, hindi manirahan sa kaniya ang Diyos. Ang Diyablo ay maglalaro ng pusa at daga sa kanya habang buhay (kahit pa bigyan ng Diyos ang isang tao ng haba ng buhay ni Metusela): ngayon ay magtatanim ang Diyablo ng isang mapagmataas na kaisipan, ngayon naman ay tutugon ang tao ng isang mapagkumbabang kaisipan. Ngayon ay mangingibabaw ang isa, ngayon naman ang isa pa. At ganoon lang sila magpapatuloy sa parehong tugtugin.

— Geronda, nakikita kong nalampasan na ako sa birtud ng lahat ng mga madre, pati na ng mga bata pa.

— Hindi mo pinababa ang sarili mo, kaya pinababa ka ng iba. Alam mo ba kung ano ang ginagawa nila kapag gusto nilang maglunsad ng rocket sa kalawakan? Bumabibilang sila pababa: 'Sampu, siyam, walo, pito... isa, zero!' Pagdating nila sa zero, lilipad ang rocket. Nakarating ka na sa zero; ngayon ay lilipad ka na. Nag-aral ka ba ng pisika?

— Opo, Geronda.

— Dumating na ang panahon upang pag-aralan ang pisika ng espiritu, upang malaman kung paano nagkakaroon ng espirituwal na pagkakawatak-watak ng personalidad.

— Paano naman, Geronda?

— Kapag itinutok mo ang iyong pansin sa sarili, nakikilala mo ang iyong sarili, at natatagpuan mo ang kababaang-loob — doon magaganap ang espirituwal na pagkakawatak-watak ng iyong pagkatao, malalabas ang espirituwal na enerhiya, at lilipad ka sa kalawakan. Ito lamang ang paraan upang makapasok sa espirituwal na orbit; kung hindi, mananatili ka sa makamundong isa.

Walang silbi sa isang tao na kilalanin ang buong mundo kung hindi niya nakikilala ang sarili niya. Kung una niyang kilalanin ang kanyang panloob na mundo—ibig sabihin, ang kanyang sariling personalidad—madali niyang matutuklasan hindi lamang ang mundo kundi pati na rin ang kosmos. Kapag nakilala ng isang tao ang sarili, kusang nahahati ang kanyang personalidad, at nagsisimula siyang umikot sa isang espirituwal na orbit, lampas sa grabidad ng Daigdig, lampas sa pang-aakit ng mundo. Bagaman namumuhay siya sa Daigdig bilang isang tao, hindi niya nararamdaman ang pang-aakit ng kasalanan o, sa katunayan, anumang makamundong pagnanasa.

— Kung nananatili ang kayabangan sa isang tao, ibig bang sabihin ay wala siyang wastong pag-unawa sa kanyang sarili?

— Oo, hindi pa nagaganap ang espirituwal na pagkakabiyak ng kanilang personalidad.

— Kaya babalik tayo sa kababaang-loob muli?

— Siyempre! Ang taong may taglay na kapalaluan ay hindi pa nakakakilala sa sarili. Kapag nakilala nila ang sarili, mawawala ang kapalaluan. Ang pagkakakilala sa sarili ang susi. Kung walang

³⁶ Arkhondariki — isang silid sa mga monasteryo ng Griyego para sa pagtanggap ng mga bisita. — *Tala ng tagasalin*.

pagkakakilala sa sarili, hindi maaaring magkaroon ng kababaang-loob. At kapag ang isang tao, sa pamamagitan ng kababaang-loob, ay nakilala ang sarili, doon nila nakakamit ang pagkilala ng iba.

— At paano kung may kaalaman sa sarili pero walang kababaang-loob?

— Kung gayon, walang mabuting hangarin, walang kabaitan.

Mataas na katungkulan at mapagkumbabang pag-uugali

— Geronda, may kayabangan ba sa akin?

— Medyo. Sa pinakamaliit, kailangang manatili ang pagmamalaki sa katanggap-tanggap na hangganan, sa loob ng mga hangganang itinakda ng batas...

— Mayroon bang tinatawag na katanggap-tanggap na antas ng pagmamalaki?

— Kung ang isang taong may kakayahan, kaalaman, at iba pa ay medyo mayabang, may mga nagpapagaan na kalagayan. Siyempre, hindi ibig sabihin nito na mabuti ang ganitong pagmamalaki, ngunit kahit papaano ay may dahilan ang tao. Ngunit ang isang taong walang kakayahan o kaalaman ay walang karapatang magmayabang; dapat siyang maging mapagkumbaba. Kapag mayabang sila, ibig sabihin ay tuluyan na silang naliligaw. Halimbawa, nagmamalaki ang isang nars kapag binigyan niya ng iniksyon ng penicillin ang pasyente at bumaba ang temperatura nito. Ngunit si Fleming, na nakadiskubre ng penicillin, ay isang mapagkumbabang tao! Pagkatapos ng kanyang pagtuklas, naglakbay siya sa Amerika. Pinugay siya ng mga tao ng palakpakan. Sumabay siya sa palakpak, at saka nagtanong, 'Sino ang pinapalakpakan nila?' At nang mapagtanto niyang para sa kanya iyon, namangha siya! Ang ibig kong sabihin ay ganito: ang nakatuklas ng penicillin ay hindi mayabang, samantalang ang nars na nagbibigay ng iniksyon ay mayabang. Kaya sinasabi ni Basil na Dakila: 'Ang pinakadakilang tagumpay ay kapag ang isang tao ay may mataas na katungkulan ngunit nananatili siyang mapagkumbaba.' Ito ay isang napakahalagang katangian, at ginagantimpalaan ito ng Diyos.

Anong kababaang-loob ang paminsan-minsan na matatagpuan sa mga mataas na ranggong opisyal militar, at anong kapalaluan naman sa mga karaniwang gendarme! Noong isang beses, isang serjeanteng gendarme—isang medyo bastos na lalaki—ang dumating sa selda ko at nag-umpisang makipag-usap. 'Ako ay pulis, ako nito, ako niyan!' Kahit pa siya ang pinuno ng buong gendarmerie, hindi siya dapat magsalita nang ganoon. Nakakadismaya! Ngunit may mga taong mayaman, mataas ang ranggo, at may talento, na taglay ang ganoong kababaang-loob at pagiging payak. Ang mga mataas na ranggong opisyal militar ay hindi nagsusuot ng kanilang uniporme upang maiwasan ang mga parangal. Naalala ko ang isang heneral na maraming dekorasyon sa digmaan na nagsabi habang naghahanda para sa parada: "Muli na naman ako, bitbit ang mga dekorasyong ito..." At ang isa pa, na wala nang iba kundi isang gulis bilang dekorasyon, ay suot palagi ang uniporme para ipagyabang ang kanyang mga dekorasyon. Nagtahi pa nga siya ng sobrang lapad na epaulettes, hanggang sa muntik na siyang madisiplina, dahil ayon sa regulasyon, dapat may tiyak na lapad ang mga epaulettes. Kahabag-habag na tao!

— Kaya, kung may ipinagmamalaki ang isang tao sa paghawak ng mababang posisyon, ipinapakita lang ba niya ang kanyang kamangmangan?

— Hindi lang minsan, kundi maraming ulit!

Huwag mong ipagmay-ari ang ipinagkaloob sa'yo ng Diyos

— Geronda, ipinagmamalaki ko ang aking pisikal na kakayahan at mga espiritwal na kaloob na, sa aking paniniwala, ay taglay ko.

— Bakit ka ba ipinagmamalaki? Ginawa mo ba ang langit at lupa?³⁷ Huwag mong kunin ang papuri para sa kung ano ang ibinigay sa iyo ng Diyos, at huwag mong subukang ipakita na mayroon kang wala naman. Sabihin mo sa iyong sarili: 'Diyos ko, sa aking kahinaan, ay nagbigay sa akin ng ilang mga kaloob upang hindi ako masiraan ng loob o makaramdam ng kalungkutan. Ngayon, dapat kong paunlarin ang mga kaloob na ito upang ako'y maging mayaman sa espirituwal. Luwalhati sa Iyo, aking Diyos! Pinasasalamatang Kita na nagkawanggawa Ka sa akin at tinulungan Mo ako.' Itinuturing mong pag-aari mo ang lahat ng kaloob na ito, ngunit sa totoo ba'y iyo nga ba ang mga ito? "Ano ang mayroon ka na hindi mo tinanggap?"³⁸ Dito kailangan ang mabilis na pag-iisip; dito dapat gamitin ng isang tao ang kanyang isip upang mapagtanto na lahat ng biyaya ay nagmumula sa Diyos. Kung aalisin sa atin ang biyaya ng Diyos, wala tayong magagawa. Napakasimple lang. Ipagpalagay natin na may isang tao na may tiyak na kakayahan at ipinagmamalaki ang mga ito. Una sa lahat, isipin muna nila kung saan nagmula ang mga kakayahang ito. Ibinigay ang mga ito sa kanya ng Diyos. Ano ang nagawa niya mismo? Wala. Halimbawa, binigyan ng Diyos ang isang tao ng mas mataas na antas ng talino, at maaari niyang patakbuhan ang sarili niyang negosyo at mamuhay nang komportable. Bakit nga ba siya dapat magmalaki sa kanyang mga tagumpay ngayon? Kung aalisin ng Diyos ang Kanyang biyaya sa kanya, maaaring siya ay magka-utang at mapunta sa bilangguan.

Sa anumang kaso, ang sinumang may talento ngunit kulang sa kababaang-loob, at nakakasakit sa kapwa sa pamamagitan ng kanilang mapanghamong pag-uugali, ay pinipilit ang Kristo na luwagan nang kaunti ang turnilyo sa kanilang ulo, upang magdulot ng sapilitang kababaang-loob. Sabihin nating may isang tao na gustong ilipat ang isang malaking bato ngunit hindi niya magawa, dahil kulang siya sa talino. Pagkatapos, may dumating na mas matalinong tao at sinabi, 'Hindi mo ba naiintindihan?' Kumuha siya ng crowbar at ginamit ito bilang lever, kaya madali niyang naigalaw ang bato. Kung ganoon ang kanyang pag-uugali, hindi ba dapat bahagyang luwagan ng Diyos ang turnilyo sa kanyang ulo? May ilang kilalang mangangaral na nakakaranas ng ganoong pagkawala ng pananalita na hindi na sila makapagsalita ng kahit isang salita! Ganoon nila kailangang magpakumbaba. At ano ang mangyayari kung papayagan ng Diyos ang ganoong mangangaral na magsalita nang walang hadlang? Pinipigil ng Diyos ang bawat tao sa Kanyang sariling paraan, upang hindi nila saktan ang kanilang sarili.

Dapat tayong mag-ingat na huwag ipagmay-ari ang mga kaloob na ibinigay sa atin ng Diyos. Dapat tayong magpasalamat sa Diyos at maging maingat na huwag maging hindi karapat-dapat sa mga kaloob na iyon. Kasabay nito, dapat tayong makiramay sa mga hindi nabiyayaan ng Diyos ng ganoong mga kaloob, at ipanalangin sila. At kapag nakakita tayo ng isang taong mas mababa sa atin sa anumang paraan, sabihin natin sa ating sarili: 'Kung taglay niya ang mga kaloob na ibinigay ng Diyos sa akin, santo na siya ngayon. Hindi ko lang nabuo ang mga kaloob na ibinigay sa akin, niloloko ko pa ang Diyos sa pag-aangkin ng papuri para sa mga kaloob na ibinigay Niya sa akin.' Siyempre, hindi nagagalit ang Diyos kapag inangkin ng isang tao para sa sarili ang mga biyayang ibinibigay Niya. Ito ay dahil hindi Niya sila mabibigyan ng mas dakilang biyaya, baka mapahamak sila. Ngunit kung kumilos ang isang tao nang may pagkamapayapa at kababaang-loob at kinikilala na ang kanilang mga biyaya ay nagmula sa Diyos, bibigyan din sila ng Diyos ng iba pa.

Sa pamamagitan ng kayabangan, ginagawang miserable natin ang ating sarili, dahil tinatanggihan natin ang mga biyayang ibinibigay sa atin ng Diyos, at pinapakalungkot din natin ang Diyos, na masakit para sa Kanya na makita tayong malungkot. Bagaman may saganang kayamanan Siya na maibibigay sa atin, pinipigil Niya ito upang hindi tayo mapahamak. Kaya, ano ang nangyayari? Kung bibigyan Niya tayo ng anumang biyaya, nagsisimula tayong maghamak sa iba na para bang langgam lang sila, at ininsulto sila sa pamamagitan ng ating mayabang na pag-uugali.

³⁷ Ihambing sa 2 Mga Hari 19:15; Nehemias 9:6; Ester 4:17; Isaias 37:16; Jeremias 39:17.

³⁸ 1 Cor. 4:7

Kung hindi Niya tayo bibigyan ng kahit ano, nawawalan tayo ng pag-asa. Pagkatapos ay sinasabi ng Diyos: 'Kung bibigyan Ko sila ng anumang biyaya, magiging mayabang sila, sasaktan ang kanilang sarili at magiging mayabang sa iba. Kung hindi ko ito ibibigay, sila'y naghihirap at nagdurusa. Kaya hindi ko alam kung ano ang gagawin.'

Magpasalamat tayo sa Diyos hindi lamang sa mga biyayang ipinagkaloob Niya sa atin, kundi pati na rin sa katotohanang nilikha Niya tayo bilang mga tao. Pagkatapos ng lahat, Siya ang may-ari ng sariling bahay, kaya maaari Niya tayong likhain bilang mga ahas, alacdan, pagong, mula, o asno. Sabihin natin ito: 'Maaaring nilikha ako ng Diyos bilang isang mulo; maaaring napunta ako sa isang malupit na amo na nagpababâ sa akin ng isang daang limampung kilo at binugbog ako, ngunit hindi Niya ginawa.' Maaari Niya akong nilikha bilang ahas o alakdan, ngunit hindi Niya ginawa. Maaari Niya akong ginawang pagong, baboy, palaka, lamok, langaw, at iba pa, ngunit hindi Niya ginawa. Ano ang nilikha Niya sa akin? Isang taong nilalang. At tinutupad ko ba ang mga biyayang ipinagkaloob sa akin? Hindi." Kung ang isang tao ay hindi nag-iisip sa ganitong paraan, kung gayon, kahit na siya ay tila matuwid sa paningin ng iba, siya ang pinaka-mapanlinlang na taong may sa lupa, dahil hindi niya niloloko ang mga tao, kundi ang Diyos, na nagkaloob sa kanya ng napakaraming biyaya. Ngunit kung tama ang kanyang paghuhusga, kahit na umabot siya sa mga espirital na tuktok at gumawa ng libu-libong himala araw-araw, hindi sasabihin sa kanya ng kanyang isip na may ginagawa siyang espesyal, dahil iniaalay niya ang lahat sa Diyos, habang siya mismo ay nag-iisip kung karapat-dapat siya sa mga ipinagkaloob ng Diyos sa kanya. Ang ganoong tao sa buhay na ito ay tumatanggap ng biyaya sa ibabaw ng biyaya at nagiging taong may biyaya, sapagkat ang kababaang-loob ay naging natural na kalagayan para sa kaniya. At kung ibinibigay niya ang lahat ng papuri sa Diyos at nagiging isang mapagpasalamat na lingkod ng Diyos, sa buhay na darating ay maririnig niya: 'Magaling na gawa, mabuti at tapat na lingkod: naging tapat ka sa kaunti; ilalagay kita sa marami.'³⁹

Bahagi 3.

Paghatol — ang pinakamalaking kawalan ng katarungan

'Ang Diyos lamang ang humuhusga nang matuwid, sapagkat Siya lamang ang nakakaalam ng puso ng mga tao. Tayo, na walang matuwid na paghatol ng Diyos, ay humuhusga "ayon sa panlabas na anyo," at dahil dito ay kinokondena at di-makatarungang inaalipusta ang iba'

Kabanata 1.

"Huwag kayong humatol, upang kayo'y hindi mahatulan"⁴⁰

Ang paghatol ay puno ng kawalan ng katarungan

— Geronda, napakadali para sa akin ang humusga at magparusa.

— Ang iyong kakayahan sa paghatol ay biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos, ngunit ito ay sinasamantala ng diyablo, na pinipilit kang mangusga at magkasala. Kaya, hanggang hindi napapalinis at nababanal ang iyong kakayahan sa paghatol, hanggang hindi dumarating ang banal na kaliwanagan, huwag magtiwala sa sarili mong opinyon. Kung ang kakayahan ng isang tao sa

³⁹ Mat. 25:21

⁴⁰ Mat. 7:1

paghatol ay hindi pa napapalinis, ngunit siya ay nanghihimasok sa mga gawain ng iba at humahatol sa kanila, palagi siyang nahuhulog sa paghatol.

— At paano mapapabanal ang kapangyarihan ng paghuhusga ng isang tao?

— Dapat itong linisin. Maaaring mabuti ang iyong mga hangarin at kalooban, ngunit sigurado ka ba na palagi kang humuhusga nang tama? Ngunit ang iyong paghuhusga ay pantao, makamundo. Subukang palayain ang iyong sarili mula sa pagiging pantao, upang makamit ang pagiging bukas-palad, upang ang Banal na kaliwanagan ay dumating at ang iyong paghuhusga ay maging espirituwal, Banal. Kung gayon, ang iyong paghuhusga ay tutugma sa Banal na katarungan, sa halip na sa makatao; ito ay magiging kaayon ng pag-ibig at awa ng Diyos, sa halip na sa makataong lohika. Ang Diyos lamang ang humuhusga nang matuwid, sapagkat Siya lamang ang nakakakilala sa mga puso ng tao. Tayo, na hindi alam ang matuwid na paghatol ng Diyos, ay humuhusga 'ayon sa nakikita', nang mababaw, at dahil dito ay hinahatulan at inakusahan nang hindi makatarungan ang iba. Ang ating paghatol bilang tao ang pinakamalaking kawalang-katarungan. Tandaan ninyo ang sinabi ni Cristo: 'Huwag kayong humusga ayon sa itsura, kundi humusga kayo nang makatarungang paghatol.'⁴¹

Kinakailangan ang matinding pag-iingat; hindi natin kailanman malalaman ang tunay na kalagayan ng mga bagay. Maraming taon na ang nakalipas, may isang debotong diakono na nanirahan sa isang monasteryo sa Bundok Athos, na isang araw ay iniwan ang monasteryo at bumalik sa mundo, sa kanyang sariling bayan. Noong panahong iyon, magkahalo ang opinyon ng mga matungkol sa kanya. Ngunit ano ang nangyari? May sumulat sa kanya na nagsasabing nahihirapan pa rin ang kanyang mga kapatid na babae sa buhay, at dahil natatakot siyang baka maligaw sila sa tamang landas, pumunta siya upang tulungan sila. Nakahanap siya ng trabaho sa isa sa mga pabrika at namuhay nang mas mahigpit pang pag-aayuno kaysa noong nasa monasteryo. Pagkatapos niyang maayos ang buhay ng kanyang mga kapatid na babae, iniwan niya ang kanyang trabaho at bumalik sa monasteryo. Nang makita ng abbot na alam niya ang lahat—ang patakaran ng pagka-monk, ang mga tungkulin ng pagsunod, at iba pa—tinatanong niya kung saan niya ito natutunan. Doon binuksan niya ang kanyang puso at ikinuwento ang lahat. Ipinabatid ng abbot sa obispo, at agad siyang inordinahan ng obispo bilang pari. Pagkatapos ay nagtungo siya sa isang liblib na monasteryo, kung saan namuhay siya nang may mahigpit na pag-aascetismo, nagkamit ng kabanalan, at nagbigay ng espirituwal na gabay sa maraming tao. Samantala, ang mga hindi alam kung paano nagtapos ang kuwento ay maaaring hanggang ngayon ay hinuhusgahan pa rin siya.⁴²

Dapat tayong maging maingat sa paghatol! Anong kawalang-katarungan ang nagagawa natin sa kapwa kapag hinahatulan natin sila! Bagaman sa katotohanan, ang kawalang-katarungan ay sa ating sarili natin ipinapataw, hindi sa iba, sapagkat ang Diyos ay lumalayo sa atin. Walang mas kasuklam-suklam sa Diyos kaysa sa paghatol, sapagkat ang Diyos ay matuwid, samantalang ang paghatol ay puno ng kawalang-katarungan.

Paano tayo napapahusga

— Geronda, bakit madalas akong mahuhulog sa bitag ng paghatol?

— Dahil tinitingnan mo ang iba. Masyado kang mausisa at gusto mong malaman kung ano ang ginagawa ng isang kapatid na babae, kung ano ang ginagawa ng isa pa. Nangalap ka ng materyal para may magawa ang diyablo at mailig mo ang sarili mo sa paghatol.

⁴¹ Juan 7:24

⁴² Sa pagkakataong ito, ang mga ginawa ng lalaking ito ay salungat sa mga kanon ng Simbahan at sa disiplina ng Simbahan at hindi maaaring ituring na tama. Binanggit ni Elder Paisios ang halimbawang ito upang ipakita na ang paghuhusga 'batay sa panlabas na anyo', gaano man ito katama, ay maaaring maging hindi makatarungan sa isang tao. — *Tala ng nagsama*.

— Dati, hindi ko napapansin ang mga kapintasan ng iba, pero ngayon napapansin ko na, at hinuhusgahan ko sila...

— Ngayon nakikita mo ang mga kapintasan ng iba dahil hindi mo nakikita ang sa iyo.

— Geronda, saan nanggagaling ang mga mapanghusgang kaisipang ito?

— Mula sa kayabangan, ibig sabihin, mula sa pagmamataas at hilig na ipagtanggol ang sarili.

— Geronda, nagmumula ba ang paghuhusga sa kakulangan ng pag-ibig?

— Maaari itong mangyari dahil sa kakulangan ng pagmamahal, at dahil sa paghamak. Kapag kulang ka sa pagmamahal, kulang ka rin sa pagtitiis sa mga pagkakamali ng iba; sa isip mo'y pinapaliit at pinamumungahan mo sila. Pagkatapos ay dumarating ang 'tangelashka', na nagtutulak sa kanila na gumawa ng isa pang pagkakamali; nakikita mo ito, kinokondena mo sila muli, at saka mo sinisimulang tratuhin sila nang may paghamak.

— Geronda, minsan may kapatid kong katrabaho na nakakainis sa akin, at hinuhusgahan ko siya.

— Paano mo malalaman kung ilang 'tangelashkas' ang pinaglalaman ng kapatid na iyon sa mismong sandaling ito? Marahil limampung demonyo ang umaatake sa kanya, sinusubukang talunin siya, para masabi mo, 'Ah, ganoon ka pala klaseng tao.' At kapag nakita nilang hinusgahan mo siya, limang daang demonyo ang darating para pahiyain siya sa harap mo muli, para mas husgahan mo pa siya. Halimbawa, maaaring sabihin mo: 'Ate, huwag mong ilagay doon iyan; dito iyan dapat.' Kinabukasan, maaaring tiyakin ng tangelashka na makakalimutan niya ang sinabi mo at ibabalik niya iyon sa dati nitong kinalalagyan. Magkakamali siya muli, at magsisimulang isipin mo: 'Hindi ko ba sinabi sa kanya kahapon, pero ngayon ginagawa na naman niya iyon! Nagdulot na rin siya ng gulo sa ibang paraan!' Sa puntong ito, hinuhusgahan mo na siya at hindi mo maiwasang sabihin: 'Ate, hindi ba sinabi ko sa'yo na huwag mong ilagay 'yan doon? Magulo ka. Tinatangay mo ako sa ugali mo!' At ayun na: nagawa na ng demonyo ang kanyang layunin! Pinagawa niya sa iyo na hatulan siya at sirain ang inyong samahan. At siya, na hindi namamalayan na ikaw ang sanhi ng kanyang kapabayaan, ay magkakaroon ng pagsisisi sa budhi dahil naabala ka niya, at malulumbay. Tingnan kung gaano katuso kumilos ang tangelashka, at gayon pa man ay pinakikinggan pa rin natin siya.

Kaya, huwag mong husgahan ang sinuman; husgahan mo lamang ang mga tangelashka, na mula sa mga anghel ay naging demonyo, at sa halip na magsisi, ay lalo pang nagiging mapanlinlang at masama, at ginagawa ang lahat ng kanilang makakaya upang itulak ang mga nilikha ng Diyos sa kapahamakan. Ang Masama ay giniganyak ang mga tao na gumawa ng mga kakaibang kilos at magdulot ng kaguluhan, habang sabay na itinatanim sa iba ang mga kaisipang mapanghusga, at sa gayon ay napapabagsak niya ang parehong grupo. Ngunit ang mga nagdulot ng kaguluhan ay kalaunan nararamdaman ang kanilang kasalanan at nagsisisi, samantalang ang iba, na siyang nanghuhusga, ay pinagtatanggol ang kanilang sarili, nagiging mayabang, at bumabagsak gaya ng pagbagsak ng Masama — dahil sa kayabangan.

Ang biyaya ng Diyos ay umaalis sa mga humahatol

— Elder, kapag may pumasok na iniisip laban sa isang tao sa akin, palagi ba itong paghatol?

— Hindi mo ba ito napagtatanto noon?

— Minsan, napagtatanto ko na huli na ang lahat.

— Subukang agad na mapagtanto ang iyong pagbagsak at humingi ng kapatawaran sa kapatid na iyong hinatulan, at sa Diyos, dahil ang paghatol ay nagiging hadlang sa panalangin. Ang Biyaya ng Diyos ay kusang umatras mula sa paghatol, at isang lamig ang pumapasok sa iyong relasyon sa Diyos. Paano ka mananalangin pagkatapos noon? Ang puso ay nagiging yelo, nagiging bato.

Ang paghatol at paninirang-puri ang pinakakilabot na mga kasalanan; mas malakas ang mga ito kaysa sa anumang ibang kasalanan at pinalalayas nila ang biyaya ng Diyos. 'Tulad ng tubig na pumapatay sa apoy,' sabi ni San Juan Climacus, 'ganyan din, pinapatay ng paghatol ang biyaya ng Diyos.'⁴³

— Geronda, nakakatulog ako sa oras ng pagsisimba sa umaga.

— Marahil ay hinusgahan mo ang isang kapatid na babae? Titingnan mo ang mga bagay nang mababaw at huhusgahan ang iba; kaya ka natutulog sa serbisyo. Kapag ang isang tao ay humuhusga at hindi tumitingin sa mga bagay nang espiritwal, siya ay nawawalan ng espiritwal na lakas. At kapag siya ay nawalan ng lakas, siya ay antok o, kabaligtaran, nagkakaroon ng hindi pagkatulog.

— Geronda, madalas akong nagkakasala dahil sa kasakiman sa pagkain.

— Ngayon, dapat mong ituon ang buong pansin mo sa iyong paghuhusga. Kung hindi ka titigil sa paghuhusga, hindi mo rin mapapalaya ang iyong sarili mula sa kasakiman sa pagkain. Ang taong humuhusga ay itinataboy ang Biyaya ng Diyos sa kanyang sarili, nagiging walang depensa at dahil dito ay hindi niya mababago ang kanyang mga gawain. At kung hindi nila mapagtanto ang kanilang pagkakamali at magpakumbaba, patuloy silang mababagsak. Ngunit kung mauunawaan nila ito at lalapit sa Diyos para humingi ng tulong, babalik ang Biyaya ng Diyos.

Ang mga humuhusga sa iba ay nahuhulog sa parehong mga kasalanan

— Nakatatanda, bakit ito nangyayari: kapag hinuhusgahan ko ang isang kapatid dahil sa isang kakulangan, saka ko naman ginagawa ang parehong bagay?

— Kung hinahatulan ng isang tao ang iba sa isang bagay, ngunit hindi niya napagtatanto ang sarili niyang pagkabigo at hindi siya nagsisisi, karaniwan siyang bumabagsak sa parehong kasalanan. Nangyayari ito upang mapagtanto ng tao ang sarili niyang pagkabigo. Dahil sa Kanyang pag-ibig, pinapayagan ng Diyos ang isang tao na maranasan ang kalagayan ng taong hinatulan niya. Halimbawa, kung sasabihin mong sakim ang isang tao, at hindi mo nauunawaan kung ano ang iyong hinatulan, aalisin ng Diyos ang Kanyang biyaya at hahayaan kang mahulog din sa kasakiman — at magsisimula kang mag-ipon nang labis. Hanggang hindi mo mapagtanto ang iyong pagbagsak at hilingin sa Diyos ang kapatawaran, magpapatuloy na gumana ang mga espiritwal na batas.

Upang mas maintindihan mo ito, ikukwento ko sa iyo ang isang kuwento mula sa aking sariling buhay. Nang naninirahan ako sa Monasteryo ng Stomion, nalaman kong naligaw sa tamang landas ang isa sa mga kaklase ko. Nanalangin ako na bigyan siya ng Diyos ng inspirasyon na pumunta at makita ako sa monasteryo. Kinopya ko pa nga ang ilang sipi tungkol sa pagsisisi mula sa Banal na Kasulatan at sa mga Banal na Ama. At isang araw, dumating siya. Nag-usap kami, at sa tingin ko ay naunawaan niya ang lahat. Nagsimulang madalas siyang bumisita sa monasteryo kasama ang kanyang anak, dala ang kandila, langis, at insenso para sa simbahan. Isang araw, may ilang kakilala ko—mga peregrino mula sa Konitsa—ang nagsabi sa akin: "Geronda, nagpapanggap ang babaeng ito. Dala niya rito ang kandila at insenso, pero sa bayan ay patuloy siyang lumalabas kasama ang mga opisyal." Nang dumalaw siya sa monasteryo sa susunod na pagkakataon, sinigawan ko siya sa simbahan: "Umalis ka rito, pinabaho mo ang buong lugar!.." Umalis ang kawawang babae na umiiyak. Pagkalipas ng ilang sandali, nakaramdam ako ng matinding tukso sa laman. "Ano ito? Hindi pa ako nakaranas ng ganitong tukso dati. Ano ang nangyayari?" Hindi ko mahanap ang sanhi. Nanalangin ako—pero hindi pa rin ito mawala. Umalis ako at umakyat sa Bundok Gamila.⁴⁴ "Mas gusto ko pang kainin ng oso," naisip ko. Umakyat ako nang mataas, pero hindi pa rin mawala ang tukso. May nakasabit na maliit na palakol sa sinturon ko. Kinuha ko ito at pinukpok ko ang hita ko nang tatlong beses, umaasang mawala ang tukso sa pamamagitan ng sakit. Dumaloy ang dugo sa

⁴³ Juan ng Sinai. Ang Hagdan. Athens, 1969. p. 145.

⁴⁴ Si Gamila ang pangalan ng isang tuktok sa Bundok Pindus. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

bota ko, ngunit hindi pa rin nawala ang tukso. Bigla, sumagi sa isip ko ang isang iniisip tungkol sa babaeng iyon. Naalala ko ang mga salitang sinabi ko sa kanya. "Diyos ko," ang naisip ko, "kaunti pa lang ang naranasan kong impyernong paghihirap na ito, pero siya ay palagi nang nabubuhay rito!... Diyos, patawarin mo ako sa paghatol sa kanya." At agad kong naramdaman ang isang makalangit na lamig; natapos na ang pakikibaka. Nakikita mo ba kung ano ang ginagawa ng paghatol?⁴⁵

Kung mapagpatawad tayo sa mga pagkakamali ng iba, ipapakita rin ng Diyos ang kapatawaran sa ating mga pagkakamali

— Geronda, ngayong araw habang nangunguha ako ng oliba, hinusgahan ko ang ilan sa mga kapatid dahil hindi sila nakatutok sa kanilang gawain.

— Alam mo, itigil mo ang paghuhusga at paghatol sa iba, kung hindi, huhusgahan ka rin ng Diyos. Hindi mo ba inilalagay ang bahagyang bulok na oliba kasama ng mga mabubuti?

— Hindi, sinisikap kong huwag.

— Kung susuriin tayo ni Cristo nang ganoon kaingat sa Huling Paghuhukom, maliligaw tayo! Ngunit kung pinapatawad natin ang mga pagkakamali ng iba at hindi sila hinuhusgahan, saka natin maiuukol kay Cristo: 'Diyos ko, isama mo rin ako sa paraiso, sa isang maliit na sulok!' Naalala mo ba ang nakasulat sa 'Aklat ng Ama' tungkol sa pabaya na monghe na nailigtas dahil hindi niya hinusgahan ang iba? Nang dumating ang oras ng kanyang kamatayan, siya ay masigla at payapa. Pagkatapos, para sa espirituwal na kapakinabangan ng mga ama na nagtipon mula sa ibang selda, tinanong siya ng nakatatanda: 'Kapatid, bakit ka hindi natatakot sa kamatayan, gayong napakabaya mong namuhay?' Sumagot ang kapatid: "Totoo na namuhay ako nang pabaya, ngunit mula nang maging monghe ako, sinikap kong huwag husgahan ang sinuman; kaya ngayon sasabihin ko sa Cristo: 'Cristo, isang kahabag-habag akong tao, ngunit kahit papaano ay tinupad ko ang Kanyang utos: 'Huwag kang humatol, upang hindi ka humatulan'⁴⁶ " "Pinagpala ka, kapatid," wika ng nakatatanda sa kaniya, "sapagkat nakamtan mo ang kaligtasan nang walang pagsisikap."⁴⁷

— Geronda, ang ilang mananampalataya, kapag nakakita sila ng isang taong namumuhay sa kasalanan, ay nagsasabi: 'Nasa tuwid na daan patungo sa impiyerno siya!'

— Oo, habang ang mga taong makamundo ay maaaring mapunta sa impiyerno dahil sa kanilang kalaswaan, ang mga espirituwal naman ay maaaring mapunta dahil sa kanilang paghatol... Hindi maaaring sabihing ang sinuman ay mapupunta sa impiyerno. Hindi natin alam kung paano kumikilos ang Diyos. Ang mga paghatol ng Diyos ay isang bangin. Hindi natin dapat husgahan ang sinuman, sapagkat sa paggawa nito ay kinukuha natin ang paghatol mula sa mga kamay ng Diyos at ginagawang diyos ang ating sarili. Kung itatanong sa atin ni Cristo sa Araw ng Paghuhukom, saka lamang natin ibibigay ang ating opinyon...

Kabanata 2. Ang Pakikibaka Laban sa Pagsusumpa

⁴⁵ Sa pamamagitan ng kanyang salaysay, ipinapakita ni Nakatatandang Paisios na, alang-alang sa pag-ibig ni Cristo, handa siyang harapin kahit ang pagkamartir. Ang pag-ibig ni Cristo ay nagniningas sa kanyang puso at nagtulak sa kanya sa matitinding gawaing pag-a-ascetic at pagtitiis ng pagdurusa. Ang salik na nagtulak sa ganoong gawa ay hindi po kasuklanan sa katawan, kundi pag-ibig kay Cristo. May mga katulad na halimbawa na matatagpuan sa buhay ng mga santo (tingnan ang buhay ng Kagalang-galang Martinian, Pebrero 13). Ikinalahad ni Kapatid na Paisios ang kuwentong ito upang ipakita kung paano umaalis ang biyaya ng Diyos sa isang tao dahil sa paghatol, at hindi niya ito ipinapayo bilang paraan ng paglaban sa mga makamundong tukso. — *Tala ng nagsama*.

⁴⁶ Mat. 7:1

⁴⁷ Tingnan ang *To Mega Gerontikon*. Tomo I. Thessaloniki, 1994. p. 344

Kung inaalagaan natin ang sarili nating gawain, hindi tayo huhusga

— Geronda, kapag nakikita ko ang kaguluhan sa komunidad, hinuhusgahan ko ito sa aking isipan.

— Ayusin mo muna ang sarili mong bahay, at huwag mong tingnan ang kaguluhan ng iba. Maging mahigpit ka sa sarili mo, hindi sa iba. Ano ang ginawa mo ngayon?

— Nag-aalis ako ng alikabok.

— Pinupunasan mo ba ng alikabok ang gamit ng iba o ang sa'yo?

— Sa kasamaang palad, sa iba.

— Tingnan mo, sisimulan mong pagtuunan ng pansin ang sarili mo kapag tumigil ka nang mag-interes sa ginagawa ng iba. Kung tututok ka sa sarili mo at titigil kang tumingin sa iba, makikita mo lamang ang sariling kakulangan mo, habang hindi mo napapansin ang sa iba. Pagkatapos, mawawalan ka ng tiwala sa sarili—sa mabuting paraan—at sarili mo na lang ang huhusgahan mo. Mararamdaman mo ang iyong sariling kasalanan at sisikapin mong alisin ang iyong mga kahinaan. Pagkatapos, kapag nakita mo ang ilang kahinaan sa iba, sasabihin mo sa iyong sarili: 'Talaga bang nalampasan ko na ang sarili kong mga kahinaan? Paano ko maihihimok ang iba na gawin iyon?' Kaya, palaging suriin at bantayan ang iyong sarili upang maiwasan ang nakatagong kapalaluan, at magsagawa ng pagpuna sa sarili nang may pag-iingat upang maiwasan ang panloob na paghatol. Sa ganitong paraan, magiging tama ka.

— Geronda, isinulat ni Abba Isaac: 'Kung mahal mo ang kadalisayan... pagpasok mo sa ubasan ng iyong puso, magtrabaho ka sa loob nito, ugisain mo ang mga pagnanasa mula sa iyong kaluluwa, at sikapin mong huwag maging mulat sa kasamaan ng tao.'⁴⁸ Ano ang ibig niyang sabihin rito?

— Ibig niyang sabihin ay lumingon sa loob at magtrabaho sa sarili. Paano nakamit ng mga santo ang kabanalan? Lumiko sila sa loob at nakita lamang nila ang kanilang sariling mga pagnanasa. Sa pamamagitan ng sariling paghatol at pagsaway sa sarili, naalis ang belo sa mga mata ng kanilang kaluluwa, at nagsimulang makita nang malinaw at malalim. Tinuring nila ang kanilang sarili na mas mababa kaysa sa lahat ng tao at itinuring ang bawat isa na mas mabuti kaysa sa kanila. Tinuring nilang malaki ang kanilang sariling mga kamalian, at maliit naman ang sa iba, dahil tumingin sila gamit ang mga mata ng kaluluwa, hindi sa makamundong paningin. Kaya sinabi nila tungkol sa kanilang sarili: 'Mas masama ako kaysa sa lahat ng tao.' Nalilinis at naging matalim ang kanilang espirituwal na paningin, kaya nakita nila ang kanilang mga kamalian — mga piraso ng splinter — na parang malalaking troso. Tayo, , kahit na ang ating mga kamalian ay parang troso, nakikita natin ang mga ito bilang mga sanga⁴⁹ o hindi natin sila nakikita. Sinusuri natin ang iba sa ilalim ng mikroskopyo. Ang mga kasalanan ng iba ay tila malaki sa atin, samantalang hindi natin nakikita ang sa atin, dahil hindi pa napapalinis ang mga mata ng ating kaluluwa.

Ang pinakamahalaga ay malinis ang mga mata ng kaluluwa. Nang tanungin ni Kristo ang bulag na lalaki, 'Paano mo nakikita ang mga tao ngayon?', sumagot ang lalaki, 'Parang mga puno,'⁵⁰ dahil hindi pa ganap na naibalik ang kanyang paningin. Nang ganap nang naibalik ang kanyang paningin, nagsimulang makita niya nang malinaw. Kapag naabot na ng isang tao ang mabuting kalagayang espirituwal, nakikita niya nang malinaw ang lahat at pinapatawad ang lahat ng kakulangan ng iba—sa positibong diwa—dahil nakikita niya sila sa pamamagitan ng espirituwal na pananaw, hindi sa pananaw ng tao.

⁴⁸ Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 262

⁴⁹ Ihambing sa Mateo 7:3

⁵⁰ Ihambing sa Marcos 8:24

Kung pinapatawad natin ang iba, hindi natin sila hinuhusgahan

— Kapag dumarating sa akin ang mga kaisipan ng kayabangan at paghatol, sinisikap kong patawarin ang iba. Ito ba ay isang pagbagsak o isang pakikibaka, Geronda?

— Isang pakikibaka. Kapag nakatingin ang isang tao na nakabuka ang bibig, maaaring lumipad papasok ang langaw. Siyempre, uubusin nila ito, pero mas mabuting subukang pigilan ang langaw na pumasok sa simula pa lang.

— Geronda, madalas kong napapansin na hinuhusgahan ko ang iba kapag tinitingnan ko sila.

— Sa totoo lang, imposibleng hindi makita ang nangyayari sa paligid mo. Gayunpaman, kailangan mong linangin ang matalinong paghatol upang makita mo ang mga nagpapagaan na kalagayan at mapatawad ang mga tao. Doon mo sila makikita sa isang kanais-nais na liwanag.

— Geronda, habang nasa serbisyo, pumapasok sa isip ko kung bakit hindi pumupunta sa koro ang isang kapatid, kung bakit tahimik ang pagkanta ng isa pa, at dahil dito, patuloy akong humuhusga.

— Bakit hindi mo isipin na baka pagod ang kapatid na babae, o baka may sakit siya at hindi nakatulog, kaya hindi siya kumakanta? May kilala akong mga kapatid na babae na kahit maysakit at may lagnat, halos hindi na nila kayang igalaw ang kanilang mga paa, ngunit pumupunta pa rin sila sa kanilang mga tungkulin at sinisikap na walang makapansin ng anumang bagay, para hindi sila ma-exempt sa kanilang mga tungkulin at hindi rin mapupunta sa kanilang puwesto ang ibang kapatid na babae, na siyang kailangang magtrabaho para sa dalawa. Hindi ka ba naantig noon?

— Nakakaantig nga, pero hindi ko palaging nagagawa na maghanap ng dahilan para sa kapatid kapag siya ay magaspang ang pag-uugali.

— Napag-isipan mo na ba na baka may ginagawang bastos ang kapatid mo para itago ang kanyang kabutihan? May kilala akong mga taong sadyang nagdudulot ng gulo upang ang mga hindi nag-iingat sa sarili ay magsalita ng masama tungkol sa kanila. O baka naman magaspang ang asal ng kapatid na babae dahil pagod siya, ngunit agad naman siyang nagpapakumbaba. Nagpapakumbaba na siya para sa kanyang pag-uugali, ngunit patuloy mo pa rin siyang kinokondena. Sa mata ng mga tao ay tila siya nahihiya, ngunit sa mata ng Diyos ay siya'y pinararangal.

— Geronda, medyo makitid ang isip ko: hindi ko inilalagay ang sarili ko sa sapatos ng iba para bigyan sila ng dahilan.

— Tingnan nang may habag ang mga nagkakamali, at ipagluwalhati ang Diyos sa Kanyang mga kaloob sa iyo; kung hindi, maaaring sabihin Niya sa iyo sa huli: 'Marami akong ipinagkaloob sa iyo, kaya bakit mo Ako pinakitunguhan nang ganoon kalupit?' Isipin mo kung ano ang mayroon ang taong iyon sa kanyang nakaraan, kung anong mga pagkakataon ang mayroon siya para sa kanyang pag-unlad, at kung anong mga pagkakataon ang ibinigay sa iyo ngunit hindi mo nagamit. Sa ganitong paraan, magalak ka sa mga biyayang ipinagkaloob ng Diyos sa iyo, papurihan Mo Siya, at magpapakumbaba ka. Kasabay nito, mararamdaman mo ang pag-ibig at habag para sa kapatid mo, na hindi nagkaroon ng parehong mga pagkakataon gaya mo, at mananalangin ka para sa kanya mula sa kaibuturan ng iyong puso.

May mga taong gumagawa ng malulubhang krimen, ngunit marami sa kanila ang may mga nagpapabawas na kalagayan. Sino ang nakakaalam kung ano ang tingin ng Diyos sa mga taong ito? Kung hindi tayo tinulungan ng Diyos, marahil tayo rin ay naging mga tulisan. Sabihin nating ang isang kriminal ay nakagawa ng dalawampung pagkakasala; kinokondena ko siya, ngunit hindi ko alam kung ano ang nakaraan niya. Sino ang nakakaalam kung ilang krimen ang nagawa ng kanyang ama!... Marahil pinadala siyang magnakaw mula pagkabata? At pagkatapos, noong kabataan niya, ginugol niya ang maraming taon sa bilangguan, kung saan tinuruan siya ng mga bihasang magnanakaw. Maaaring nakagawa siya ng hindi dalawampung krimen, kundi apatnapu, ngunit pinigilan niya ang sarili. Samantalang ako, dahil sa aking namamanang hilig at pagpapalaki, ay dapat

nang gumagawa ng mga himala ngayon. Nagsasagawa ba ako ng mga himala? Hindi. Kaya walang dahilan para sa akin. Ngunit kahit na nakagawa ako ng dalawampung himala—at maaari pa sanang apatnapu—walang dahilan pa rin para sa akin. Sa ganitong mga pag-iisip, iniwasan natin ang paghatol at bahagyang pinapaluwag ang ating mga pusong nanigas.

Huwag magmadaling maghusga

— Geronda, ano ang makakatulong sa akin upang maiwasan ang paghatol sa iba?

— Talaga bang palagi itong ganoon sa palagay mo? Hindi. Kung ganoon, sabihin mo: 'Hindi ako palaging nag-iisip nang tama; madalas akong magkamali.' Halimbawa, sa isang sitwasyon, inakala kong ganito, ngunit lumabas na ako ang nagkamali. Sa ibang pagkakataon, hinusgahan ko ang isang tao, ngunit lumabas na hindi patas ang aking ginawa at walang dahilan. Kaya, hindi ko dapat pakinggan ang sarili kong mga iniisip.' Bawat isa sa atin ay, sa isang punto, nagkamali sa ating mga palagay. Kung babalikan natin ang mga pagkakataong nagkamali tayo sa ating paghuhusga, maiwasan nating maghusga. Kahit na sa isang pagkakataon ay hindi tayo nagkamali at napatunayang tama ang ating opinyon—hindi tayo dapat magmadaling gumawa ng konklusyon. Talaga bang alam natin kung anong mga nagpapagaan na kalagayan ang maaaring nararanasan ng ibang tao?

Noong aking kabataan, palagi ring nasa dulo ng aking dila ang paghatol. Dahil namuhay ako nang may konsensya at may bahid ng kabanalan, hinatulan ko ang anumang sa tingin ko ay mali. Kapag ang isang tao ay namumuhay nang espiritwal sa mundo, maaaring makita niya ang mga kapintasan ng iba at hindi makita ang kanilang mga birtud. Maaaring hindi niya napapansin ang mga nagpapalago ng birtud, dahil tahimik lang silang namumuhay, ngunit nakikita niya naman ang iba na gumagawa ng masama at kinokondena niya sila. Ang isa ay nagkakamali, ang isa naman ay maling landas ang tinatahak, ang ikatlo ay maling tingin ang ginagawa...

Alam mo ba kung ano ang nangyari sa akin minsan? Ako at isang kakilala ay pumunta sa isang serbisyo sa monasteryo sa Monodendri, mga siyam na oras na lakad mula sa Konitsa. Sa simbahan, umakyat ang kaibigan ko sa loft ng koro, habang ako'y nakatayo sa kongregasyon sa likod ng mga mang-aawit ng salmo at tahimik na sumasabay sa kanila. Pagkalipas ng ilang sandali, pumasok sa simbahan ang isang medyo batang babae na nakasuot ng itim, tumayo sa tabi ko at nagsimulang titigan ako. Tititigan niya ako at sasagisag, tititigan at sasagisag... Nagagalit ako. "Anong klaseng tao siya?" naisip ko. "Bakit niya ako tinititigan nang ganyan?" Hindi ko naman tinititigan ang mga kapatid kong babae kapag dumaraan sila sa akin sa kalsada. Pag-uwi nila, nagreklamo sila kay nanay: "Tinignan ako ni Arseny⁵¹ at dumaan lang nang hindi bumabati!" "Ganito ba ang asal," sasabihin sa akin ni Nanay pagkatapos, "nakakasalamuha mo ang mga kapatid mo sa kalsada tapos hindi ka man lang bumabati!" "Dapat ba akong titigan ang bawat babaeng dumaraan sa akin, kapatid ko man o hindi," sasagot ko. "Dami naman kaming kamag-anak.⁵² Wala akong mas maayos na gawin." Ganyan ang mga sukdulang ginagawa ko noon: dumaraan ang kapatid kong babae, at hindi ko siya binabatian! Pero, ayon nga... Pagkatapos ng liturhiya, inimbitahan ako ng babaeng nakasuot ng itim sa bahay niya. Lumalabas na kamukha ko raw ang anak niyang lalaki na napatay sa digmaan! Kaya pala tinitingnan niya ako sa simbahan at nagpapako: naaalala niya ang anak niya sa akin. At naroon ako, hinuhusgahan siya: " , ang kapal ng mukha niya, ang tindi ng titig niya sa simbahan!" Sobrang naburahan ako pagkatapos ng insidenteng iyon. "Ikaw," sabi ko sa sarili ko, "wala kang alam sa iniisip mo, pero nawala sa kanya ang anak niya—nasa dalamhati siya!"

Sa isa pang pagkakataon, hinusgahan ko ang kapatid kong lalaki na nasa hukbo. Sinabi sa akin ng quartermaster ng kanilang kompanya, 'Binigyan ko ang kapatid mo ng dalawang jerrycan ng

⁵¹ Ang sekular na pangalan ni Elder Paissios. — *Tala ng tagapagsama*

⁵² May pitong kapatid sina Elder Paissios. Noong panahong iyon, ang kanyang tatlong nakatatandang kapatid na babae ay kasal na. — *Tala ng tagapagsama*

langis. Nasa'n na?' Naalala kong madalas dalhin ng kapatid ko sa bahay namin ang kanyang mga kasama sa hukbo para magpalipas ng gabi... 'Paano niya nagawa iyon, ang kumuha ng langis?' ang nasa isip ko. Umupo ako at sumulat ng matulis na liham sa kapatid ko... Pero sumagot siya: 'Tanungin mo ang caretaker sa ibabang simbahan tungkol sa mga lata!' Lumabas na ipinadala niya ang langis sa simbahan sa Lower Konitsa. 'Magaling,' sabi ko sa sarili ko, 'noong nakaraan hinusgahan mo ang mahihirap na babaeng iyon, ngayon ang sariling kapatid mo naman. Tama na, sobra na!' Sa susunod, huwag kang humusga. Hindi ka normal na tao, kaya para sa'yo abnormal ang lahat. Pagsikapan mong maging normal na tao." Sa ibang pagkakataon, nang may tila mali sa akin, sinabi ko: "Mabuti siguro ito; hindi ko lang talaga maintindihan. Kahit ilang beses ko nang sinunod ang iniuutos ng isip ko, palagi akong nagkakamali." Nang umabot ako sa puntong kinamumuhian ko ang sarili ko—sa mabuting kahulugan—nagsimula akong maghanap ng mga dahilan para sa lahat. Palagi akong naghahanap ng mga dahilan para sa iba at ako lang ang sinisisi. Kung hindi mapipigil ng isang tao ang sarili, wala siyang maipagtatanggol sa Araw ng Paghuhukom.

Kailangan ng tapang para itigil ang paghuhusga.⁵³

Kaya: Nais kong magsimula nang mabuti. TUMIGIL. TUMIGIL sa mga mapanghusgang iniisip. Amen.

Nanaisin ko ang paglilinis at pagpapabanal ng aking isipan at puso. Amen.

Bahagi 4.

Ang bunga ng pagmamahal sa sarili at kayabangan inggit — galit — kalungkutan

"Kapag natutong magsaya ang isang tao sa tagumpay ng iba, ibibigay ni Kristo sa kaniya ang lahat ng tagumpay ng iba, at siya ay magagalak nang kasingdami ng lahat ng iba, at pagkatapos ay magiging napakalaki ang kaniyang mga tagumpay at kagalakan"

Kabanata 1.

Ang lason ng inggit

Ang inggit ay isa sa mga pangunahing damdamin

— Geronda, naiinggit ako sa isa sa mga madre.

— Alam ko kung sinong madre ang selosan mo... At nalaman ko rin na siya rin ay seloso sa iyo! Nawa'y kayo'y parehong maging seloso kay masigasig na Elias, upang siya'y maalis ang selos sa inyo at ipagkaloob sa inyo ang kaniyang banal na sigasig. Amen.

— Geronda, kapag nagsisimula akong makaramdam ng inggit, sinisikap kong tingnan ang mga bagay nang lohikal.

— Hindi ba mas mabuting subukang huwag munang makaramdam ng inggit mula sa simula? Nakakatawa ang inggit. Kailangan mo lang gamitin nang kaunti ang iyong isip para malampasan ito. Hindi ito nangangailangan ng anumang dakilang gawa, dahil ang inggit ay isang emosyonal na pagnanasa. Tingnan mo, huwag mong hayaang maghari sa'yo ang inggit, dahil isa ito sa mga pangunahing damdamin. Alam mo ba kung ano ang maaaring itulak ng inggit sa isang tao? . Sa

⁵³ Isinulat ni Nakatatandang Paissios ang mga sumusunod na linya para sa isang baguhan sa anyo ng telegrama. — *Tala ng tagapagsama-sama*

masamang loob at paninirang-puri. At ang paninirang-puri ay mas malaking kasamaan kaysa sa masamang loob.

— At ano ang bumubuo sa inggit?

— Napakaraming bagay ang kasama rito!... Nariyan ang kayabangan, ang pagkamakasarili, ang pagmamahal sa sarili... Wala itong pag-ibig at, siyempre, wala ring kababaang-loob.

— Kaya, Geronda, maaaring walang pag-ibig sa isang taong may inggit?

— Siyempre hindi! Imposible para sa inggit at pag-ibig na magkasabay sa loob ng iisang tao. Kahit may kaunting pag-ibig pa sila, marumi ang pag-ibig nila dahil nariyan ang kanilang 'sarili' sa pag-ibig na iyon. Sinisira ng inggit at ginagawang hindi na magagamit ang pag-ibig at kabutihan, tulad ng patay na daga na sumisira sa langis kapag nahulog ito sa palayok na luwad.

— Geronda, pakiramdam ko'y naiinggit ako dahil hindi ako nakakaramdam ng kasiyahan sa aking sarili.

— Paano ka magiging kumpleto kung gusto mong sa'yo ang lahat?

— Paano kung ninanais ko ang isang bagay na pag-aari ng kapatid kong babae?

— Kung sinabi ng Diyos, 'Huwag mong gahamanin... ang anumang pag-aari ng iyong kapuwa' (⁵⁴), paano natin magagawa ang magnasa sa pag-aari ng iba? Ano nga ba, hindi na ba natin dapat tuparin ang mga pangunahing utos? Kung ganoon, ang buhay natin ay magiging impiyerno. 'Tinutukso ang bawat tao kapag hinatak ng kaniyang sariling pagnanasa...' ⁵⁵ — sabi ni San Santiago, kapatid ng Panginoon. Ang mga pagnanasang ito ang magpapahirap sa mga kaluluwa sa impiyerno. At kung dadalhin tayo ng Diyos sa paraiso, ngunit hindi pa rin tayo malaya sa inggit, hindi rin tayo makakahanap ng kapayapaan doon, sapagkat nananatili pa rin sa atin ang parehong pabaya at walang-kontrol na mga pagnanasa.

Ang selos ay nagpapalason sa malalim na pag-ibig ng isang babae

— Geronda, bakit mas likas sa kababaihan kaysa sa kalalakihan ang pagnanasa ng selos?

— Ang isang babae ay likas na may taglay na maraming kabaitan at pag-ibig, at matindi ang pag-atake sa kanya ng diyablo: itinanim niya sa kanya ang nakalalasong selos at nilalason ang kanyang pag-ibig. At kapag ang pag-ibig niya ay na-lason at naging malisya, doon ang isang babae ay nagiging parang putakti mula sa isang bubuyog at nalalampasan pa ang lalaki sa kalupitan. At habang sapat na para sa isang lalaki kung ang isang hindi kanais-nais na mukha ay mawala sa kanyang paningin, para sa isang babae—na nilikha ng Diyos upang maging mas emosyonal—ay hindi ito sapat; nais niyang mamatay ang taong iyon. Ibig sabihin... para lang mas sigurado!

Ang kasamaan ng isang babae, kapag pinagyayaman ng selos at pagkamatarat, ay maaaring umabot sa antas na demonyo. Dapat katakutan ng isang babae ang selos. Dapat niyang alisin ang kanyang 'sarili' sa kanyang pag-ibig upang ang kanyang matinding pag-ibig ay maging dalisay.

— Paano ito makakamtan?

— Sa pamamagitan ng pagtagumpay sa maliliit na bagay at paglinang ng espirituwal na tapang, espirituwal na kadakilaan, at pag-aalay sa sarili. Ang kadakilaan ang panlaban sa selos. Ngunit, sa kasamaang palad, iilan lamang ang may taglay na kadakilaan.

Pinahihina tayo ng inggit

— Geronda, wala talaga akong lakas ng loob.

⁵⁴ Exodo 20:17

⁵⁵ Santiago 1:14

— Maselan ka, at iyan ang dahilan kung bakit wala kang tapang. Kapag maselan ang isang tao, naghihirap siya, hindi makakain, lumiit ang katawan at nawawalan ng tapang, samantalang iniisip ng iba na siya ay isang dakilang asketiko!

— Pakiramdam ko ay napakadukha at mahina ako sa espiritwal.

— Marami kang lakas, ngunit sinasayang mo ito sa hangal na inggit, at bagaman taglay mo ang likas na kadakilaan, naghihirap ka na parang pinakamababang pulubi. Sasagana ka sa buhay-espiritwal kung hindi ka nabibigatan ng inggit. Mag-ingat ka, sapagkat hinihila ng inggit ang lahat ng iyong lakas-espiritwal at lakas-physical na maaari mong ialay bilang handog sa Diyos. Kung maitaboy mo ang inggit, magkakaroon ng kapangyarihan ang iyong panalangin.

Dahil sa inggit, nawawalan ng espirituwal na lakas ang isang tao. Bakit, sa palagay mo, hindi nagawang palayasin ng mga apostol ang demonyo mula sa batang sinapi-an,⁵⁶ kahit na nakatanggap sila kay Cristo ng kapangyarihang palayasin ang mga demonyo at nakapagpalayas na sila ng mga demonyo mula sa mga tao? Dahil naiinggit sila kina Pedro, Santiago at Juan, sapagkat sila lamang ang dinala ni Cristo sa bundok at doon Siya nagliwanag sa kanilang harapan.⁵⁷ Maaari sanang isama ni Cristo ang lahat ng Kanyang mga alagad, ngunit hindi lahat ay may kakayahang maunawaan ang ganitong hiwaga; kaya't dinala Niya lamang ang mga nakakaintindi nito. Marahil sasabihin mong hindi Niya minahal ang iba pang mga alagad? O na mas minahal Niya si Juan kaysa sa iba? Hindi, kundi mas minahal ni Juan si Cristo kaysa sa ibang mga alagad kaya't mas malalim niyang naramdaman ang pagmamahal ni Cristo. Mayroon siyang mas malaking kapasidad; mas malaki ang kanyang 'bateria'. Nakikita mo ba kung paano itinaboy ng inggit ang Biyaya ng Diyos mula sa mga apostol, at hindi nila nagawang pagalingin ang batang sinapi-sapi-an? Kaya sinabi ni Cristo: 'O henerasyong walang-paniwala at baluktot, hanggang kailan pa ako makakasama ninyo?! Hanggang kailan ko pa kayo matiis?!'⁵⁸

Ang sinumang nagtatago ng sariling kaloob ay naiinggit sa kaloob ng iba

— Geronda, paano matutulungan ng isang taong may inggit ang sarili na mapagtagumpayan ang damdaming ito?

— Kung kilalanin nila ang mga biyayang ipinagkaloob ng Diyos sa kanila at sisikaping paunlarin ang mga ito, hindi sila magiging mapanibugaw at mamumuhay na parang nasa paraiso. Maraming tao ang hindi nakikita ang sariling mga biyaya; nakikita lamang nila ang biyaya ng iba, at sinasakop sila ng inggit. Inilalagay nila ang kanilang sarili bilang dukha at kulang-palad. Pinahihirapan nila ang kanilang sarili at ginagawang bangungot ang kanilang buhay. 'Bakit siya may mga biyayang ito at wala ako?' ang sabi nila. Mayroon kang tiyak na mga biyaya; ang iba naman ay may iba. Naalala mo ba sina Cain at Abel? Hindi hinanap ni Cain na kilalanin ang sariling mga kaloob, kundi tiningnan ang mga kaloob na taglay ni Abel. Sa ganitong paraan, nag-alaga siya ng masamang loob sa kanyang kapatid, nagrebelde sa Diyos, at sa huli ay umabot pa sa pagpatay.⁵⁹ Ngunit marahil ay mas dakila pa ang mga kaloob na taglay niya kaysa kay Abel.

— Paano nga ba maaaring, sa pagtingin sa talento ng iba, pigilan ng isang tao ang inggit at sa halip ay magalak?

— Kung paunlarin nila ang sariling talento sa halip na itago ito, magagalak sila sa talento ng iba. Sa loob ng maraming taon, pinagmamasdan ko ang isang kapatid; may magandang tinig siya at debotong espiritu, ngunit hindi siya kumakanta sa koro. At dahil inililibing niya ang sariling talento at hindi siya kumakanta, naiinis siya kapag naririnig niya ang ibang kapatid na kumakanta, kahit na

⁵⁶ Tingnan ang Mateo 17:16; Marcos 9:18; Lucas 9:40

⁵⁷ Tingnan ang Mat. 17:1; Mar. 9:2; Luc. 9:28

⁵⁸ Matt. 17:17. Tingnan ang Marcos 9:19; Lucas 9:41

⁵⁹ Tingnan ang Genesis 4:3–8

hindi ganoon kaganda ang boses ng kapatid na iyon. Hindi niya iniisip na mas maganda ang boses na ibinigay sa kanya ng Diyos, ngunit hindi niya ito pinapaunlad.

Kaya, dapat isipin ng bawat isa kung ang kaloob na pinagnanasa nila sa iba ay maaaring nasa kanila rin, ngunit hindi nila ito pinapaunlad, o baka naman binigyan sila ng Diyos ng ibang talento. Hindi pinagkulangan ng Diyos ang sinuman; binigyan Niya ang bawat isa ng isang tiyak na kaloob na makakatulong sa kanilang espirituwal na paglago.

Tulad ng pagkakaiba ng isang tao sa iba, ganoon din ang kaloob ng bawat isa. Hindi mo ba napansin ang mga ligaw na gisantes na tumutubo sa tabi ng bakod mo? Nagkakasama sila sa iisang ugat, ngunit ang bawat sanga ay may kanya-kanyang kulay, na mas maganda kaysa sa iba. Ngunit hindi sila nagk -inggit sa isa't isa... Ang bawat isa ay kontento sa sarili nitong kulay. At ang mga ibon! Bawat isa ay may sariling ganda, sariling awit.

Hayaan mong matuklasan ng bawat isa ang mga kaloob na ibinigay ng Diyos sa kanila, at purihin nila ang Mabuting Panginoon—hindi nang may kayabangan, gaya ng mga Pariseo, kundi nang may kababaang-loob, na kinikilala na kanilang pinabayaan ang mga ito, at hayaan silang paunlarin ang mga kaloob na ito sa hinaharap.

— Ngunit naiinggit ako sa ilan sa mga kapatid na babae dahil mayroon silang mga kaloob na wala sa akin.

'Maraming biyaya ang ibinigay sa iyo ng Diyos, ngunit naiinggit ka pa rin sa biyaya ng iba? Naalala ko ang anak na babae ng isang tagagawa ng kendi sa Konica. Binibigyan siya ng kanyang ama ng maliit na piraso ng keyk araw-araw—baka magkasakit siya kung malaki pa—ngunit tinitingnan niya ang mga batang kumakain ng malalaking tinapay na mais sa paaralan at naiinggit sa kanila. 'Malalaki ang kinakain nila, pero maliit lang ang binibigay sa akin ng tatay ko,' ang sasabihin niya. Naiinggit siya sa mga tinapay na mais na kinakain ng iba, kahit na siya mismo ay may isang buong tindahan ng kendi na puno ng mga keyk! Sa parehong paraan, hindi mo pinahahalagahan ang mga dakilang biyayang ibinigay sa iyo ng Diyos, kundi tinitingnan mo ang mga biyaya ng iba at naiinggit ka.

Huwag tayong maging walang pasasalamat. Pagkatapos ng lahat, ang Diyos, ang ating Mabuting Ama, ay nagkaloob sa bawat isa sa Kanyang mga nilikha ng iba't ibang biyaya, dahil alam Niya kung ano ang kailangan ng bawat isa sa atin upang hindi natin masaktan ang ating sarili. Madalas tayong kumilos na parang maliliit na bata, nagrereklamo na hindi tayo binigyan ng Ama ng isang o dalawang drachma, gaya ng ibinigay Niya sa ating mga kapatid, kahit na binigyan Niya tayo ng isang daang drachma.⁶⁰ Iniisip natin na wala Siyang ibinigay sa atin, dahil tinuturing natin ang isang daang drachma na parang papel lamang; ninanais natin ang isa o dalawang drachma na ibinigay Niya sa iba, kaya't tayo'y umiiyak at nagagalit sa ating Mabuting Ama.⁶¹

Mabuting inggit

— Geronda, naiinggit ako sa isang kapatid na babae dahil nakikita kong taglay niya ang kababaang-loob, kasimplehan, at kabanalan.

— Mananalangin ako na mamatay siya. Gusto mo bang mamatay siya?

— Hindi, Geronda! Maaaring naiinggit ako sa birtud ng iba, pero hindi kailanman dumaraan sa isip ko na dapat may masamang mangyari sa kanila. Ayokong mawalan ng birtud ang taong iyon; gusto kong may mabuti rin sa akin.

— Sige, paghatian natin para tig-kalahati tayo! Huwag kang mag-alala. Ang selos mo ay mabuting uri ng selos. Naiinggit ka sa 'mga dakilang kaloob...'⁶²

⁶⁰ Isang daang drachma — isang perang papel. — *Tala ng tagapagsama*

⁶¹ Mula sa isang liham ni Kapatid na Paissios para sa isang kapatid na babae; 1968. — *Tala ng tagapagsama*

⁶² 1 Cor. 12:31

— Mayroon nga palang mabuting selos?

— Oo, kapag ang isang tao ay naiinggit sa kabutihan ng iba at sabay na tuwang-tuwa para sa kanila, mabuti ang inggit na iyon. Ngunit kung ang isang tao ay nakararamdam ng sama ng loob, kung siya ay nalulungkot kapag nakikita niya ang tagumpay ng iba, o lihim na nagagalak kapag ang taong iyon ay nahihirapan, masama ang inggit na iyon. Sabihin nating naiinggit ka sa kapatid mong babae dahil maganda ang boses niya at magaling siyang kumanta. Kung malalaman mong nawala ang boses niya at hindi na siya makakanta, at ikatutuwa mo iyon, ibig sabihin ay may sama ng loob sa iyong selos, may lason. Kung malulungkot ka dahil dito — ibig sabihin ay walang sama ng loob sa iyong selos; gusto mo lang din kasing kumanta nang maganda.

— Paano ko mapapalago ang mabuting selos?

— Tatawagin ka naming 'ang may mabuting selos'!... Subukang linisin at gawing banal ang iyong selos upang maging mabuting selos ito. Magalak ka para sa kapatid mong sumusulong, at sikaping tularan siya. Sa ganitong paraan ay mababago ka sa espirituhanong paraan, at ang Biyaya ng Diyos ay maninirahan sa iyong kalooban, na nagkakaloob sa isang tao ng langitlikong kagalakan kahit sa buhay na ito.

— Geronda, maaaring ba ang mabuting selos ay maging masamang selos sa loob ng isang tao?

— Kung hindi pinagsisikapan ng isang tao ang sarili niya, siyempre, maaari. Dapat maging maingat.

— Geronda, hindi ko palaging maintindihan ang nararamdaman ko kapag nakikita ko ang tagumpay ng isang kapatid. Anong uri ng inggit ito: mabuti o masama?

Tanungin mo ang sarili mo: 'Kung gagawa ng himala ang kapatid kong babae, ano ang mararamdaman ko?' O: 'Kung susuku siya sa tukso at mapapahamak ang kanyang reputasyon sa mata ng iba, matutuwa ba ako o malulungkot?' Sa pagsagot sa tanong na ito, malalaman mo kung mabuti o masama ang iyong inggit. Ngayon, sabihin mo sa akin, kung malalaman mong naging tamad ang kapatid na selosan mo at tuluyan nang tumigil sa pagtupad sa kanyang mga tungkuling monastiko—na hindi na siya ang mismong nananalangin, kundi naglalagay ng kaset sa tape recorder at nakikinig sa: 'Panginoong Jesucristo...'—magagalit ka ba?

— Oo, maiinis ako, pero kahit marinig kong mas lalo pa siyang umuunlad, sa tingin ko hindi rin ako matutuwa.

— Alam mo, kung nahihirapan kang maglakad, magalak ka para sa mga tumatakbo nang mabilis, sa halip na malungkot. Kung nais mong umunlad sa espiritwal, magalak ka sa tagumpay ng mga kapatid na babae at ipagdasal mo sa Diyos na magpatuloy silang umunlad, at na maabot mo rin ang sarili mong antas. Nang ako'y baguhan pa sa monasteryo,⁶³, may isa pang baguhan doon na halos kasing-edad ko. Nakamit niya ang mataas na antas ng espiritwal na pag-unlad; nagniningning ang kanyang mukha. Siya ay halimbawa sa lahat ng bagay, isang dakilang asketiko at masigasig na deboto. Siya rin ay lubos na deboto. Bumabangon ang mga nakatatandang monghe bilang paggalang tuwing siya'y dumaraan. Mas maraming benepisyo ang natamo ko mula sa nobisong ito kaysa sa lahat ng aklat na nabasa ko dati, dahil siya ay isang buhay na halimbawa. Noong isang pagkakataon, nagkaroon ako ng pananakit ng dibdib. Sa hindi inaasahan, pumasok ang kapatid na iyon sa silid ko sa mismong sandaling iyon, at hiniling ko sa kanya na manalangin. Hindi pa siya nakalabas nang tuluyan nang mawala ang sakit. Sa ibang pagkakataon, may isang lalaking sinapiang ng demonyo na dumating sa monasteryo at hiniling sa mga monghe na pagalingin siya. Sinabi noon ng abbot sa baguhang monghe na ito: 'Sige, manalangin ka, palayasin mo ang demonyo sa kawawang lalaking ito.' 'Sa pamamagitan ng iyong panalangin,' wika niya, 'palayasin sana ni Kristo ang demonyo.' Nang sandaling lumayo siya, umalis na rin ang demonyo sa lalaki. Ganito ang kanyang katapangan sa harap ng Diyos! Anong mataas na antas ng espiritwalidad ang naabot niya! Kaya, hiniling ko sa

⁶³ Sa Monasteryo ng Esfigmen, noong 1953. — *Tala ng tagapagsama*

Diyos na maabot ng kapatid na iyon ang antas ng santong pinangalanan sa kanya, at maabot ko rin ang kanyang antas. Gawin ninyo rin ito, at malinaw ninyong makikita ang kapangyarihan ng Diyos.

Kapag natutong magalak ang isang tao sa tagumpay ng iba, ibibigay sa kanya ni Cristo ang lahat ng tagumpay ng iba, at magagalak siya nang kasingdami ng lahat ng iba, at magiging napakalaki ang kanyang mga tagumpay at kagalakan.

Kabanata 2.

Galit — ang kaaway ng kapayapaan ng Diyos

Gawin nating labanan ng galit ang mga pagnanasa

— Geronda, nais kong maging malaya mula sa galit. Nakikita ko kung gaano hindi angkop ang galit para sa isang monghe.

— Ang galit, dalisay na galit, ay isang lakas ng kaluluwa. Habang para sa isang taong banayad sa kalikasan ay nakatutulong ang katangiang ito ng kanilang pagkatao sa espiritwal na kaganapan, para sa isang taong mapag-galit ay doble ang pakinabang na makukuha mula sa lakas na likas sa kanilang pagkatao, basta't gamitin nila ang kapangyarihang ito ng galit laban sa mga pagnanasa at laban sa Masama. Kung hindi niya gagamitin nang tama ang kapangyarihang ito, gagamitin ito ng diyablo. Kung ang isang taong banayad sa kalikasan ay hindi nagsusumikap na magkaroon ng tapang, hindi siya magiging kayang gumawa ng mga dakilang gawa. Ngunit ang isang mainit ang ulo, kung itutok niya ang isip sa isang dakilang layunin at ituon ang kanyang galit laban sa kasamaan, maaari na niyang ituring na ayos na ang usapin. Kaya nga, ang mga taong may kislap ng kawalang-ingat ay naaabot ang tuktok ng buhay-espiritwal.

— Kaya, Geronda, dapat akong magalit sa demonyo, hindi sa mga madre.

— Nakikita mo, sa simula, nagagalit ang isang tao sa iba; pagkatapos, kung nagsusumikap sila, magagalit sila sa diyablo; at sa huli, mararating nila ang punto na ang galit nila ay para lamang sa kanilang sariling lumang pagkatao, sa kanilang sariling mga pagnanasa. Kaya subukang magalit lamang sa diyablo at sa iyong sariling mga pagnanasa, at hindi sa mga kapatid.

— Geronda, ang aking galit at ang aking katigasan ng ulo ba ay mga pambatang damdamin?

— Hindi, anak ko! Naiintindihan kung ang isang maliit na bata ay nagagalit, tumatapak-tapakan at sumisigaw: 'Ayaw ko, hindi ako papayag!' Ngunit habang sila'y tumatanda, dapat nilang alisin ito, at panatilihin lamang ang pagiging simple at kusa ng isang bata, hindi ang kanilang mga kabataang kalokohan. Nakikita mo, may mga taong napupunta sa ganoong kalabis! Binbunggo nila ang ulo nila sa pader sa galit — buti na lang at ginawa ng Diyos ang mga tao na matibay ang ulo, kaya wala silang nangyayari! Ang iba naman ay hinahati-hati ang damit nila! May isang lalaki na, araw-araw sa matinding galit, hinahati-hati ang kanyang kamiseta. Hinahati-hati niya ito para hindi niya ito mailabas sa iba.

— Kaya, ibig bang sabihin nito na ang galit ay isang paraan ng pagpapalabas ng kasamaan ng loob?

— Oo, pero hindi ba mas mabuting ilabas mo ang iyong sama ng loob sa sarili mong mahina kaysa sa iba?

Bakit tayo nagagalit?

— Sa tingin ko hindi ako nagagalit; naiinis lang talaga ako.

— Paano naman? Kapag nawawalan ka ng pasensya, kailangan mong suriin kung may matinding pagnanasa kang magalit sa loob mo. Iba ang usapin kung ang isang tao, sa pagkairita, ay

nakasasabi ng masakit dahil pagod siya, masakit ang nararamdaman niya, o may problema siya, at iba pa. Maaaring may sumagot pa nga sa bati ng, 'Umalis ka na!' — kahit walang masamang sinabi sa kanila, simpleng 'kamusta' lang. Pero pagod o masakit ang pakiramdam ng tao, kaya ganoon ang reaksiyon niya. Pagkatapos ng lahat, kahit ang pinakapasensiyosong asno ay tatapak kung sobra ang karga sa kanya.

— Kapag hindi ako payapa sa sarili ko, kahit ang pinakamaliit na bagay ay nakakainis sa akin.

— Kung hindi ka payapa sa sarili mo, ibig sabihin ay hindi ka malusog sa espiritu, at hindi nakakagulat na ganoon ang iyong reaksiyon. Kapag may sakit ang isang tao, minsan ay napapagod na siya kahit sa tunog ng pagsasalita. Ganoon din kapag hindi siya malusog sa espiritu: nawawalan siya ng kalinawan ng isip, pasensya, at pagtitiis.

— Geronda, bakit ako nagagalit sa kahit kaunting provokasyon?

— Nagagalit ka dahil iniisip mong palaging may kasalanan ang iba. Ang iyong galit ay nagmumula sa katotohanang tinatanggap mo ang mga iniisip tungkol sa iba na nagmumula sa kaliwa. Kung tatanggapin mo ang mga iniisip na nagmumula sa kanan, hindi mo papansinin kung ano ang sinabi sa iyo o kung paano ito sinabi. Aakoin mo ang responsibilidad para sa sarili mo at hindi ka magagalit.

— Ngunit, Geronda, hindi ako makapaniwala na palagi akong siyang may kasalanan.

— Mukhang may tinatagong kapalaluan ka. Mag-ingat ka, sapagkat ang galit ay may kasamang pagpapawalang-sala sa sarili, kapalaluan, kawalan ng pasensya, at kayabangan.

— Geronda, bakit ba napakadaling mairita ng mga tao sa kahit anong bagay ngayon?

— Ngayon, pati lang langaw nakaka-istorbo na sa mga tao! Matigas ang ulo at palaban! Dati, kapag pinatahimik mo ang langaw, lilipad na ito. Ngayon, nananatili lang ito nang matigas ang ulo... Pero totoo rin na sa ngayon, ang ilang gawain ay hindi lang hindi nakakatulong para makamit ang kapayapaan ng isip, kundi nakakapag-nerbiyos pa nga sa isang taong likas na kalmado.

— Bakit ngayon, na nakatira ako sa isang monasteryo, hindi ako nagagalit, samantalang noong nasa mundo ng mga sekular ay madalas akong magalit?

— Madalas, ang mga tao ay hindi nasisiyahan at nawawalan ng pasensya dahil sa mga panlabas na kalagayan, sapagkat hindi sila nakakakuha ng kasiyahan sa kanilang ginagawa at nananabik sa iba pa. Ngunit ang ganitong iritasyon ay parang alikabok sa ibabaw; nawawala ito kapag natagpuan ng isang tao ang kanyang hinahangad.

"Maging galit, ngunit huwag magkasala"⁶⁴

— Geronda, nagmumula ba ang pagkondena sa sarili sa makasarili?

— Hindi palagi. Mayroon ding matuwid, banal na galit. Hawak ni Propeta Moises ang mga tableta ng mga Utos sa kanyang mga kamay, ngunit nang makita niyang naghahain ang mga Israelita ng sakripisyo sa gintong guya, sa banal na galit ay itina-pon niya ang mga ito sa lupa at pinagpiras. ⁶⁵ Bago umakyat sa Bundok Horeb, ⁶⁶ kung saan niya tatanggapin ang mga Utos, sinabi ni Moises sa mga Israelita kung ano ang kanilang gagawin hanggang sa kanyang pagbabalik. Bukod dito, nakita nila mismo ang kidlat at narinig ang kulog sa tuktok ng Horeb, ngunit dahil matagal nang hindi bumabalik si Moises, nagsimula silang maghanap ng diyos para sa kanilang sarili. Lumapit sila kay Aaron at sinabi sa kanya: 'Hindi namin alam kung ano na ang nangyari kay Moises. Sino ang mamumuno sa amin ngayon? Gumawa ka para sa amin ng mga diyos na mamumuno sa amin.' Sa simula tumanggi si Aaron, ngunit sa huli ay pumayag siya. Sinimulan ng mga tao ang kanilang gawain. Nagtayo sila ng pugon, itina-pon dito ang lahat ng gintong ibinigay sa kanila ng mga Ehipsiyo

⁶⁴ Awit 4:5

⁶⁵ Tingnan Exod. 32:1–24

⁶⁶ Isa pang pangalan para sa Bundok Sinai, na matatagpuan sa Lumang Tipan. — *Tala ng tagapagsama-sama.*

bago sila umalis ng Ehipto,⁶⁷ at hinubog ito upang maging isang buong gintong guya. Inilagay nila ito sa isang malaking bato at nagsimulang uminom at magsaya. 'Siya ang mangunguna sa atin,' sabi ng mga tao. Pagkatapos ay sinabi ng Diyos kay Moises: 'Bumaba ka agad, sapagkat ang mga tao ay lumihis mula sa Akin.' Habang pababa si Moises mula sa Bundok Sinai, narinig niya ang mga hiyawan. Si Josue, na naghihintay sa kanya sa paanan ng bundok, ay nagsabi: 'Ano ang nangyari? May mga dayuhan na dumating!' 'Hindi iyon mga sigaw ng digmaan, kundi mga hiyaw ng tuwa,' ang sagot ni Moises. Lumapit sila at nakita ang mga tao na nagagalak, sapagkat hahantarin sila ng gintong guya sa Lupang Pangako! Kita mo, gawa sa ginto ang guya!... Nagngalit si Moises; itina-pon niya sa lupa ang mga tableta ng mga utos at pinagkabibiak-biak niya ang mga ito.

Maaaring magalit, magdamdam, o sumigaw ang isang taong espirituwal, ngunit dahil lamang sa isang seryosong dahilan na may kinalaman sa espirituwalidad. Walang kasamaan sa loob nila, at hindi sila nagdudulot ng kapahamakan sa iba. 'Magalit kayo, ngunit huwag magkasala'—hindi ba iyan ang sinasabi ng propetang David?

'Naghanda ako at hindi ako natulala'⁶⁸

— Geronda, paano ko mapagtatagumpayan ang aking galit?

— Ang hamon ay huwag hayaang umabot ito sa antas ng galit. Ang gatas, kung hindi mo agad aalisin sa apoy, ay umapaw at agad na bumubuhos.

— At paano nga ba iwasan ang puntong magalit?

— Kailangan kang maging mapagbantay. Bantayan mo ang sarili mo at pigilan ang iyong galit, upang hindi mag-ugat sa iyong kalooban ang pagnanasa. Kung hindi, kahit na gusto mo pa itong putulin ng palakol mamaya, patuloy itong tutubo ng mga bagong usbong. Alalahanin mo ang sinabi ng propeta David: 'Naghanda ako at hindi ako natulala.' Alam mo ba kung paano kumikilos ang isang monghe noon? Bawat paglabas niya sa kanyang silid, siya ay gumagawa ng tanda ng krus at nagsasabing: 'Diyos ko, iligtas mo ako sa tukso.' Handa siyang harapin ang tukso. Para siyang nakabantay. Babantay-bantay siya upang makita kung mula saang direksyon darating ang tukso, upang mapagtanggol niya ang kanyang sarili laban dito. Kung may kapatid na nagkamali sa kanya, handa siya at tumutugon nang may kahinahunan at kababaang-loob. Gawin mo rin ang ganoon.

— Geronda, minsan kapag natutukso ako, sinasabi ko sa sarili ko, 'Manahimik na lang ako,' pero sa huli hindi ko matiis at nawawala ang aking pasensya.

— Ano'ng ibig mong sabihin, 'nawawala ako sa sarili'? At saan napupunta ang pagsabog ng iyong damdamin pagkatapos? Nasusunog ba iyon? Mukhang kulang ka sa kaunting pagpapakumbaba, kaya umaabot ka sa isang hangganan at saka ka nawawala sa sarili. Kailangan mo lang ng kaunting karagdang kababaang-loob. Bago ka magsalita, ulitin mo ang Panalangin kay Hesus nang dalawang beses o tatlong beses, upang magkaroon ka ng kalinawan. Isang babae, noong siya ay nagagalit, una niyang inuulit ang 'Kredo ng mga Apostol' at saka lang siya magsalita. Mga taong makamundo, at tingnan mo kung paano sila nagsusumikap!

— Ano ang dapat kong gawin kung hindi ko gusto ang asal ng isa sa mga kapatid na babae?

— Pakitunguhan nang mabuti ang kapatid. Subukang ipagtanggol siya nang may pag-ibig. Makakatulong ito sa iyo na likas na magkaroon ng palagiang mabuting espirituwal na disposisyon. At kapag sumapit sa iyo ang alab ng galit, matatagpuan nitong puno ng pag-ibig ang iyong puso at, dahil wala nang mapuntahan, ay lisanin ka nito.

⁶⁷ Tingnan ang Exodo 11:1–3; 12:36–37. Hindi nila ito naibalik, sapagkat ang mga panganay ng mga Ehipsiyo ay agad na pinatay; ang Paraon ay natakot at agad na pinalayas ang mga Hudyo mula sa Ehipto. — Tala ng tagapagsama. Hindi na nila naibalik ang mga ito, sapagkat agad na pinatay ang mga panganay ng mga Ehipsiyo; natakot si Paraon at agad niyang pinalayas ang mga Hudyo mula sa Ehipto. — *Tala ng tagapagsama.*

⁶⁸ Awit 118:60

Sa pamamagitan ng kababaang-loob at katahimikan ay nalalampasan natin ang galit

— Geronda, paano malalampasan ng isang tao ang galit?

— Napagtatagumpayan natin ang galit sa pamamagitan ng kababaang-loob at katahimikan. Bakit natin tinatawag na matalino ang ahas? Bagaman mayroon itong makapangyarihang sandata—ang lason nito—at maaaring tayong saktan, sa sandaling marinig nito ang pinakamalabong ingay, agad itong gumagapang palayo: hindi ito sumusugod nang harapan, kundi sumusuko sa ating galit. Ganoon din, kung may manlait sa iyo sa pamamagitan ng salita, huwag kang sumagot. Sa pamamagitan ng katahimikan, pinapawalang-saysay mo ang taong iyon. Noong isang beses, isang pusang si Dikas ay halos mabuligta na ang isang maliit na palaka sa silid ko. Nakatahimik na nakaupo ang maliit na palaka, at iniwan na lang ito ni Dikas at umalis. Sa pamamagitan ng katahimikan at kababaang-loob nito... tinalo ng munting palaka ang pusa. Ngunit kung gumalaw man lang ito nang kaunti, huhuliin ito ni Dikas at sisimulang ihagis-hagis at bubugbugin na parang tambol.

— Kapag nag-aaway kami ng kapatid kong babae at pareho kaming matigas ang ulo, nauuwi kami sa patimpalak, at sa huli naiinis ako.

'Alam mo, dapat may isa sa dalawa ang makipagkasundo at sumuko; wala nang ibang paraan. Kung gusto ng dalawang tao na magdala ng mahabang tabla sa isang maliit na pinto, dapat may isa sa kanila ang pumasok muna, at ang isa naman ang sumunod: kung hindi, hindi nila ito mailalabas. Kapag lahat ay naninindigan sa kani-kanilang posisyon, para na lang itong pagtumbok ng bato sa bato — puro kislap lang ang lilipad!... Ang mga tao ng Faras,⁶⁹ , kapag may kumapit sa kanilang posisyon, ay sasabihin: 'Hayaan mong maging maliit na kambing ang sa'yo, at kuting ang sa akin,'⁷⁰ , at sa ganitong paraan ay naiwasan nila ang pagtatalo. Sa , sa anumang kaso, ang siyang umatras ang lumalabas na panalo, dahil nag-aalay sila, at ito ay nagdudulot sa kanila ng kagalakan at kapayapaan.

— Ngunit paano kung ang isang tao ay kumikilos nang maayos sa panlabas at sumusuko, ngunit nagagalit sa puso?

— Ibig sabihin buhay pa sa loob niya ang matandang tao, at nakikipaglaban siya rito.

— Ngunit bakit, Geronda, kahit na tama ang kanyang pag-uugali, wala siyang panloob na kapayapaan?

— Paano nga ba siya magkakaroon ng kapayapaan? Para magkaroon ng kapayapaan ang isang tao, dapat ay maayos din ang kanyang panloob na oryentasyon. Pagkatapos ay nawawala ang galit at pagkabahala, at pumapasok sa tao ang kapayapaan ng Diyos. At kapag dumating na ang panloob na kapayapaan, winawasak nito ang singaw ng galit, nililinis ang mga mata ng kaluluwa, at nagsisimulang makita nang malinaw ang tao. Kaya't partikular na nagsalita si Cristo tungkol sa 'mga tagapagpayapa', na nagsasabing 'tatawagin silang mga anak ng Diyos'.⁷¹

Kabanata 3. Kalungkutang sumisira sa kaluluwa

Ang kagalakan ay nagmumula kay Cristo, ngunit ang kalungkutan ay nagmumula sa diyablo

— Geronda, pakiramdam ko ay malungkot ako nitong mga nakaraang araw.

⁶⁹ Ang Pharasus ay isang maliit na bayan sa Cappadocia, ang lugar ng kapanganakan ni Kapatid na Paissios. — *Tala ng tagapagsama*.

⁷⁰ Mas malaki ang halaga ng babaeng kambing, dahil nagkakaroon ito ng supling. — *Tala ng tagapagsama*.

⁷¹ Mat. 5:9

— Bakit ka ganoon ka-down? Nalubog ba ang mga barko mo? Saan mo sila pinadala? Sa Karagatang Atlantiko? Talaga bang nagpapadala ng barko sa dagat ang mga tao sa ganitong panahon? Ilan na ang nalubog?

— Lahat sila, Geronda, ay lumubog.

— Napakaganda, kung ganoon wala kang mga ari-arian, at maaari ka nang maging isang mabuting madre! Bakit hindi mo palaging pinupuri ang Diyos? Ano ang kulang sa iyo? Nauunawaan ko kung ang isang taong malayo kay Kristo ay nalulungkot, pero kung ang isang taong malapit kay Kristo ang nalulungkot, mahirap iyon intindihin. Pagkatapos ng lahat, kahit na ikaw ay nasasaktan, pinapawi ni Kristo ang iyong sakit.

Hindi maaaring magkaroon ang isang tao ng mapait na kalungkutan, dahil kapag dinala nila ang kanilang kalungkutan kay Kristo, nagiging matamis na nektar ito. Kung may kalungkutan ang isang tao, ibig sabihin ay hindi nila dinadala ang kanilang mga kalungkutan kay Kristo.

Ang kagalakan ay nagmumula kay Kristo, samantalang ang kalungkutan ay nagmumula sa diyablo. Kung alam mo lamang kung gaano ako nababahala kapag nakikita ko ang isang monghe na may mukha ng isang tinderero na pinagkaitang kita. Iba naman ang pagluluksa para sa Diyos—luha na nagdudulot ng kagalakan. Dito, nagagalak ang isang tao. Ang kanyang katahimikan at kapanatagan ay nagbubuhos ng pulot sa kanyang puso. Kapag nakikita ko ang ganitong tao, nais kong halikan ang kanyang mga paa.

— Paano malalaman ng isang tao na ang kanilang kalungkutan ay tunay na para sa Diyos?

— Ipagpalagay natin na ang isang tao ay nagkasala at nababagabag. Kung sila ay nalulungkot dahil nalungkot nila si Cristo, nararamdaman nila ang isang matamis na kirot sa kanilang puso, sapagkat ibinubuhos ng Diyos ang katamisan, ang banal na aliw, sa kanilang kaluluwa. Ito ang pagdadalamhati para sa Diyos. Ngunit kung ang isang tao ay palaging nasa kalagayan ng kalungkutan, nakararamdam ng takot at kawalan ng pag-asa, dapat niyang maunawaan na ang kalungkutang ito ay hindi mula sa Diyos. Ang kalungkutan para sa Diyos ay espirituwal na kagalakan; nagdudulot ito ng ginhawa sa puso. Samantalang ang kalungkutang hindi mula sa Diyos ay palaging nagdudulot ng takot at kawalan ng pag-asa.

— Ngunit Geronda, paano kung ang isang taong espirituwal ay nababahala dahil may isang erehe na ginagamit ang kanyang pangalan at nagdudulot ng pinsala sa mga tao?⁷²

— Makatarungan ang pagdadalamhating ito; dapat itong maramdaman, sapagkat maraming tao ang napapahamak. Ngunit kahit ganito, dapat itong tugunan nang espirituwal. Kung ang isang tao ay tinatanggap ang lahat nang may kababaang-loob at sasabihin: 'Diyos ko, ayaw kong magdusa ang mga tao; liwanagan mo sila upang maunawaan nila ang katotohanan.' Kung sasabihin niya ito, makakahanap siya ng kapayapaan. Ngunit kung magsimula silang mag-alala at sasabihin, 'Ano ang gagawin ko? Ginagamit ng mga tao ang pangalan ko para magdulot ng pinsala,' hindi sila makakahanap ng kapayapaan. Sa anumang kaso, kung ang isang tao ay walang kasalanan at malinis ang konsiyensya, kahit na magdulot ng pagdadalamhati ang iba sa kanila, makakahanap sila ng malaking aliw.

Ang makasarili ay laging nagdudulot ng kalungkutan at takot

— Geronda, paulit-ulit kong naiisip ang pagkakamaling iyon ko na ikinabahala ka, at labis akong nalulungkot.

— Tigilan mo na; nasa nakaraan na iyon. Wala itong idudulot sa'yo kundi pagkabagabag, at hindi ka nito matutulungan sa anumang paraan. Ngunit hindi ka masisaktan kung magiging mas

⁷² Ang kapatid na babae na nagtanong ay tumutukoy sa mga pagkakataon kung saan ginamit ng mga tao ang pangalan ni Elder Paisios para sa kanilang sariling kapakinabangan o upang hikayatin ang iba na yakapin ang kanilang mga maling pananaw. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

maingat ka sa hinaharap. Ipagpatuloy mo ang iyong pagsusumikap. Lahat ay nagkakamali, ngunit pinoprotektahan tayo ng Mabuting Panginoon bilang ating Ama. Para dito, nariyan ang mga santo; para dito, binigyan Niya ang bawat tao ng Anghel na Tagapag-ingat upang protektahan sila; para dito, pinipili Niya ang mga taong espirital upang tulungan ang iba.

— Pabigat sa akin ang kalungkutan dahil sa aking mga pagkukulang, Geronda, at nagsisawa na akong magsikap.

— Dahil iyon sa makasarili. Hindi ka sumusuko, kaya napapagod ka. Walang kababaang-loob, walang pagsisisi, walang pagkaligalig sa kasalanan, ngunit may makasarili, at ang makasarili ay laging nagdudulot ng kalungkutan at takot. Kapag ang isang tao ay walang pagsisisi, nalulungkot sila dahil sa kanilang pagkamakasarili, sa kanilang pagnanais na mapasaya ang iba, at dahil nahulog sila sa mata ng iba; pagkatapos ay naninirahan sa kanilang kalooban ang pagkabahala, kapaitan at sakit.

— Kaya, kung ang isang tao ay labis na nababahala pagkatapos ng kanyang pagbagsak, palaging ba ang makasarili ang dahilan?

— Hindi palagi. Maaari rin itong magmula sa masidhing sigasig. Kapag ang isang tao ay labis na nababahala dahil sa inggit at masidhing sigasig, nakatatanggap sila ng malaking ginhawa, na nagpapasigla hindi lamang sa kaluluwa kundi pati na rin sa katawan.

— Ngunit paano ko malalaman kung ako'y nagdurusa dahil sa masidhing pagnanasa?

— Ang isang taong nalulumbay dahil sa masidhing hangarin ay sinisisi ang sarili sa lahat ng bagay, samantalang ang isang taong nalulumbay dahil sa makasarili ay sinisisi ang iba sa lahat ng bagay at sinasabing hindi patas ang pagtrato sa kanila. Kapag nasaktan ang kanilang makasariling interes, nagmumukha silang masungit at tumitigil sa pakikipag-usap... Ngayon lang ay pinagalitan ko ang dalawang magkapatid dahil sa pagkakamali nila. Pareho silang nalungkot at ibinaba ang kanilang mga ulo.

Ngunit ang isa ay nalungkot dahil sa kanyang pagsusumikap, sapagkat ikinalungkot ko ang pagkakamali niya, samantalang ang isa naman ay nalungkot dahil sa kanyang kasakiman. Ang una ay nahiya nang husto kaya hindi niya ako matitigan sa mata. Ang isa naman, upang hindi masira ang kanyang reputasyon, ay agad na nagbigay ng mga dahilan, nang hindi iniisip kung gaano kalubha ang kanyang pagkakamali. Naisip niya sa sarili: 'Naidamay ko ang sarili ko sa mata ng iba; titigil na silang magtiwala sa akin. Paano ko ngayon maipapaliwanag ang pagkakamali ko nang hindi nasisira ang reputasyon ko?' Kung inamin niya ang kanyang pagkakamali at tinanggap nang buo ang sisi, makakahanap sana siya ng kapayapaan. Ngunit sinubukan niyang ipagtanggol ang sarili, kaya hindi siya nakatagpo ng kapayapaan sa kanyang kaluluwa. Kapag gumagawa tayo ng mga dahilan para sa ating sarili, binibigyan natin ng puwang ang diyablo, na dumarating at humuhikayat sa atin sa mga banayad na paraan, na nagdudulot ng kalungkutan. Ngunit kapag tinanggap natin ang buong pananagutan, saka tinatanggal ng Diyos ang lahat ng ating pasanin sa Kanyang sarili. Kaya, magpasya tayo kung alin ang pipiliin: kababaang-loob, na nagdudulot ng kapayapaan, o kasakiman, na nagdudulot ng kalungkutan, takot, at pagkabahala?

Ang isang taong walang pasasalamat ay laging malungkot

— Bakit maraming tao, kahit na mayroon na silang lahat, ang nakararamdam ng takot at kalungkutan?

— Kung makakita ka ng taong napapailalim sa takot, pagkabahala, at kalungkutan, kahit na taglay nila ang lahat ng kailangan nila, alamin mong wala ang Diyos sa kanila.

Sinumang mayroon ng lahat—kapwa materyal na kayamanan at mabuting kalusugan—ngunit sa halip na magpasalamat sa Diyos, ay gumagawa ng mga bagong hindi makatwirang kahilingan, nagre-reklamo at nagdadalamhati, ay walang dudang naghahanda ng kanilang lugar sa impyerno.

Ang taong nakakaalam kung ano ang pasasalamat ay kontento sa lahat. Iniisip nila ang ibinibigay ng Diyos sa kanila araw-araw at nagagalak sila rito. Ngunit kung ang isang tao ay walang pasasalamat, hindi siya nasisiyahan sa lahat, nagrereklamo sa bawat munting bagay at nagdurusa. Sabihin nating hindi nila gusto ang araw, at pagkatapos ay nagsimulang umihip ang Vardaris,⁷³ ang hangin sa hilaga, at nagdala ng lamig... Hindi nila gusto ang araw, kaya ngayon ay nanginginig sila sa lamig.

— Geronda, ano ang sinasabi ninyo sa pamamagitan nito?

Ang ibig kong sabihin, kung hindi natin pinahahalagahan ang mga biyayang ibinibigay sa atin ng Diyos at sa halip ay nagrereklamo, darating ang mga pagsubok na magpapalukot sa atin na parang bola. Sinasabi ko sa iyo nang buong kaseryosohan: sinumang may ganitong ugali, na patuloy na nagre-reklamo at nagdadamot, ay dapat malaman na makakatanggap sila ng isang sampal sa mukha mula sa Diyos, upang mabayaran man lang nila ang bahagi ng kanilang utang sa buhay na ito. At kung hindi dumating ang sampal, mas masahol pa; sa kasong iyon, kailangan nilang bayaran nang sabay-sabay ang lahat sa darating na buhay.

— Kaya, maaaring maging ugali ang pagrereklamo?

— Nagiging ugali nga ito, dahil ang pagrereklamo ay sinusundan ng mas maraming pagrereklamo, at ang hinaing ay ng mas maraming hinaing. Ang siyang nagtatanim ng mga hinaing ay mag-aani ng mga hinaing at mag-iipon ng takot. Ngunit ang siyang nagtatanim ng papuri ay natitikman ang banal na kagalakan at mga biyaya magpakailanman. Ang isang nagrereklamo, gaano man karaming biyaya ang ipagkaloob ng Diyos sa kanya, ay hindi niya ito nararamdaman. Kaya naman, ang biyaya ng Diyos ay lumalayo sa kanya at sumasapit ang tukso. Sinusundan siya ng tukso sa bawat hakbang, at ang lahat ng bagay sa kanyang buhay ay nagkakamali. Ngunit ang Diyos Mismo ay hinahabol ang mga mapagpasalamat ng Kanyang mga kaloob.

Ang kawalang-pagtanggap ay isang malaking kasalanan, na kinondena mismo ni Cristo. "Hindi ba sampu ang nalinis? Saan na ang siyam?"⁷⁴ — tanong Niya sa ketong na lumapit upang magpasalamat sa Kanya. Inaasahan ni Cristo ang pasasalamat mula sa sampung ketongin hindi para sa Kanyang sarili, kundi para sa kanilang kapakinabangan, sapagkat makabubuti sana sa kanila ang pasasalamat.

Nais ng Tangalashka na makita tayong malungkot

— Geronda, bakit biglang nagiging kalungkutan ang aking kagalakan?

— Ang biglaang paglipat mula sa kagalakan tungo sa kalungkutan ay kadalasang nagmumula sa tukso. Ang masamang si Tangalashka ay nakikipaglaban sa tao, lalo na sa mga madaling matanggap at likas na masigla, na nagsusumikap na mamuhay nang espiritwal. Ito mismo ang kanyang gawain: nais niyang makita tayong malungkot at magalak dito. Ngunit bakit nga ba natin papayagan si Tangalashka na gawin ito? Hindi ba mas mabuti ang kagalakan kaysa kalungkutan? At hindi ba mas mabuti ang pag-ibig kaysa kasamaan?

— Ngunit paminsan-minsan ay nalulubog ako sa kalungkutan, at hindi ko alam kung bakit.

— Ayaw ng tangalashka na maging masaya ang mga tao. Nakakahanap siya ng paraan para guluhin ang parehong may dahilan para malungkot at ang wala. Sa iyo naman, sa tingin ko sinusubukan ka niyang dalhin sa pagkadismaya, habang lalo ka niyang binubuhol sa kanyang mga pinong sinulid. Kung itatali ka niya ng lubid dito at doon, masasabi pang may dahilan para sa iyong pagkabahala. Ngunit ang mga pinong sinulid ni Tangalashka ay para sa iyo'y tila makakapal na lubid, at nag-aalala ka. Huwag mong pahirapan ang sarili nang walang dahilan, sapagkat sa paggawa mo

⁷³ Ang Vardaris ay isang napakalakas at malamig na hangin na humahampas sa hilagang-kanluran ng Thessaloniki sa kahabaan ng Ilog Axios. — *Tala ng tagapagsama*.

⁷⁴ Lucas 17:17

rito ay nagdudulot ka ng kagalakan kay Tangalashka at nagpapalungkot kay Kristo. Gusto mo bang malungkot si Kristo?

— Hindi, Geronda, pero...

— Walang 'pero'! 'Pumunta ka at magluksa!' ⁷⁵ ay nagsasabi: 'Magluksa ka!'

— "Magmalungkot ka!"

Ang kalungkutan ay sumisipsip ng ating mental at pisikal na lakas

— Geronda, madalas akong sumasakit ang tiyan, at nahihirapan akong tuparin ang aking mga tungkulin bilang monghe.

— Palagi kang nakaupo roon, naliligaw sa sariling mga iniisip, nakikita ang lahat sa negatibong liwanag at sinasaktan ang sarili nang walang kabuluhan; kaya't nagdurusa ka sa katawan at kaluluwa. Pagkatapos ng isa na namang ganitong pagsubok, nagsisimulang sumakit ang tiyan mo – paano mo nga ba makakamtan ang lakas para sa mga espirituwal na gawain? Maaari kang uminom ng gamot para maibsan ang sakit, ngunit kung hindi mo aalisin ang iyong kalungkutan, mananakit muli ang iyong tiyan. Huwag mong pansinin ang mga kaisipang nagdudulot sa iyo ng pagkadismaya, baka sayangin mo ang mga biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos. Kapag mas tama ang pagtingin mo sa mga bagay-bagay, mas magkakaroon ka ng kapayapaan at kapanatagan sa iyong kalooban; mas magiging malusog ka, at hindi ka na kailangang uminom ng gamot.

Pinahihina ng kalungkutan ang isang tao. Sinisipsip nito ang buong sigla ng isip at katawan at pumipigil sa isang tao na gumawa ng kahit ano. Inilalason nito ang kaluluwa at nagdudulot ng kaguluhan sa katawan. Tinatamaan nito ang pinaka-sensitibong bahagi ng katawan, nagpapasok ng takot at pinapahina ang isang tao. Ang lason ng kawalan ng pag-asa ay kayang pabagsakin hindi lamang ang may mahinang pangangatawan, kundi pati na ang napakalakas. May isang madre rito. Alam mo ba kung gaano siya katatag? Siya ay karangalan ng komunidad sa espirituwal, at sa pagtupad ng kanyang mga tungkulin, siya ay nangunguna sa lahat! Kaya niyang patakbuhin ang buong monasteryo, ngunit dahil sa kawalan ng pag-asa, wala siyang nagagawa; nasasayang ang kanyang potensyal. Napakalakas niyang makina, ngunit nakatengga lamang at walang silbi.

Palayasin ang kahinaan sa pamamagitan ng espirituwal na tapang

— Geronda, kapag sunud-sunod na dumarating sa akin ang mga paghihirap sa aking espirituwal na pakikibaka, nagsisimula akong magreklamo, at napapailalim ako sa kawalan ng pag-asa.

— Sa ganoong mahirap na sandali mismo na nahahayag ang lakas ng tao. Huwag kang matakot o mag-panic kapag may mga pagsubok na dumating. Manalangin ka sa Diyos para sa espirituwal na tapang, upang matapang mong harapin ang mga pagsubok sa iyong espirituwal na landas at makipaglaban nang matapang.

— Ang kalungkutang nararamdaman ko kamakailan dahil sa mahina kong kalagayang espirituwal ay tuluyang sumisipsip sa aking lakas-espirituwal.

— Salamat sa Diyos, umusad ka na mula sa dati mong kinalalagyan, kahit na hindi ka pa nararating kung saan ka dapat naroroon. Sigurado akong malapit mo nang ipakita kung ano ang kaya mong gawin, at sa tulong ng Grasya ng Diyos, mapupunit mo ang huling tali ng kahinaan sa espirituwal, tulad ng isang leon na pumipunit sa sapot ng gagamba. Itaboy mo ang kahinaan sa pamamagitan ng espirituwal na tapang. Maghihintay at mananalangin ako. Inaasahan kong makita ang araw na maaari akong magalak sa iyong mga tagumpay.

— Geronda, kapag pinababayaan ko ang aking mga tungkuling espirituwal, sinasakop ako ng kalungkutan.

⁷⁵ San Juan Crisostomo. Homiliya para sa Banal na Pasko ng Pagkabuhay.

— Ang kalungkutan sa pagkakapabaya sa isang bagay at ang tuwa sa nagawa ay likas lamang. Ngunit maaaring makalusot din dito ang makasarili, kaya mag-ingat ka. Magsimula nang mabuti, itakda ang kaayusan ng iyong espirituwal na pakikibaka, at magpatuloy nang dahan-dahan. Sa ganitong paraan makakamit mo a t mas matinding katatagan, at titigil na ang mga pag-angat at pagbagsak na dulot ng nakatagong kaaway. Kung gagamitin mo ang iyong lakas na may espirituwal na tapang upang magtagumpay sa iyong pagsisikap bilang monghe, makakamit mo ang malaking tagumpay. Ngunit kung ikaw ay maipit sa kahinaan, ikaw mismo ay walang katapusang maghihikbi, habang ang tangalashka ay patuloy na pumapalakpak.

— Geronda, kulang ba ako sa lakas?

— Kailangan mo ng sigla, isang pagsabog ng enerhiya!

— Paano ko iyon makakamtan?

— Kailangan mo ng tapang, katapangan! Anong silbi sa akin ng mga kaluluhaing madre? Kailangan ko ng mga mandirigmang espirituwal, mga ⁷⁶ ' na, sa espirituwal na tapang, ay lalaban sa 'tangalashka', na papupurihan ang Diyos.

Ang pagpupuri sa Diyos ang panlaban sa kawalan ng pag-asa

— Geronda, nalulungkot ako kapag nakikita ko ang mga bakas ng ilang pagnanasa sa loob ko.

— Sabihin: 'Salamat sa Diyos na tapos na ang pinakamasama!' Kung ako ang nasa kalagayan mo, na nakatingin sa dakilang mga kaloob ng Diyos, 'mula sa pagbabantay sa madaling-araw hanggang gabi'⁷⁷ uulitin ko: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' Kung nais mong simulan nang mamuhay nang makalangit kahit dito pa lamang, tingnan mo ang mga awa at saganang biyaya na ipinagkakaloob sa iyo ng Diyos, at magpasalamat: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' Purihin ang Diyos sa pagtulong Niya sa iyong umunlad, gaano man ito kaliit, maging sa pamamagitan ng iyong sariling pagsusumikap o sa tulong ng iba. Kapag sinasabi ng isang tao, 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos,' tinutulungan ka ng Diyos, sapagkat ang pasasalamat, kasabay ng mapagkumbabang pag-uugali, kasipagan, at sigasig sa iyong mga gawain, ay humihikayat ng di-mabilang na makalangit na kapangyarihan at banal na biyaya.

— Geronda, paano kung alam kong mahuhulog ulit ako?

— Hindi mo alam. Iniisip mo iyon dahil sa takot. Hindi ka dapat matakot na maulit ang dati mong pagkakamali, dahil iyon ang nagpapanginig ng iyong pananampalataya sa Diyos. Hindi kailangan ng labis na pag-aalala rito. Kung may nagsasabi sa iyo sa iyong isip na hindi ka uunlad, at ikaw ay malulugmok sa kawalan ng pag-asa, kailangan mong aliwin at hikayatin ang iyong sarili. 'Salamat sa Diyos,' ang dapat mong sabihin, 'ngayon mas mabuti ako kaysa kahapon. Isang libong beses, salamat sa Diyos...' Bagaman maaaring mukhang hindi taos-puso ang paghihikayat na ito, taglay nito ang isang dakilang kapangyarihan — pag-asa sa Diyos. Ang pag-asa sa Diyos ang palakol na nagpapabagsak sa kawalan ng pag-asa, nagpapalaya sa kaluluwa mula sa pagkasindak at takot, at, hakbang-hakbang, pinatitibay ang espirituwal na lakas ng isang tao, na nagbubunsod ng banal na optimismo sa kanilang kalooban.

— Geronda, nag-aalala ako tungkol sa aking mga problema sa kalusugan.

— Tanggapin mo ang lahat bilang isang dakilang biyaya mula sa Diyos. Hindi nagkakamali ang Diyos sa sinuman. Sa Langit mo matatagpuan ang kapayapaan. Makakatanggap ka ng isang maluwag na pensiyon, maliban kung babawasan mo ito sa pamamagitan ng iyong pagrereklamo.

— Ngunit paano, Geronda, kung sa ngayon ay hindi ko nararamdaman ang Langit sa loob ko?

⁷⁶ Suliotka: isang babae mula sa Suli, isang koalisyon ng mga nayon sa Epirus. Ipinamalas ng mga Suliota at Suliotka ang pambihirang kabayanihan sa pakikibaka laban kay Ali Pasha (1792–1803). — *Tala ng tagasalin*.

⁷⁷ Awit 129:5

— Hindi mo nararamdaman ang Langit dahil hindi mo pinupuri ang Diyos. Kapag ang isang tao ay namumuhay sa pagpupuri, nagagalak siya sa lahat ng bagay. May mga tao sa mundo na huhusgahan tayo bilang mga monghe. Tingnan mo ang mga Beduino: napakahirap ng buhay nila, ngunit nagpapasalamat sila sa Diyos at palagi silang masigla.⁷⁸ Hindi nila tinatanggal ang mga bato sa trigo, kundi ginigiling ito nang ganoon, kaya puno ng bato ang kanilang tinapay! Ang pagkain nila ay tila kulang sa mahahalagang bakas na elemento, kaltsyum at iba pa, kaya tuluyang nasira ang kanilang mga ngipin. Makikita mo ang isang Bedouin na may iisang ngipin lamang, ngunit nagagalak siya na para bang gawa ang ngipin na iyon sa madreperla. Para sa ibang tao, ang wala pang kahit isang ngipin ay sapat na para maramdaman nilang kulang sila. Lahat ng ito ay nangangahulugang dapat tayong walang humpay na magpasalamat at magpuri sa Diyos, araw at gabi, para sa Kanyang mga biyaya sa atin.

Isang beses sinabi sa akin ng isang obispo na sa simbahan, habang binabasa ng diakono ang Ebanghelyo tungkol sa pagpapagaling sa mga demonyado ng Gergesa,⁷⁹ ay may isang karaniwang parokyano na nakatayo sa likod ng upuan ng obispo na paulit-ulit na nagsasabi: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' Sinimulan ng diakono: 'Noong panahong iyon, dumating si Jesus sa rehiyon ng mga Geraseno.' 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos,' wika ng parokyano. 'Dalawang demonyado ang sinalubong Niya' — 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' 'Sila'y napakamapanganak' — 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' 'At narito, ang buong kawan ay nagmadali... sa dagat' — 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' 'Naunawaan ko,' sabi ng obispo sa akin pagkatapos, 'na tama ang taong ito na patuloy na nagsasabi, "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos," sapagkat ang "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos" ang nagtatapon sa mga demonyo sa dagat.' At dapat mong paulit-ulit na sabihin: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos, kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos,' hanggang sa magtapon ang kawan sa dagat...

Ang pagpapasalamat ay nagpapabanal sa lahat ng nasa paligid natin. Sa pagpapasalamat, nakakalimot ang isang tao sa sarili sa gitna ng pasasalamat, nawawala ang sarili sa pinakamagandang kahulugan ng salita, at nagagalak sa lahat ng bagay. At kapag pinasasalamatan ng isang tao ang Diyos kahit sa pinakamaliit na bagay, bumabâ ang pagpapala ng Diyos sa kaniya nang napakagayuma na hindi niya ito matiis. Sa puntong iyon, hindi na matiis ng demonyo ito at umaalis.

Seksyon 2. Mga Birtud

"Ang sinumang taglay ang espirituwal na kagandahan, na ipinanganak ng birtud, ay nagniningning ng Banal na Grasya. Sapagkat, sa pagkamit ng mga birtud, ang isang tao ay nagkakamit ng pagkadiyos at dahil dito ay sumisiklab ng liwanag; inihahayag ito ng Banal na Grasya sa kanila"

Pagyayaman ng mga Birtud

- Geronda, kailan nakakamit ng isang tao ang pagkadiyos?
- Kapag pumasok sa kanila ang Banal na Grasya.

⁷⁸ Ikinukwento ni Nakatatandang Paisios ang panahon nang siya ay nanirahan sa Bundok Sinai (1962–1964). — *Tala ng nagsama-sama*.

⁷⁹ Tingnan ang Mat. 8:28–34

— Nakatira ba ang kagalakan sa kanila?

— Hindi lamang ang kagalakan ang naninirahan sa kanila, kundi pati na rin ang malaking pag-ibig, kababaang-loob, aliw, at tiwala. Taglay nila ang mga katangiang taglay ng Diyos; kaya't pumapasok sa kanila ang Biyaya ng Diyos.

— At ano ang ibig sabihin ng 'Diyos ng mga diyos'?⁸⁰

— Hindi ba sinasabi ni David: 'Hindi ba kayong lahat mga diyos, at mga anak ng Kataas-taasan?'⁸¹ Ang tao ay nilikha 'ayon sa larawan' ng Diyos; samakatuwid, ang Diyos ang Diyos ng mga diyos, ibig sabihin, ng sangkatauhan. Dapat maabot ng tao ang pagkadiyos. Lahat ng tao ay nilikha sa wangis ng Diyos, ngunit sino sa atin ang nasa landas patungo sa 'pagkapareho'? Habang mas lumalayo tayo sa Diyos, mas hindi tayo nagiging katulad Niya; ibig sabihin, habang mas lumalayo tayo sa diwa ng 'pagkapareho'.

Upang maging katulad ng Diyos ang isang tao, dapat siyang mamuhay ayon sa mga utos ng Diyos at magsikap na pagbutihin ang kanyang sarili. Sa ganitong paraan, nalilinis siya mula sa mga pagnanasa at nagkakamit ng mga birtud, at hindi na siya basta taong nilikha 'ayon sa wangis' ng Diyos, kundi pumapasok sa kalagayan ng 'pagkapareho', sapagkat ang Banal na Grasya ay gumagawa sa loob niya.

Ang pagsasabuhay ng kabutihan ay ang pagsunod sa mga utos ng Panginoon.⁸²

— Geronda, labis kong nais makita ang aking santo.

— At nais kong subukan mong maging kaibigan ng Diyos.

— Paano ko iyon magagawa?

— "Paano mapapanatiling dalisay ng isang binata ang kanyang lakad? Sa pamamagitan ng pamumuhay ayon sa Iyong salita."⁸³ Kung mamumuhay ka ayon sa mga utos ng Diyos, magiging kaibigan ka ng Diyos.

Kung tayo ay mga anak ng Diyos, dapat nating sundin ang Kaniyang mga utos. Nang sinabi ng mga Hudyo, 'Si Abraham ang ating ama,' sumagot sa kanila si Cristo, 'Ang inyong ama ay hindi si Abraham, kundi si Satan; sapagkat kung kayo ay mga anak ni Abraham, gagawin ninyo ang mga gawa ni Abraham.'⁸⁴

— Geronda, ano ang ibig sabihin ni Abba Isaac nang sabihin niyang hindi hinihingi ni Cristo ang pagtupad sa mga utos, kundi ang pagbabago ng kaluluwa?⁸⁵

— Bakit binigay ng Diyos ang mga utos? Hindi ba ito para sa ating pagbabago? Sa pamamagitan ng pagsunod sa mga utos ng Diyos, pinagyayaman natin ang birtud at nakakamtan ang kalusugan ng kaluluwa. 'Ang pagsasabuhay ng birtud,' sabi ni Abba Isaac, 'ay ang pagsunod sa mga utos ng Panginoon.'⁸⁶

— Geronda, sabi ni Abba Isaiah: 'Kailangan ng tao ang isang matapang at dakilang puso upang masigasig na tuparin ang mga utos ng Diyos.'⁸⁷

— Totoo iyan. Upang matupad nang eksakto ang mga utos ng Diyos, kailangan ng tapang, katapangan, at pagkamayamay. Kaya, hanapin mo kung ano ang kulang sa iyo at kung ano ang hinihingi ng Diyos sa iyo: isaalang-alang mo kung ano ang nagawa mo at kung ano ang dapat sana'y nagawa mo ngunit hindi mo nagawa. Sabihin sa iyong sarili: 'Oo, gusto ko ang ginagawa ko, ngunit

⁸⁰ Awit 49:1

⁸¹ Awit 81:6

⁸² Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 148

⁸³ Awit 118:9

⁸⁴ Ihambing sa Juan 8:39; Juan 8:44

⁸⁵ Tingnan ang Mga Ascetic na Kasabihan ni Abba Isaac na taga-Syria. Moscow, 1993. p. 148

⁸⁶ Tingnan doon.

⁸⁷ Kinuha mula sa: **Ang Pag-ibig ng Kabutihan**. Bol. I. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1992. p. 427.

kaaya-aya ba ito sa Panginoon?' — at magsikap na tuparin ang kalooban ng Diyos. 'Dahil sa mga salita ng iyong mga labi, iningatan ko ang mga daan ng matutuwid,'⁸⁸ — gaya ng nakasulat sa Banal na Kasulatan.

Ang birtud ay may halaga lamang kapag ito ay nakamit nang malaya, nang walang panlabas na pagpipilit. Dapat maramdaman ng isang tao na ang birtud ay isang personal na pangangailangan at pagkatapos ay magsikap na makamtan ito. Hindi tayo ang kailangan ng Diyos upang tuparin ang Kaniyang kalooban — kundi tayo ang nangangailangan nito. Kailangan nating tuparin ang kalooban ng Diyos upang palayain ang ating sarili mula sa ating lumang pagkatao. Ang lahat ng enerhiya ng isang mananampalataya ay dapat ituon sa mahigpit na pagsunod sa mga utos ng Diyos. Kapag nagsusumikap ang isang tao na tuparin ang kalooban ng Diyos, lumalapit siya sa Diyos at, kahit hindi niya ito hilingin, tumatanggap pa rin siya ng Banal na Grasya. Sa madaling salita, kumukuha sila ng tubig nang direkta mula sa pinagmulan.

Ang lahat ng birtud ay dapat linangin

— Maaari bang maging matuwid ang isang tao sa pamamagitan ng kanyang kalikasan?

— Maaaring ang isang tao, ayon sa kanyang kalikasan, ay halimbawa, payak, kalmado o mapayapa. Lahat ng ito ay likas na kaloob na ipinagkaloob ng Diyos sa kanila, at upang higit pa itong paunlarin, dapat itong alagaan ng isang tao. Sa pamamagitan ng espirituwal na pakikibaka, makakatanggap sila ng mga espirituwal na kaloob, ang mga kaloob ng Banal na Espiritu.

— Geronda, ang pangangatwiran ba ay biyaya mula sa Diyos o isang birtud na unti-unting nakakamit ng isang tao sa pamamagitan ng espirituwal na paggawa?

— Ganito ko ipaliwanag: ang paghuhusga ay isang biyaya. Ngunit kung sakaling wala ka ng biyayang ito, at mayroon ka namang iba. Sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng iyong kaloob, sabay mong pauunlarin ang paghuhusga at iba pang mga birtud, at sa pamamagitan nito ay mabubuo mo ang mga birtud na kulang sa iyo. Kapag nagsusumikap ang isang tao, halimbawa, sa pag-iwas sa labis na pagnanasa, sabay niyang pinagyayaman ang katahimikan, pagiging mapagmatyag, panalangin, paghuhusga, at iba pa.

Pagkatapos ng lahat, ang mga birtud at mga pagnanasa ay umuunlad depende sa direksyon na pinipili ng isang tao na pagtrabahuhan. Kung pinagyayaman nila ang mga birtud, mamumukadkad ang mga birtud at malulunod ang mga pagnanasa. Kung pinagyayaman nila ang mga pagnanasa, mamumukadkad ang mga pagnanasa at malulunod ang mga birtud. Kung pinagyayaman nila ang pareho, mamumukadkad ang pareho, at magkakaroon ng kalituhan. Upang maunawaan ito, isipin ang isang hardin na may parehong bulaklak at damo. Kung inaalagaan ng hardinero ang mga damo, lalago ang mga ito at sasakal sa mga bulaklak. Kung inaalagaan niya ang mga bulaklak, mamumukadkad ang mga ito at sasakal sa mga damo. Kung inaalagaan niya ang pareho, sa paglipas ng panahon ay hindi na niya matutukoy kung alin ang bulaklak at alin ang damo.

Upang magtagumpay ang isang tao, dapat niyang kilalanin ang mga pagnanasa sa kanyang kalooban at magsikap na putulin ang mga ito. Dapat din niyang kilalanin ang mga biyayang ibinigay ng Diyos sa kanya at paunlarin ang mga ito. Kung aalagaan nila ang mga biyayang ito nang may kababaang-loob, maliligaya sila sa espirituwal sa lalong madaling panahon. Kung pagtrabahuhan nila ang kanilang espirituwal na pag-unlad, magiging mabuti sila; kung pababayaan nila ito, magiging masama sila.

Nakilala ko ang mga taong, bagaman mataba ang lupa ng kanilang kaluluwa, ay hindi inararo, kaya tinubuan ito ng mga tinik at matulis na tinik. Ang iba naman, kahit na tumubo ang mga tinik at mga dawag sa kanilang *lupa*, inalis nila ang lahat ng ito, araron ang lupa, at nagsimulang mamunga ang lupa. Ano ang silbi kung binigyan tayo ng Diyos ng mabuting lupa, ngunit pinabayaan natin ito

⁸⁸ Awit 16:4

at hinayaan itong matabunan ng mga damo? Kung ang lupa natin ay angkop para sa pagtatanim ng tubo ngunit napuno ng mga tuod, at kung hindi natin aalagaan na bunutin ang mga tuod, magtanim at mag-alaga ng tubo, paano tayo matutulungan ng Diyos? Magsusulid ka lang ng basket mula sa tuod; hindi ka makakakuha ng asukal mula rito...

Hahatulan tayo ng Diyos kung nadoble ba natin ang biyayang ibinigay Niya sa atin. Kung binigyan Niya ang isang tao ng limang biyaya, dapat gawing sampu ng taong iyon. Hindi na ang siyam ang pinakamagandang resulta para sa kanila. Kaya, magsikap ang bawat isa nang may kababaang-loob at paghuhusga upang makamit ang pinakamagandang resulta. Sapagkat hihingin ng Diyos ang pananagutan kung ginawang dalawa ang isang talento ng isang tao, ginawang apat ang dalawa, at ginawang sampu ang lima. Kaya, kung nadoble ng isang tao ang mga talentong ibinigay sa kaniya, sa paningin ng Diyos karapat-dapat siya sa pinakamataas na gantimpala. At kung ang sinuman, dahil sa sigasig at hindi sa kayabangan, ay ginawang sampu ang isang talento, maaantig niya hindi lamang ang Diyos kundi pati ang taong may pusong bato.

Ang birtud ng iba ay pinupuno tayo ng bango nito

— Geronda, ano ang nakatutulong sa atin upang magkaroon ng birtud?

— Ang pakikisama sa isang taong may taglay na birtud na iyon. Kung gugugulin mo ang oras kasama ang isang taong may paggalang, unti-unti mong makakamtan ang paggalang. Totoo ito sa lahat ng mga birtud, dahil pinupuno tayo ng bango ng mga birtud ng iba.

Kapag tinitingnan natin ang mga birtud ng iba at sinisikap nating gayahin ang mga ito, tayo ay napapalakas ang loob. Ngunit nakikinabang din tayo sa pagtingin sa kanilang mga kapintasan, sapagkat ang mga kapintasan ng iba ay tumutulong sa atin na makita ang sarili nating kapintasan. Ang birtud ng ibang tao ay nagbibigay-inspirasyon sa akin na sikaping tularan ito, samantalang ang isang kapintasan ay nagpapaalis sa akin kung ako rin ay may ganoong kapintasan, at kung gayon, saang antas, upang maalis ko ito sa aking sarili. Halimbawa, kung nakikita ko ang kasipagan sa isang tao, nagagalak ako at sinisikap kong tularan siya. Kung nakikita ko naman ang kuryosidad sa iba, hindi ko kinokondena ang aking kapatid, kundi pinagmamasdan kong mabuti kung taglay ko rin ito. At kung matuklasan kong taglay ko nga, sisikapin kong alisin ito sa sarili ko. Ngunit kung puro birtud lamang ang nakikita ko sa sarili ko at puro kamalian sa iba, habang sabay na pinapabayaan ko ang sarili kong mga kamalian o pinagtatwiran ko ang mga ito sa pamamagitan ng pagsasabing, 'Mas mabuti ako kaysa sa taong ito, at sa isa pa, at sa isa pa!' — noon ay naliligaw ako.

Ang ibang tao ay salamin para sa atin. Kapag tumitingin tayo sa iba, nakikita natin ang ating sarili, at nakikita rin ng iba ang ating mga kamalian; ang kanilang mga obserbasyon ay nag-aalis ng mga mantsa sa atin.

Ang halimbawa ng mga santo sa pagsasabuhay ng birtud

— Sabihin mo sa akin, Geronda, ano ang mga natatanging katangian ng mga santo?

— Ang pag-ibig na sinamahan ng kababaang-loob, pagiging payak, at matalinong paghuhusga — ito ang mga natatanging katangian ng mga santo. Kung ang isang tao, na may matalinong paghuhusga, ay pipilitin ang sarili na gayahin ang buhay ng mga santo, makakamtan din niya ang kabanalan.

Ang halimbawa ng mga santo ay malaking tulong sa atin sa ating pagsisikap na magkamit ng mga birtud. Sa pamamagitan ng paghahambing natin sa ating sarili sa mga santo, nakikita natin ang ating sariling mga kahinaan, pinapagalitan ang ating sarili, nagpapakumbaba, at nagsusumikap nang may sigasig at banal na alab na tularan sila. Walang dahilan para manatili sa kinatatayuan, sapagkat nasa harapan natin ang halimbawa ng mga santo at ang kanilang mga buhay. Lahat ng mga santo ay

mga anak ng Diyos, at tinutulungan nila tayo, ang mga kahabag-habag na anak ng Diyos, sa pamamagitan ng pagpapakita kung paano iwasan ang mga panlilinlang ng Masama.

Ang masusing pagbasa sa buhay ng mga santo ay nagpapainit sa kaluluwa, nagbibigay-inspirasyon sa atin na sundan ang kanilang halimbawa, at naghihikayat sa atin na matapang na ipagpatuloy ang pakikibaka upang kamtin ang mga birtud. Sa buhay ng bawat santo, kitang-kita ang iisang banal na pagkabaliw, bagaman ito ay nagpapakita ng iba't ibang anyo sa bawat isa. Makikita ang matinding pag-ibig ('Ερωτας) na mayroon sila para sa Diyos. At sa gayon, nasisindiha sa loob ng isang tao ang apoy ng banal na sigasig, kasabay ng matinding pagnanais na tularan sila.

— Geronda, ilang taon dapat basahin ng isang tao ang synaxarion⁸⁹ ng isang santo?

— Sa buong buhay. Bagaman napakakaunti ang nakasulat sa Synaxarion, ang kuwento ng buhay ng isang santo ay hindi sumasaklaw sa buong buhay nila, kundi ilang patak lamang mula sa isang puno ng tasa na umapaw. Magiging hangal ang mga santo kung ibubunyag nila ang lahat ng kanilang lihim na naranasan. Ngunit sapat na para sa atin ang ilang salitang ito, basta't mahawakan nito ang ating mga puso, basta't maisagawa natin ito sa ating sariling buhay.

— Nahihirapan akong gawin ang anumang katulad ng ginawa ng mga santo. Halimbawa, si Santa Syncletica,⁹⁰, anong napakahirap na pakikibaka ang tiniis niya hanggang sa katapusan ng kanyang buhay, kahit na nagdurusa siya mula sa isang malubhang karamdaman! O ang Kagalang-galang na Barsanuphius,⁹¹, ilang taon siyang nanatili sa ganap na katahimikan!

— Sige, kung gusto mong tularan si Venerable Barsanuphius, subukan mo man lang na huwag sumagot kapag may nagsabi ng komento sa iyo. Tungkol naman sa gawa ni Santa Syncletica, sa tingin ko ay kulang ka sa pisikal na lakas para ulitin ito — hindi mo ito matiis — ngunit sa panloob na bahagi, sa palagay ko, maaari mo siyang tularan, at dito ay marami kang kailangang gawin. Nananalangin ako na sana'y ipagkaloob sa iyo ng santa kahit kaunti sa kanyang taglay.

Linisin natin ang birtud mula sa mga karumihan nito

— Geronda, paminsan-minsan ay binabanggit mo ang 'nakalalasong birtud'. Kailan nagiging 'nakalalason' ang birtud?

— Ang 'nakalalasong' birtud ay, halimbawa, kabaitan kapag ito ay hinihimok ng pagnanais na mapasaya ang iba, o pag-ibig kapag ito ay pinapatnubayan ng pansariling interes. Kapag ang ating mga gawa ay kulang sa pagiging bukas-palad at pagiging payak, at ang birtud ay hinaluan ng makasarili, doon ito nagiging baluktot na birtud. Parang isang hindi pa hinog na prutas ito, na siyempre may lamang din na ilang bitamina, ngunit kapag nginunguya mo, mapait ang iyong nalalasp sa bibig.

— Posible bang kulang ako sa birtud, ngunit itinuturing pa rin akong deboto?

— Masama kung iniisip mong ikaw ay deboto.

— Maaari bang hindi ko makita ang tunay kong kalagayang espiritwal at isipin na mayroon akong birtud?

— Maaaring ganoon ka, ngunit kung titigan mong mabuti, mararamdaman mong walang katamisan sa loob, at mula rito mauunawaan mo kung ano ang tunay mong kalagayang espiritwal. Minsan, maaaring isipin ng isang tao na nakamit na niya ang birtud dahil lamang sa pagyakap niya sa ilang panlabas na palatandaan nito at pagsunod sa mga ito upang magmukhang deboto sa paningin ng iba. Ngunit sa katotohanan, hindi ito tunay na birtud. Hindi magtatagal ang isang tao sa ganitong kalagayan. Darating ang pagsubok, at mabubunyag ang katotohanan. Iba ang isang bagay, halimbawa, kung nagsasanay ang isang tao ng katahimikan upang hindi masaktan ang iba sa kanyang

⁸⁹ Synaxarion: isang maikling hagiograpiya ng santo ng araw, na kasama sa liturgical na Menaion. — *Tala ng tagasalin*

⁹⁰ Ang kanyang pista ay ipinagdiriwang tuwing ika-5 ng Enero. — *Tala ng tagapagsama*

⁹¹ Ang kanyang pista ay ipinagdiriwang tuwing ika-6 ng Pebrero. — *Tala ng tagapagsama*

mga salita, at sa gayon ay unti-unting nakakamit ang birtud ng katahimikan. Iba naman kung hindi sila nagsasalita upang ituring sila ng iba na taong iilan ang salita.

Maaaring tahimik siya sa kanyang dila, ngunit kasabay nito ay patuloy siyang nakikipag-usap sa kanyang mga iniisip, at maaaring mamayani sa kanya ang kanyang mga pagnanasa. Sa panlabas, maaaring mukha siyang tunay na santo, ngunit kapag nabunyag ang kanyang kalooban, malalaman na ito ay...

— Geronda, nawawalan ako ng pag-asa sa aking kalagayan. Ang kabutihang aking nakita sa aking sarili ay, sa katunayan, naging walang halaga.

— Ano nga ba?

— Ang inakala kong sigla ay sa huli ay naging makasarili.

— Hindi, mahal ko, hindi iyon totoo! Maraming iba't ibang metal sa ore. Maaaring marami ang buhangin, pero may tanso, bakal, at kaunting ginto... Kapag nailagay ang ore sa pugon, doon matutunaw ang ginto. Hindi ba't sinasabi: 'Tulad ng ginto sa pugon?'⁹²

Kapasalan — ang magnanakaw ng mga birtud

— Geronda, bihag ako ng aking mga pagnanasa. Minsan ako'y ninanakawan ng pagmamahal sa sarili, minsan naman ng paghahangad sa mga panlabas na bagay.

— Kung papayagan ng isang tao na samantalain ng mga magnanakaw ang kanyang mga ari-arian, maaari pa kaya siyang yumaman? At ikaw, kung papayagan mong magnakaw sa iyo ang iyong mga pagnanasa, maaari ka bang umunlad? Mananatili kang mahirap magpakailanman, dahil ano man ang iyong maipon, mawawala rin. Nalilito ako kung paano ka maaaring magnakaw ng 'tangelashka', samantalang kaya mong samsamin ang paraiso!

— Lubos kong nais na magkaroon ng kabutihan, ngunit parang nakatambay lang ako. Bakit nga ba?

— Maaaring hindi pa handa ang isang tao para sa kabutihan. Ngunit ikaw, nakikita kong nagsisimula ka nang lumapit sa espiritwal na pagkahinog. Kaya mag-ingat ka: ngayon, kapag dumating na ang tag-init at ang mga ubas ay unti-unting napupuno ng tamis, bantayan mo sila nang mabuti laban sa mga uwak — ang mga tangelashka — at mamuhay ka nang mapagkumbaba at tahimik.

— Ngunit lahat ng mabuting nagagawa ko ay nawawala dahil agad akong nagmamalaki.

— Alam mo ba ang ginagawa mo? Gumagawa ka ng pulot, at pagkatapos ay itinatapon mo ito, at ninanakaw ito ng masamang tangelashka mula sa iyo, na iniwan kang walang hawak. Tulad ng kung paanong pinapasingaw ng mananagat ng pulot ang paningin ng mga bubuyog gamit ang usok at kinukuha ang kanilang pulot, ganoon din, pinapasingaw ng tangelashka ang iyong isipan gamit ang usok ng kayabangan, ninanakaw ang lahat ng iyong espiritwal na pulot, at saka ikinikuskos ang mga kamay sa tuwa. Ninakaw nito sa iyo ang mahahalagang kaloob ng Diyos, habang nagdiriwang naman ito. Matalinong tao ka—hindi mo ba talaga ito nauunawaan? Bakit hindi mo hawakan ang kamay ng magnanakaw, ng mandaraya, na nagnanakaw sa iyo?

— Ngunit kung nararamdaman ng isang tao na ang biyayang taglay niya ay mula sa Diyos, paano makakaw ninang tukso ang biyayang iyon?

— Sa pamamagitan ng kawalang-pansin. Binibigyan ng Diyos ang bawat tao ng maraming biyaya, at bagaman narapat na magpasalamat ang isang tao sa Diyos para sa mga ito, madalas silang pabaya, itinuturing nilang sarili ang mga biyayang ibinigay sa kanila ng Diyos, at nagiging mayabang sa kanilang puso. Pagkatapos ay dumarating ang mapanlinlang na diyablo at ninanakaw

⁹² Kawikaan 3:6

ang mga biyayang ito mula sa tao, sapagkat siya ay isang magnanakaw; tinatamaan niya ang mga ito ng kanyang lason at ginagawang walang silbi.

Espirituwal na kagandahan

— Geronda, paano ko makakamtan ang espirituwal na kagandahan?

— Kung magsikap ka nang may banal na sigasig na kamtin ang mga birtud, makakamtan mo rin ang espirituwal na kagandahan. Ang Ina ng Diyos ay nagkaroon ng panlabas at panloob na kagandahan. Ang sinumang nakakita sa kanya ay nagiging ibang tao. Ang espirituwal na kabaitang sininag niya ay nagpagaling sa mga kaluluwa.

Sa pamamagitan ng kanyang panloob na kagandahan at kapangyarihan ng biyaya, nagawa niya ang isang dakilang gawa ng misyon! At sinumang nagsusumikap sa espirituwal at pinapino ang kanilang pagkatao ay magiging pinagpala at maganda ang kaluluwa.

— Nararamdaman ba ng isang taong mayroon ng Banal na Grasya ito sa kanyang sarili?

— Nararamdaman nila ang ilang pagpapakita ng biyaya.

— At makikilala ba ng ibang tao, sa pagtingin sa kanila, ang biyaya sa kanila?

— Oo, kaya nila, dahil ibinubunyag sila ng biyaya. Alam mo, hindi maaaring itago ang kabutihan, kahit paano man pilitin ng isang tao. Hindi mo maaaring itago ang araw sa likod ng salaan, dahil ang mga sinag nito ay dumaan pa rin sa mga butas.

Ang taong mayroong espirituwal na kagandahan, na ipinanganak mula sa birtud, ay nagniningning ng biyaya. Sapagkat sa pamamagitan ng pagkamit ng mga birtud, ang tao ay nagkakamit ng pagkadiyos, at sa gayon ay sumisilay ang liwanag mula sa loob, at inihahayag ito ng Banal na Biyaya. Kaya, nang hindi hinihiling o namamalayan, inihahayag ng tao ang kanyang sarili sa iba, at ang Diyos ay naluluwalhati.

Ang kalayaan mula sa mga pagnanasa at ang paglilinis ng kaluluwa ay nakakaapekto rin sa katawan, na nililinis din, sapagkat ang paglilinis ay nagsisimula sa puso. Sa pamamagitan ng dugo, ipinapasa ng puso ang kanyang espirituwalidad sa katawan, at sa gayon ay ang buong tao ay pinapabanal.

Bahagi 1. May isang birtud—ang kababaang-loob

"Bubukas ng Kaban ng Langit ang kapakumbabaan, at ang Grasya ng Diyos ay bababa sa isang tao"

Kabanata 1. "Ang Diyos ay nagkakaloob ng biyaya sa mapagkumbaba"⁹³

Ang mapagkumbaba ay taglay ang lahat ng birtud

— Geronda, mangyaring magsalita ka sa amin habang kami'y paalam na.⁹⁴

⁹³ Tingnan ang Santiago 4:6; 1 Pedro 5:5; Kawikaan 3:34.

⁹⁴ Naganap ang pag-uusap na ito sa Hesychastery noong Pebrero 1968 sa pagitan ni Nanakang Paissios at ng mga unang babaeng naninirahan doon. Kinabukasan, umalis na ang Nakatatanda patungong Banal na Bundok, matapos ang dalawang buwang pananatili sa monasteryo, kung saan siya ay naroon upang itatag ang mga pundasyon ng buhay espirituwal sa bagong tatag na komunal na monasteryo. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

— Ano pa ang masasabi ko sa inyo? Marami na akong nasabi!

— Sabihin mo sa amin ang isang bagay para mapagtrabaho namin ito hanggang sa iyong pagbabalik.

— Sige, kung pipilitin mo ako, sasabihin ko sa'yo... Isang birtud lang ang kababaang-loob, at dahil hindi mo ito nauunawaan, idaragdag ko rin ang pag-ibig. Ngunit hindi ba ang may kababaang-loob ay may pag-ibig din?

— Sabi ni Abba Isaac: 'Tulad ng asin sa lahat ng pagkain, gayon din ang kababaang-loob sa bawat birtud.'⁹⁵

— Kaya, kung walang kababaang-loob, ang mga birtud... ay hindi masarap kainin! Nais ipakita ni San Isaac kung gaano kahalaga ang kababaang-loob sa pagsasabuhay ng mga birtud.

— Geronda, sa ibang bahagi sinasabi ni Abba Isaac na ang kababaang-loob ay dumarating kapag nakamit na ng isang tao ang lahat ng mga birtud.⁹⁶

— Marahil ay may hindi ka naintindihan? Kung ang isang tao ay walang kababaang-loob, walang birtud ang makalalapit sa kanya.⁹⁷

— Kaya, ang taong may kababaang-loob ba ay taglay din ang lahat ng birtud?

— Siyempre. Ang mapagkumbabang tao ay naglalabas ng lahat ng bango ng espirituwal na tamis: pagiging payak, pagiging maamo, walang-hanggang pag-ibig, kabaitan, kawalan ng masamang loob, paghahain sa sarili, pagsunod, at iba pa. Taglay niya ang kahirapan sa espiritu,⁹⁸ at iyan ang dahilan kung bakit taglay niya ang lahat ng espirituwal na kayamanan. Bukod pa rito, siya ay deboto at tahimik, at dahil dito ay kapareho siya ng pinakabiyayang Birheng Maria, Ina ng Diyos, na nagkaroon ng lubos na kababaang-loob. Habang bitbit niya sa kanyang sinapupunan ang nagkatawang Diyos, sumagot siya: 'Narito, ako'y alipin ng Panginoon; mangyari sa akin ayon sa iyong salita.'⁹⁹ Hindi niya sinabi: 'Magiging ina ako ng Anak ng Diyos.' Nanatili siyang tahimik, tahimik, hanggang sa magsalita si Cristo nang siya ay tatlumpung taong gulang.

Sinasabi ni San Andres ng Crete na Siya ay Diyos pagkatapos ng Diyos at pumapangalawa pagkatapos ng Trinidad.¹⁰⁰ Isang alipin at gayon pa man Nobya ng Diyos! Isang Birhen at isang Ina! Isang nilikha ng Diyos at Ina ng Maylalang! Lahat ng ito ay mga dakilang hiwaga na hindi maaaring ipaliwanag, kundi maranasan lamang!

— Alin sa mga ikon ng Ina ng Diyos ang pinakapaborito mo?

— Gusto ko ang lahat ng mga ikon ng Ina ng Diyos. Kahit nakita ko lang ang Kanyang pangalan na nakasulat kahit saan, hahalikan ko ito nang may paggalang nang maraming beses, at nanginginig sa tuwa ang puso ko.

Nakakabighani talaga kapag pinag-iisipan mo ito! Isang munting batang babae ang nagsabi: 'Pinupuri ng aking kaluluwa ang Panginoon... sapagkat tiningnan Niya ang kababaang-loob ng Kanyang lingkod.'¹⁰¹ Ang ganoong kahulugan sa iilang salita lamang! Malaking kapakinabangan ang makukuha sa pagsisiyasat sa kahulugan ng mga salitang ito. Maikli, ngunit makapangyarihan. Kung pagmumunyagan mo ang mga ito, mamahalin mo ang kababaang-loob, at kung magpapakumbaba

⁹⁵ Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 199.

⁹⁶ Tingnan *ibid.*, p. 235.

⁹⁷ Ang talatang tinutukoy ng madre ay ganito ang nakasulat: 'Ang kababaang-loob ay isang tiyak na misteryosong kapangyarihan na, matapos perpektuhin ang buong banal na buhay, ay tinatanggap ng mga perpektong santo' (hinango mula sa: **The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian**. Moscow, 1993. p. 235). Dito, tinutukoy ni Abba Isaac ang pagpapakumbaba bilang isang kalagayan ng kaganapan, samantalang tinutukoy naman ni Nakatatandang Paisios ang pagpapakumbaba na kinakailangan para sa pakikibaka upang makamit ang mga birtud. — *Tala ng nagsama-sama*.

⁹⁸ Ihambing ang Mat. 5:3

⁹⁹ Lucas 1:38

¹⁰⁰ "Χαίροις μετὰ Θεὸν ἢ Θεός, τὰ δευτερεῖα τῆς Τριάδος ἢ ἔχουσα." San Andres ng Crete, ika-5 na tono. Theotokarion. Volos, 1991. p. 107.

¹⁰¹ Lucas 1:46-48

ka, makikita mong papasok sa iyo ang Diyos, na babaguhin ang iyong puso na parang sabsaban sa Bethlehem.

Ang Espiritu ng Diyos ay nananahan sa mapagkumbaba

— Sabihin ninyo sa amin, anong mga birtud ang dapat taglayin ng isang tao upang bumaba ang Biyaya ng Diyos sa kaniya?

— Sapat na ang kababaang-loob lamang. Madalas akong tanungin: 'Gaano katagal bago makamit ang Banal na Grasya?' May ilan na diumano'y namumuhay nang espiritwal, nagsasagawa ng pag-aascetismo at iba pa, ngunit iniisip nilang sila'y espesyal — ang ganitong mga tao ay hindi nakakamit ang Grasya ng Diyos. Ang iba naman ay nakakamtan ang biyaya sa maikling panahon dahil pinapababa nila ang kanilang sarili.

Kung magpapakumbaba ang isang tao, kayang liwanagan siya ng biyaya sa isang iglap, gawing anghel, at makarating siya sa paraiso. Ngunit kung magmamataas siya, sa isang iglap ay magiging aba siya at mauwi sa impyerno. Ang tao, kung nanaisin niya, ay nagiging tupa; kung nanaisin niya, kambing. Ang mga dukhang kambing—gusto nilang maging tupa, ngunit hindi nila magawa; samantalang binigyan ng Diyos ang tao ng kakayahang maging tupa mula sa pagiging kambing, basta't siya ay magnasa rito.

Ang biyaya ng Diyos ay bumababa lamang sa mga mapagkumbaba at malumanay. Sa ganoong tao, nananahan ang Espiritu ng Diyos. Naalala mo ba ang sinasabi ng propeta Isaias: 'Kanino ako titingin, kundi sa malumanay at tahimik?'¹⁰²

Humihiling lamang ang Diyos sa atin ng kaunting kababaang-loob upang makapasok tayo sa ugnayan sa Kanya; at pagkatapos ay ibinubuhos Niya nang sagana sa atin ang lahat ng Kanyang mayamang biyaya, isa't isa. Para sa Diyos, wari, may utang Siyang malaking biyaya sa taong mapagkumbaba; ibinibigay Niya ito sa kanila bilang isang kaloob, kahit hindi pa ito hinihiling ng tao. Ganyan ang espiritwal na batas. Hindi ba't sinasabi sa Ebanghelyo: 'Ang Diyos ay sumasalungat sa mayabang, ngunit nagkakaloob ng biyaya sa mapagkumbaba'?'¹⁰³ Ganyan ang kautusan ng Diyos. Ang 'mapagkumbaba' ay nangangahulugang 'may biyaya'! Kaya ang tunay na mapagkumbaba ay tumatanggap ng malaking biyaya mula sa Diyos, sapagkat ang isang mapagkumbaba, na parang espongha, ay sumisipsip ng Biyayang Banal. Ang mga taong mapagkumbabang yumuyuko at tinatanggap ang mga suntok mula sa iba ay nililinis ang kanilang sarili mula sa kanilang mga kapintasan, nagiging parang anghel sa espirituwal na kagandahan, at malayang dumaraan sa makipot na pasukan ng paraiso. Walang sinuman ang umaakyat sa Langit sa pamamagitan ng pag-angat sa mundo, kundi sa pamamagitan ng pagbaba sa espirituwal.

Binubuksan ng kababaang-loob ang mga pintuan ng Langit, at dumarating ang Grasya ng Diyos sa isang tao, samantalang isinasara naman ito ng kayabangan. Sinasabi noon ni Nakatatandang Tikhon: 'Mas maraming grasya ang taglay ng isang mapagkumbabang tao kaysa sa maraming tao na pinagsama-sama. Bawat umaga pinagpapala ng Diyos ang mundo gamit ang isang kamay, ngunit kung makakita Siya ng mapagkumbabang tao, pinagpapala Niya ito gamit ang magkabilang kamay. Ang sinumang may pinakamalaking kababaang-loob ang pinakadakila sa lahat!' "¹⁰⁴

Lahat ay nakasalalay sa mapagkumbabang pag-uugali. Kapag ang isang tao ay may mapagkumbabang pag-uugali, natural lamang na nagkakaisa para sa kaniya ang lupa at ang Langit.

Sa pamamagitan ng kababaang-loob, natagpuan ng mga tao ang susi na, kapag iniikot, itinataas sila sa Ikatlong Langit¹⁰⁵ sa espirituwal na pag-angat ng pag-ibig. Ngunit may ilan na nagsasabi:

¹⁰² Isa. 66:2

¹⁰³ Santiago 4:6; 1 Pedro 5:5. Tingnan ang Kawikaan 3:34

¹⁰⁴ Elder Paisios ng Bundok Athos. Ang mga Ama ng Bundok Athos at mga Sinulat ni Athos. Thessaloniki, 2005. p. 31.

¹⁰⁵ Tingnan ang 2 Cor. 12:2

'Bakit hinihiling ng Diyos ang kababaang-loob sa atin?' Sige na nga! Kung ang isang tao ay hindi magpapakumbaba, hindi siya makakapasok sa makitid na mga pintuan ng paraiso, at hindi rin siya makakahanap ng kapayapaan sa buhay na ito. Ano ang sinabi ni Cristo? 'Matuto kayo sa akin, sapagkat ako'y banayad at mapagkumbaba sa puso, at doon kayo makatatagpo ng kapahingahan para sa inyong mga kaluluwa.'¹⁰⁶

Isang mapagkumbabang kaisipan lamang ang agad na nagpapagalaw sa Biyaya ng Diyos

— Namamangha ako kung paano agad na gumagalaw ang Biyaya ng Diyos sa pamamagitan ng isang mapagkumbabang pag-iisip. Noong isang beses, may isang kuting na pumasok sa selda ko. Kitang-kita na kumain ito ng hindi dapat, na-lason, at ngayon ay nagmamakaawa ng tulong, nagkikigkil sa sakit, tumatalon-talon na parang pugita na nabubunggo sa bato... Nakakaawa itong tingnan, pero ano ang magagawa ko? Nag-signo ako ng krus nang isang beses, tapos dalawang beses—ngunit wala pa ring nangyari! "Tingnan mo ang sarili mo," sabi ko sa sarili ko noon, "naging monghe ka na ng napakaraming taon, at hindi mo nga matulungan ang isang kawawang maliliit na kuting!" Hindi ko pa man natatapos sisihin ang sarili ko nang ang kuting, na halos huling hininga na, ay biglang gumising. Tumakbo ito papunta sa akin, nagsimulang kumuskos sa mga binti ko at tumatalon-talon nang may tuwa... Ganito ang kapangyarihan ng kababaang-loob! Kaya nga sinasabi: 'Sa ating kababaang-loob, aalalahanin tayo ng Panginoon.'¹⁰⁷

Napansin ko na mula sa isang mapagkumbabang kaisipan, ang isang tao ay nagsisimulang kumislap, sumilay. Kapag inako ng isang tao ang lahat ng sisi sa sarili, ang biyaya ng Diyos ay ibinubuhos sa kaniya. Kahapon ng nakaraang araw, may isang doktor na maraming anak ang dumalaw sa akin; sinabi niya: 'Geronda, napakayabang ko, at dahil sa kayabangan ko, masama ang asal ng mga anak ko.' At sinabi niya ito sa harap ng kanyang mga anak, na may luha sa kanyang mga mata, ngunit ang kanyang mukha ay nagniningning! Nakakita ako ng katulad na pangyayari dito ilang araw na ang nakalipas. Lumapit sa akin ang ilang mga kapatid na babae para makipagkwentuhan. Nag-usap kami tungkol sa iba't ibang bagay, at kinailangan ko silang seryosong pagsabihan. Ang isa sa kanila ay umatras, halos maluha na. Nagpakumbaba siya, at pagkatapos ay nagniningning ang kanyang mukha. Nakikita ninyo kung ano ang magagawa ng isang mapagkumbaba at nagsisising kaisipan! Agad na agad, naitatabi ang lahat ng kakulangan; nababago ang tao, at nagniningning ang kanyang mukha. Ang isa naman, gayunpaman, ay wala namang napala: dumating siya nang malamig ang puso at umalis ding malamig ang puso, puro kasalanan ng iba ang pinag-uusapan niya, at detalyado pa. Para sa mga hindi nagsusumikap na pagbutihin ang kanilang sarili, isang mapagmataas o mapanirang-puri na iniisip ay sapat na para magdulot ng anino sa kanilang mukha.

Isang mapagkumbabang kaisipan lamang ang maaaring agad na itaas ang isang tao sa ganoong kalubhang espiritwal na hindi niya maaabot kahit pa pagkatapos ng maraming taon ng dipangkaraniwang pagsisikap.

— Geronda, kung ang isang mayabang na tao ay magkaroon ng kahit isang mapagkumbabang kaisipan, tutulungan ba siya ng Diyos?

— Kung magkaroon siya ng isang mapagkumbabang kaisipan, hindi na siya magmamalaki kundi magiging mapagkumbaba, at tutulungan siya ng Diyos. Ang tao ay pabagu-bago: sa isang sandali hinihila siya sa isang direksyon, sa susunod sa iba pa, depende sa kaisipang tinatahanan niya. Ang isang mapagmataas na tao, kung magdadala siya ng mapagkumbabang kaisipan sa kanyang isipan, ay tumatanggap ng tulong. At ang isang mapagkumbabang tao, kung mag-iimbak siya ng kaisipang may kapalaluan, ay hindi na mapagkumbaba. Nagiging mayabang siya — at umaalis sa

¹⁰⁶ Mat. 11:29

¹⁰⁷ Awit 135:23

kanya ang Biyaya ng Diyos, at nahuhulog siya sa masamang kalagayan. Gayunpaman, kung mapagtanto niya ang kanyang paglabag at magsisi nang taos-puso, bumabalik ang kababaang-loob, at nagiging mas mabuti ang kanyang kalagayan, sapagkat ang kababaang-loob ay nagdudulot ng Biyaya ng Diyos. Ngunit upang ang kababaang-loob ay maging permanenteng kalagayan ng isang tao, at upang manatili sa kanya ang Biyaya ng Diyos, kinakailangan ang espirituwal na gawain.

Kabanata 2.

Ang pagsisikap na makamit ang kababaang-loob

Paano Pinapangalagaan ang Kababaang-loob

— Geronda, paano pinapalago ang kababaang-loob?

— Ang kababaang-loob ay pinapalago sa pamamagitan ng pagtanggap sa sarili at pinapakain ng pataba ng sariling mga kamalian. Ang taong nagtatangi sa sarili ay inuugnay ang lahat ng mabuting pag-aari niya sa Diyos. Nakikita nila ang dami ng biyaya ng Diyos at napagtatanto nilang hindi sila karapat-dapat dito; pinapababa nila ang kanilang sarili at patuloy na pinupuri ang Diyos. At habang mas pinapababa nila ang kanilang sarili at pinupuri ang Diyos, mas sagana ang Biyayang Divino na ibinubuhos sa kanila. Ito ang kusang pagpapakumbaba. Ngunit ang pagpapakumbaba na nagmumula sa patuloy na kabiguan ay sapilitang pagpapakumbaba.

Walang duda, ang kusang pagpapakumbaba ay may mas malaking halaga kaysa sa sapilitang pagpapakumbaba. Ito ay parang kapisasong matabang lupa kung saan tumutubo ang mga puno nang hindi nangangailangan ng pataba o dumi ng hayop, at nagbubunga ng masarap na prutas. Ang sapilitang kababaang-loob, sa kabilang banda, ay parang mahirap na lupa, kung saan kailangan ang parehong pataba at dumi ng hayop upang makapagtanim ng ani, at, muli, hindi kasing sarap ang bunga.

— Geronda, nahihirapan ako kapag, dahil sa masamang pagtrato ko sa isang tao, napapahiya ako sa harap ng iba at napipilitan akong magpakumbaba.

— Sa pamamagitan ng sapilitang pagpapakumbaba, nababayaran mo man lang ang bahagi ng utang na naipon mo dahil sa iyong mga kasalanan. Gayunpaman, kailangan mong simulan ang pagpapakumbaba sa iyong sariling kagustuhan.

— Ngunit ako ay nasa napakahirap na kalagayan. Pinahihirapan ako ng mga makamundong kaisipan, at ako'y nalulugmok sa kawalan ng pag-asa. Natatakot akong hindi na ako makakalabas sa kalagayang ito.

— Magpakatapatang ka, aking mabuting tao, at sa huli ay magwawagi si Cristo. Magkanta ka: 'Mula pa sa aking kabataan ay tinukso ako ng kaaway, binomba niya ako ng mga ligaya; ngunit ako, na nagtitiwala sa Iyo, O Panginoon, ay napagtagumpayan ko siya.'¹⁰⁸ Sa katotohanan, hindi ang mahinang laman ang dapat sisihin, kundi ang kayabangan. Sa katotohanan, taglay mo ang maraming birtud, na siyempre mga kaloob mula sa Diyos; ngunit dahil sa kakulangan ng sipag at kawalang-pansin, natatagpuan ng kaaway ang paborableng sandali at inililigaw ka sa kapalaluan. At sa halip na hugasan ang iyong mukha ng luha ng kagalakan at pasasalamat sa Diyos, binababad mo ito sa luha ng kalungkutan at pagdadalamhati. Mula rito ang konklusyon: kung hindi tayo kusang magpapakumbaba, tayo'y mapipilitang magpakumbaba, sapagkat minamahal tayo ng Mabuting Diyos. Kaya't magpakatapatang ka, anak ko, at magwawagi si Cristo. 'Sapagkat kung matatalo ka muli, matatalo ka muli: sapagkat ang Diyos ay nasa ating panig.'¹⁰⁹ Mawawala ang bagyo at magdudulot

¹⁰⁸ Stepenna, Tono 8, Antifona 1.

¹⁰⁹ Isang taludtod mula sa Dakilang Kompletina.

ng maraming kabutihan sa likod nito. Mas makikilala mo ang iyong sarili, mapapababa ka nang hindi mo ninanais, at, ayon sa , ang mga espirital na batas, tiyak na darating sa iyo ang Grasya ng Diyos— isang Grasya na dati'y nahadlangan ng kayabangan.

Hindi pa natin lubos na nakikilala ang ating sarili. Kung mangyari iyon, magagalak ang ating kaluluwa at mapagkumbabang hahanapin ang awa ng Diyos. Ang pagkakakilala sa sarili ay nagbubunga ng kababaang-loob. Sapagkat habang mas nakikilala ng isang tao ang kanyang sarili, mas lalo pang nabubuksan ang mga mata ng kanyang kaluluwa, at mas malinaw niyang nakikita ang kanyang malaking kahinaan. Napagtatanto nila ang kanilang kahirapan at kawalang-pagpapasalamat, at kasabay nito ang dakilang karangalan at awa ng Diyos. Kaya naman, sila ay nabubuwisit sa loob, nagpapakumbaba hanggang sa lupa, at nagsisimulang mahalín ang Diyos nang malalim.

Ang kababaang-loob ng puso ang lahat

— Geronda, posible bang ang isang tao ay mapagkumbaba sa isip ngunit hindi sa puso?

— Noong nakaraan, sa mga monasteryo at sa maraming tahanan, napakababa ng mga pintuan, at upang makapasok, kailangang yumuko ang isang tao: kung hindi, mabubunggo ang ulo nila sa kuwadro ng pinto. Kaya kinakailangan ng isang tao na yumuko at, gusto man o hindi, mag-ingat na hindi mahuli nang walang pag-iingat sa susunod, baka masaktan siya o mapasama ang kanyang pangalan sa harap ng iba. Ipinapakita ng halimbawang ito na ang intelektwal na kababaang-loob ay nagsisilbi lamang upang protektahan ang ulo at mapanatili ang reputasyon. Kahapon ng nakaraang araw, may isang madre na lumapit sa akin at nagsabi: 'Geronda, sinabi sa akin ng Madre Superiora na kapag kumakanta ako, pinagyayabang ko raw ang boses ko; mula noon, iniisip ko iyon at sinisikap kong kumanta nang may mas mapagkumbabang paraan.' — 'Naiintindihan mo ba ang sinabi sa iyo ng Madre Superiora?' tanong ko sa kanya. 'Dapat mong maramdaman at kilalanin ang kahinaang ito at naisin mo itong alisin sa sarili mo. Dahil kung ang pagsisikap mong huwag ipagyabang ang boses mo ay puro panlabas lamang, para lang hindi ka na muling mapansin ng Superior na Ina, maaaring hindi lang ang boses mo ang ipagyabang mo, kundi pati ang sarili mo.'

— Geronda, bagaman nagdadala ako ng mapagkumbabang pag-iisip, sa kaibuturan ko ay may tiyak na pagpapahalaga sa sarili. Paano magkakasabay ang dalawa?

— Iniisip mo lamang ang mga mapagkumbabang kaisipan, ngunit hindi nito naaabot ang iyong puso. Kung naabot nito ang iyong puso, babaguhin ka nito mula sa loob para sa ikabubuti, at magiging anghel ka na. Ang kababaang-loob ng puso ang pinakamahalaga. Ano ang sinasabi ni Abba Isaac? 'Ang tunay na mapagkumbaba ay yaong hindi na kailangang maghahanap ng paraan upang maging mapagkumbaba gamit ang sariling karunungan... kundi likas na mapagkumbaba sa puso nang walang sapilitan.'¹¹⁰

Kabanalán sa gawa, hindi lamang sa salita

— Geronda, kung ang isang tao ay nagpapakumbaba at sinisisi ang sarili, na nagsasabing: 'May kapintasan ako, walang halaga, isang naliligaw na kaluluwa, at iba pa,' nakakatulong ba ito sa kanila upang makamit ang kababaang-loob?

— Madali para sa isang tao na sisihin ang sarili, ngunit nahihirapan silang tanggapin ang pagsisi mula sa iba. Maaaring sabihin nila sa sarili: 'Ako ay kaawa-awa, ang pinakamarok sa kasalanan, ang pinakamasama sa lahat ng tao,' ngunit kasabay nito ay hindi nila matanggap ang kahit isang puna mula sa iba. Kapag ang isang tao ay natitisod at nahulog nang mag-isa, hayaang masaktan siya, ngunit hindi siya masyadong nag-aalala. O kung matamaan siya ng taong mahal siya, sasabihin niya uli: 'Sige, hindi ito malaking bagay.' Ngunit kung siya ay kahit na gasgasan o itulak ng taong hindi

¹¹⁰ Kinuha mula sa: Mga Asketikong Katuruan ni Abba Isaac na taga-Sirya. Moscow, 1993. p. 236.

niya gusto, aba, oo! Magsisigaw na siya, nagpapanggap na sobrang sakit kaya hindi na siya makabangon!

Nang nanirahan ako sa Bundok Sinai, may isang karaniwang tao roon na nagngangalang Stratis. Kung tatawagin mo siya ng 'Ginoong Stratis,' sasagot siya, 'Anong Ginoo? Tawagin ninyo akong makasalanang, makasalanang Stratis.' Sabi ng lahat, ''Kahanga-hangang pagpapakumbaba!' Minsan ay nahimbing siya nang husto sa umaga at hindi nakabangon sa oras para sa serbisyo. May isang tao na pumunta para gisingin siya. 'Stratis, natutulog ka pa ba? Nabasa na nila ang Ika-anim na Salmo. Hindi ka ba pupunta sa serbisyo?' Nagsimulang sumigaw siya: 'Mas mataas ang aking debosyon kaysa sa iyo, at sinasabihan mo akong pumunta sa simbahan?' Sumisigaw siya na parang baliw... Hinablot pa nga niya ang susi ng pinto — na kasinglaki ng susi ng kamalig — at itinatapat niya ito sa lalaki, dahil nasaktan ang kanyang pagmamalaki. Ang mga taong nakarinig sa kanyang pagsigaw ay natahimik, sapagkat itinatuturing siya ng lahat na napakababa ng loob at hinahangaan bilang huwaran. Naging katawa-tawa si Stratis. Nakikita mo ba ang nangyayari? Inamin niyang makasalanang siya, pero nang masaktan ang kanyang pagmamalaki, bigla na lang siyang nagwala!

May isang lalaki sa Epirus na nagkumpuni sa simbahan. Siya mismo ang nagsabing wala naman siyang ginawang espesyal, inayos lang niya ang ilang bahagi rito't roon. Pero nang sinabi ko sa kanya, 'Sige, "inayos mo lang." May ginawa ka rin pala,' doon na siya nagalit! 'Parang kaya mo namang ginawang mas maganda,' ang sabi niya. 'Alam ko kung ano ang ibig sabihin ng magtayo; hindi ako basta-bastang karpintero tulad mo. Ang tatay ko mismo ang kumuha ng mga kontrata sa pagtatayo!'

Madali lang magpakumbaba, pero hindi ibig sabihin noon na taglay ng isang tao ang tunay na kababaang-loob.

— Geronda, paano makikilala ang tunay at taos-pusong kababaang-loob?

— Kapag may ibang humihiya sa iyo at tinatanggap mo ito, doon mo taglay ang tunay na kababaang-loob, sapagkat ang tunay na kababaang-loob ay pagpapakita sa gawa, hindi sa salita. Noong isang beses, tinanong ni San Cosmas ng Aetolia ang mga taong nakapaligid sa kanya: 'Sino sa inyo ang malaya sa kayabangan?' 'Ako,' sagot ng isang lalaki. 'Halika rito, ikaw na walang kayabangan,' wika ni San Cosmas. 'Putulin mo ang isang hibla ng iyong bigote at lumabas ka sa plasa.' 'Er, hindi ko iyon magagawa,' tugon ng lalaki. 'Kung ganoon, wala kang kababaang-loob,' sabi ng santo.¹¹¹ Sa pamamagitan nito, nais iparating ni San Cosmas na kinakailangan ang aktibong kababaang-loob.

— 'Ganun din ako: kapag may nang-uudyok sa akin, sumasagot ako.'

— Wala kang kababaang-loob, kaya ka gumanti. Tingnan mo ang kababaang-loob ni Abba Moses: nang siya ay maordenang pari, nais siyang subukan ng arsobispo at sinabi sa mga klero: 'Kapag pumasok si Abba Moses sa santuwaryo, paalisin ninyo siya at sundan ninyo upang marinig kung ano ang sasabihin niya.' Pagpasok pa lang ni Abba Moses sa santuwaryo, sinimulan na nila siyang paalisin: 'Umalis ka, Etiyopiyano.' — 'Tama lang ang ginawa sa iyo, ikaw na itim na Etiyopiyano,' sabi ni Abba Moses sa sarili, 'hindi ka naman tao; bakit ka pa naglalakad sa gitna ng mga tao!'¹¹² Hindi siya nagdamdam, ni nagalit man.

— 'Ngunit maaaring walang kababaang-loob ang isang tao, ngunit maging mahinahon pa rin at hindi gumanti kapag ininsulto?'

— Ang taong mapagkumbaba ay mahinahon. Ngunit hindi ibig sabihin na ang bawat taong mahinahon ay mapagkumbaba rin. Dapat ding isama sa kahinahunan ang kababaang-loob, sapagkat kung wala ito, maaaring magmukhang mahinahon ang isang tao sa panlabas, ngunit sa loob ay puno

¹¹¹ Tingnan si Archimandrite Charalambos Vasilopoulos. San Cosmas na taga-Aetolia. Athens, 1993. pp. 198–199.

¹¹² Kinuha mula sa: Mga Kapanipaniwalang Salaysay ng mga Asketikong Buhay ng mga Banal at Pinagpalang mga Ama. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 114.

ng kayabangan at sasabihin tungkol sa iba: 'Baliw sila; walang saysay na pansinin sila—sabihin nila ang gusto nila!' Tulad ng mongheng iyon na hindi kailanman nakita ng mga ama na nagagalit at hindi kailanman sumagot kapag siya ay tinutukso. Isang araw ay tinanong siya: 'Anong iniingatan niyang kaisipan sa kanyang puso kaya kapag siya ay ininsulto o nasaktan ng iba ay nagpapakita siya ng ganoong pagtitiis?' Sumagot siya: 'Bakit ko pa papansinin ang kanilang mga kamalian... Mga asong umuungol lang sila.'¹¹³ Sa madaling salita, hinamak niya ang iba.

Kapag humihiling tayo ng kababaang-loob sa Diyos, dapat nating tanggapin ang paghamak

— Geronda, ano ang makakatulong sa akin upang magkaroon ng aktibong kababaang-loob?

— Paano makakamit ang kababaang-loob? Sinasabi mo ang isang bagay, ngunit ginagawa mo ang sampu? Hindi mo ba matiis kahit ang pinakamaliit na pagsaway? Alam mo ba, mahal ko, kapag nabigyan ka ng pagkakataong magpakumbaba, magpakumbaba ka.

Ang lunas mo ay ang kumilos nang payak at mapagkumbaba, tulad ng lupa: tinatanggap ang ulan, granizo, basura at laway, kung nais mong mapalaya mula sa iyong mga pagnanasa. Ang mga pag-iinsulto mula sa iba ay nakatutulong sa isang tao na mabilis na mapalaya ang sarili mula sa kanyang lumang 'ako', kung tatanggapin niya ang mga ito.

— Geronda, kailangan ko ng napakaraming kababaang-loob.

— Bumili ka. Maraming nagbebenta ng kababaang-loob, o kaya naman ay namimigay nito nang libre, basta gusto mo lang...

— Sino sila, Geronda?

— Sila ang mga taong, dahil kulang sa mabuting espirituwal na disposisyon, ay bastos na kumikilos sa atin at pinapahiya tayo sa pamamagitan ng kanilang pag-uugali. Hindi mo mabibili ang kababaang-loob sa tindahan, na para bang pagkain ito. Kapag nananalangin tayo, 'Diyos ko, bigyan mo ako ng kababaang-loob'—hindi ibig sabihin nito na kukuha ang Diyos ng sandok at ipamimigay na lang ito sa lahat: 'Isang kilo ng kababaang-loob para sa iyo, kalahating kilo para sa iyo.' Papayagan ng Diyos na lumitaw ang isang magaspang na tao at tratuhin tayo nang malupit, o aalisin ng Diyos ang Kanyang biyaya sa iba, at sisimulan nitong hamakin tayo. Ito ay magiging isang pagsubok para sa atin, at kung nais nating magkaroon ng kababaang-loob, dapat tayong magsikap. Ngunit hindi natin iniisip na pinahintulutan ng Diyos ang ating kapatid na magalit para sa ating kabutihan, kaya't nagagalit din tayo sa kanya. At kahit na hinihiling natin sa Diyos ang kababaang-loob, hindi natin ginagamit ang mga paborableng pagkakataon na ibinibigay Niya para dito; sa halip, tayo ay nagagalit at nag-iinis. Sa katotohanan, dapat tayong magpasalamat sa taong nagpapababa sa atin, sapagkat siya ang ating pinakamalaking tagapagkaloob ng kabutihan. Ang sinumang humihiling ng kababaang-loob sa Diyos sa panalangin ngunit hindi tinatanggap ang taong ipinadala ng Diyos upang siya'y mapababa ay hindi alam kung ano ang hinihiling niya.

Nang naninirahan ako sa Monasteryo ng Stomion, may isang pari sa Konitsa na labis na nagmalasakit sa akin mula pa noong layko pa ako. Isang Linggo, pumunta ako sa Konitsa para sa Liturhiya. Puno ng tao ang simbahan. Gaya ng dati, pumasok ako sa santuwaryo at, nang pumasok ako, sinabi ko sa sarili ko: 'Diyos ko, dalhin mo ang lahat ng taong ito sa langit, at para sa akin, kung maaari, bigyan mo ako ng kahit isang maliit na sulok doon.' Nang dumating ang oras para sa Komunyon, ang pari na karaniwang nagbibigay sa akin ng Komunyon sa santuwaryo ay lumingon sa akin at malakas na nagsabi: 'Lumabas ka sa santuwaryo; huli ka nang tatanggap ng Komunyon, kasama ng lahat, dahil hindi ka karapat-dapat.' Lumabas ako ng santuwaryo nang hindi man lang nagsalita. Tumayo ako sa loft ng koro at sinimulang bigkasin ang mga panalangin para sa Banal na Komunyon. Nang lumapit ako upang matanggap ang Komunyon nang huli, sinabi ko sa sarili: 'Pinanliwanagan ng Diyos ang pari, at ipinahayag niya sa akin kung sino talaga ako. Panginoong

¹¹³ Kinuha mula sa: *Abba Dorotheus*. Mga Sermon, Mga Sulat, Mga Tanong at Sagot. Moscow, 1991. pp. 96–97.

Hesukristo, maawa ka sa akin, isang kaawa-awang nilalang.' Nang matanggap ko na ang Komunyon, agad kong naramdaman ang isang matinding tamis sa loob ko. Nang matapos ang Banal na Misa, lumapit sa akin ang pari, labis ang pagkabahala: 'Patawarin mo ako,' sabi niya. 'Hindi ko alam kung paano ito nangyari! Pagkatapos ng lahat, hindi ko kailanman inuna ang aking mga anak, ang aking asawa, o kahit ang sarili ko kaysa sa iyo. Paano ito nangyari sa akin?' Yumuko siya sa lupa sa harap ko, nagmakaawa ng kapatawaran, at sinubukang halikan ang aking mga kamay. "Ama," ang sagot ko, "huwag kayong mag-alala. Hindi ninyo kasalanan; ako ang may kasalanan. Ginamit kayo ng Diyos upang subukan ako." Hindi maintindihan ng pari ang sinasabi ko, at sa palagay ko, hindi ko siya kailanman lubos na napaniwala. Ang dahilan ng nangyari ay ang aking panalangin.

At ikaw, kapag nakita mong nawawalan ng pasensya ang isang kapatid na babae at magaspang siyang nakikipag-usap sa iyo, alamin mong sa karamihan ng mga kaso, ang dahilan nito ay ang iyong panalangin. Dahil hinihiling mo sa Diyos ang kababaang-loob, pag-ibig at iba pa, pansamantalang inaalang ng Diyos ang Kanyang biyaya sa kapatid na babae, at siya ay nagpapahiya sa iyo at nagpapasama ng loob sa iyo. Sa ganitong paraan, nabibigyan ka ng pagkakataon na pumasa sa pagsubok ng kababaang-loob at tunay na pag-ibig. Kung magpapakumbaba kayo, makikinabang kayo. Tungkol naman sa kapatid mong babae, makakatanggap siya ng dobleng biyaya: una, dahil inalis ng Diyos ang Kanyang biyaya mula sa kanya upang subukan ka, at ikalawa, dahil nagpapakumbaba siya nang mapagtanto niya ang kanyang pagkakasala at humihingi ng kapatawaran sa Diyos. Kaya, napagyayaman mo ang iyong kababaang-loob, at siya ay nagiging mas mabuting tao.

"Magpakumbaba ka sa lahat ng bagay"¹¹⁴

— Geronda, kapag ako'y nagkasala at nakita kong maaaring binalaan ako ng iba tungkol dito, sinisisi ko sila.

— Pagdating sa iyong sariling pag-unlad, dapat ikaw lamang ang humingi ng mga hinihingi sa sarili mo. Ngunit kumikilos ka na parang maliit na bata na puro lang hinihingi.

— Kailan ako lalaki, kailan ko ba maiintindihan na may responsibilidad din ako?

— Kapag... nagpapakumbaba ka! Ibig sabihin, kapag pinagyayaman mo ang kababaang-loob at pag-ibig.

— Sinusulat ni Abba Isaac: "Magpakumbaba ka sa lahat ng bagay sa harap ng lahat ng tao."¹¹⁵ Paano ito maisasakatuparan?

— Sa pamamagitan ng mapagkumbabang pag-uugali. Kapag, sa loob ng isang pamilya, monasteryo, at iba pa, may diwa ng malusog na kompetisyon sa espiritwal na kabanalan, at ang isang tao ay nagpapakumbaba sa harap ng iba, nakikinabang ang lahat dito, tulad ng sa unang Simbahan, kung saan ang pagsisisi ay pampubliko, na kapakinabangan ng lahat. Ang sinumang magpapakumbaba ay tumatanggap ng biyaya mula sa Diyos at pagkatapos ay tumutulong sa iba. Ang mapagkumbabang saloobin ay hindi kailanman nakakasakit sa iba, dahil ang taong mapagkumbaba ay laging puno ng pag-ibig.

— Ano ang makakatulong sa akin na maramdaman na ako ay mas mababa kaysa sa lahat ng mga madre?

— Upang maramdaman mong mas mababa ka kaysa sa lahat ng mga madre, isipin mo kung ilang biyaya ang ibinigay sa iyo ng Diyos, subalit hindi mo ito nadoble. Sabihin sa iyong sarili:

¹¹⁴ Kinuha mula sa: Mga Asketikong Kasabihan ni Abba Isaac na taga-Sirya. Moscow, 1993. p. 303.

¹¹⁵ Ibid.

'Naituro ko lamang sa sarili kong tumama ng martilyong kahoy¹¹⁶, ngunit hindi ko pa nagawang padoblihin ang aking mga talento.'¹¹⁷

Kapag nakikita ng isang tao ang sarili bilang pinakamababa sa lahat, sa pinakailalim... doon siya itinaas patungo sa Langit. At ano ang ginagawa natin? Inihahambing natin ang ating sarili sa iba at napagpasyahan nating mas mataas tayo kaysa sa kanila. "Mas mabuti ako kaysa sa kanya," sabi natin, "at mas mabuti kaysa sa isa pa... Hindi ako tulad niya..." Sa sandaling mag-ugat sa ating isipan ang kaisipan na ang ibang tao ay mas mababa sa atin, isinasara natin ang ating sarili sa tulong ng Diyos.

— Geronda, kapag kinikilala ko ang birtud ng iba, may kababaang-loob ba roon?

— Siyempre, kung iginagalang at minamahal mo ang isang taong may birtud, nangangahulugan iyon na may kababaang-loob ka at tunay mong minamahal ang birtud. Narito ang isa pang palatandaan ng espirituwal na pag-unlad: hindi mo itinuturing na mahalaga ang mabubuting katangiang taglay mo, samantalang itinuturing mo namang mas higit pa ang kahit kaunting kabutihan sa iba kaysa sa sa iyo; sa madaling salita, palagi mong pinahahalagahan ang kabutihan ng iba. Pagkatapos, ang saganang Grasya ng Diyos ay bumababa sa iyo. Sapagkat ang sinumang nagpapasakop sa iba bilang mas mahuhusay kaysa sa kaniyang sarili ay siya ring mas mahusay, dahil ang Grasya ng Diyos ay nakapapatong sa kaniya.

Lahat ng tao ay may kapintasan, at mayroon din silang mga birtud na minana nila mula sa kanilang mga magulang o nakuha sa pamamagitan ng kanilang sariling pagsisikap: sa ilan, sampung porsyento; sa iba, tatlumpung; sa iba pa, animnapu; at sa iba pa, siyamnapu. Dahil dito, mula sa bawat tao ay maaaring matuto ng isang mabuting bagay, makakuha ng kapakinabangan at makatulong sa iba. Sa kabilang banda, ito mismo ang bumubuo sa tinatawag na, ang diwa ng Orthodox. Nakikinabang pa nga ako kahit sa maliliit na bata, bagaman hindi ko ito ipinapakita, baka maging mayabang sila at mapahamak ang kanilang sarili.

"Mas mababa kaysa sa lahat ng nilikha"¹¹⁸

— Ano ang pinakamataas na tawag para sa isang monghe, Geronda?

— Hindi mo ba naaalala kung ano ang sagot ni Abba Siso sa mongheng nagsabi sa kanya na ang kanyang isipan ay palaging nasa Diyos? "Walang kabuluhan iyan; ang mahalaga ay makita ang sarili bilang 'mas mababa kaysa sa lahat ng nilikha'."

— Paano nga ba posible, Geronda, na maramdaman mong 'mas mababa ka kaysa sa lahat ng nilikha'?

— Minsan sinubukan kong alamin kung saang hayop ko maaaring ikumpara ang sarili ko, at napagpasyahan kong ito ay ang salagubang tae. Ngunit nang masusing tingnan ko ang ginagawa nito, napagtanto kong mas masahol pa ako kaysa rito. Alam mo ba kung ano ang ginagawa ng salagubang tae? Kapag nakakita ito ng tae sa daan, pinuputol-putol ito, pinapabilog ang mga piraso, at iginugulong sa gilid ng daan. Ganito nito nililinis ang daan. Nang makita ko ang ginagawa nito, sinabi ko sa sarili ko: 'Mas masahol ka pa kaysa sa salagubang-tae, dahil ito, isang munting insekto, ay nililinis ang daan mula sa dumi, samantalang ikaw, na nilikha ng Diyos bilang isang tao, ay nagtitipon ng dumi sa "templong ng Diyos" sa pamamagitan ng iyong mga kasalanan.'¹¹⁹ Ang ibig kong sabihin ay ang isang tao, sa pagmumuni-muni sa mga biyaya ng Diyos at sa pagkaunawa na

¹¹⁶ Ang isang pamalo na kahoy (Griyego: *τάλαντο*) ay madalas na ginagamit sa mga monasteryo ng Griyego bilang kapalit ng kampana. Isang monghe na itinalaga para sa layuning ito ayon sa mga patakaran ng monasteryo ang tumatama sa pamalo na kahoy gamit ang martilyong kahoy upang ipahiwatig ang pagsisimula ng banal na paglilingkod. — *Tala ng tagasalin*

¹¹⁷ Tingnan ang Mat. 25:14–30.

¹¹⁸ Kinuha mula sa: Mga Kapanipaniwalang Kwento ng Pagkamasigasig ng mga Banal at Pinagpalang Ama. Lavra ng Banal na Trinidad-Sergius, 1993. p. 174.

¹¹⁹ Tingnan ang 1 Cor. 3:16; 2 Cor. 6:16.

hindi siya karapat-dapat sa mga ito, ay lalong itinuturing ang sarili niyang nararapat sa parusa; nakikita niya ang sarili niyang mas masahol kaysa sa lahat ng tao, mas masahol kaysa sa mga hayop, at mas masahol pa kaysa sa diyablo mismo. Sinabi niya sa sarili: 'Ang diyablo ay nagkasala minsan sa isip, ngunit ako'y nagkakasala araw-araw, sa isip at sa damdamin. Kaya mas masahol ako kaysa sa kanya.'

— Hindi ba mapanganib na isipin ang sarili na mas masahol pa kaysa sa diyablo?

— Nauuwi lamang ito sa panganib para sa isang taong kulang sa tapang sa espirituwal at madaling bumagsak sa kawalan ng pag-asa. Ang ganoong tao ay dapat sabihin sa demonyo: 'Anuman ako, mas mabuti pa rin ako kaysa sa iyo. Hindi ako pababayaang ni Cristo; umaasa ako na ililigtas Niya ako.' Ngunit ang mayroong espirituwal na tapang ay maaaring magsabi: "Maayos na ginagampanan ng diyablo ang kanyang tungkulin, ngunit ano naman ang ginagawa ko?"

Kabanata 3.

Kabanalan—ang dakilang lakas ng buhay espirituwal

Kung saan may kababaang-loob, walang lugar para sa diyablo

— Geronda, sa aklat na **The Holy Mountain Fathers** sinulat mo na binugbog ng mga demonyo ang matandang Evlogios.¹²⁰ Paano pinayagan ng Diyos na mangyari ang ganitong bagay?

— Sino ang nakatikim ng porridge?

— Kapatid na si Evlogios.

— Hindi, ang mga demonyo! At sa isang sitwasyon kung saan pinapayagan ng Diyos na bugbugin ng isang tao ang isa pa, at tinatanggap ng binubugbog ang lahat nang may kababaang-loob, sa huli ay ang nagbugbog ang naiwan na may kapansanan. Sabihin mo sa akin, ano ang pinakakatakutan ng diyablo?

— Kababaang-loob, Geronda.

— At inakala kong mas kinatatakutan niya ang kayabangan, dahil nararamdaman niya... isang inferiority complex! 'Mayabang siya, mayabang ako, sino ang mas mayabang?' Aba, siyempre, ganoon nga talaga; kinatatakutan ng diyablo ang kababaang-loob: nagdudulot ito sa kanya ng napakabigat na sugat! Kung saan may kababaang-loob, hindi maaaring manatili ang diyablo.

Sa pamamagitan ng kababaang-loob, ang isang tao ay nagiging liwanagan at hindi kailanman natitisod sa kanyang espirituwal na landas; nalalampasan niya ang lahat ng mga hadlang na inilalagay ng tukso sa kanyang daraanan. Naalala mo ba si San Antonio, na nakita ang mga lambat ng kaaway na nakalatag sa buong mundo? "Sino, nga ba, ang makakatakas rito?" ang sigaw niya. At agad niyang narinig ang isang tinig na nagsasabi sa kanya: "Kabanalan."¹²¹

Sa Bundok Sinai, nanirahan ako sa selda ni Santa Epistimia; may maliit na simbahan at isang napakayamang silid. Sa itaas ay ang bundok, at sa ibaba ay isang pader na apat o limang metro ang taas. Doon ay mayroon akong bloke ng kahoy na pinakikiskis ko upang makagawa ng maliliit na tabla para sa mga inukit na ikon. Isang araw, habang pinipilas ko ang aking maliliit na tabla at nananalangin, may narinig akong tinig na nagsabi: 'Maaari kang tumalon pababa nang hindi masisaktan.' Lumiko ako at nakita ko ang isang itim na anino na may malaking ulo. 'Isang tangalashka,' naisip ko. Sige, hindi ko na lang papansinin. Ngunit nandoon pa rin ito, hindi gumagalaw! 'Maaari kang tumalon pababa nang hindi masisaktan,' sabi nito. Nagkunwari akong

¹²⁰ Elder Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at mga Sulatin ng Athonite. Thessaloniki, 2005. pp. 41–42.

¹²¹ Kinuha mula sa: Mga Kapanipaniwalang Kwento ng Asketikong Buhay ng mga Banal at Pinagpalang Ama. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 12.

hindi nakarinig. Mga labinlimang minuto nitong inulit-ulit ang parehong bagay. Pagkatapos sinabi ko rito, 'Sige, hahagis ako ng bato pababa.' — 'Kahit si Kristo,' sabi nito, 'hindi iyon naisip!'¹²² Mas mabuti ang sagot mo kaysa sa Kanya!" Sa sinabi ko, nawalan ako ng pasensya. "Si Cristo," sabi ko sa kanya, "ay Diyos, hindi tulad ko, isang multo na nakaupo rito at nakatitig sa'yo. Ngayon, lumayas ka rito!" Sapat na iyon. Agad siyang nawala.

Kapag may kababaang-loob, hindi mapagtatagumpayan ng diyablo ang kaluluwa. Hindi bumabagsak ang mapagkumbaba, sapagkat naglalakad sila nang may pagpapakumbaba. Ganyan ang nangyari kay matandang Avvakum nang siya'y namumuhay bilang eremita sa Disyertong Vigla! Isang araw, habang nakaupo siya sa isang bato at nananalangin gamit ang kanyang rosaryo, lumitaw sa kanya ang diyablo sa anyo ng isang 'anghel ng liwanag.'¹²³ 'Avvakum,' wika niya, 'pinadala ako ng Diyos para dalhin ka sa paraiso, sapagkat naging anghel ka na. Tara, lumipad tayo.' — 'Oo, pero may pakpak ka; paano ako lilipad?' At sinabi ng 'anghel' na iyon sa kanya: 'May pakpak ka rin, ngunit hindi mo lang ito nakikita.' Pagkatapos ay nagmarka ng krus si Elder Avvakum at sinabi: "Ina ng Diyos, sino ba ako para lumipad?" Agad na nagbago ang 'anghel' na ito at naging isang kakaibang itim na kambing na may pakpak na parang paniki, at naglaho.

Nakikita mo ba kung paano, sa pamamagitan ng kababaang-loob, nakikilala natin ang mga patibong ng diyablo?

Ang espirituwal na pag-unlad ay matatagpuan kung saan mayroong malaking kababaang-loob

— Geronda, bakit ang isang tao ay nagbabago sa loob ng isang buwan, samantalang ang iba ay nagsusumikap nang maraming taon at walang pag-unlad?

— Ano sa palagay mo? Bakit ito nangyayari?

— Napagtanto ko na kung ang isang tao ay magpapakumbaba at hihingi ng awa sa Diyos, tutulungan Siya siya at magtatagumpay.

— Tama ka diyan. Mahalaga ang kababaang-loob. Ang pag-unlad sa espirituwal ay nangyayari kung saan may malaking kababaang-loob.

Ang mga nakatuklas sa landas ng kababaang-loob ay umuunlad sa buhay-espirituwal nang mabilis, tuloy-tuloy, at walang kahirap-hirap. Hindi pa natin lubos na nauunawaan kung ano ang kababaang-loob—ang dakilang kapangyarihang ito! Nakasalalay rito ang lahat ng pag-unlad. Kapag mas nagpapakumbaba ang isang tao, mas malaki ang biyayang tinatanggap niya mula sa Diyos at mas lalo siyang umuunlad. Gaano kalaki ang kapangyarihan ng pagpapakumbaba, at gayon pa man ay hindi ito ginagamit ng mga tao!

— Mas madali ba ang espirituwal na pakikibaka para sa isang mapagkumbabang tao?

— Siyempre. Dahil kung bibigyan mo ng kahit kaunting tulak ang isang mapagkumbabang tao, lilipad siya pasulong. Kumuha ka ng bola ng billiard: pagtamaan mo ito mula sa isang gilid, uugoy ito; pagtamaan mo naman mula sa kabilang gilid, uugoy muli; bilog ito — kaya hindi ito natitigil.

— Geronda, maaari bang, upang magkamit ng kababaang-loob, ay patuloy na pinapababa ng isang tao ang kanilang sarili at sa huli ay mapahulog sa kawalan ng pag-asa?

— Hindi, dahil ang tunay na kababaang-loob ay nagdudulot ng pag-asa, hindi ng paghihikayat. Ang paghihikayat ay nagbubunga ng makasarili, dahil ang makasariling tao ay umaasa sa sarili, samantalang ang taong mapagkumbaba ay umaasa sa awa ng Diyos. Sa pagkasira ng kababaang-loob, unti-unting lumalago ang taong espirituwal. Ang buong buhay ng isang tao ay nagiging isang

¹²² Tumutukoy ito sa sagot ng Panginoon, 'Huwag mong subukan ang Panginoon mong Diyos' (Mateo 4:7), na ibinigay Niya sa diyablo nang iminungkahi nitong itapon Niya ang Sarili Niya mula sa mga bubong ng Templo ni Solomon. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹²³ 2 Cor. 11:14.

dakila at marangal na pagsusumikap, ngunit palagi silang sumusulong nang may malaking pag-asa sa Diyos, na nadidismaya sa kanilang sarili—sa pinakamainam na kahulugan ng salita—ibig sabihin, nadidismaya sa kanilang 'sarili'.

— At maaari bang maglagay ng pag-asa sa awa ng Diyos ang isang taong hindi nasa mabuting kalagayang espiritwal?

— At paano malalaman ng isang tao na siya ay nasa mabuting kalagayang espiritwal? Isang bagay lamang ang maaaring malaman ng isang tao — na hindi siya nasa mabuting kalagayang espiritwal. Kahit na siya ay nasa ganoong kalagayan, hindi niya ito nakikita, sapagkat nakikita lamang niya ang kanyang sariling kasalanan. Sapagkat ang sinumang nagsusumikap para sa espiritwal na pag-unlad ay hindi kailanman nakikita ang kanyang sariling pag-unlad; nakikita lamang niya ang kanyang mga kabiguan.

Inaalagaan ng mga mapagkumbaba ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kaban ng Diyos

— Geronda, ayaw kong hindi ako napapansin. Marahil iyon ang dahilan kung bakit may nararamdaman akong kawalan sa loob?

— Oo, hindi ka kailanman magiging banal na hangal!... Para maging banal na hangal, kailangan mo ng malaking kababaang-loob. Alam mo ba? Kung gusto mong matutong mahalin ang pagiging hindi kilala, basahin mo ang buhay ni Venerable Isidora.¹²⁴ Makikita mo kung anong mga kayamanan at birtud ang taglay niya. At ikaw, itapon mo ang iyong huwad na tanso-tansong alahas ng birtud at mula ngayon ay mangolekta ka ng mga ginto; itago mo ang mga ito sa iyong puso at i-lock nang maayos, upang hindi sila nakawin ng magnanakaw.

Ang mga banal na hangal para sa kapakanan ni Cristo ay walang kawalan sa loob; sila'y napupuno hanggang sa labi ng banal na pag-ibig na umaapaw. Sila ay dakilang mga santo. Ang tila walang katuturang mga sinasabi nila ay, sa katunayan, tunay na mga aral, napakalalim. Taglay nila ang lubos na kababaang-loob; hindi nila itinuturing ang kanilang sarili na anuman, kaya't ipinagkakaloob sa kanila ng Diyos ang kaalaman sa mga banal na hiwaga at binibigyan sila ng dakilang mga kaloob.

— Geronda, bakit ang ilan sa mga naninirahan sa Faras, sa kabila ng pagiging saksi sa maraming himala ni San Arsenius, ay hindi siya nakilala at nahiya pa?

— Mas pinaghirapan ng mga santo na itago ang kanilang espirituwal na kayamanan kaysa sa pagkamit nito. At si Santo Arsenius naman ay itinago rin ang kanyang mga birtud sa ilalim ng iba't ibang panlabas na anyo, na lubos namang mauunawaan. Hindi siya 'nakilala' ng mga tao kung sino talaga siya at sila'y nalito dahil nakita lamang nila ang panlabas na anyo, ang kaniyang 'artipisyal' na mga kabaliwan. Palaging sinikap ni San Arsénio na ipakita sa mga tao hindi ang kaniyang mga birtud, kundi ang kabaligtaran nito, upang hindi siya pagsamba-n. Siyempre, may ilan pa ring nakaintindi kung anong kayamanan ang taglay ng santo sa kaniyang kalooban.

Ang mga mapagkumbaba at payak na mandirigma ni Cristo ay mas matalino kaysa sa sinuman sa mundo, sapagkat nagagawa nilang panatilihin ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kaban ng Diyos. Kaya't dapat tayong magsaya kung tayo ay nabubuhay nang hindi napapansin, sapagkat masisilayan natin ang mukha ng Diyos sa buhay na darating, at sa buhay na ito ay patuloy nating mararamdaman ang Kanyang presensya.

¹²⁴ Nanirahan ang Kagalang-galang na Isidora sa Monasteryo ng Tavenisi, na itinatag ng Kagalang-galang na Pachomius sa simula ng ika-4 na siglo. Pinababa niya ang sarili at nagkunwaring baliw para sa kapakanan ni Cristo. Palagi siyang naglalakad nang walang sapin sa paa. Habang ang ibang mga madre ay nagsusuot ng belo sa kanilang ulo, tinakpan ni Isidora ang kaniyang ulo ng isang simpleng basahan. Bagaman ininsulto at binugbog siya ng lahat, hindi siya kailanman nagreklamo. Ang kabanalan ng kanyang buhay ay nahayag sa isang pangitain sa dakilang asketang si Pitirim. Bumisita siya sa monasteryo at ipinakita sa mga madre na si Isidora, na hindi nila pinapahalagahan, ay siya pala ang espirituwal na ina nila lahat. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Bahagi 2.

Espirituwal na Pag-ibig

"Ang isang taong espirituwal ay iniaalay muna ang pag-ibig niya sa Diyos, pagkatapos sa mga tao, at ang natitira naman sa mga hayop at sa lahat ng nabubuhay na nilalang"

Kabanata 1.

Ang Walang-hanggang Pag-ibig ng Diyos at ang Ating Pag-ibig sa Diyos

"Ang matinding apoy" ng pag-ibig ng Diyos

— Geronda, minsan nararamdaman ko nang napakalakas ang pag-ibig ng Diyos at nasasaktan ako kapag nakikita ko ang aking sariling kawalang-pasasalamat.

¹²⁵— Nananalangin ako na maging karapat-dapat ka sa maraming biyaya ng Diyos. 'Ang habag Mo, O Panginoon, ay sumunod sa akin sa lahat ng mga araw ng aking buhay,'¹²⁶ — sabi ni David. At dapat mo rin itong sabihin, sapagkat ang habag ng Diyos ay sumasa-iyo rin. Mabuti na kilalanin mo ito, magpasalamat at luwalhatiin ang Diyos.

Kapag nararamdaman ng isang tao ang Banal na pag-ibig, bumababa sa kaniya ang isang 'siksik na apoy' ng pag-ibig ng Diyos. Marahil ay nakakatuwa sa iyo ang pahayag na ito — 'siksik na apoy' — ngunit upang matanggal ang mga deposito ng tisa sa puso o masira ang pader na granito na nakapalibot dito, kailangan mo ng mga balang may pinakamakapangyarihang pampasabog sa lahat — ang banal na pag-ibig. Kapag nawasak na ang matigas na balat na ito, magiging bukas ang puso, at magagalak ang tao kahit sa pinakamaliit na biyaya ng Diyos.

Nararamdaman niyang siya ay isang may utang na hindi mabayaran sa harap ng Diyos at patuloy na napupuspos ng lambing, sapagkat palagi niyang iniisip ang kanyang utang, samantalang ang Diyos ay nagpapadala sa kanya ng mga biyaya, na ang bawat isa ay higit pa sa nauna, kaya sa huli ay natutunaw ang kanyang mapagmahal na kaluluwa sa pag-ibig ng Diyos.

— Geronda, bakit tayo sobra-sobrang minamahal ng Diyos?

— Dahil tayo ang Kanyang mga anak; wala na akong mas masasabi pa kaysa doon!

— At kung nagsusumikap ang isang tao at paulit-ulit na natitisod sa iisang bagay, nagagalit at nadidismaya ba ang Diyos dahil dito?

— Inaasahan ba ng Diyos na magtagumpay tayo? Hindi. Anak Niya tayo, at pantay-pantay Niya tayong lahat minamahal. Noong isang beses, nakita ko ang isang ama. Ang isa sa kanyang mga anak ay medyo mabagal mag-unawa at palagi niyang pinupunas ang sipon sa kanyang manggas. Ngunit yakapin pa rin siya ng ama nang mahigpit, hahalikan at hahaplin nang may lambing, katulad ng sa iba. Sa parehong paraan, ang Diyos, bilang isang Mabuting Ama, ay hindi lamang iniibig ang Kanyang mga magagandang anak, kundi pati na rin ang mga mahihinang espirituwal. At mas nag-aalala at nag-aalaga Siya sa kanila kaysa sa mga malusog.

Walang makapagtatagis kung paano mahal ni God ang isang tao! Ang Kanyang pag-ibig ay walang kapantay! Walang hangganan! Napakalaki nito na kung maramdaman man ng isang tao ang kahit kaunting bahagi nito, hindi matiis ng puso niya at matutunaw, sapagkat gawa ito sa luwad.

¹²⁵ Pozhenet: 'nawa'y samahan niya' (Pinadakila) – *Tala ng tagasalin*.

¹²⁶ Prokeimenon para sa Martes ng gabi. Tingnan ang Awit 22:6.

Madalas na pinapayagan ng Diyos na maibuhos nang sagana ang Kanyang pag-ibig sa Kanyang nilikha, at doon ay napapainit ang ating kaluluwa; nakikita natin kung gaano kasarap ng pag-ibig ng Diyos, kung gaano ito kadakila—sobrang kadakila na hindi natin ito matiis at nananalangin tayo: 'Sapat na, Diyos ko! Pigilin Mo ang pag-ibig Mo, sapagkat hindi ko ito matiis.' Sa ganitong paraan, nais ipakita ng Diyos sa atin na, sa Kanyang bahagi, handa Siyang ibuhos ang Kanyang pag-ibig sa atin nang sagana, ngunit hindi Niya ito ginagawa dahil maliit ang kapasidad ng ating 'bateria'. Kailangan itong palakihin upang makapagtago ng mas maraming pag-ibig ng Diyos, sapagkat ang pagdaloy ng pag-ibig ng Diyos ay dumarating sa atin ayon sa kapasidad ng ating bateria.

— Paano natin mapapataas ang kapasidad ng bateria?

— Habang mas pinapalinis ang puso, mas lumalaki ang kapasidad nito, at mas marami tayong matatanggap na Banal na pag-ibig—na walang hanggan, hindi masukat, at hindi mauubos.

Ang Tamang Pamamahagi ng Pag-ibig

— Geronda, maaari bang mabawasan ng pagmamahal ko sa isang partikular na santo ang pagmamahal ko sa Diyos?

— Hindi, dahil kapag ang isang tao ay taimtim na nagpapasala sa isang santo at may malalim na pagmamahal para sa kanila, sa likod nito ay may mas lalong pagmamahal para sa Diyos na Tatlo sa Isa at sa Ina ng Diyos.

Ang sinumang nagpapalakas-loob sa mga santo ay walang dudang mas lalo pang nagpapalakas-loob sa Ina ng Diyos. Gaya ng sinumang nagpapalakas-loob sa Pinakabanal na Theotokos ay natural na mas lalo pang nagpapalakas-loob sa Pinakabanal na Trinidad. Kung ikaw ay malapit na kaugnay sa isa sa mga santo at nararamdaman mo ang malalim na pasasalamat sa kanya, maaaring handa ka pang isakripisyo ang iyong sarili para sa santong iyon. Ngunit kung isinasakripisyo mo ang iyong sarili para sa isang santo, hindi ba't ibig sabihin nito na isinasakripisyo mo ang iyong sarili para sa Diyos?

Ang pagmamahal kay Kristo, sa Ina ng Diyos, sa mga santo — isang dakilang bagay ito. Ang pagmamahal na ito ay kakaiba. Ito ay isang matatag na pagmamahal na hindi mananatiling walang pakundangan.

— Posible bang mahalín ang Diyos at hindi mahalín ang mga tao?

— Hindi, dahil kung mahal mo ang Diyos, hindi mo maiwasang mahalín ang larawan ng Diyos, ibig sabihin, ang mga tao. Ang pagmamahal sa Diyos ay nagdudulot ng pagmamahal sa kapuwa, dahil ang sinumang malapit sa Diyos ay malapit sa lahat ng tao, tulad ng mga santo. Ngunit sa likod ng pagmamahal sa kapuwa ay nakatago ang isang dakilang pagmamahal sa Diyos.

Kapag ibinigay ng isang tao ang kanyang puso sa Diyos, nagsisimula siyang mahalín ang lahat—hindi lamang ang mga tao, kundi pati na rin ang mga ibon, puno, at maging ang mga ahas. Pagkatapos, hindi lamang nila sinasamba ang Diyos at ang mga santo nang may paggalang, kundi pati na rin ang larawan ng Diyos—ang mga tao. Bawat nilalang, malaki man o maliit, mahalaga man o payak—mga batong-bato at sanga—ay marangal niyang binubunot at hinalikan, bilang biyaya mula sa kanyang Lumikha, gaya ng paghalik niya sa isang bagay, malaki man o maliit, na natanggap niya bilang biyaya mula sa isang taong lubos niyang iginagalang.

Ang Pag-akyat sa Langit

— Geronda, paano makakarating ang isang tao sa Diyos?

— May dalawang paraan kung paano maaaring umakyat ang tao sa Diyos sa kataas-taasan at 'manhikayat' Niya na bumaba at manirahan kasama nila. Ang unang paraan ay taos-pusong pagsisisi — ito ay para sa mga malalaking makasalanang. Kapag naunawaan nila ang lawak ng kanilang malaking pagbagsak at lubos silang nagpapakumbaba, saka ang Diyos, dahil sa kanilang malaking

pagpapakumbaba, ay nagpapakita sa kanila ng malaking pag-ibig at itinaas sila sa Langit. 'May malaking kagalakan sa Langit para sa isang makasalanang nagsisisi,'¹²⁷ — gaya ng nakasulat sa Ebanghelyo. Pagkatapos, siyempre, nararamdaman din ng mga makasalanang ang malaking pag-ibig para sa Diyos, dahil pinaligtas Niya sila sa isang malaking utang. Ang ikalawang paraan ay ganito: kapag ang isang tao ay nanatiling malaya sa mga mortal na kasalanan, dapat siyang magpasalamat sa Mabuting Diyos sa pagprotekta sa kaniya mula pagkabata, upang ang kasuotan ng kaniyang kaluluwa ay hindi nadungisan. At ikaw rin, kung hindi ka pinrotektahan ni Cristo, na parang sisiw, sa ilalim ng Kaniyang pakpak, maaaring ikaw na ang pinakamalaking makasalanang sa mundo ngayon. Kaya naman, araw at gabi, luwalhatiin ang Mabuting Diyos para sa dakilang kaloob na ito Niya, at magpakaluluha ng tuwa at pasasalamat sa Kaniya. Ang mga luhaing ito ay may kapantay, at marahil mas dakila pa, na kapangyarihan kaysa sa luha ng pagsisisi. Pagkatapos, ang isang tao ay itinaas sa Langit, humaharap sa Diyos at walang patid na pinupuri Siya, gaya ng mga Anghel. At bagaman naninirahan sila sa lupa, para bang nasa Langit sila. Ang kanilang buhay ay nagiging isang tuloy-tuloy na gawa ng pagpupuri, at hinihintay nila ang kamatayan nang may pagpupuri, sapagkat alam nilang doon sila makakasama ng Diyos magpakailanman, na siyang kanilang pinakahuling layunin. Nang sandaling iyon, isinisilang sa kanilang kalooban ang pinakadakilang pagpupuri: 'Luwalhati sa Iyo, na nagpakita sa amin ng Liwanag...'

Ibigay natin ang ating pag-ibig kay Kristo

— Geronda, paano ko dapat pagsikapan na mahal in ang Diyos?

— Magsimula sa sakripisyo. Kapag inisantabi ng isang tao ang kanyang sariling interes at nagsasakripisyo siya, doon ay nagiging maayos ang lahat: mahal niya ang kanyang kapwa, mahal niya ang Diyos. Ang mga taong nagsasabing mahal nila ang Diyos ngunit hindi nagsasakripisyo para sa kapwa ay 'minahal ang Diyos sa kanilang mga labi, ngunit sa kanilang dila ay nagsinungaling sila sa Kanya.'¹²⁸

— Geronda, paano lumalago ang pag-ibig sa Diyos?

— Laging nasa Diyos ang iyong isipan; isipin mo ang Diyos. Manalangin, makipag-usap sa Diyos. Kapag ang isang tao ay gumagawa ng mga ganoong gawain, sa simula bahagya lamang nilang nararamdaman ang pag-ibig ng Diyos, ngunit habang mas madalas nilang ginagawa ito, mas lalo pa nilang nararamdaman ito. Ngayon, ang kanilang isipan ay laging nasa Diyos; hindi sila nababahala sa anumang makamundo o walang kabuluhan. Lumalago ang pag-ibig sa Diyos sa kanyang puso, pinupuno siya nito, at nais niyang isipin ang Diyos lamang. Hindi siya nababahala sa anumang bagay sa mundong ito; palagi niyang iniisip ang Ama sa Langit. Ang mga naglalaan ng kanilang sarili sa agham ay ganap na nabubuhay rito. Ngunit tayo ba ay lubusang nakatuon kay Kristo?

— Ano nga ba ang kulang sa atin na pumipigil sa atin na hanapin si Cristo nang may parehong sigasig?

— Nasa atin ang lahat. May isip tayo; may kapanahunan tayo. Ang hadlang ay tayo mismo, ang ating 'sarili'. Kung hindi natin itatanggi ang ating sarili, paano makakapasok si Cristo sa atin? Ngunit kung itatanggi natin ang ating sarili, at aalis ang walang-hiyaing nangungupahan—ang ating lumang pagkatao—sa ating tahanan, isang bagong tao, isang tao ng Bagong Tipan, ang maninirahan sa bakanteng puwang sa ating puso. Ang ating templo, ang ating buong pagkatao, ay mapupuno ng pag-ibig, sapagkat si Cristo, na Siya ang Pag-ibig, ay maninirahan sa loob natin. Kung gayon, ang puso ng tao ay nagiging isang kampana na patuloy na ipinapahayag nang malakas ang Mabuting Balita hanggang sa manginig ang mga pader sa tunog nito — ang tadyang, na gaya ng mga pader ng isang bahay, ay pinahiran ng putik na, sa utos ng Diyos, ay naging laman. At kung ikaw ay mapunta sa

¹²⁷ Cf. Lucas 15:7

¹²⁸ Ihambing ang Awit 77:36

disyerto, kung saan walang simbahan, ang iyong katawan ang magiging simbahan, at ang iyong puso ang kampana.

Kapag isinuko ng isang tao ang kanyang puso sa Diyos, napupuno ng pag-ibig ng Diyos ang kanyang isipan, at nanginginig sa tuwa ang kanyang puso. Pakiramdam niya ay magaang ang ulo, at ang katawan ay kasing-gaan ng isang balahibo. At kapag ang pag-ibig ng Diyos ay higit pa sa kayang lamunin ng puso, naririnig ng mga nasa paligid ang pag-ugong ng puso, sapagkat sa ganitong kalagayan ay nakikilahok din ang katawan.

Napakaliit na puso, ngunit kayang magmahala nang napakalalim! At kung ganito ang pag-ibig ng tao para sa Diyos, gaano pa kaya kadakila ang pag-ibig ng Diyos! Ang tinutukoy ko ay ang dami, sapagkat sa usapin ng kalidad, ang pag-ibig ng Diyos ay kapareho ng sa atin, basta't ang sa atin ay espirituwal.

Anong napakalaking kasamaan ang ginagawa ng mga taong ayaw ibigay ang kanilang pag-ibig kay Kristo, kundi sinasayang ito sa mga bagay na lupa, walang laman, at hungkag! Kahit mabuhay tayo ng isang libong taon at magkaroon ng isang libong puso, hindi pa rin iyon sapat upang bayaran si Cristo sa Kanyang dakilang pag-ibig para sa atin, na ipinakita Niya sa atin at patuloy na ipinapakita, sa pamamagitan ng pagbibigay-patawad sa atin, pagtitiis sa atin, at paglilinis ng Kanyang Banal na Dugo sa ating maruruming kaluluwa.

Ang apoy ng pag-ibig ng Diyos

— Geronda, bakit hindi ko tinatamasa ang parehong pagmamahal para sa Diyos gaya ng pagmamahal ko sa ibang tao? Pagkatapos ng lahat, kapag mahal ko ang isang tao, gusto ko siyang kasama palagi, hindi ba?

— Unti-unti itong dumarating bilang bunga ng pakikibaka; kung hindi, magliliyab ang mga tao at masusunog sa pag-ibig ng Diyos. Magiging malamig sa paligid nila, ngunit iisipin nilang sila'y nasusunog at tatakas sila sa mga bundok. Noong digmaan, isang sundalo ang iniwan ang kanyang yunit at tumakas sa mga bundok. Sumiklab sa kanyang puso ang ganoong pag-ibig na hindi na niya ito mapigil; gusto niyang umalis at manalangin. Nakalimutan niya ang lahat. Nakakita siya ng kuweba, pumasok sa loob at nagsimulang manalangin! Nang magmision ang ibang sundalo, nahanap nila siya at sumigaw: 'Deserter.' Pagkatapos, tinawag siya ng kumander ng yunit para tanungin. "Ano'ng tawag mo rito?" tanong niya. "Nasa apoy ako, sir, nasusunog sa pag-ibig kay Kristo. Alam mo ba kung ano ang ibig sabihin ng 'nasa apoy'?" "At akala mo hindi rin ako nasa apoy?" tanong ng kumander. "Nasa apoy ako, Komandante, naiintindihan mo ba o hindi?" inulit niya, na para bang sinasabing: 'Kung nasa apoy ka, tumakbo ka!' Tinulungan siya ng Diyos, at nakaiwas siya sa paglilitis militar. Kahit sa panahon ng kapayapaan, kung tatakas ang isang sundalo mula sa kanyang yunit, haharap siya sa paglilitis militar—lalo na sa panahon ng digmaan!¹²⁹

— Geronda, kapag ang isang tao ay nasa ganitong kalagayan, nararamdaman ba nila ang init sa buong katawan?

— Oo, ngunit higit sa lahat sa dibdib. Kapag nagliyab ang espirituwal na pag-ibig, ang buong dibdib ay sumisiklab sa apoy. Ang buong lukab ng dibdib ay nagiging apoy. Ang isang tao ay nasusunog sa matindi, matamis na apoy ng pag-ibig ng Diyos, lumilipad, at umiibig nang tunay, inaing pag-ibig.

Ang panloob na apoy na ito, na pinapailab ni Kristo Mismo sa pamamagitan ng Kanyang pag-ibig, ay nagpapainit sa katawan nang higit pa kaysa sa anumang pisikal na apoy. May kapangyarihan

¹²⁹ Si Nakatatandang Paisios, na siya mismo ay laging sumusunod sa batas sa lahat ng bagay, ay nagbibigay ng halimbawa ng isang sundalong walang disiplina upang tulungan tayong maunawaan na kung ang apoy ng banal na pag-ibig ay nagliyab sa loob ng isang tao, kung gayon 'ang isipan ng tao ay napupuno ng pag-ibig sa Diyos' at nagsisimula silang gumawa ng mga bagay na mahirap unawain o ipaliwanag. — *Tala ng tagapagsama*.

itong sunugin ang anumang basura, anumang masamang kaisipan na ihahagis ng diyablo, pati na rin ang anumang pagnanasa at anumang hindi kaaya-ayang tanawin. Narinaranasan ng kaluluwa ang banal na ligaya, na walang katulad sa anumang ibang ligaya!

Ang sayang na hindi pa pumapasok sa iyo ang apoy na ito! Kung ito'y magliyab at magningas sa iyong puso, hindi ka aakit ng anumang bagay na walang kabuluhan. Nawa'y pasindihin ng Diyos ang inyong mga puso ng Kanyang pag-ibig!

Banal na Eros

— Ang banal na eros ba ay pag-ibig sa Diyos?

— Ang banal na eros ay higit pa sa pag-ibig sa Diyos — ito ay kabaliwan. Pag-ibig-eros-kabaliwan, gaya ng inggit-poot-pagpatay. Ang dakilang pag-ibig sa Diyos, na pinagsama sa sakripisyo, ay matamis na pinapapaliwanag ng pag-ibig-eros ang puso, at, tulad ng singaw, sumabog ang Banal na Eros—hindi mapigilan—at nagsanib sa Diyos.

Pinapaluwag ng banal na eros ang matitigas na buto, na nagiging napakalambot kaya hindi makatayo ang tao at bumabagsak! Nagiging parang kandilang inilagay sa mainit na lugar, na hindi makatayo nang tuwid at yumuyuko paminsan sa isang gilid, paminsan sa kabila. Itinatama mo ito, ngunit kumikiling muli, bumabagsak muli, dahil mainit ito sa paligid, napakainit... Kapag ang isang tao ay nasa ganitong kalagayan at kailangan niyang pumunta sa isang lugar o gumawa ng isang bagay, hindi niya magawa; kailangan niyang magpunyagi, sinusubukan niyang makawala mula sa kalagayang ito...

— Naramdaman ba ng taong tinatablan ng Banal na Eros ang sakit?

— Kung napakalakas ng sakit, humuhupa ito at nagiging matiis; kung banayad naman, nawawala ito. Alam mo, kapag umiibig ang mga tao, nasa ganoong kalagayan sila ng matinding ligaya na nakakalimutan pa nilang matulog. May isang monghe na nagsabi sa akin: 'Geronda, nabighani ang kapatid ko sa isang gipsi; hindi na siya natutulog. Ang tanging maririnig mo ay 'Ang maliit kong Paraskevi, ang maliit kong Paraskevi.' Hinipnotismo ba siya nito, o ano? Hindi ko alam! Naging monghe ako nang napakaraming taon at hindi ko minamahal ang Ina ng Diyos gaya ng pagmamahal ng kapatid ko sa kanyang gipisang dalaga! Ako, sa totoo lang, ay walang nararamdamang tuwa sa aking puso.'

Sa kasamaang palad, may mga taong espiritwal na natitinag sa salitang 'Banal na Eros'. Hindi nila nauunawaan kung ano ang 'Banal na Eros', at nais nilang alisin ang salitang ito mula sa Menaion at sa Octoechos dahil hindi sila kumportable rito. Ganoon na tayo ngayon! Sa kabilang banda, ang mga karaniwang tao na alam kung ano ang human eros, kapag pinag-usapan mo sila tungkol sa Banal na Eros, agad na sumasagot: 'Dapat mas mataas ito.' Mabilis akong nakakahanap ng pagkakaunawaan sa maraming kabataang nakaranas ng makamundong, human eros kapag sinimulan kong pag-usapan ang tungkol sa Banal na Eros! 'Nakararanas ka na bang bumagsak sa lupa, lubos na napapagod, dahil sa Dakilang Pag-ibig? Naranasan mo na bang hindi ka makagalaw, na wala kang magawa?' Agad nilang napagtatanto na ito ay isang bagay na mas mataas, at nagsisimula na kaming magkaintindihan. "Kung," sabi nila, "ang simpleng, makamundong pag-ibig ay may ganitong epekto sa atin, maisip na lamang natin kung ano ang pag-ibig na langitn!"

Banal na pagkabaliw

— Geronda, paano ka mababaliw sa pag-ibig sa Diyos?

— Sa pamamagitan ng paggugol ng oras kasama ang... mga baliw, upang mahawaan ka nila ng kanilang espirituwal na kabaliwan! Inaasahan kong makita kayo... na baliw para sa Diyos! Amen.

At nagkaroon ako ng ilang karanasan ng espirituwal na ekstasi na nagmumula sa banal na eros. Sa mga ganitong pagkakataon, pumapasok ang isang tao sa isang estado ng banal na pagka-absorto

at nais niyang isipin ang Diyos lamang, ang banal, ang espirituwal, at ang makalangit. Habang nasa kalagayan ng banal na pag-ibig, sila'y matamis na nasusunog mula sa loob, at ibinubuhos ang kanilang sarili sa labas sa ekstasi, sa loob ng hangganan ng banal na kabanalan, na parang anghel, pinupuri ang kanilang Diyos at Maylalang araw at gabi.

— Iyon ba ang tinatawag na ekstasi?

— Oo, iyan ang kapag ang isang tao ay nawawala sa sarili, sa pinakamagandang kahulugan ng salita. Iyan mismo... 'Manghanga, katakutan ang langit...' ¹³⁰

Ang banal na pagkabaliw ay itinataas ang tao lampas sa grabidad ng lupa, itinataas siya sa trono ng Diyos, at ang tao ay nagsisimulang maramdaman na parang maliit na aso sa paanan ng kanyang panginoon, masaya at may paggalang na dinidilaan ang mga paa nito.

Banal na pagkalasing

— Geronda, natatakot ako na hindi ako maliligtas.

— Huwag kang matakot; sabay tayong aakyat. Sabihin mo lang sa abbess na bigyan tayo ng dalawang malalaking plastik na bote para sa paglalakbay. Tandaan mo, plastik, hindi salamin, para hindi sila mabasag sa daan!.. Pupunuin natin ang mga ito ng tubig at iinumun natin habang papunta tayo sa Langit kapag napagod na tayo! Mag-iiwan lang tayo ng tubig na kasing-dami ng tatlong daliri sa loob, at hihingin natin kay Kristo na pagpalain ito at gawing alak. Inumin natin ito at mabubultong espirituwal sa harap ni Kristo.

— Geronda, anong uri ng tubig ito?

— Ito ay pag-ibig para kay Kristo at para sa ating mga kapatid.

— At ang pagkalasing?

— Kalasingan mula sa Banal na Espiritu. Ang mga nalalasing sa Banal na Espiritu ay palaging nagagalak sa malambing na pag-ibig ng Diyos, kanilang Ama.

Kapag ang isang tao ay nabubulagan sa espiritu sa pamamagitan ng banal na alak, ang kanyang buhay dito sa lupa ay nagiging isang martir—ngunit sa mabuting kahulugan. Siya ay hindi na angkop sa mundo; wala nang bagay sa lupa ang nagmamalasakit sa kanya, at itinuturing niya ang lahat bilang basura at dayami. ¹³¹ Nakikita ninyo, mga tao, kapag umiinom sila nang marami, sila ay nabubulagan, at pagkatapos ay wala nang bagay ang mahalaga sa kanila. 'Lolo Fanasiy, nasusunog ang kubo mo,' sigaw ng mga tao sa isang matandang lalaki na nasusunog ang kubo. 'Sa impyerno na 'yan, hayaang masunog,' sagot niya, dahil nakainom siya at lasing!...

Isa pang uri ng pagkalasing—ang makalangit na pagkalasing—ay mabuti, ngunit dapat palagi siyang naroroon, sa tabi ng walang-hanggang bariles ng makalangit na alak. Nawa'y matagpuan mo ang pinapahalagahang, makalangit at banal na gripo, upang uminom at palaging malasing sa makalangit na alak. Amen!

Kabanata 2. Pag-ibig sa kapwa

Pag-ibig at kababaang-loob — dalawang magkapatid na birtud

— Geronda, paano ako maliligtas kung napakarami kong hilig?

¹³⁰ Ang mga salita ng irmos ng ikawalong ode ng kanon ng Dakilang Sabado. Ang salitang Griyego na 'εκστηθι', na isinalin sa Church Slavonic bilang 'mabighani', ay literal na nangangahulugang 'madala nang malayo'. — *Tala ng tagasalin*

¹³¹ Tingnan ang Fil. 3:8

— Sa pamamagitan ng pag-ibig at kababaang-loob. Sa sandaling tumubo ang pag-ibig at kababaang-loob, mauubos ang kayabangan at malisya at magsisimulang kumupas ang mga pagnanasa. Sa gayon, unti-unti, mawawala ang lahat ng pagnanasa at natural na susunod ang lahat ng iba pang birtud. Kaya nga, ituon mo ang lahat ng iyong pagsisikap sa pagkamit ng pag-ibig at kababaang-loob.

Ang tunay na pag-ibig ay hindi mapaghihiwalay sa kababaang-loob, na parang kambal na magkapatid na lalaki na malalim ang pagmamahalan. Ang pag-ibig ay hindi mapaghihiwalay sa kababaang-loob. Sa pag-ibig mo matatagpuan ang kababaang-loob, at sa kababaang-loob mo matatagpuan ang pag-ibig.

Para sa akin, ang saligan ng buhay na espiritwal ay pag-ibig at kababaang-loob. Kung saan may pag-ibig, nananahan si Cristo—ang Pag-ibig—at kung saan may kababaang-loob, para bang hinahawakan nito ang Biyaya ng Diyos sa loob ng isang tao sa pamamagitan ng sariling kapangyarihan. Nangyari nga, ang Diyos ang naghahari saanman at ang lupa ay nagiging paraiso. Ngunit kung saan walang pag-ibig at walang kababaang-loob, nananahan ang tangalashka—ang kaaway—at ang mga tao, kasama niya, ay nabubuhay na rito na parang nasa impiyerno, at araw-araw ay lalo nilang pinapahamak ang kanilang kapalaran sa buhay na darating.

Ang pinakamadaling landas tungo sa kaligtasan ay ang pag-ibig at kababaang-loob. Kung wala tayo nito, tayo ay huhusgahan. Ang dalawang birtud na ito ang naghihikayat sa Diyos na magpakita ng awa at itinaas ang Kanyang mga nilikha patungo sa Langit. Sa pamamagitan ng mga natatanging palatandaang ito—kababaang-loob at pag-ibig—nakikilala ng mga banal na Anghel ang mga anak ng Diyos, iniaakyat sila nang may pag-ibig, ginagabayan nang walang takot sa mga pagsubok sa himpapawid, at itinaas sila sa mapagmahal na Ama, ang Diyos.

Tunay at mahalagang pag-ibig

— Sa aking pananaw, may tatlong uri ng pag-ibig: ang makamundong pag-ibig, na puno ng mga espiritwal na mikrobyo; ang pag-ibig sa sanlibutan—na mababaw, panlabas, mapagkunwari at kulang sa laman; at ang espiritwal na pag-ibig—na totoo, dalisay at mahalaga. Ang pag-ibig na ito ay imortal; ito ay mananatili magpakailanman.

— Paano ko malalaman, Geronda, kung mayroon akong tunay na pag-ibig?

— Upang maunawaan ito, dapat mong subukan ang iyong sarili: mahal mo ba ang lahat ng tao nang pantay-pantay, at itinuturing mo ba ang bawat isa na mas mabuti kaysa sa iyong sarili?

— Geronda, ang pagmamahal ko sa Diyos at sa kapwa ay lumamig.

— Itanim mo ang munting labi ng pag-ibig na mayroon ka. Hayaan mong tumubo ito, lumaki, at mamunga ng bunga ng pag-ibig na iyong aanihin. Pagkatapos ay magtanim ka pa ng mas maraming pag-ibig at mag-aani ka pa ng mas marami; unti-unti, mapupuno ang iyong bodega, kaya wala ka nang mapaglagyan nito, sapagkat habang mas maraming pag-ibig ang iyong itatanim, mas lalo itong lumalago. Sabihin nating may isang magsasaka na may maliit na pakete ng buto at itanim niya ito. Pagkatapos ay anihin niya ang mga bunga at pinuno niya ng malaking sako. Kung itanim niya muli ang mga buto mula sa sakong iyon, sa pag-ani niya, mapupuno niya ng buto ang buong kamalig. Ngunit kung itatago niya ang mga buto sa maliit na supot at hindi niya ito itanim, kakainin sila ng uod. Kailangan niyang itanim ang mga buto sa lupa upang sila'y sumibol, lumaki, at mamunga.

Ang ibig kong sabihin ay ganoon din ang nangyayari sa pag-ibig. Para lumago ang pag-ibig, kailangan mo itong ibahagi. Ang taong hindi nagbibigay kahit ng kaunting pag-ibig na mayroon siya

ay parang humahawak ng dakot na buto sa kanyang kamay at ayaw itong itanim. Ang ganoong tao ay isang masamang lingkod na itinago ang kanyang talento.¹³²

Depende sa kung gaano karaming pag-ibig ang ibibigay mo, ganoon din karami ang matatanggap mo. Kung hindi ka magbibigay ng pag-ibig, hindi ka rin makakatanggap ng pag-ibig. Kita mo, ang isang ina ay patuloy na nagbibigay ng pag-ibig sa kanyang mga anak, ngunit patuloy din siyang nakakatanggap mula sa kanila, at patuloy na lumalago ang kanyang pag-ibig. Ngunit kapag hinihingi natin ang pag-ibig mula sa iba para lamang sa ating sarili, kapag gusto lang nating tumanggap mula sa iba, at kapag, sa paggawa ng mabuting gawa, iniisip natin ang gantimpala, hindi na mahalaga ang ating pag-ibig kundi mura na. Naging estranghero tayo sa Diyos at hindi tayo tumatanggap ng pag-ibig mula sa Diyos o mula sa ibang tao.

Ang mga may makalupang pag-ibig ay nag-aaway sa kanilang sarili kung sino ang makakakuha ng pinakamaraming pag-ibig para sa kanilang sarili. Ngunit ang mga may espirituwal, mahalagang pag-ibig ay nag-aaway sa kanilang sarili kung sino ang magbibigay ng pinakamaraming pag-ibig sa iba. Mahal nila nang hindi iniisip kung mahal sila ng iba o hindi, at hindi nila hinihingi na mahalin sila ng iba. Palagi nilang nais na magbigay ng kanilang sarili at ng kanilang mga pag-aari, at hindi nila hinihingi na magbigay naman ang iba ng kanilang sarili o ng kanilang mga pag-aari sa kanila. Ang mga taong ganito ay minamahal ng lahat, ngunit higit sa lahat ng Diyos, na kapareho nila ng uri.

Pag-ibig na walang inaasahang kapalit! Hindi dapat gumawa ng mabubuting gawa para makatanggap ng kapakinabangan. Dapat linangin ang marangal at mahalagang pag-ibig, ang uri na minamahal ng Diyos, at hindi ang murang pag-ibig sa mundo, na puno ng iba't ibang kahinaan ng tao.

— Geronda, nahihirapan akong ibigay ang pagmamahal ko kung hindi ito pahahalagahan.

— Wala kang tunay na pag-ibig; kaya nahihirapan ka. Ang taong may tunay na pag-ibig ay hindi alintana kung pinahahalagahan man ang pag-ibig niya o hindi. Hindi nila naaalala ang mga sakripisyong ginagawa nila para sa kapwa dahil sa dalisay na pag-ibig.

— Paano ko matututong kalimutan ang kabutihang aking ginagawa?

— Ibasura mo sa dagat... Sa ganoong paraan makakalimutan mo ito. Ngunit dapat mo ring kalimutan ang mga kasamaan na ginawa sa iyo. Sa ganitong paraan, nang hindi mo man namamalayan, makapagtitipon ka ng espirituwal na kayamanan para sa iyong sarili.

Ang pagtanggap ng 'sarili' sa ating pag-ibig

— Geronda, ano ang pamantayan ng pag-ibig?

— 'Magmahalan kayo sa isa't isa: gaya ng pagmamahal ko sa inyo.'¹³³ Sa pamamagitan nito, sinasabi ni Cristo na dapat nating laging isakripisyo ang ating sarili para sa kapakanan ng iba, gaya ng pagsakripisyo Niya para sa atin.

— Maaari bang may interes sa sarili sa paghahain?

— Oo, maaari. Naalala ko (bago pa ako naging monghe noon) ang isang lalaki mula sa Konitsa na pagkatapos ng serbisyo ng Pagkabuhay ay sinasabi sa lahat ng kanyang nakakasalamuha: 'Papunta ako sa monasteryo sa bundok, sa Ina ng Diyos, para sindihan ang mga lampara.' Ngunit sa paraan ng kanyang pagsasabi, malinaw na may kapalaluan at pansariling interes sa kanyang kalooban... Tumungo siya sa gabi papunta sa monasteryo para sindihan ang mga lampara—dalawang oras na paglalakad papunta, dalawang oras pabalik. At nakakatakot ang daan! Ang simbahan ay inabandona, at puro basura ang nakakalat saan man; saan nga ba siya kukuha ng pabilo at palutang para sa mga lampara! Kaya lumabas na ang lahat ng pagsisikap niya ay walang kabuluhan. At gayon pa man,

¹³² Tingnan ang Mat. 25:25

¹³³ Juan 13:34

tiyak na kung may nagsabi sa kanya pagkatapos ng seremonya, 'Mag-sindi ka ng lampara pag-uwi mo,' marahil hindi na siya nag-sindi pa! Kung tunay niyang nais maghandog ng sakripisyo sa Diyos, pupunta sana siya sa monasteryo para sindihan ang mga lampara nang payak, nang hindi nagpapaligoy-ligoy.

— Kaya nga ba, kaya ng isang tao na isakripisyo ang sarili dahil sa kayabangan?

— Bakit hindi? Maaari pa nga niyang isakripisyo ang kanyang buhay, gaya ng sinasabi ni Apostol Pablo, ngunit wala namang pag-ibig.¹³⁴

— May halaga pa ba ang ganoong sakripisyo?

— Hindi mo ba naaalala kung ano ang sinasabi ni Apostol Pablo bago iyon? 'Ngunit kung wala akong pag-ibig, ako'y wala.'¹³⁵ Upang ang isang sakripisyo ay kaaya-aya sa Diyos, dapat itong malaya sa mga motibong pantao: pansariling interes, kayabangan, at iba pa. Kapag ang isang tao ay mapagkumbabang nagsasakripisyo ng kanyang sarili, nangangahulugan ito na mayroon siyang pag-ibig; doon niya hinihikeyat ang Diyos na lumapit sa kanya. Kapag pinag-uusapan ko ang pag-ibig, tinutukoy ko ang tunay at taos-pusong pag-ibig na may kagalangan. Maaaring magtiwala ang isang tao sa kanyang mga intensyon at isipin na taglay niya ang pag-ibig dahil ibinibigay niya ang lahat, ngunit hindi pa rin niya ito taglay dahil ang pag-ibig niya ay may kasamang 'sarili'—ibig sabihin, nakatuon ang pag-ibig niya sa pagtupad ng kanyang sariling interes.

Upang maging tunay ang ating pag-ibig, dapat nating linisin ito, alisin ang ating 'sarili' sa ating pag-ibig. At kapag inalis ng bawat isa ang kanilang 'sarili' sa kanilang pag-ibig, naroroon ang bawat tao sa iba, at ang lahat ay nagkakaisa sa iisang pag-ibig ni Cristo. At kay Cristo, nalulutas ang lahat ng problema, sapagkat inalis ng pag-ibig ni Cristo ang lahat ng problema.

Pag-ibig ng isang ina para sa lahat

— Geronda, paano mailalagay ng isang tao ang buong mundo sa kanyang puso?

— Paano mailalambing ng isang tao ang buong mundo kung masyadong maikli ang kanyang mga braso? ... Upang mailagay ng isang tao ang buong mundo sa kanyang puso, kailangan niyang palawakin ang kanyang puso.

— Paano iyon magagawa, Geronda?

— Pag-ibig. Ngunit kahit iyon ay hindi sapat. Kailangan ng pag-ibig ng isang ina. Mahal ng isang ina ang kanyang mga anak nang higit pa kaysa sa pagmamahal niya sa sarili. Kung magkakaroon ang isang tao ng ganitong pag-ibig, mamahalin niya hindi lamang ang mga umiibig sa kanya, kundi pati na rin ang mga nanakit sa kanya, dahil palagi niyang hahanapin ang mga nagpapagaan ng kalagayan ng iba at sisisiin ang sarili sa lahat ng bagay. Kahit siya ay ninakawan, mararamdaman niya ang kirot ng konsensya kapag nahuli at naipakulong ang magnanakaw. 'Dahil sa akin kaya napunta ang taong ito sa bilangguan,' sasabihin niya. 'Kung nakahanap lang sana ako ng paraan para mabigyan siya ng perang kailangan niya, hindi siya nasa bilangguan ngayon.'

Ang pagmamahal ng isang ina ay sumasaklaw sa lahat at nagpapakalma sa lahat. Kung ang isang anak ay makasira ng isang bagay, makabasag ng isang bagay o gumawa ng mali, agad siyang pinapatawad ng kanyang ina, dahil siya ang kanyang anak. Kaya, kung mamahalin mo ang iyong kapwa nang pagmamahal ng isang ina, pinapatawad mo ang lahat ng kanyang kahinaan at hindi mo nakikita ang kanyang mga kasalanan; at kahit na nakikita mo man ang mga ito, pinapatawad mo siya agad. Pagkatapos, ang puso mo ay umapaw sa pagmamahal, dahil nagiging taga-gay ng Kristo ka, na matiisin sa ating lahat.

— Geronda, medyo makitid ang pananaw ko sa lahat ng bagay. Marahil ay walang puso ako?

¹³⁴ Tingnan ang 1 Cor. 13:3

¹³⁵ 1 Cor. 13:2

— Wala ka bang puso? Alam mo ba kung anong klaseng puso ang meron ka? Ngunit pinapayagan mong pigilan ito ng iyong makitid na pag-iisip, at doon ka nagdurusa. Ang may malawak na puso ay kayang tiisin ang lahat, ngunit ang may makitid na puso, dahil duwag, ay nawawalan ng pag-asa sa isang salita o isang hindi kanais-nais na pangyayari, at hindi niya ito matiis.

— Bakit?

— Dahil iyan lang ang kaya ng baterya nila.

— Ano ang magagawa ko para mapalaki ang kapasidad ng baterya ko?

— Patawarin mo ang mga kapintasan at kakulangan ng iba. Harapin mo ang lahat nang espirituwal, na may pananampalataya at tiwala sa Diyos. Tandaan mong nasa mga kamay ka ng Diyos, at kung may hindi magawa ayon sa iyong nais o inaasahan, tanggapin mo ito nang may pasasalamat.

— At lalawak ba ang puso ko?

— Para lumawak ang iyong puso, kailangan mong alisin ang isang bagay dito: alisin ang pagkamakasarili. Kung ang baging ng pagkamakasarili at makitid na pag-iisip na sumasakal sa iyo ay malalanta, doon malayang makalalago ang iyong espirituwal na puso. Nananalangin ako na ang iyong puso ay malaya nang lubusan, umunlad at lumawak. Amen.

Alam mo ba kung ano ang nararamdaman ko ngayon? Nararamdaman ko ang napakalalim na pagmamahal na parang ina, ang napakalambot at banayad na damdamin na hindi ko pa naranasan noon.¹³⁶ Kasya ang buong mundo sa loob ko. Gusto kong yakapin ang lahat, gusto kong tulungan sila. Dahil ang pag-ibig ay hindi maaaring manatiling nakatago sa puso. Tulad ng gatas na dumadaloy mula sa dibdib ng isang ina na nawalan ng anak, gayon din ang pag-ibig ay naghahanap ng paraan palabas.

Hindi kailanman tumatanda ang puso

— Sabi ni Geronda, Abba Pamvo: 'Kung may puso ka, maliligtas ka.'¹³⁷ Ano ang ibig niyang sabihin sa 'kung may puso ka'?

— Maraming posibleng interpretasyon. Una, ang 'kung may puso ka' ay maaaring mangahulugang 'kung mahal mo ang Diyos'. Pangalawa, ang 'kung may puso ka' ay maaaring mangahulugang 'kung sensitibo ka at hindi malupit.' Pangatlo, ang 'kung may puso ka' ay maaaring mangahulugang 'kung mabait ka.' Pang-apat, ang 'kung may puso ka' ay maaaring mangahulugang 'kung matiisin ka.' Ikalima, ang 'kung may puso ka' ay maaaring mangahulugang 'kung may tapang ka.' Kapag sinasabi natin ang 'puso,' hindi natin tinutukoy ang isang piraso ng laman, kundi ang disposisyon para sa pag-aanyaya sa sarili, marangal na pag-ibig.

Ang kapangyarihan ng puso ay isang dakilang bagay! Ang puso ay parang rechargeable na baterya na patuloy na nire-recharge. Hindi ito napapagod o tumatanda; hindi kailanman nauubos ang lakas nito. Ngunit kailangang pagtrabahuin ang puso. Pagkatapos ng lahat, may puso ako, at may puso ka, ngunit anong silbi nito kung hindi natin ito pinagyayaman? Kung hindi pinagyayaman ng isang tao ang kanyang puso, maaaring higanti siya ngunit kulang sa anumang katapangan. Samantalang ang isa naman, maliit at mahina, na ginagawa ang lahat nang buong puso, ay hindi kailanman napapagod. Narito rin ang isang mahina na kapatid na babae, ngunit dahil inilalagay niya ang kanyang buong puso sa bawat gawain, hindi siya nakararamdam ng pagod. Hindi siya naghahanap ng paraan para iwasan ang trabaho, kundi ng mga paraan para tumulong sa iba.

¹³⁶ Noong 1981, sinabi ni Elder Paisios: "Posible para sa isang tao na laging magkaroon ng apoy ng banal na pag-ibig sa loob niya. Palagi kong nararanasan ang makalangit na katamisang ito. Ako'y nasusunog, at ang aking mga buto ay naging parang nag-aalab na kandila. Kapag kailangan kong gumawa ng isang bagay o pumunta sa isang lugar, pinipilit kong lumabas mula sa kalagayang ito. Maraming beses, dahil sa himalang-langit na katamis na ito, nahulog ako sa lupa. Ngayon, naging sakit ito para sa mundo. Sumasakit ako para sa mundo, at araw-araw ay lumalaki ang sakit na ito. Ako ay, literal na, napapagod." — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹³⁷ Τὸ Γεροντικόν. Athens, 1981. p. 102.

Ginagawa niya ang bawat gawain nang may pagmamahal, dahil tunay niyang pinapahalagahan ito, hindi dahil hinihintay niyang mapansin at purihin siya ng iba. Wala siyang pagmamataas o pagnanais na mapasaya ang iba; namumuhay siya sa paraang hindi siya napapansin, at iyan ang dahilan kung bakit siya tumatanggap ng Banal na Grasya at tumatanggap ng tulong mula sa Diyos.

Kung ang isang tao ay likas na mahina o matanda na, at hindi na matiis ng katawan ang mabigat na pagsusumikap, ngunit natutunan niyang sanayin ang kanyang puso, pinipilit ng puso ang katawan na kumilos. Sila ay parang lumang kotse na may patag na gulong at sirang aksel, ngunit may makapangyarihang makina — kapag itinulak mo ang ganoong kotse, umandar ito. Ang isa namang tao ay maaaring bata at malakas, ngunit kung hindi nila pinagtutuunan ng pansin ang kanilang puso, parang bagong kotse na may mahinang makina na hindi makagalaw pasulong. Anumang gawain, kahit ang pinakamadali, ay tila imposible para sa kanya. Minsan, may matandang lalaking naiwan ng payong o bag sa selda ko, at tinatanong ko ang isa sa mga kabataang lalaki: 'Halika, agila, tumakbo ka at habulin mo ang matanda.' Pagkasabi ko pa lang nito, agad na bumuntong-hininga nang malalim ang 'agila': 'Ama, hindi na ba siya babalik nang mag-isa?' — 'Halika na, gumawa ka ng mabuting gawa,' muling hinihiling ko. Muling bumuntong-hininga siya. Pagod na siya sa mismong salitang 'takbo'—lalo na nga ang totoong pagtakbo!

Kung hindi pinagyayaman ng isang tao ang kanyang puso, hindi siya katulad ng hayop; nagiging parang estatwa, isang monumento. Walang silbi ang puso niya.

Ang pinagsamang gawain ng isip at puso

— Geronda, minsan naiintindihan ko sa isip na kailangan kong mahalin ang iba, pero wala akong nararamdamang pag-ibig sa loob.

— Unti-unti, lilipat ito mula sa iyong isip patungo sa iyong puso, at mararamdaman mo ang pag-ibig. Upang mahalin ang ibang tao, kailangang gumana rin ang iyong puso; hindi sapat ang isip lamang. Ang pinakamaraming magagawa ng isip ay dalhin ka sa isang kalagayan kung saan masasabi mo: 'Kailangan kong tiisin ang taong ito, o kailangan kong pigilan ang sarili ko para hindi magsabi o gumawa ng masama sa kanila,' at iba pa. Ibig sabihin nito ay hindi mo mahal ang taong iyon. Tinitingnan mo sila bilang isang estranghero; hindi mo sila nakikita bilang isang kapatid, upang alagaan sila at upang kumilos ang iyong puso.

— Kung may distansya sa pagitan ng isip at puso, maaari ko bang gamitin ang lohikal na pangangatwiran upang mapasunod ang puso sa isip?

— At ano ang distansya sa pagitan ng puso at isipan? Bakit kailangang may distansya?

— Dahil kahit na tama ang pag-iisip ng aking isipan, hindi makasunod ang aking puso, sapagkat ito ay bihag ng mga pagnanasa.

— Tama ang diagnosis, ngunit hindi iyon sapat; kailangan nating asikasuhin ang paggamot. Lahat ng espiritwal na gawain ay isinasagawa ng isip kasama ang puso. Ang isip ang tagapagpadala, at ang puso ang tagatanggap. Paano man i-tune ng isang tao ang tagapagpadala, gumagana ang tagatanggap sa parehong dalas. Kung ang isip ay gumagana sa makamundong paraan, nagpapadala ito ng makamundong mga mensahe sa puso. Kapag kumikilos ito nang espiritwal, ang puso ay naaantig at naghahangad nang espiritwal. Paano ka, halimbawa, makakakain nang sobra kung alam mong may iba pang tao na namamatay sa gutom o kumakain ng dumi ng kamelyo ang mga Bedouin?¹³⁸

— Geronda, napagtanto ko na isipan ko ang minamahal ko kaysa sa puso ko. Paano ko mapapagana ang puso ko?

¹³⁸ Tumutukoy ito sa dekada 1960. — *Tala ng tagapagsama-sama.*

— Hindi mo ba alam? Sa ngayon, para paganahin ang puso, hihiwain ng mga doktor ang dibdib at naglalagay... ng baterya. At dapat nating tiyakin na ang isip ay tumagos sa puso, paandarin ito at paganan.

— Paano naman?

— Sa tingin ko, nangyayari ito sa tatlong paraan. Maaaring maramdaman ng isang tao ang pasasalamat para sa mga biyaya ng Diyos, kaya't napapabigla sila ng emosyon at pinupuri ang Diyos. O nararamdaman nila ang bigat ng kanilang mga kasalanan at humihingi sila ng kapatawaran sa Diyos nang may mabigat na puso. O inilalagay nila ang kanilang sarili sa kalagayan ng isang taong nasa mahirap na sitwasyon at nakararamdam sila ng habag para sa kanila sa pinaka-natural na paraan.

— Geronda, kumikilos ako nang kusang-loob, ayon sa nararamdaman ko. Tama ba iyon?

— Tingnan mo, kapag may dalisay at taos-pusong pag-ibig sa Diyos sa puso, ang bawat kusang kilos ng puso ay dalisay. Ngunit kapag walang dalisay na pag-ibig sa puso, kailangang pigilan ang sariling pagiging kusang-loob, dahil ang ganoong kusang kilos ng puso ay napupuno ng mga lason ng mundo.

— Ano ang dapat kong gawin para pigilan ang aking pagiging kusang-loob?

— Hindi ka pa ba nakapagmaneho ng kotse? May preno ba ang kotse? Sige, sabihin mo sa akin ngayon, ang isang tao... na walang preno, ano ang dapat gawin?

— Kailangan mong maglagay ng preno sa iyong puso.

— Oo, kailangang pigilan ng isip ang puso, dahil kapag nauna ang puso sa isip, nagiging walang kabuluhan ang takbo nito. Binigyan ka ng Diyos ng malaking talino at malaking puso, ngunit hindi mo ginagamit ang iyong talino upang pigilin ang iyong puso, kaya't ito'y tumatakbo nang walang patutunguhan. Bago ka kumilos—magsipag-isip ka, at sa ganitong paraan ay pagtrabahuin mo ang pusong ibinigay sa iyo ng Diyos, nang payak at may pag-ibig.

"Mula sa kakulangan..."¹³⁹

— Geronda, sinasabi ni Apostol Pablo: 'Mahal ng Diyos ang masayang tagapagbigay.'¹⁴⁰ Pinipilit ko ang sarili ko kapag kailangan kong magbigay ng isang bagay o gumawa ng mabuting gawa.

— Tayo ay mga anak ng Diyos, at tungkulin nating gumawa ng mabuti, sapagkat ang Diyos ay pag-ibig mismo. Naalala mo ba ang balo na tumanggap sa propeta Elias?¹⁴¹ Siya ay isang pagano, ngunit napakalaki ng pag-ibig niya! Nang dumating ang propeta at humiling ng tinapay sa kanya, sinabi niya: "May kaunting langis at arina kami; kakainin namin ito kasama ng aking mga anak at pagkatapos ay mamamatay na kami." Hindi niya sinabi sa kanya, 'Wala kaming anuman.' At nang ang propeta, upang subukin ang kanyang kagustuhan, ay sinabi sa kanya na unahin niyang maghurno ng tinapay para sa kanya, at pagkatapos para sa kanyang sarili at sa kanyang mga anak, agad na pumayag ang mahirap na babae. Kung wala siyang pag-ibig sa kanyang puso, nagsimulang lilitaw sa kanyang isipan ang iba't ibang kaisipan. 'Hindi pa iyon sapat,' maaaring naisip niya, 'na sinabi kong kakaunti na lang ang langis at harina namin; ngayon gusto pa niyang unahin kong maghurno para sa kanya!' Kitang-kita ang mabuting kalooban niya, na nagsilbing magandang halimbawa para sa atin. Binabasa natin ang Banal na Kasulatan, napakarami nating natutuklasan dito, ngunit paano nga ba natin ito isinasabuhay?

¹³⁹ Lucas 21:4

¹⁴⁰ 2 Cor. 9:7

¹⁴¹ Dahil sa tagtuyot, ang propeta Elias ay napunta sa sapa ng Horeb. Nang matuyo rin ang sapang iyon, pinadala siya ng Diyos sa Zarepat sa Sidon upang pakainin ng isang balo (tingnan 3 Hari 17:1–24). — *Tala ng tagapagsama*.

Naalala ko kung paano sa Bundok Sinai, ang mga anak ng mga Bedouin—¹⁴² —na walang alam tungkol sa Ebanghelyo, ay pinaghahati-hatian ang anumang ibigay ko sa kanila, kahit kaunti lang iyon. Lahat ay nakatanggap ng kaunti. At kung ang huli ay kulang, ibinibigay ng lahat ang ilan sa kanilang bahagi para sa kanya.

Gawing halimbawa ninyo ang lahat ng ito. Suriin ninyo ang inyong sarili upang maunawaan kung nasaan kayo. Kung nagsusumikap ang isang tao sa ganitong paraan, nakikinabang siya hindi lamang sa halimbawa ng mga santo at mga asketiko, kundi pati na rin sa buhay ng lahat ng tao, na iniisip: 'Taglay ko ba ang mabuting katangiang ito? Paano ako lalabas sa Araw ng Paghuhukom?'

Ang mahalaga ay ang ibinibigay natin sa iba mula sa ating kakaunting pagkukunan, maging ito man ay tulong na espiritwal o materyal.

Sabihin nating may tatlong unan ako. Kung ibibigay ko sa iba ang unan na hindi ko ginagamit, walang halaga iyon. Ngunit kung ibibigay ko sa kanya ang unan na ako mismo ang natutulog, mahalaga iyon dahil may sakripisyo na kasangkot. Kaya sinabi ni Kristo tungkol sa balo: 'Ang dukhang balo na ito ay nagbigay nang higit pa kaysa sa lahat ng iba.'¹⁴³

Ihagis mo ang iyong lumang abak sa apoy ng pag-ibig

— Mahirap para sa akin na magpatawad sa iba, Geronda.

— Ayaw mo bang patawarin ka ni Cristo?

— Ginagawa ko naman, Geronda. Paano ko naman hindi magagawa?

— Kung ganoon, bakit hindi mo rin pinapatawad ang iba? Pag-isipan mong mabuti, sapagkat sa pamamagitan nito ay nagdudulot ka ng malaking dalamhati kay Cristo. Pinatawad ka Niya sa utang na sampung libong talento, ngunit ayaw mong patawarin ang iba sa utang na isang daang denario.¹⁴⁴ Sabihin mo sa sarili mo: 'Paano nga ba posible na si Cristo, na walang kasalanan, ay palagi akong pinagtitiisan, at pinagtitiisan at pinapatawad pa nga ang bilyon-bilyong tao, samantalang ako ay hindi mapatawad ang isang kapatid na babae?'

Isang beses, may isang binata na dumating sa silid-panginoon ko na nagkaroon ng alitan sa isang tao, at kahit na humiling ng kapatawaran ang taong iyon, ay ayaw pa rin siyang patawarin. Isang araw sinabi niya sa akin: 'Manalangin ka, Geronda, na patawarin ako ng Diyos.' — 'Mananalangin ako,' ang sagot ko, 'na huwag ka nang patawarin ng Diyos.' Muli niyang tinanong ako: 'Nais ko, Geronda, na patawarin ako ng Diyos.' — 'Kung ikaw, mahal ko, ay hindi nagpapatawad sa iba,' sabi ko sa kanya, 'paano ka mapapatawad ng Diyos?'

Ang katarungan ng Diyos ay pag-ibig at mahabang pagtitiis. Wala itong pagkakatulad sa katarungang pantao. Ang banal na katarungang ito ang dapat nating pagsikapan na maabot. Noong isang beses, isang layko ang dumating sa selda ni Ama Tikhon upang nakawin siya. Matapos niyang pahirapan nang husto ang matanda — pinigilan siya sa paghinga gamit ang lubid — napagtanto niyang walang pera ang matanda at papauwi na. Habang papalabas na siya, sinabi ni Ama Tikhon sa kanya: 'Pagpapatawad ka ng Diyos, anak ko.' Pagkatapos noon, pumunta ang tulisan na ito upang magnakaw sa selda ng isa pang matanda, ngunit doon siya nahuli ng pulis. Inamin niya mismo na siya rin ay pumunta upang magnakaw sa selda ni Ama Tikhon. Nagpadala ang pulis ng isang gendarme para dalhin si Ama Tikhon sa pagsisiyasat, ngunit tumanggi siyang sumama. "Anak ko," sabi ng matanda sa gendarme, "pinatawad ko nang buong puso ang magnanakaw." Ngunit hindi pinansin ng gendarme ang kanyang mga salita. "Halika na, Pari, tara na tayo," sabi niya. "Wala akong pakialam sa iyong 'patawad' at 'bendisyon.'" Sa huli, nang magsimulang umiyak ang matanda na

¹⁴² Pinag-uusapan ni Elder Paisios ang panahong nanirahan siya sa Bundok Sinai (1962–1964). — *Tala ng tagapagsama*.

¹⁴³ Lucas 21:3

¹⁴⁴ Tingnan ang Mat. 18:23–35. Ang halaga ng sampung libong talento ay pitong libong beses na mas malaki kaysa sa isang daang denario. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

parang maliit na bata, naawa sa kanya ang hepe ng pulisya at pinayagang umalis. Nang maalala ng matanda ang insidenteng ito, hindi niya ito lubos na naunawaan: "Anak ko," ang sabi niya, "ang mga taong mundano ay may sarili silang kodigo; wala silang 'pagpalain mo ako' o 'ipagpapatuloy ako ng Diyos!'"

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng 'pagkikimkim ng sama ng loob'? Ang pag-alala ba sa pagkakamaling ginawa sa iyo, o ang pagiging galit sa gumawa nito?

— Kung naaalala mo ang pagkakamali at nalulungkot ka kapag maayos ang takbo ng buhay ng nakasakit sa iyo, o nagagalak ka kapag nahihirapan sila, kung gayon ay may sama ka ng loob. Ngunit kung, sa kabila ng pagkakamaling ginawa ng iba sa iyo, nagagalak ka sa kanilang mga tagumpay, kung gayon ay hindi iyon sama ng loob. Ganyan mo maaaring subukan ang iyong sarili sa bagay na ito.

Kalimutan ko ang anumang kasamaan na ginawa sa akin. Itinatapon ko ang mga lumang sama ng loob sa apoy ng pag-ibig, at nasusunog ang mga ito. Noong digmaang sibil noong 1944, dumating ang mga rebelde sa aming nayon. Napakalamig. Naisip ko: "Marahil ay wala silang pagkain. Magugutom ang mga taong ito. "Magdadala ako sa kanila ng tinapay." Nang dinala ko sa kanila ang tinapay, inakala nilang kahina-hinala ako at dinakip nila ako. Hindi ko man lang naisip na hinahanap pala ng mga rebelde ang mga kapatid ko na nagtatago sa mga bundok. Ano ang sinabi ni Kristo? "Mahalin ninyo ang inyong mga kaaway at gumawa kayo ng mabuti sa mga nagmamuhod sa inyo."¹⁴⁵

Pag-ibig na may habag

— Geronda, gaano kayo kahirap para sa inyo sa inyong selda! Dumarating sa inyo ang mga taong may sakit sa pag-iisip at mga adik...

— Dito mismo nagiging malinaw kung may tunay tayong pag-ibig sa ating kalooban. Sa mukha ng ating kapatid nakikita natin si Cristo. Sapagkat kapag gumagawa tayo ng isang bagay para sa kapatid, ginagawa natin ito para mismo kay Cristo. 'Sapagkat sa tuwing ginawa ninyo ito sa isa sa pinakamaliit na ito ng aking mga kapatid,' sabi ni Cristo, 'ginawa ninyo ito sa Akin.'¹⁴⁶

Noong isang beses, may isang ama na dumating sa selda ko kasama ang kanyang anak na lalaki, isang binatang sinapi. Halos kasabay noon, dumating din ang isang kakilala ko. Inalis ko ang ama ng binata sa gilid upang kausapin, sapagkat siya ang naging sanhi ng pagkakasapi ng bata. Kawawang bata! Perpektong malusog siya, ngunit may sipon na dumadaloy mula sa kanyang ilong... Nang makita ito, lumapit ang kakilala ko sa kanya, kumuha ng panyo mula sa kanyang bulsa, pinunasan ang ilong ng binata, at pagkatapos ay ibinalik ang panyo sa kanyang sariling bulsa. Pagkatapos ay tinanggal niya ang gintong krus na suot niya sa leeg at isinabit ito sa leeg ng binata. Ngunit hindi iyon ang tumatak sa akin, kundi ang pagmamahal na ipinakita niya habang pinupunasan ang ilong ng binata — at sana'y nakita mo kung ano ang kalagayan ng binatang iyon! Naramdaman ng lalaking ito ang habag para sa kanya na parang kapatid. Kung hindi niya siya nakita bilang kapatid, kikilos kaya siya nang ganito? Kung mahal mo ang ibang tao na parang kapatid, saka mo lang puwedeng punasan ang ilong niya gamit ang panyo mo at ibalik ito sa sariling bulsa mo! Ngunit kung wala ka ng damdaming iyon, ang ibang tao ay para sa iyo na parang banyagang katawan, kaya nanginginig ka sa kahit na anong paghipo nila, at kung sakaling mabudburan ka ng kanilang laway, agad kang tutakbo para hugasan ang iyong mukha.

Dahil pinagkalooban tayo ng Maykapal ng saganang biyaya at hindi Niya tayo pinayagang magdusa, dapat tayong magpakita ng habag sa kapwa nating naghihirap. Halimbawa, isipin natin na nakakita tayo ng isang taong may kapansanan. Kung iisipin natin sa sarili: 'Paano kaya ako

¹⁴⁵ Tingnan ang Mateo 5:44; Lucas 6:27.

¹⁴⁶ Mateo 25:40

makakaramdam kung ako ang may kapansanan at hindi makalakad?' — makakaramdam tayo ng habag para sa kanila. O kung may taong nasa mahirap na sitwasyon at humingi sa atin ng tulong, dapat agad nating isipin: 'Kung ako ang nasa kalagayan nila, hindi ko ba gustong may tumulong sa akin?' Ganito mailalabas ang ating habag para sa kanila. Ngunit kahit na ang isang tao ay nasa kagipitan, kung taglay niya ang tunay na pag-ibig sa kapwa na sinamahan ng habag, makakalimutan niya ang sarili niyang pagdurusa at mag-aalala para sa iba. Kapag may nagsasabi sa akin ng kanilang sakit, hindi ko na nararamdaman ang sarili kong sakit, kahit na nakaupo ako sa mga pako o naglalakad nang nakayapak sa nabasag na salamin.

— Nagsusulat si San Marcos na Asketiko: 'May isang pagnanasa na pumipigil sa atin na gumawa ng mabuti ayon sa ating makakaya — ang kawalang-interes. Ang pagnanasa na ito ay nalulunasan sa pamamagitan ng panalangin at pagbibigay ng limos.'¹⁴⁷ Bakit niya binanggit ang pagbibigay ng limos sa kontekstong ito?

— Dahil ang pagbibigay ng limos at kabutihan ay nagpapalambot ng puso. Ang pagbibigay ng limos ay kumikilos sa puso na parang langis sa kalawangin na kandado. Ang matigas na puso ay lumalambot kapag nakikita ng isang tao ang pagdurusa ng iba; nagiging mas bukas sila at mapagkumbaba. Hindi nilikha ng Diyos ang tao upang maging matigas ang puso at walang-awa, ngunit nabibigo ang mga tao na alagaan ang awa na ipinagkaloob sa kanila ng Diyos; hindi sila nagpapakita ng habag sa kanilang kapwa at, dahil sa kapabayaang, unti-unting tumitigas ang kanilang puso.

— At paano mo malalambot ang iyong puso?

— Upang malambot ang puso, dapat ilagay ng isang tao ang sarili hindi lamang sa katayuan ng ibang tao, kundi pati na rin ng mga hayop, at maging ng mga ahas. Pag-isipan natin, halimbawa, nang ganito: 'Magiging mabuti ba para sa akin kung ako ay isang ahas: Gumagapang ako palabas sa sikat ng araw upang magpainit, at may lalaking tumakbo papunta sa akin na may dalang tungkod at pinapalo ako sa ulo? Hindi, hindi iyon maganda.' Kung iisipin natin nang ganito, magsisimulang tayong magkaroon ng habag at pagmamahal kahit sa mga ahas. Kung hindi inilalagay ng isang tao ang sarili sa kalagayan ng iba—at hindi lang ng mga tao, kundi pati na rin ng mga hayop at insekto—hindi siya maaaring maging tunay na tao.

Itinatago ng habag ang isang pag-ibig na napakalakas na nalalampasan ang karaniwang pag-ibig. Kung nakararamdam ka ng habag sa iba, nagsisimula kang mahalin sila nang mas malalim. Kapag sinamahan ng habag ang pag-ibig, niyayakap mo ang kapatid mong sinasapian ng demonyo, at umaalis ang demonyo sa kanya. Sapagkat ang matibay na pag-ibig—ang espiritwal na pag-ibig, na may kasamang habag—ay nagpapalubag-loob sa mga nilikha ng Diyos ng banal na aliw, sinasakop ang hanay ng mga demonyo, pinapalaya ang kaluluwa, at pinapagaling ang mga sugat nito sa pamamagitan ng balsamo ng pag-ibig ni Cristo na ibinubuhos dito.

Ang isang taong espiritwal ay isang dakilang gawa ng habag. Nauubos sila sa paghihabag para sa iba, nananalangin, at nagpapalubag-loob. At bagaman pasanin nila ang mga pagdurusa ng iba, palagi silang puno ng kagalakan, sapagkat inaalis ni Cristo ang kanilang sakit at pinapalubag-loob sila sa espiritwal.

Ipinahahayag ng pag-ibig

— Geronda, paano ko ipapakita ang pag-ibig?

— Ipakita ang pag-ibig? Hindi ko iyon maintindihan. Isang kasinungalingan at pagpapanggap iyon. May pag-ibig tayo sa ating kalooban, at ipinahahayag ba tayo ng pag-ibig na iyon? Naiintindihan iyon. Ang tunay na pag-ibig ay nagpapahayag ng sarili nito sa ibang tao nang walang

¹⁴⁷ Ni ating banal at Dios-sasagana na Ama na si Marko ang Asketiko. Ang Dalawang Daang Kabanata sa Espirituwal na Batas. Thessaloniki, 1974. p. 21.

anumang pagpapakitang-gilas. Ang pag-ibig ay nangangahulugang makiramay sa nararamdaman ng iba. Ang pag-ibig ay nangangahulugang malasakit na titig at isang salitang binitiwang sa isang tao sa panahon ng kagipitan. Ang pag-ibig ay nangangahulugang pagbabahagi ng kanilang dalamhati, pagbibigay ng ginhawa sa panahon ng paghihirap. Ang pag-ibig ay nangangahulugang pagtanggap ng isang mabagsik na salita mula sa kanila. Lahat ng ito ay mas kapaki-pakinabang kaysa sa maraming salita at pagpapakitang-gilas.

Kapag nararamdaman mo sa iyong puso ang habag para sa ibang tao, ipinapaalam ng Diyos sa kanila ang iyong mabuting hangarin, ang iyong pagmamahal, at nauunawaan nila ito nang walang anumang panlabas na pagpapakita. Gayundin, ang masamang loob—kahit hindi ito ipinapahayag sa labas ngunit naroroon sa loob—ay nararamdaman ng ibang tao. Sapagkat kahit ang demonyo, kapag nagpapakita siya bilang isang 'anghel ng liwanag',¹⁴⁸, ay nagdudulot ng kalituhan, samantalang ang tunay na Anghel ay nagdadala ng hindi mailarawan, magaan na kagalakan.

— Ano, Geronda, ang pumipigil sa akin na matanggap ang mensahe ng pagmamahal ng iba para sa akin?

— Marahil hindi mo pa pinalago ang pag-ibig sa iyong sarili? Ang taong umiibig ay tumatanggap ng mensahe ng pag-ibig ng iba para sa kaniya, ngunit ipinapahayag din ang sarili niyang pag-ibig sa taong iyon.

Malalaman ng isang tao kung tunay mo silang minamahal o nagpapanggap ka lang, dahil ang pag-ibig ay umaabot sa kanila nang kasing bilis ng telegrama. Halimbawa, kung bibisita tayo sa isang tahanan ng mga bata, agad nilang mararamdaman ang saloobin na may dala tayo. Noong isang beses, may ilang tao na dumating sa selda ko na gustong magtayo ng isang tahanan ng mga bata. "Ang pinakamahalaga," sabi ko sa kanila, "ay alagaan ang mga batang ito na parang sarili ninyo—at at higit pa kaysa sa sarili ninyo. Kung hindi ganoon, mas mabuting huwag nang magsimula." Pagkatapos ay may isang doktor, isang taong lubos na deboto, ang nagsabi: "Tama ka, Geronda. Nang una naming binisita ang tahanan ng mga bata, agad na naunawaan ng mga bata kung bakit dumating ang bawat isa sa amin. 'Ang ginoong ito,' sabi nila, 'ay dumating para lang sa kapakanan nito; ang isa naman ay dumating para makipaglaro sa amin; ngunit ang ginoong ito ay tunay na nagmamahal sa amin.' Nakikita mo ba kung paano ipinapahayag ng pag-ibig ang sarili nito?"

Ang pag-ibig ang tumatawid sa mga distansya

— Geronda, paano nakikipag-ugnayan ang mga tao sa isa't isa nang espiritwal mula sa malayong distansya?

— Nagpapadala sila ng mensahe sa isa't isa gamit ang walkie-talkie o Morse code!...

— Paano nga?

— Para makipag-ugnayan nang espiritwal ang mga tao sa isa't isa, dapat magkasundo sila sa iisang dalas. Hindi ito mauunawaan ng mga iskolar. Naalala mo ba ang insidenteng inilarawan sa aklat na **The Holy Mountain Fathers**?¹⁴⁹ Minsan, isang monghe ang naglakbay upang bisitahin ang isa pang monghe na nakatira sa Kapsala at nagsimulang mag-isip kung anong regalo ang dadalhin niya. Nahuli niya ang dalawang isda at sinimulang linisin ang mga ito, inihahanda bilang handog. Samantala, ang isa pang monghe ay nakatanggap ng rebelasyon mula sa Diyos tungkol sa pagbisita ng kanyang kapatid at nagtanong sa sarili: 'Ano ang ihahandog ko sa aking kapatid kapag dumating siya?' Habang nililinis ng unang kapatid ang isda, biglang lumipad ang isang uwak, sinunggab ang isa sa mga isda at dinala ito sa ikalawang monghe sa Kapsala, isang paglalakbay na tumagal ng limang oras at kalahati. Nakikita mo ba? Isang tao ang nag-iisip kung paano mapasaya ang iba, at ang uwak ang naging tagapamagitan!

¹⁴⁸ 2 Cor. 11:14

¹⁴⁹ Tingnan si Elder Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at mga Sulat ng Athonite. Thessaloniki, 2005. pp. 9–10.

Kapag ang isang tao ay may Pag-ibig—si Kristo—kahit na pipi siya, makakahanap siya ng iisang wika sa bilyon-bilyong iba't ibang tao, sa mga taong anumang edad, kahit na ang bawat edad ay may sariling wika ng komunikasyon. Paupuin nang magkatabi ang dalawang taong hindi nagmamahalan at sabihin sa kanila na manahimik—at paupuin ding magkatabi ang mga nagmamahalan at sabihin sa kanila na manahimik. Paano mararamdaman ng bawat grupo? Pareho silang tahimik, una at ikalawa. Gayunpaman, ang ikalawang grupo, kahit tahimik, ay nakikipag-ugnayan dahil may ugnayan sa pagitan nila. Sa kabaligtaran, hindi makakapag-ugnayan ang unang grupo dahil sila ay hiwalay sa isa't isa. Kapag walang pag-ibig, maaaring magkalapit ang dalawang tao sa pisikal, ngunit nananatili pa ring malayo sa isa't isa.

— Geronda, ikinalulungkot ko na dumating na ang araw na kailangan mo na namang iwan kami at maglakbay nang malayo.

— Sa buhay na espiritwal, walang tinatawag na 'malayo' o 'malapit'. Ang pag-ibig ni Kristo ay hindi nahahati ng distansya, sapagkat si Kristo, sa pamamagitan ng Kanyang pag-ibig, ay binubuwag ang distansya. Dahil dito, malayo man o malapit ang isang tao, palagi nilang nararamdaman na sila'y malapit kapag sila'y malapit kay Kristo at nakatali sa isa't isa sa pamamagitan ng magkapatid na ugnayan ng pag-ibig ni Kristo.

Pinapasalamatan ko ang Diyos na taglay ko ang ganitong uri ng pag-ibig—espiritwal, angheliko—kaya't naglalaho ang mga distansya, at magpapatuloy akong makipag-isa sa inyong dalawa sa buhay na ito, sa kabila ng distansya, at sa paglipat sa susunod na buhay, kahit na magiging mas malaki pa ang distansya—sapagkat maging iyon ay magiging maikli lamang, dahil tayo ay pinag-iisa ng Pag-ibig—si Cristo.

Kabanata 3.

Pag-ibig sa Lahat ng Nilikha

Ang ugnayan ng tao sa mga hayop bago at pagkatapos ng Pagbagsak

— Geronda, pakibigyan mo ako ng isang hangarin ngayong Pasko.

— Nais ko na maging malapit ka kay Kristo at sa Ina ng Diyos, tulad ng maliliit na kordero na nakatayo sa tabi ng sabsaban. Sa tingin ko, wala itong dapat ikareklamo, katulad ng baka at ng asno, na pinapainit si Kristo na nakahiga sa sabsaban gamit ang init ng kanilang katawan... "Ang baka na nakatagpo ng kaniyang panginoon, at ang asno ng sabsaban ng kaniyang panginoon,"¹⁵⁰ — sabi ni propeta Isaias. Ibig sabihin: kilala ng baka ang kaniyang panginoon at kilala ng asno ang sabsaban ng kaniyang panginoon. Nakilala nila kung sino ang nakahiga sa sabsaban at pinainit Siya ng kanilang hininga! Nakilala nila ang kanilang Maylalang! At tungkol naman sa munting asno, napakalaking karangalan para sa kanya na magdala kay Kristo papuntang Ehipto! Sumasakay ang mga pinuno sa mga karwaheng pinalamutian ng ginto, ngunit ano ang sinakyan ni Kristo! Nais ko sanang maging ang munting asnong iyon!

Sa Paraiso, naamoy ng mga hayop ang bango ng biyaya at nakilala si Adan bilang kanilang pinuno.¹⁵¹ Ngunit pagkatapos ng Pagbagsak ng tao, sila rin ay pinagbawalan ng Paraiso, kahit na hindi naman sila ang may kasalanan. Ngayon hindi na nila kinilala si Adan bilang kanilang pinuno, kundi sinugod siya, na parang gustong pirasuhin, na para bang sinasabi: 'Masama ka; hindi ka ang aming pinuno.'

¹⁵⁰ Isa. 1:3

¹⁵¹ Tingnan ang Gen. 1:28

Ngayon, kapag ang tao, sa pamamagitan ng pagsunod sa mga utos ng Diyos, ay muling lumalapit sa Diyos at muling nabibihisan ng Banal na Grasya, upang siya ay bumalik sa kalagayan kung saan siya bago ang Pagbagsak, muling kinikilala siya ng mga hayop bilang kanilang pinuno. Naglalakad siya nang walang takot sa gitna ng mga mababangis na hayop, na hindi na mabangis dahil pinalambot sila ng kanilang panginoon.

Nararamdaman ng mga hayop ang pagmamahal ng tao

— Ani Abba Isaac: "Ang isang mapagkawangawang puso ay ang pag-aalab ng puso ng isang tao para sa lahat ng nilikha..."¹⁵²

— Oo, tama iyan: isang nag-aalab na pag-ibig para sa mga hayop at maging sa mga demonyo. Ang isang taong espirituwal ay inuuna ang pag-ibig sa Diyos, pagkatapos ay sa mga tao, at ang natitirang bahagi ng kanilang pag-ibig ay ibinibigay nila sa mga hayop at k sa buong nilikha. Ang banal na pag-ibig na ito ay nararamdaman ng mga hayop. Kinikilala nila ang isang taong umiibig at may habag sa kanila, at lumalapit sila nang walang takot. Kahit ang mga ligaw na hayop ay nakikilala ang pagitan ng taong nagmamahal sa kanila at ng mangangaso na naghuhuli sa kanila. Nagtatago sila sa mangangaso, ngunit lumalapit sa taong nagmamahal sa kanila. Dati, inakala kong hindi ito totoo sa mga ahas, dahil ang ahas ang tanging hayop na hindi minamahal ng mga tao. Gayunpaman, naunawaan ko kalaunan na nararamdaman din ng mga ahas ang pagmamahal ng isang tao at maaaring maging kaibigan nila. Kung ilalagay ng isang tao ang sarili sa kalagayan ng ahas at makaramdam ng habag para rito, agad itong nauunawaan ng ahas at lumalapit sa tao bilang kaibigan. Para bang sinasabi nito: 'Salamat sa Diyos, sa wakas ay nakahanap ako ng kaibigan!'

— Marahil ito ay isang pagpapakita ng likas na ugali?

— Biniyayaan ng Diyos ang mga hayop ng kanilang pangangailangan; binigyan Niya sila ng intuwisyon. Pagkatapos ng Pagkahulog, nawala sa tao ang kanyang labis-kalikasan na kaloob, ngunit napanatili niya ang kanyang talino at kakayahang mag-isip. Halimbawa, nakikita ng mga tao ang mga punong plane tree at napagtatanto na may tubig sa malapit; humuhukay sila at natatagpuan ito. Ang mga hayop naman, nararamdaman nila ito sa ibang paraan; para bang mayroon silang isang uri ng radar. Kapag ang isang kamelyo sa disyerto ay nais uminom, tumatakbo ito nang kusang-loob patungo sa may tubig, habang ang tagapag-alaga ng kamelyo ay sumusunod na lamang dito. Para bang nakakakuha ang kamelyo ng isang uri ng senyales.

Humihiling ng tulong ang mga hayop sa tao

— Para sa mga hayop, ang tao ay parang Diyos. Kung paanong humihingi tayo ng tulong sa Diyos, ganoon din sila humihingi ng tulong sa tao.

Sa Bundok Athos, narinig ko tungkol sa matandang Theophylact mula sa Skete ni San Basil, na kaibigan ng mga ligaw na hayop. Nararamdaman nila ang pagmamahal niya at pumupunta sila sa kanyang silid kapag nangangailangan. Noong isang pagkakataon, isang usa na nabali ang binti ang lumapit sa bintana ng kanyang silid at nagsimulang humagulgol nang kaawa-awa. Lumabas ang matandang monghe mula sa kanyang silid at nakita niyang iniunat ng usa ang nabaling binti nito sa kanya, na para bang ipinapakita kung saan ito masakit. Dinadalaan niya ito ng ilang tinapay na malutong para lumakas, kumuha ng dalawang splint at mahigpit na binalotan ng bendahe ang nabaling binti. Pagkatapos ay sinabi niya sa usa: 'Ngayon, umalis ka nang payapa, at bumalik ka pagkalipas ng isang linggo; titingnan ko na lang.' Ang banal na matandang ito ay nakipag-usap sa hayop na parang isang doktor na nakikipag-usap sa isang maysakit, sapagkat siya mismo ay naging isang taong may Diyos!

¹⁵² Kinuha mula sa: Mga Asketikong Katuruan ni Abba Isaac na taga-Sirya. Moscow, 1993. pp. 205–206

— Geronda, namamangha ako na hindi natakot ang Kagalang-galang Gerasimos sa leon na lumapit sa kanya upang alisin ang tinik sa paa nito.¹⁵³

— Pagkatapos ng lahat, isang santo siya, at hindi kailanman sinasaktan ng mga hayop ang isang tao kapag sila ay nasa kagipitan. Noong isang beses, may ilang manggagawa na nagdadala ng panggatong sa mga mulo na dumaraan sa harap ng selda ko. Bigla, nahulog ang isa sa mga mulo, at ang pak na puno ng panggatong ay bumagsak sa ibabaw nito. Kalimutan ko nang lahat ang aking luslos, at ang katotohanang nahihirapan pa akong lumakad. Tumakbo ako at sinimulan kong buhusan ang kahoy mula sa mulo. Sinubukan kong buhatin ang sadol — pero hindi ko nagawa. Pinakli ko ang maliit na mulo, hinila ang tali at pinakawalan ang hayop. Nang sandaling iyon, may isang monghe na malapit doon ang sumigaw: 'Tingnan mo, may luslos ka — huwag mo pang palalain.' Doon ko lang naalala na may luslos ako. "Sige," sabi ko sa kanya, "may luslos ako, pero bakit hindi ka tumakbo para tulungan ako?" "Natakot akong baka sipa ako ng mula," ang sagot niya. — "Alam mo, mahal ko, kahit ang hayop—kahit lobo—kapag nasa mahirap na sitwasyon, humihingi ito ng tulong at hindi makasakit ng tao."

Kapag naghihirap sa gutom o uhaw ang mga hayop, lumalapit din sila sa tao para humingi ng tulong, dahil ang tao ang kanilang panginoon. Naalala ko minsan noong tag-init, sa Cell of the Holy Cross¹⁵⁴, isang ahas na viper ang gumapang mula sa bubong pababa sa lupa at bumalot sa sarili nito sa hugis singsing sa harap ko. Itinaas nito ang ulo, inilabas ang dila at nagsimulang umungol. Naghihirap ito sa uhaw—napakainit kasi—at binabantaan ako. Hiniling nito ang tubig, na para bang obligasyon kong bigyan ito ng inumin. "Oo," sabi ko sa kanya, "ang ganyang pag-uugali ay hindi ka talaga magiging kaibig-ibig sa iba!" Pagkatapos ay bumuhos ako ng tubig para sa kanya, at uminom siya nang husto. Tungkol naman sa mga jackal, talagang naaantig ako sa kanila, dahil kapag gusto na nilang kumain, umiiyak sila na parang maliliit na bata. At tungkol naman sa mga kuting na kasama ko ngayon sa selda¹⁵⁵, napaka-aktibo at palahawak nila. Napagtanto nila na tuwing tumutunog ang kampana, lumalabas ako sa bakuran at paminsan-minsan ay dinadala ko sila ng kaunting pagkain. Kaya ngayon, kapag gusto na nilang kumain, hinahatak nila ang lubid, at tumutunog ang kampana. Lumalabas ako, nakikita kong hinahatak nila ang lubid, at pinapakain ko sila. Napakagandang inayos ng Diyos ang lahat!

— Geronda, pumupunta ba ang mga hayop sa selda mo?

— Siyempre naman! Dumarating ang mga jackal at mga ligaw na baboy... Minsan may munting babaing lobo na tumatakbo. Pag umalis ang mga pusa, tumatakbo ang lobo. Hindi ka makakakita ng mga ligaw na baboy tuwing tag-init dahil natatakot sila sa mga mangangaso; mga ahas lang ang nakikita mo dahil natatakot ang mga tao sa kanila.

Ang mga ibon ay lumilipad nang magkakasama: malalaki, maliliit. Binibigyan ko sila ng ilang binabad na tinapay, at kinakain nila ito. Inilalaan ko ang mga mani mula sa Turkish delight para sa mga ibong nagbabalita ng pagdating ng tagsibol. Ang mga dukhang munting ibong ito, mula pa sa taglamig, habang may niyebe pa sa lupa, ay kumakanta na para bang tagsibol na. Sa madaling salita, nagbibigay sila ng ginhawa. Ang pagmamahal nila sa mga mani na iyon!

— Geronda, may mga hayop ba sa Bundok Sinai?

— Sa Bundok Sinai, dahil disyerto ito, karamihan ay mga ligaw na hayop, pati na rin mga ibon. Mga pugo, mga quail — ang mismong kinain ng mga Hudyo sa disyerto.¹⁵⁶ Mayroon ding

¹⁵³ Ang buhay ng Kagalang-galang Gerasimus ng Jordan ay nagsasalaysay na isang leon ang lumapit sa kanya sa pampang ng Ilog Jordan, na umaungol sa sakit dahil isang malaking tusok ang naipit sa kanyang paa. Nanghabag ang Kagalang-galang sa hayop at inalis ang tusok sa paa nito. Mula noon, sinundan ng leon ang Kagalang-galang bilang isang 'matapat na alagad.' — *Tala ng nagsama-sama*.

¹⁵⁴ Sa pagitan ng 1968 at 1979. — *Tala ng tagapagsama*.

¹⁵⁵ Tumutukoy ito sa selda ni Panaguda. — *Tala ng tagapagsama*.

¹⁵⁶ Tingnan ang Exodo 16:13; Bilang 11:31–32.

magagandang daga na kamukha ng maliliit na pagong, walang buntot, at may mga matitigas na balahibo sa likod na kasing kapal ng brotsa! Pinakain ko silang lahat – ang mga pugo, ang mga maya, at ang mga daga! Inilatag ko nang hiwalay ang pagkain nila sa mga batong patag para hindi sila mag-aaway! Kung hindi, kapag sinimulan nang tukla ng isang ibon, susugod agad ang daga, at lilipad ang ibon.

Kahit saan ako magpunta, sinusundan ako ng mga ibon. Kapag umakyat ako sa mga bato at nagsimulang kumanta, nagtitipon-tipon sila, at pinapakain ko sila ng kaunting bigas. Kung gusto kong magkaroon ng katahimikan, kailangan kong tumigil sa pagkanta, dahil pag sinimulan ko lang, agad na dumadagsa ang mga ibon! Naalala ko minsan na bigla akong kinilabot ng kalamnan sa likod at kinailangan kong manatili sa kama nang ilang araw. May isang maliit na ibon na pumasok nang diretso sa selda ko at pumuwesto sa dibdib ko. Nakaupo lang ito roon, tinititigan ako sa mukha at kumikikiak nang ilang oras nang tuloy-tuloy, nang napakaganda. Ang gulat ko noon!

Huwag nating kaligtaan ang aral na hatid ng mga hayop

— Ano 'yang ugong na tunog, Geronda?

— May isang pulutong ng mga bubuyog na nanirahan sa labas ng bintana ko,¹⁵⁷ at ngayon ay napaka-abalang magtrabaho ng mga bubuyog kaya kinakailangan kong tiisin ang ingay tuwing gabi! Halika, ipapakita ko sa iyo ang aking apiaryo. Tingnan mo kung gaano kaayos ang arkitektura ng lahat para sa mga bubuyog, kahit na wala silang arkitekto o tagabuo! Nais ko rin na magpagal kayo nang matuwid, sa espirituwal na paraan, at lumikha ng espirituwal na pugad na nagbubunga ng espirituwal na pulot, upang ang mga karaniwang tao ay dumating, kumain, at magkaroon ng espirituwal na sariwang lakas.

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng salmista nang sinabi niya: 'Iligtas Mo ang tao at ang hayop, O Panginoon?'¹⁵⁸

— Ibig sabihin nito ay tinutulungan din ng Diyos ang mga hayop. Napakaraming patron santo ng mga hayop! At tungkol naman sa mga hayop mismo—ang mga pinagdadaanan nila, kawawa sila! Hindi natin matiis kahit isang linggo ang pagsunod na kanilang tinitii habang naglilingkod sa tao. Kung pinapakain sila, ayos lang; kung hindi, nagugutom sila. Kung hindi nila ginagawa ang gusto ng kanilang amo, pinapalo sila. At kung paano sila nagpapagal nang walang anumang gantimpala! Makakamit natin ang paraiso sa pamamagitan ng isang 'Panginoon, maawa ka'. Hindi ba iyon sapat? Kaya nalampasan tayo ng mga hayop sa hindi pagkasakim, sa pagtitiis, at sa pagsunod.

Masdan ang buhay ng mga hayop at insekto; kapaki-pakinabang ito. Pinapanood ko kung gaano kasipag at ka-masigasig ang mga hulmigas sa kanilang trabaho, kahit walang pinuno. Walang tao ang may taglay na katalinuhan na tulad ng mga hulmigas. Hinahatak ng mga batang hulmigas ang maliliit na sanga at maraming iba pang walang silbing bagay papasok sa pugad dahil hindi pa nila alam kung ano ang kailangan at kung ano ang hindi. Hindi sila pinipigilan ng mga matatandang hulmigas, ngunit kalaunan ay dinadala rin ng mga ito palabas ng pugad ang lahat ng ito. Sa paglipas ng panahon, nagsisimula nang obserbahan ng mga batang hulmigas kung ano ang dinadala ng mga matatandang hulmigas papasok sa pugad, at natututo sila. Kung tayo ang nasa lugar nila, sasabihin natin: 'Hoy, ikaw, halika rito—ano ba itong hinihila mo? Sige, itapon mo na agad!'

Lilikha ang Diyos ng mga hayop upang maglingkod sa sangkatauhan, ngunit upang matuto rin ang sangkatauhan mula sa kanila. Ang tao—kung tunay siyang tao—ay nakikinabang sa lahat ng bagay.

¹⁵⁷ Isang pulutong ng mga bubuyog ang pumasok sa pamamagitan ng mga puwang sa saradong shutter. Nagtayo ang mga bubuyog ng pugad sa pagitan ng saradong shutter at ng salamin ng bintana. Sa tahanan ni Elder Paissios, ang bintanang ito ay palaging nakasara at nakababa ang kurtina. (Ang inilarawang pangyayari ay naganap sa Hesychastery noong Hunyo 1993). — *Tala ng Tagapagsama-sama*.

¹⁵⁸ Awit 35:7

Olet — isang masipag na ibon

— Sa huling liham mo, pinadala mo sa akin ang isang ikonang naglalarawan kay Adan kasama ang mga hayop sa Paraiso. Kaya naisip kong ipadala naman sa iyo, bilang kapalit, ang isang guhit ng isang ibon, ang pinakamalapit kong kaibigan, dahil kung ipinadala ko sa iyo ang isang guhit ng ahas, sa tingin ko ay matatakot ka. Pinangalanan ko siyang Olet, na nangangahulugang 'anak' sa Arabic. Nakatira si Olet sa isang burol na limang daang metro ang layo mula sa selda ko.¹⁵⁹ Bawat araw sa tanghali, dinadala ko sa kanya ang ilang meryenda at inumin. Kapag binibigyan ko siya ng pagkain, kukuha lang siya ng kaunti at lilipad na palayo. Tinatawag ko siyang bumalik, ngunit lumilipad siya palayo; gayunpaman, hindi nagtagal ay bumabalik siya, dahan-dahang lumilipad sa likod ko at nagtatago sa ilalim ng aking dyaket. Kapag aalis ako, sinasamahan niya ako ng mga isang daang metro, at para hindi na siya lumipad nang mas malayo at mapagod, ihahagis ko sa kanya ang ilang mumo para maaliw siya, habang mabilis akong naglalakad pasulong hanggang sa hindi na niya ako makita.

Kamakailan, iniwan na ni Olet ang mahigpit niyang rutina at naghahanap ng masayang buhay! Hindi siya kumakain ng dinurog na bigas o ng tinapay na binabad sa tubig, kundi mga uod lang; bukod pa rito, gusto niyang ihain ko sa kanya ang mga ito sa... isang plato — sa palad ng kamay ko — at doon siya pumupuwesto at kumakain. Pag-unlad!

Nitong mga araw na ito, nasisiyahan ako sa pakikipag- kasama kay Olet. Maaaring may magsabing: 'Bakit espesyal si Olet para sa iyo? Bakit hindi mo ginagawa sa ibang mga ibon ang parehong pagtrato na ibinibigay mo kay Olet?' Ganito ang sagot ko: kapag tinawag ko si Olet, lumilipad siya papunta kasama ang ibang mga ibon, ang kanyang mga kaibigan; agad na sinasabmiton ng iba ang pagkain, samantalang si Olet ay lumalapit dahil sa pagsunod at pagmamahal. Kahit na siya ay nagugutom, makakapag-upo siya kasama ako nang matagal; ako pa ang nagpapaalala sa kanya tungkol sa pagkain. Ngayon ay humupa na ang panahon at marami nang pagkain si Olet—mga insekto at uod—ngunit lumilipad pa rin siya kapag tinawag ko siya, kahit busog na siya—lumilipad siya dahil sa pagsunod. Paano ko hindi magiging mas masaya sa matapat at maalagaing ibong ito kaysa sa iba?

Madalas, dahil sa labis na pagmamahal, gusto ko siyang yakapin nang mahigpit sa aking mga palad, ngunit natatakot ako na baka magwakas na parang unggoy na iyon na sobrang higpit ang pagyakap sa kanyang mga anak kaya sa huli, napipigilan ko ang aking puso at ikinagagalak ko si Oleta mula sa malayo, upang hindi ko siya masaktan.¹⁶⁰

Isang beses ay naantala ako, at nang makarating ako sa burol, wala na si Olet, dahil malakas ang hangin nang araw na iyon. Iniwan ko ang pagkain sa dati kong pinaglagyan at umalis. Kinabukasan, napakaaga kong dinalaw si Olet dahil nag-aalala ako na baka kinain siya ng lawin. Nang makita ni Olet ang pagkain na iniwan ko para sa kanya kagabi, 'nalulong siya sa isip,' lumipad patungo sa direksyon ng selda ko at naghintay sa akin sa kalagitnaan ng daan.

Nang makita niya ako, labis ang tuwa niya. Sinimulan kong pakainin siya, ngunit mas hinangad niya ang aking pakikipag-sama kaysa sa pagkain. Namamangha ako sa kanyang pagpipigil sa sarili, pagmamahal, at pasasalamat. Ipagdasal mong ma-gayakan ko ang kanyang mga birtud.

Hindi ko sa tingin na nabigo kita; sinabi ko sa iyo ang lahat nang walang itinago, nang hindi humihingi ng pahintulot kay Olet. Sana ay hindi siya magalit, kahit na wala namang ibang makakaalam nito maliban sa iyo... Isang taimtim na pagyuko mula kay Olet at sa akin para sa iyo.

¹⁵⁹ Tumutukoy ito sa Selda ng Banal na Krus. — *Tala ng Tagapagsama-sama*.

¹⁶⁰ Ang pagmamahal ni Nanak na si Paissios sa mga hayop ay hindi isang morbid na pagkaugnay, kundi isang pagpapahayag ng isang 'maawain na puso', na ang pagmamahal ay bumubuhos sa lahat ng nilikha. — *Tala ng Tagapagsama-sama*.

Sa selda ko, hindi lamang mga ibon ang naroroon, kundi pati na rin ang lahat ng hayop na pumupunta doon — mga jackal, kuneho, weasel, pagong, butiki, ahas, — ay pinapakabusog ng kasaganaan ng pag-ibig ko; ako rin ay pinapakabusog kapag sila'y pinapakabusog, at tayong lahat, 'mga hayop at lahat ng kawan, mga gumagapang na nilalang at mga ibon sa himpapawid'¹⁶¹ 'purihin natin, pagpalain at sambahin ang Panginoon.'¹⁶²

Bahagi 3.

Kagalangan at Pag-ibig

'Kung saan may kadakilaan, doon may katahimikan at pagiging hindi mapansin; kaya naman, doon nagpapahinga si Cristo at nananahan ang pagpapala ni Cristo'

Kabanata 1.

Kagalangan — ang kadakilaan ng Diyos

Ano ang kadakilaan?

— Geronda, ano ang dapat naming bigyang-pansin sa panahon ng Dakilang Kwaresma?

— Tungkol sa kadakilaan, sa espirituwal na kadakilaan.

— Hindi ba ang Dakilang Kwaresma ay pangunahing panahon ng pagsisisi?

— Kadakilaan, kadakilaan, upang tayo'y magkaisa kay Kristo — kung wala ito, hindi posible ang pag-unlad. Kung alam mo lamang kung ano ang idudulot ng kadakilaan, sisikapang makamtan ito araw at gabi, at makakalimutan mo pa nga ang matulog. Kung masusuri ng isang tao nang mabuti ang espirituwal na kadakilaan, matatagpuan niya ang kadakilaan ng Diyos na nakatago rito!

— Ano nga ba talaga ang karangalan?

— Ang kabanalan ay kahusayan sa espiritu, paghahain. Ang isang taong may kabanalan ay sa sarili lamang humihingi, hindi sa iba. Inaalay nito ang sarili para sa kapakanan ng iba, na hindi humihingi ng gantimpala. Nakakalimutan nito ang ibinibigay nito, ngunit naaalala ang bawat munting bagay na natatanggap nito. Taglay nito ang pag-ibig, kababaang-loob, pagiging payak, pagkamapagkawanggawa, katapatan... taglay nito ang lahat ng ito. Taglay din nito ang pinakadakilang kagalakan at espirituwal na pag-awit, pagdiriwang.

Ang kabanalan ay may dalang Biyaya ng Diyos; ito ay, paano ko ba sasabihin, isang banal na katangian. Kung saan may kabanalan, may katahimikan at pagiging hindi mapansin; kaya't doon ay nagkakaroon ng kapayapaan si Kristo at nananahan doon ang pagpapala ni Kristo.

Ang kabanalan ay katarungang espirituwal.

— Geronda, mas mataas ba ang espirituwal na karangalan kaysa sa espirituwal na katarungan?

— Saklaw ng espirituwal na kadakilaan ang espirituwal na katarungan, at saklaw naman ng espirituwal na katarungan ang espirituwal na kadakilaan; o, mas tama, ang kadakilaan ay ang mismong espirituwal na katarungan. Kaya naman, para sa taong may taglay na espirituwal na kadakilaan, walang batas: 'ang mga matuwid ay hindi dapat pasanin ng batas.'¹⁶³ Mas pipiliin ng ganitong tao na mamatay kaysa pumatay ng iba.

¹⁶¹ Awit 148:10

¹⁶² Mula sa Mga Awit ng Kasulatan; Awit 8.

¹⁶³ 1 Tim. 1:9.

— Geronda, kapag hinihiling sa akin na gumawa ng isang bagay, agad kong naiisip na marami pa akong ibang gawain, at gumagawa ako ng mga dahilan.

— Kung ang isang tao ay magkakaroon ng karangalan, malalampasan niya ang lahat ng iyon. Hindi sila kumikilos batay sa tuyong lohika, dahil ang karangalan ay higit pa sa lohika. Sinusubukan mong ayusin ang lahat ayon sa lohika ng tao at makalupang katarungan. Ngunit nasaan ang espiritwal na katarungan? Hindi ba't sinabi ko na kapag mas mataas ang espiritwal na antas ng isang tao, mas kakaunti ang karapatan niya sa buhay na ito, at ang isang espiritwal na tao ay nagbibigay lamang at hindi kailanman humihingi ng anumang para sa sarili?

— Bakit nga ba sinasabi ng Ebanghelyo: 'Ang bawat humihingi ay tumatanggap, at ang bawat naghahanap ay makakakita'?¹⁶⁴

— Iba iyon. Kung ang isang tao ay humihingi sa Diyos ng isang bagay para sa sarili niyang kapakanan, sa halip na dahil sa pagmamahal para sa iba, kung gayon, muli, ang iniisip lamang niya ay ang sarili niyang kaginhawaan. Sapagkat kung, halimbawa, ang isang ina ay nananalangin sa Diyos na gumaling ang kanyang anak sa karamdaman o maging maayos ang lahat sa pamilya, hindi niya ito hinihiling para sa sarili niya, kundi para sa ikabubuti ng kanyang sambahayan. Ganoon din ang Kananeang babaeng nabanggit sa Ebanghelyo,¹⁶⁵ na hindi humiling ng anuman para sa sarili niya. Hinabol niya si Cristo at hiniling na tulungan Niya ang kanyang anak na babae, na sinapi ng demonyo. Pagkatapos, lumapit ang mga apostol kay Cristo at sinabi sa Kaniya: 'Tuparin mo ang hiling ng babaeng ito, upang hindi na siya sumunod sa atin at sumigaw.' Ngunit sumagot Siya sa kanila: 'Ipinadala ako lamang sa mga nawawalang tupa ng sambahayan ng Israel.'¹⁶⁶ Ngunit nagpatuloy ang Kananeang babae sa pagtawag at pagmamakaawa para sa tulong. Pagkatapos ay lumingon si Cristo at sinabi sa kanya: 'Hindi tama na kunin ang tinapay ng mga anak at ihagis ito sa mga aso.'¹⁶⁷ At sumagot siya sa Kanya nang ganito: 'Oo, Ginoo, ngunit pati ang mga aso ay kumakain ng mga mumo na nahuhulog mula sa mesa ng kanilang mga amo.' At saka sinabi ni Cristo sa kaniya: 'Dahil sa mga salitang ito mo, nagaling ang anak mong babae.' Tingnan ang kaniyang pananampalataya, ang kaniyang kababaang-loob, ang kaniyang karangalan, ang kaniyang espiritwal na kahusayan! Kung siya ay isang makasarili at mayabang na babae, sinabi sana niya kay Cristo: 'Hindi ko inasahan na ihahambing Mo ako sa aso! "Naiinis ka sa akin!" At umalis siya nang may sama ng loob! At malinaw ang kanyang budhi, kumbinsidong tama at makatarungan ang kanyang ginawa. Maaaring sinabi pa niya sa sarili: "Hindi ko maintindihan kung paano napakaraming tao ang nakalukluk doon at nakikinig sa Kanya!"

— Geronda, ang kanyang pananampalataya ba ang tumulong sa kanya?

— Ang kanyang dangal ng pagkatao ang tumulong sa kanya upang magkaroon ng ganitong pananampalataya. Malaya siya sa anumang kayabangan at walang pagpapanggap. Ngunit may mabuting hangarin siya: 'Dahil ganito ang sinabi ng Diyos tungkol sa mga tao ng Israel, ganoon nga; alam ng Diyos ang Kanyang sinasabi. At kabilang kami sa ibang bayan.'

Paano nakakamit ang kagalangan

— Paano ko makakamit ang kagalangan ng pagkatao, Geronda?

— Maging mapagkumbaba, kumilos nang may dalisay na sigasig at kasipagan, at may pagmamahal sa karangalan. Paunlarin ang espirituwal na pagtanggap. Tanggapin nang payapa ang pagkaabala mula sa iba at magalak na sila ang naiinis, hindi ikaw. Sapagkat may ilang tao na hindi alintana kung nagdudulot sila ng problema sa iba; ang iniintindi lang nila ay huwag silang guluhin.

¹⁶⁴ Mat. 7:8; Luc. 11:10.

¹⁶⁵ Tingnan ang Mat. 15:21–28; Mar. 7:24–30.

¹⁶⁶ Mateo 15:24

¹⁶⁷ Mateo 15:26

Mayroon ding mga taong ayaw magdulot ng abala sa iba, ngunit ayaw din nilang abalahin sila ng iba. May iba pa na nagsasabi: 'Sensitibo akong tao; hindi ko matiis ang magaspang na salita,' subalit sila mismo ang magaspang magsalita sa iba. Anong klaseng pagiging sensitibo ito? Sa tunay na pagiging sensitibo ay may kadakilaan.

— Kung ang isang tao ay may mga kakulangan ngunit nagsusumikap na makamit ang kadakilaan, makikinabang ba siya?

— Ang kagalangan ang mag-aalis sa mga kakulangang iyon.

— Ang kalayaang espiritwal ba ay nangangahulugang kalayaan mula sa mga pagnanasa?

— Ang kalayaang espiritwal ang kadakilaang sinasabi kong kamtan ninyo. At upang magkaroon ng kadakilaan ang isang tao, dapat siyang maging malaya mula sa mababang mga pagnanasa, pagkamakitid ng isip, kasamaan, at iba pa. Walang Diyos sa pagkamakitid ng isip at kasamaan, sapagkat ang Diyos ay mabuti sa kanyang kalikasan.

— Geronda, dapat bang pagtrabahuhan din ng isang tao ang kanyang dangal upang matutong mahalin ang pagdurusa?

— Ah, hindi mo pa rin nauunawaan kung ano ang kahalagahan ng kabanalan! May tapang sa kabanalan, sapagkat kapag ang isang tao ay may kabanalan, buhay ang kanyang puso. Upang maunawaan kung ano ang kabanalan, tingnan mo si Cristo. Ano ang kinuha ni Cristo para sa Kanyang sarili? Wala. Ibinigay Niya ang lahat. Inialay Niya ang Kanyang sarili—at patuloy pa rin Niya itong ginagawa—para sa ating lahat. Ibinibigay Niya sa atin ang Kanyang pag-ibig at isinusuot Niya sa Kanyang sarili ang ating mga kasalanan. Tayo naman, nais nating tumanggap ng pag-ibig. Tingnan ninyo kung paano kumikilos ang mabubuting magulang. Patuloy silang nagsasakripisyo para sa kanilang mga anak, kahit na paminsan-minsan ay sinasaktan pa sila ng kanilang mga anak. Kahit alam nila kung ano ang naghihintay sa unahan, nagsasakripisyo pa rin ang mga magulang para sa kanilang kapakanan. Ganoon din ang ginagawa ng mga hayop at ibon. Inaalagaan ng lawin ang mga sisiw nito, ngunit kapag lumaki na ang mga sisiw, aalagaan din nila ang sarili nilang mga sisiw. Ganito gumagana ang bukas-palad na pag-ibig ng Diyos.

Sa pamamagitan ng ganitong bukas-palad na kadakilaan, nakikipag-isa ang tao sa Diyos

— Geronda, paano nagiging katulad ng Diyos ang isang tao?

— Ang pinakamahalaga ay makamtan ng tao ang espiritwal na karangalan. Pagkatapos ay nagiging kapareho sila ng Diyos.

— Posible bang ang isang madre ay nagsasagawa ng espirituwal na pagsasanay sa kanyang selda, at pagkatapos ay kulang sa lakas para makibahagi sa komunal na gawain?

— Anong uri ng espirituwal na pagsasanay?¹⁶⁸ Sa kapinsalaan ng iba? Sa madaling salita, hayaan ang iba ang gumawa ng trabaho, habang ako ay nagsasanay sa espirituwal? Ngunit hindi iyon isang espirituwal na pamamaraan, lalo na para sa isang kabataan. Ang isang batang ay dapat mag-isip kung paano tutulungan ang kanyang mga nakatatanda. Isipin mo: ang kabataan ay diumano'y nagsasanay sa espirituwal, habang ang mga matatanda ay nahihirapang gawin mag-isa ang lahat ng trabaho! Nasaan ang pag-aalay-sarili rito? Nasaan ang marangal na kabutihan? Babasa ba ako, sasabihin ko lang ang aking mga panalangin, habang iniwan ang gawain sa iba? Walang kwenta ang lahat ng ito. Marami pa rin ang hindi nakakaintindi sa diwa ng buhay-espiritwal. Hindi pa nila natitikman ang marangal at malawak-loob na pagbabagong iyon; iniisip lang nila ang kanilang sarili.

¹⁶⁸ Espiritual na pagsasanay — ang mga gawaing isinasagawa ng isang monghe sa loob ng kanyang selda (panalangin gamit ang rosaryo, pagyuko, pagbabasa ng mga aklat na nakapagpapalago ng diwa, atbp.). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Sa panahon ng pagsubok nasusubok ang isang tao. Naalala ko noong naninirahan ako sa monasteryo,¹⁶⁹ sinabihan akong manatili sa kama sa aking selda nang hindi bumabangon, dahil ako'y dumudugo nang tuloy-tuloy. Bigla, sa pamamagitan ng bintana, nakita ko ang isang matandang tagapagbantay na sinusubukang hatiin ang isang troso gamit ang palakol para gawing panggatong sa pugon. Ang matandang lalaking ito ay may problema sa bituka at palaging dumudugo; lubos siyang nanghina. Isipin mo, natutulog siya nang nakasuot ng sapatos dahil wala siyang lakas para hubarin ang mga ito. Tumalon ako, tumakbo papunta sa kanya, kinuha ko ang palakol, tinamaan ko ang tuhod ng puno nang ilang beses, nabiyak ito, at saka nagsimulang dumaloy ang dugo mula sa aking bibig. Nauunawaan mo ba? Hindi ko man lang naisip ang kalagayan ko; hindi ko inisip ang sarili kong kapakanan.

Kagalangan at kabutihang-loob sa espirituwal! Wala nang mas ikinatutuwa ng Diyos kaysa rito! Ito ang sisidlan ng Banal na Grasya. Napakasimple naman ng lahat, ngunit pinapahirap natin ang lahat ng bagay! Kinakailangan ang espirituwal na kadakilaan sa lahat ng bagay. Kung hindi ito nauunawaan ng isang tao, maaaring dumalo siya sa tatlong panalangin sa gabi bawat linggo, magayuno nang mahigpit nang tatlong magkakasunod na araw tatlong beses sa isang buwan, manalangin nang maraming oras nang tuloy-tuloy, at magsagawa ng pagkabiyak sa katawan—at ang lahat ng ito ay walang silbi. Hindi ko sinasabing hindi mahalaga ang lahat ng ito, ngunit ang pinakamahalaga ay dapat magsikap ang isang tao na kamtan ang pinakamahalaga—ang kabanalan ng espiritu, na siyang kalinisan ng kaluluwa. Upang wala nang makasarili, sariling-loob, pagkamakasarili, o pagnanais na mapasaya ang iba, atbp., sa kanilang loob, upang manirahan ang Diyos sa kanilang kalooban. Kapag wala ang lahat ng ito, taglay ng isang tao ang kalinisan ng kaluluwa; at kaya, kahit hindi siya manalangin, siya ay kahalintulad ng Diyos, nagkakaisa sa Kanya.

Sa pamamagitan lamang ng dakilang kabutihang-loob na nakikipag-ugnayan ang isang tao sa Diyos, na gumagana sa iisang dalas ng Diyos; kung hindi, nakatutok ang kanilang tagatanggap sa ibang istasyon. Kaya, subukan nating palitan ang inyong mga antena ng bago... May mga patayong antena at mga pahalang. Ang mga patayong antena ay nakatutok sa loob kaya mahina ang reception; madali silang mawalan ng signal! Samantala, ang mga pahalang na antena ay kumakalat nang malapad, kaya mas malawak ang saklaw nila at nahuhuli nila kahit ang pinakamahinang alon. Ang ibig kong sabihin ay ang sinumang nakatuon sa sarili ay hindi nakalaya mula sa kanilang sarili; walang dakilang kabutihang-loob diyan, at samakatuwid ay walang Biyaya ng Diyos, at wala rin silang Banal na kaliwanagan.

Ang isang tao ay magkakaroon ng kadakilaan o malulubog sa kahirapan

— Geronda, naiinggit ako, nakikipagtalo ako sa mga tao at karaniwang hindi kaaya-aya ang aking pag-uugali.

— Wala kang espirituwal na karangalan, at dahil dito, nagkakaroon ng mga pagtatalo. Pagsikapan mong makamit ang espirituwal na karangalan, upang makamit mo rin ang matibay na paghuhusga. Sabihin mo sa akin, anong mga iniisip ang tumatakbo sa isip mo nang hindi ka nakatanggap ng maliit na ikon mula sa akin bilang regalo, tulad ng ibang mga kapatid, at ano ang naisip mo nang sa ibang pagkakataon ay nakatanggap ka ng malaki? Ngayon, bigyan mo ako ng espirituwal na paliwanag, at titingnan ko kung tama ang ginawa kong mag-ukit ng maliit na Bundok Athos mula sa kahoy para sa iyo at ipadala ito sa iyo mula sa Athos. Nagsimula na akong gumawa ng isa na may mga monasteryo, bangin, daanan at landas... Mga dalawampung sentimetro ang sukat. Half finished pa lang ito, pero nakiusap nang husto sa akin ang mga binata. Napakahusay ng kanilang pakiusap para sa aking pagpapala kaya kinailangan kong ibigay ito sa kanila.

¹⁶⁹ Naninirahan si Nakatatandang Paisios bilang isang monghe sa Monasteryo ng Esfigmen mula 1953 hanggang 1955. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

— Siguradong mabubuting binata sila...

— Kung mabubuting binata nga sila, dapat mas nagpakita sila ng kaunting dangal at hindi ito ipinilit nang ganoon kasigla! Sinabi ko sa kanila: 'Hayaan ninyong tapusin ko muna; hindi ko kayo bibigyan ng kalahating gawa!' Ayaw nilang tanggapin, iginiit nila: 'Hindi, ibigay mo na sa amin kahit ganito na lang! Bakit ka pa mag-aabala pang tapusin ito?' Nakikita mo ba? Nagpasya silang gawing mas magaan ang buhay ko! Anong klaseng mga tao ba sila! Isipin mo nga, may isang lalaki pang humiling sa akin ng isang mata bilang pagpapala.

— Totoo ba 'yan, Geronda?

— Oo, seryoso! Isang mata bilang biyaya! Isang binatang nasa tatlumpung taong gulang ang nawalan ng paningin at naghahanda para sa operasyon. Dinala nila siya sa silid-pahingahan ko. Nanghihinayang ako sa kanya kaya sinabi ko sa kanya: 'Huwag kang mag-alala; kung sakaling hindi magtagumpay ang operasyon, ibibigay ko sa iyo ang mata ko. 'Sapat na sa akin ang isa para mabuhay.' Hindi naglaon ay bumalik siya nang labis ang tuwa dahil nagtagumpay ang operasyon: parehong nakakakita nang maayos ang mga mata niya. Pumunta siya at sinabi sa akin, 'Pumunta ako para kunin ang mata mo!' 'Pero nakakakita ka naman, hindi ba?' sabi ko. 'Hindi, gusto ko ito bilang pagpapala,' ang sagot niya. Sa puntong iyon, naawa ako sa kanya muli, sa pagkakataong ito dahil nakita kong wala ni bakas ng kabutihang-loob o kadakilaan! Iyon ay ibang uri ng sakit...

— Geronda, napapansin ko na kapag alam kong pahahalagahan ng mga tao ang aking pagsisikap, mas masigasig akong magtrabaho.

— Alam mo ba kung sino ang naaalala ko sa'yo ngayon? Isang dukhang batang babae na nagngangalang Spiridula. Pinagawa siya ng panday ng paghihigop ng hangin sa pugon, at paulit-ulit niyang sinasabi sa kanya: 'Magpatuloy ka lang sa paghihigop, Spiridula, magpatuloy ka lang, at bibilhan kita ng bagong damit.' At siya, kawawa naman, itinaas niya ang kanyang maliliit na kamay at piniga ang pugon nang buong lakas, dahil ipinangako sa kanya ang bagong damit! Nakikita mo ba? Kung hindi ka magkakaroon ng dangal ng pagkatao, magiging katulad ka ni Spiridula. Ang isang tao ay alinman sa magkakaroon ng dangal ng pagkatao o lulubog sa kahirapan.

— Pakiramdam ko mas hindi mo ako pinapahalagahan kaysa sa ibang mga kapatid.

— Bagaman marami na akong ibinigay sa iyo, dito man at noong ako'y nasa Bundok Athos, tila hindi mo ito napanatili. Sinayang mo ang lahat, at ngayon ay kamukha ka ng isang desperadong pulubi na nawalaan ng lahat ng kanyang naipon. Paano kita matutulungan? Mananalangin ako na sana'y maba-yani ka sa Cristo sa lalong madaling panahon, lisanin ang iyong kubo na may mga kalawanging sisidlan, at maging isang prinsesa ng Cristo.

Naihihilom ako sa pagiging malambing kapag nakikita ko ang mga taong may dangal ng pagkatao. Ang taong may ganitong dangal ay kusang-loob na pumapasok sa puso ko—hindi nila hinihiling ang pahintulot ko, at hindi ko rin hinihiling ang sa kanila—at nananahan doon; laging kasama ko sila, malapit, kahit gaano pa sila kalayo sa laman.

Kabanata 2.

Kabaitan — ang pag-ibig ng malalim na pasasalamat

Ang mga taong mapagmahal ay mga dakilang kaluluwa

— Geronda, ano ang 'lyubochestie'?

— At ano ang sinasabi ng diksyunaryo? Walang ganoong konsepto na 'pag-ibig ng kabutihan' sa anumang ibang wika. Bagaman may ilang kakulangan ang mga Griyego, nakatanggap sila ng dalawang kaloob mula sa Diyos: pag-ibig ng kabutihan at tapang; tinitingnan nila nang may kagalakan ang lahat ng bagay.

Pakinggan mo ang nakasulat sa aking diksyunaryo. Ang pagkamapagmamahal ang diwa ng kabutihan, isang pag-ibig na isinilang mula sa malalim na pasasalamat, lahat ng kabutihan at pagpapakumbaba. Ito ang dalisay na pag-ibig ng isang mapagkumbabang tao na hindi naghahangad ng anumang personal na pakinabang sa kanyang ginagawa. Ang kanyang puso ay puno ng espirituwal na kadalisayan, pagiging bukas-palad, at pasasalamat sa Diyos at sa larawan ng Diyos, ang tao.

Ang mga taong mapagmamahal ay naaantig nang malalim sa kanilang pasasalamat sa Diyos, na kanilang ipinapahayag sa lahat ng posibleng paraan sa espirituwal, bilang mga anak ng Diyos. Dahil naninirahan sila sa Langit sa kaharian ng papuri, malugod din nilang tinatanggap ang mga pagsubok. Pinupuri nila ang Diyos para sa mga ito, gaya ng pagbibigay-puri nila para sa Kanyang mga biyaya, at patuloy silang tumatanggap ng biyaya ng Diyos.

Ang mga taong mapagmamahal ay may marangal na kaluluwa. Lubos silang naantig sa kahit kaunting kabutihang-loob na ipinapakita sa kanila ng iba at nagsusumikap na suklian ito, subalit, ano man ang kanilang gawin, nararamdaman nilang hindi ito sapat. Hindi nila kailanman nakakalimutan ang kabutihang-loob na ipinapakita sa kanila.

— Ang isang taong tunay na nagmamahal sa kanyang tagapagkaloob ba ay nagpapakita nito na siya ay may mapagmamahal na puso?

— Ang isang taong mahal ang kanyang tagapag-alaga ay walang ginagawa. Ngunit, sa kasamaang-palad, kulang na pati iyon ngayon; bihira nang makakita ng taong mapagpasalamat. Dati, napakalakas ng pasasalamat ng mga tao! Sinabi sa akin ng aking mga magulang na isang negosyanteng Austrian na nakatira sa Adana ang nagligtas sa aking ama mula sa mga Turko. Kalaunan, siya ay nabangkarote at itinuring na insulto ang manatili pa sa Adana, subalit ayaw na rin niyang bumalik sa Austria. Nangyari noon na ang aking ama, na hindi kailanman nakalimot na iniligtas ng taong ito ang kanyang buhay, ay dinala siya sa kanyang tahanan sa Faras at inalagaan siya sa kanyang katandaan.

— May hangganan ba ang kawanggawa, Geronda?

— Wala, walang hangganan. Ito ay isang walang katapusang, dakilang kamangmangan... Kamangmangang espirituwal!

— Geronda, kailangan ba ng katwiran ang kawanggawa?

— Ang pag-ibig ay taglay ang katwiran, pagiging sensitibo, at kadakilaan... Lahat ay nasa rito... Ang isang taong mapagmamahal ay hindi inosente; maaaring siya ay mapahiya, ngunit ang Kristo ay naninirahan sa kanyang kalooban, sapagkat ang pinakapanhiya sa lahat ay ang Kristo.

Nagagalak si Kristo sa ating paggawa ng pag-ibig

— Geronda, mangyaring magbigay kayo ng ilang salita tungkol sa kung paano ako dapat magsikap.

— Tapang, katapusan at pag-ibig! Paglingkuran si Kristo nang may pag-ibig. Tahimik at hindi halatang gumagawa si Kristo sa isang kaluluwang may mabuting kalooban, may determinasyong magtagumpay at puno ng pag-ibig.

— Geronda, bakit hindi ako napupuno ng panalangin, kahit na sinisikap kong tuparin nang eksakto ang lahat ng aking mga tungkuling monastiko?

— Paano ka nito mapupuspos? Kailangan mong baligtarin ang panukat. Pagnilayan mo kung gaano karami sa iyong buhay-espirituwal ang pinamamahalaan mo gamit ang isip at kung gaano karami naman gamit ang puso; saang antas ka ginagabayan ng Europeanong pagiging maagap sa oras at saang antas naman ng Ortodoksong sigasig. Sa likod ng tinatawag nating 'pagiging parepareho', minsan ay nakatago ang ating pagkamakasariili, at ito'y sumisipsip sa atin. Nagpapanggap akong parepareho para akala ng iba ay maayos ang lahat sa akin. Ngunit doon, ang buhay ko sa espirituwal ay nagiging isang malaking gulo. Sa lahat ng bagay, dapat kumilos nang may pag-ibig,

dahil si Cristo, ang Ina ng Diyos, at ang mga santo ay gumagana sa daluyong ito... Kung walang pag-ibig, hindi dumarating ang Banal na Grasya.

— Geronda, nakakapagod ang patuloy na pagkamitig...

— Nakakapagod kapag pumasok ang makasarili, dahil pinipilit ng tao ang sarili nang hindi natural. Ngunit kapag nariyan ang pag-ibig, ang gawa ay ginagawa mula sa puso, kaya hindi ito nakakapagod, sapagkat pinatamis ito ng pag-ibig. Sa tingin ko nahihirapan kang magsikap dahil sinasabi mo: 'Dapat kong gawin ito at iyon.' Kaya, nang hindi mo namamalayan, binubuksan ng disiplina ang pinto sa makasarili: 'Gumagawa upang maligtas.' Dapat magsikap ang isang tao hindi upang maligtas, kundi upang magdulot ng kagalakan kay Cristo. Kung nagsusumikap kang magdulot ng kagalakan kay Cristo, magiging magaan ang iyong espirituwal na pakikibaka at mararamdaman mo ang banal na aliw sa iyong kalooban. Sa kasalukuyan, gayunpaman, mabigat ang iyong pakikibaka, at walang aliw dito. Si Cristo ay isang mapagmahal na Ama, hindi isang tirano. Nagagalak si Cristo sa ating espirituwal na pakikibaka na puno ng pag-ibig.

Kapag ang isang tao ay nagsusumikap nang espirituwal dahil sa pag-ibig, nararamdaman niya ang panloob na kagalakan, sapagkat binibigyan siya ng Diyos ng espirituwal na ligaya. Malinaw na ang isang taong kumikilos dahil sa pag-ibig ay hindi kailanman nagsusumikap para sa ginhawa at kasiyahan. At kahit hindi ipagkaloob ng Diyos sa kaniya ang paraiso, hindi siya magagalit, sapagkat hindi niya sinasabi: 'Susumikap akong makapasok sa paraiso, upang mamuhay nang maayos at hindi magdusa sa impierno,' ngunit hindi siya nagkakasala dahil sa pag-ibig, sapagkat ayaw niyang mapunta sa impierno at mapasama si Cristo, ang kanyang Mabuting Tagapagkaloob. At kung sasabihin ni Cristo sa kanya na kahit sa paraiso ay kailangang tiisin niya ang mga paghihirap, nais pa rin niyang mapunta roon alang-alang kay Cristo.

Ang kaaway ng pag-ibig ay ang pagmamahal sa sarili

— Geronda, ang isang taong may pag-ibig sa Diyos ay laging ba'y nailalarawan ng pagtanggap sa sarili?

— Kung taglay niya ang dalisay na pag-ibig para sa iba, taglay din niya ang pagtanggap sa sarili. Kapag mas kaunti ang 'sarili' sa pag-ibig ng isang tao, mas marami siyang pag-ibig para sa iba na nakakamtan niya. Kung saan may pag-ibig sa sarili, doon ay walang pag-ibig para sa iba, dahil ang kaaway ng pag-ibig para sa iba ay ang pag-ibig sa sarili.

— Geronda, kahit na nagtatrabaho ako—minsan nang labindalawa o labing-tatlong oras sa isang araw, kung kinakailangan—at nagsusumikap ako nang may pagmamahal, naiinis ako kapag pinapagawa sa akin ang isang bagay na hindi ko pinlano.

— Hindi mo iyon tatawaging pagmamahal sa kapwa. Ang taong may pagmamahal sa kapwa ay hindi tumatanggi kapag pinapagawa ng tulong at hindi binabanggit kung ilang oras na siyang nagtatrabaho. Sa monasteryo kung saan ako nanirahan, ang sinumang mas nagsikap kaysa sa iba ay sinisikap na itago iyon. May isang kapatid na lalaki na nangongolekta ng dalawang sako ng oliba, ngunit sasabihin niyang isa lamang ang kanyang nakolekta at marami naman ang nakolekta ng isa pang kapatid. Iyan ang ibig sabihin ng pag-ibig. Ngunit dito, ang tanong ay: 'Sino ang nangolekta ng oliba?' — 'Ako,' ang agad na sagot ng kapatid na babae. Mas mabuti pa kung hindi na lang niya iyon pinitas. Kung pumunta ka sa monasteryo para maghanap ng papuri, nakikiramay ako sa'yo.

— Kapag nakikita kong marami tayong gagawin, nagmamadali ako at nakokondisyon.

— Kung ako ang nasa kalagayan mo, pipilitin kong gawin ang trabaho para sa kapatid mong babae rin. Nang nagsasanay ako bilang karpintero, kumuha ang amo ng isa pang binata bilang katulong ko. Mas matanda at mas malakas siya kaysa sa akin, pero tamad. Binibigyan kami ng amo ng trabaho, pero nakaupo lang siya roon na nakabukol ang mga braso. 'Ano? Dapat ba akong kumita ng pera para sa maestro?' protesta niya, at wala siyang ginagawa. 'Makinig ka,' sasabihin ko sa kanya,

'kung gusto mong matuto, gawin mo ang sinasabi sa'yo!' Pero wala itong silbi, kaya ako na lang ang gumawa ng trabaho para sa aming dalawa. "Huwag kang magreklamo," sasabihin ko, "kung uupo ka lang at walang gagawin, umupo ka na lang sa bangko ng trabaho at hawakan mo ang mga tabla, at ako na ang mag-saw; hindi na tayo masasayang sa oras sa pagipit ng mga tabla sa vise." Pero puwede ko rin namang sinabi: 'Tinapos ko na ang sa akin; wala na akong pakialam sa iba.' Papasok ang boss at sisimulang sermonan ang katrabaho ko: 'Nasa'n ang trabaho mo? Tingnan mo siya—mas mahina pa kaysa sa'yo, pero nakapagawa na siya nang ganoon karami!' Masisiyahan kaya ako na marinig na may iba na sinisermohan? Anong silbi nito sa akin kung papurihan ako habang pinapagalitan ang iba? Sa huli, lalo lang naging mahirap ang sitwasyon ng katrabaho ko dahil hindi niya kailanman natutunan ang pagiging karpintero, at sa huli ay napilitan siyang magtrabaho gamit ang pala sa halip na plano. Ang taong masipag, kahit saan man siya mapadpad, ay uunlad, dahil lahat ng kanyang ginagawa ay ginagawa niya nang may sipag. Ngunit ang taong hindi pinagyayaman ang sipag na ibinigay sa kanya ng Diyos, sa anumang kanyang gawin, ay paikot-ikot lang.

Noong nakaraan, tinitingnan natin ang mga mahihinang hayop, gaya ng baka o kabayo: sa isang pares, maaaring masipag at masinop ang isang hayop, habang tamad naman ang isa, at hihila ng masipag ang tamad. At sa huli, ang tamad ay napupunta sa ilalim ng palakol ng manlilisod. Alam mo ba kung gaano ako nalungkot para sa isang partikular na baka! Pinagsama namin ang tatlong baka, at ang isa sa kanila—hindi naman masyadong malakas—ay nagsumikap nang husto, nagtrabaho nang todo! Hinila nito ang dalawa pa sa likuran nito. Ang kawawa ay natabunan ng pawis dahil sa hirap. At kung ituturo ni Kristo ang ganitong hayop at sasabihin: 'Tingnan ninyo, hinila nito ang dalawa, ngunit ano ang ginawa ninyo?' — ano ang ating sasagutin? Ah, dagat,¹⁷⁰ isapuso ninyo ang tanong ng inyong sariling kaligtasan. Pagkatapos ng lahat, napakarami ninyong pagkakataon!

Ang mga taong mapagmahal ay may pinong budhi, at tinutulungan sila ng Diyos

— Geronda, napagtatanto ba ng isang taong may pag-ibig sa Diyos ito sa kanyang sarili?

— Taglay mo ba ito? Talagang mararamdaman mo ito, mahal ko! May magaspang na ideya ang isang tao kung sino siya; napagtatanto niya ito dahil nararamdaman niya ang panloob na katahimikan at kapayapaan. Ngunit kahit taglay nila ang pag-ibig, hindi sila nagmamayabang o nagsasabing, 'May pag-ibig ako.' Pagkatapos ng lahat, ang kaisipang 'Kailangan ko pa ng mas maraming pag-ibig' ay laging naroroon sa kanilang isipan.

Ang isang mapagmahal na tao ay tapat, mapagbigay, walang pagpapanggap, at mapagkumbaba. Lahat ng ito ay nagdudulot ng kapayapaan sa kanila, ngunit kitang-kita rin ito ng iba, dahil may panloob silang koneksyon sa ibang tao at nauunawaan sila. At kung ikaw ay malungkot, ngunit upang hindi sila masaktan, sasabihin mo: 'Ayos lang ako,' mauunawaan nila na hindi ka maganda ang pakiramdam at susubukan nilang hindi ka guluhin. Samantalang ang ibang tao, kahit nakikita nilang pagod ka at hindi maganda ang pakiramdam, sasabihin: 'Geronda, mas maganda ka tingnan ngayon kaysa noong nakaraan; kitang-kita kong ayos ka na talaga!' Kahit na may seryosong nangyayari. Ang isang mapagkumbabang tao naman, kahit na talagang may kailangan siya, sasabihin lang: "Geronda, hindi kita bibigyan ng abala; pagpalain mo na lang ako." Pinananatili ko ang ganoong tao sa tabi ko nang matagal, at naantig ako hanggang sa lumuha. 'Aalis na ako ngayon, Geronda; nakikita kong pagod ka,' sabi niya. Tiyak na tutulungan ng Diyos ang ganoong tao?

May mga taong, dahil sa pagmamahal sa kapwa, agad na nauunawaan kung ano ang kapaki-pakinabang at nagpapasaya sa iba—sa pinakamagandang kahulugan ng salita—dahil palagi nilang iniisip ang iba kaysa sa kanilang sarili. May ilan, kahit hindi nila ako kilala, ay nararamdaman kung ano ang kailangan ko at nagpapadala ng mga pakete na naglalaman ng eksaktong kailangan ko sa

¹⁷⁰ Lit.: sanggol, taong simple ang pag-iisip (Griyego); ginagamit bilang panawag sa kolokyal na pagsasalita. — *Tala ng tagasalin*

oras na iyon. Sa pagtingin sa ganoong pakete, mauunawaan mo ang buong panloob na mundo ng taong iyon. Ang pagiging pinong-pino ng kanilang kamalayan ay sumisilay sa bawat bagay.

— Geronda, may dumarating ba sa selda mo paminsan-minsan na medyo padalos-dalos at pasaway?

— Oo, ngunit ang mga taos-puso ang nakikinabang—yaong, dahil sa hiya, ay ayaw akong istorbuin. Noong isang araw, may isang lalaking may pamilya ang dumating dito. Nakilala ko na siya dati, kapwa nang mag-isa at nang bumisita kasama ang kanyang asawa at mga anak. Pagkalipas ng tatlong araw, bumalik siya. Noong sandaling iyon, nakikipag-usap ako sa isang tao, habang may isang dalaga na naghihintay sa labas ng pinto; lumipad siya nang espesyal mula Athens upang pag-usapan ang isang bagay na nagpapabahala sa kanya. 'Hindi mo ba ako papayagang makausap ang pari nang limang minuto?' tanong niya, at pinayagan siya ng dalaga na pumasok muna. Kinailangan niyang maghintay ng isang oras at kalahati para lumabas ang ginoong humiling na papasukin siya... para sa limang minuto. Nang lumabas na siya, kinailangan na niyang magmadali papuntang paliparan, at sinabi na lang niya sa akin: "Pagpalain ninyo ako, Geronda, mula pa ako Athens para hanapin ang inyong payo tungkol sa isang bagay, ngunit nauubusan na ako ng oras. Nag-absent ako sa trabaho, at kailangan ko nang pumunta sa paliparan para mahabol ang flight ko." Paano nga ba malilimutan ang ganitong tao! Sa huli, sa pamamagitan lamang ng bukas-palad na espiritu na natatagpuan ng isang tao ang tulong mula sa Diyos.

— Geronda, kapag ang isang mapagmahal na tao ay nabubuhay sa gitna ng mga mahihirap na tao, hindi ba siya nagdurusa?

— Ang punto ay ipakita ang pag-ibig sa pakikitungo sa mga mahihirap na tao. Sinasabi ng Ebanghelyo: 'At kung inaaruga mo ang mga umiibig sa iyo, anong kapurihan ang mayroon ka roon...'¹⁷¹

Ang mga taong mapagmahal at bukas sa espirituwal ay kusang-loob na tinitii ang mga paghihirap dahil sa mga konsesyon na ibinibigay nila sa iba dahil sa pagmamahal nila sa kanila, o dahil sa panlilinlang ng iba, ngunit hindi nila hinahangad ang katarungan sa panandaliang buhay na ito. Ang mga taong may integridad sa buhay na ito ay nababayaran ang lahat ng kanilang mga utang, at nakatatanggap din sila ng tulong mula sa Diyos at makakatanggap ng malaking gantimpala sa buhay na darating.

Bahagi 4.

Mga Anak ng Pag-ibig at Kababaang-loob

"Sa piling lamang ni Cristo makakamtan ng tao ang tunay at taos-pusong kagalakan, sapagkat si Cristo lamang ang nagbibigay ng tunay na kagalakan at kaaliwan"

Kabanata 1.

Kasimplehan at Kalinisan

Kasimplihan — ang unang bunga ng kababaang-loob

— Ang unang bunga ng kababaang-loob ay kasimplehan. Kapag taglay ng isang tao ang kasimplehan, taglay rin niya ang pag-ibig, paghahain sa sarili, kabaitan, at kabanalan. Ang taong simple ay may dalisay na puso at walang pag-aalinlangkong tiwala sa Diyos, nang hindi sumusubok.

¹⁷¹ Lucas 6:32

Ang pagiging payak ang kalagayan ni Adan bago ang Pagkahulog, nang nakita niya ang lahat bilang dalisay at walang masamang loob, sapagkat siya ay nakasuot ng Grasya ng Diyos.

¹⁷²— Geronda, kapag sinasabi ng mga tao, 'Ang tunay na kagandahan ay nasa kasimplehan,' tinutukoy ba nila ang Banal na Grasya?

— Siyempre. Ang isang taong payak at tapat, na may kababaang-loob, ay tumatanggap ng biyaya mula sa Diyos, na sa kanyang kalikasan ay payak at mabuti.

— Ngunit maaari bang kumilos nang payak ang isang tao habang sabay na may kayabangan?

— Hindi iyon posible. Ang taong may tunay na pagiging payak ay walang kayabangan.

— Maaari bang magkunwari ang isang tao sa panlabas na siya ay payak, gayong wala naman talaga siyang tunay na pagkapayak?

— Oo, at sa pamamagitan ng pagpapanggap na payak, para makamitan ang sariling gusto! Ang panlabas na pagiging payak ng isang taong nagpapanggap na payak upang makamit ang isang bagay ay nagtatago sa pinakamaruming anyo ng panlilinlang. Para itong isang matanda na nagsuot ng medyas ng bata upang pahintulutan ng iba ang bawat kapritso niya, na para bang siya ay isang maliit na bata! Samantalang ang isang tunay na payak na tao ay may parehong katapatan at matibay na paghuhusga.

Ang pagiging payak at ang kapal ng mukha ay dalawang magkaibang bagay

— Minsan pakiramdam ko ay kumikilos ako nang may pagkamapayak, samantalang sinasabi ng iba na bastos ang aking pag-uugali. Geronda, paano matutukoy ang pagkakaiba ng pagkamapayak at kabastusan?

— Iba ang pagiging payak at ang kapal ng mukha. Pinapayagan ng kapal ng mukha ang isang tao na maging komportable sa makamundong paraan. Ang isang tao ay kumikilos nang bastos at sa gayon ay pinapakabusog ang kanyang sariling makasarili. Sinasabi nila: 'Nandoon, naituro ko na sa kanya ang kanyang lugar.' Nagbibigay ito sa isang tao ng pakiramdam ng kasiyahan sa makamundong paraan, ngunit hindi nito dinadala ang tunay na kapayapaan. Samantalang ang pagiging payak ay nagdudulot ng espirituwal na kagalakan — nag-iiwan ito ng isang pagiging magaan sa puso.

— Geronda, sinasabi sa akin ng mga tao na magaan ang aking kilos, ngunit sa tingin ko ay kumikilos ako nang may pagiging payak.

— Ang pag-uugali nang may kasimplehan ay hindi nangangahulugang pag-uugali nang hangal. Pinag-iisa mo ang dalawang bagay na ito. Nagsasalita ka nang hindi iniisip at inakala mong kumikilos ka nang may pagkamapayak. May kaunting likas na pagkamapayak sa iyo, ngunit kulang ka sa matibay na paghuhusga; bagaman hindi ka na bata sa isip, kumikilos ka na parang bata. Sa kabutihang-palad, kilala ka nang mabuti ng mga kapatid at hindi sila natitinag nito.

— Maaari bang maging payak ang isang tao, ngunit magdulot ng hiya sa iba dahil sa kanyang pag-uugali?

— Kung ang isang tao ay tunay na payak, kahit na may masabi o magawa siya na maaaring medyo hindi angkop, hindi maiinis ang iba, sapagkat ang biyaya ng Diyos ay naninirahan sa isang taong payak at ang kanyang mga kilos ay hindi nakakasakit sa iba. Samantalang ang taong walang pagiging payak, kahit magsalita pa siya nang may makalupang paggalang, mas masahol pa sa iyo ang paggalang niya kaysa sa isang mapait na radish.

¹⁷² Ang salitang 'χάρις' ay may dalawang kahulugan sa Griyego: 'biyaya' at 'ganda'; kaya naman, maaaring isalin din ang parirala bilang 'biyaya sa kasimplehan'. — *Tala ng tagasalin*

Maging tulad ng mga bata¹⁷³

— Geronda, ano nga ba talaga ang likas na pagiging payak?

— Ang likas na pagiging payak ay ang pagiging payak na taglay ng isang maliit na bata. Kapag nagkamali ang bata, pinapagalitan mo siya, at siya'y umiiyak. Kung pagkatapos ay bibigyan mo siya ng laruan na kotse, nakakalimutan na niya ang lahat. Hindi nila pinag-iisipan kung bakit sila pinagalitan sa simula at pagkatapos ay binigyan ng laruan na kotse, sapagkat ang bata ay nakikita ang lahat gamit ang puso, samantalang ang matanda ay nakikita ang lahat gamit ang isip.

— Geronda, may mga matatanda rin na payak sa kalikasan. Ang ganitong pagkapayak ba ay isang birtud?

— Oo, ngunit ang likas na pagiging payak, tulad ng lahat ng iba pang likas na birtud, ay kailangang linisin. Ang isang taong payak sa kalikasan ay may mabuting ugali at kabaitan, ngunit mayroon ding batang katusuhan sa kanilang kalooban. Maaaring, halimbawa, wala silang masamang loob sa kanilang kapwa, ngunit kung kailangan nilang pumili sa pagitan ng masama at mabuti, kukunin nila ang mabuti para sa kanilang sarili at iiwan ang masama para sa iba. Ang ganitong tao ay parang ginto na may kaunting halong iba't ibang dumi. Upang maging dalisay ang ginto, kailangang matunaw itong muli sa isang pugon. Ibig sabihin, kailangang linisin ang kanyang puso mula sa lahat ng tusong pag-iisip, pansariling interes, at iba pa; saka lamang niya maaabot ang ganap na pagiging payak.

Sa tunay na pag-ibig na parang kay Kristo, na isang kalagayan ng pagiging payak at dalisay, umuunlad ang pagiging payak na parang bata—ang mismong katangiang hinihikayat sa atin ni Kristo na linangin. 'Maging tulad ng maliliit na bata,' wika Niya. Ngunit sa ating panahon, habang mas maraming makalupang kagandahang-asal ang mayroon ang mga tao, mas kaunti ang natitirang pagiging payak sa kanila; ang tunay na kagalakan at likas na ngiti ay lalong nagiging bihira.

Naalala ko na may isang nakatatanda sa Iversky Skete—si Pachomius. Kahit anong kalungkutan ang bumabagabag sa iyo, sapat nang titigan siya at kusang mawawala ang kalungkutan. Sa pagkitang siya, agad mong makakalimutan ang lahat—lahat ng iyong problema—at lilipas ang lahat. Isang nakatatanda, ngunit mukha siyang sanggol. Namumulâ ang kanyang mga pisngi, at tumatawa siya na parang bata! Kahit ano pa ang mangyari, tumatawa siya. Isang walang patid na pagdiriwang! Hindi siya marunong magbasa o magsulat, at hindi rin siya marunong kumanta, maliban sa 'Christ is Risen' tuwing Pasko ng Pagkabuhay. Kapag pumupunta siya sa kyriakon ng skete tuwing pista,¹⁷⁴ hindi siya umuupo sa stasidia; palagi siyang nakatayo, kahit na sa buong-gabiang pagbabantay, at inuulit-ulit ang Panalangin kay Hesus. Siya ay isang matapang na tao na may malaking pagmamahal sa Diyos. Kung may magtatanong sa kanya, 'Ama Pachomius, ano ang kanilang kinakanta ngayon?', sasagot siya, 'Ang Awtaryo; binabasa ng mga ama ang Awtaryo.' Tinatawag niyang Awtaryo ang lahat ng bagay.

Siya ay isang napakasimpleng matanda at isang taong puspos ng biyaya. Malaya siya sa mga pagnanasa; siya ay parang batang walang masamang loob. Kung ang isang tao ay hindi nagpapawalang-bisa sa sarili mula sa makasariling pag-iisip ng isang bata, kayabangan, at pagkamatarat mula sa murang edad, at nananatili sa ganoong batang kalagayan, pagdating ng katandaan ay magkakaroon siya ng parehong mga reklamo tulad ng isang maliit na bata. Iyan ang dahilan kung bakit sinasabi ni Apostol Pablo: 'Huwag kayong maging mga bata sa pag-iisip, kundi maging mga sanggol sa inyong kawalang-sala.'¹⁷⁵

¹⁷³ Ihambing sa Mat. 18:3

¹⁷⁴ Ang pangunahing simbahan ng skete, kung saan ginaganap ang mga paglilingkod para sa mga naninirahan sa skete tuwing Linggo at mga pangunahing pista. — *Tala ng tagapagsama*

¹⁷⁵ 1 Cor. 14:20

Ang isang payak na tao ay laging may mabuting hangarin

— Ang isang payak na tao ay malaya sa malisya at panlilinlang. Ginagawang mabuti ang masama at pangit. Lagi siyang may mabubuting iniisip tungkol sa iba. Hindi siya inosente; kundi kumbinsido lang siya na ang iba ay may parehong pag-iisip gaya niya.

— Geronda, maaari ka bang magbigay ng halimbawa?

— Hindi ba't nasabi ko na sa iyo si Ama Charalampios, na minsang nanirahan sa Kutlumush Monasteryo?¹⁷⁶ Siya ang librarian, ngunit inalis siya sa posisyon na iyon dahil hindi niya kailanman sinara ng kandado ang mga pintuan ng aklatan. 'Bakit mo kailangan ang lahat ng mga kandado at susi?' ang sasabihin niya. 'Hayaan mong malayang makabasa ang mga tao ng mga libro.' Taglay niya ang ganoong kasimplehan at kalinisan ng kaluluwa na hindi man lang pumasok sa isip niya na may mga taong nagnanakaw ng mga libro."

Isang payak na tao siya, sapagkat may mabubuting iniisip siya para sa lahat at nakikita niya ang kabutihan sa bawat isa. Naalala ko ang isa pang matanda, si Ama Theoktist mula sa Monasteryo ng Dionysiat – gaano siya kasimple! Isang beses, nanatili siyang magdamag kasama ang isa pang monghe sa bahay-monasteryo sa Karyes. Sa kalagitnaan ng gabi, may kumatok sa pinto, at tumakbo si Ama Theoktist upang buksan ito. "Tara na," sabi ng monghe, "huwag mo nang buksan; hatinggabi na, oras na para magpahinga." — "Paano mo malalaman, Ama, kung sino iyon? Baka si Kristo iyon! Dapat natin siyang buksan." At agad siyang tumakbo para buksan ito. Nakikita mo, ang isang taong payak ay laging may mabubuting iniisip, at laging inaasahan lamang ang mabubuting bagay.

Kapag payak ka, panatag ang loob mo

— Geronda, sa tingin ko ang pagiging simple ay kapag kumikilos ang isang tao ayon sa kanyang nararamdaman. Tama ba?

— Depende iyan sa kung saan sila nakatira. Para kumilos nang simple, kailangang mahanap ng isang tao ang tamang kapaligiran. Sa mundo, lalo na sa makabagong mundo, dapat kumilos nang maingat. Ngunit sa isang monasteryo o sa loob ng pamilya, dapat mabuhay nang simple. Nakakapagod talaga kapag walang kasimplehan o tiwala sa pagitan ng mga tao! Pagkatapos, para makapagsabi ka ng kahit ano sa isang tao, kailangan mo ng prologo, isang epilogo, at mga paliwanag... Ganito nagiging pahirap ang buhay. Ngunit kapag may pagiging payak, masasabi mo sa isang tao, 'Umupo ka'—at uupo siya, o 'Hindi kita kailangan ngayon, umalis ka'—at aalis siya, at hindi ka matatakot na hindi ka niya mauunawaan. Kapag may pagiging payak, nakahinga ka nang malaya; kapag wala, parang mabigat ang pakiramdam mo.

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng 'makamit ang kalayaan sa sariling buhay upang mapalaya mula sa bagyo'?¹⁷⁷

— Linangin ang pagiging payak sa pakikitungo sa iba, upang hindi ka mapabigatan ng mga iniisip at hindi sumulpot ang kalituhan sa iyong isipan. Kapag tuwirang ipinapahayag ng isang tao ang kanyang nararamdaman, siya mismo ay nakakalaya at pinapagaan ang buhay ng iba.

Noong isang beses, naglalakbay ako papuntang Athens sa kotse ng isang kaibigan; may isa pa kaming kasama. Nakakapagod para sa akin ang paglalakbay sa kotse, kaya binuksan ng drayber ang bintana. Medyo malamig. 'Hindi ka ba nababanat?' tanong ko sa iba. 'Hindi, hindi,' sagot nila. Ngunit makalipas ang ilang sandali, napansin kong nanginginig sa lamig ang kasama ko at isinasara ang butones ng kanyang dyaket. Kaya sinabi ko, 'Kung ayaw ninyong may magkasakit sa inyo, magsabi kayo kapag malamig kayo, at magsasalita rin ako kung bigla akong hindi maganda ang pakiramdam.' Kaya hindi kami nagkaroon ng hiya. Ngunit kung ako ay hindi maganda ang pakiramdam at

¹⁷⁶ Tingnan si Nakatatandang Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at Mga Sinulat ni Athos. Thessaloniki, 2005. pp. 10–11.

¹⁷⁷ Kinuha mula sa: Mga Asketikong Katuruan ni Abba Isaac na taga-Sirya. Moscow, 1993. p. 279.

nanahimik, o kung may iba pa na nanlalamig at nanahimik din, tiyak na may isa sa amin na darating sa Athens na may sakit. Dapat ding mag-usap-usap kayo nang simple. Kung hindi, palagi kayong mag-aalala kung nasaktan ninyo o na-inis ang iba. Kapag nangyayari iyon, ang isang tao ay palaging nababahala, hindi kumportable, at nagsisimulang kumilos nang hindi natural.

— Geronda, sa harap ng iba hindi ko nga magawa ang pinakasimpleng bagay. Ito ba ay hiya o kayabangan?

— Minsan binibigyan ng Diyos ang isang tao ng matinding hiya bilang preno, upang walang masamang mangyari sa kanila. Pagkatapos ng lahat, sino ang nakakaalam kung gaano kalayo ang maaaring paglayo ng isang tao mula sa tamang landas kung wala siya ang hiyang ito! Ikaw, gayunpaman, ay kailangang maging mas maingat at lubusang isuko ang iyong sarili sa kalooban ng Diyos. Walang dahilan para magpigil at pahirapan ang sarili, dahil may bahid ng kasakiman sa pag-aatubiling ito ng tao. Tingnan mo ako – kumikilos ako nang natural, nang walang anumang pagsisikap. Minsan kumikilos ako na parang lolo, minsan na parang ama, minsan na parang kuya, at minsan na parang bata. Hindi ba?

— Palagi akong nag-aalala kung paano tutugon ang mga tao sa sasabihin ko, at natatakot akong baka hindi nila ako maintindihan.

— Nagiging mailap ka dahil kulang ka sa pagiging payak. Subukang linangin ang pagiging payak ng puso upang umunlad ka sa espirituwal. Tanggapin mo na lang ang mga puna ng iba at sikaping magbuti, habang humihingi ng tulong sa Diyos. Halimbawa, maaaring may magsabi sa iyo na padalus-dalos ka raw kumilos. Sa susunod, sa katulad na sitwasyon, dapat mong isipin: 'Sinabihan ako noon na kumilos ako nang pabaya; ngayon dapat kong subukang kumilos nang maingat.' Sa ganitong paraan, unti-unti kang magkakaroon ng karanasan, maaayos mo ang iyong pag-uugali, lalago ka at uunlad ka sa espirituwal. Sa ganitong paraan, nabibigyan ng gabay ang kausap mo, gayundin ang iyong sarili, at mararamdaman mo ang kapayapaan sa iyong kaluluwa.

Ang pagiging payak, kasabay ng birtud ng pag-ibig at pagtitiwala sa Diyos, ay nagdudulot ng panloob na kapayapaan at kagalakan, at ang kaluluwa ay napupuno ng pag-asa at aliw.

Sa pamamagitan ng banal na kasimplehan, nakikilala ng isang tao ang mga hiwaga ng Diyos

— Geronda, nakakatulong ba ang pagbabasa ng mga libro at kaalaman upang makilala ang Diyos?

— Pakinggan mo ang sasabihin ko sa iyo: kung ang isang tao ay nagsusumikap sa espirituwal at nakakamit ang matatag na kalagayang espirituwal, makikita niya nang napakalinaw ang ilang mga bagay, sa pamamagitan ng banal na kaliwanagan, nang hindi nangangailangan ng kaalamang nakukuha sa mga libro. Makikita niya ang mga ito nang mas malinaw pa kaysa sa mga taong nakabasa ng napakaraming libro. Sa pamamagitan ng kanilang panloob na kalinisan, nakikita nila nang mas malinaw, mas malayo, at mas malalim, sapagkat iniwan na nila ang daigdigang orbit at nasa isang espirituwal na orbit na, sa saklaw ng hiwaga. Ang mga nakamit na ang panloob na kasimplehan at kalinisan ay tinitingnan kahit ang mga bagay na labis sa kalikasan nang napakasimple, na para bang natural lamang, sapagkat sa Diyos ay simple ang lahat. Siya Mismo ay payak at ipinahayag ito sa atin sa lupa sa pamamagitan ng Kanyang Anak, sa Kanyang banal na pagkapayak. Hindi Niya kailangan ng mas dakilang kapangyarihan upang magsagawa ng mga bagay na higit sa kalikasan; sapagkat para sa likas at sa higit sa likas, iisa lamang ang Kanyang kapangyarihan.

— Geronda, paano malalaman ng isang tao ang mga hiwaga ng Diyos nang hindi nagbabasa ng maraming aklat?

— Kung taglay ng isang tao ang banal na kasimplehan, hindi lamang siya makakakilala kundi makikibahagi rin sa mga hiwaga ng Diyos. Naalala mo ba ang kuwento ng napakasimpleng monghe

na binigyan ng pribilehiyong makipag-apunan kay Kristo? Bago siya naging monghe, siya ay pastol, at ang tanging bagay na kinahuhumalingan niya ay kung paano siya maliligtas. Isang araw, may isang eremita na dumaraan sa mga lugar na iyon at sinabi sa kaniya, 'Kung nais mong maligtas, sundan mo ang tuwid na daan.' Tinanggap ng pastol ang kaniyang mga salita nang literal. Umalis siya sa daan at naglakad nang tuwid nang tatlong araw, hanggang sa marating niya ang mga pintuan ng isang monasteryo. Ang abbot ng monasteryo, nang makita ang sigasig ng pastol para sa kaligtasan, agad siyang pinagbuntot bilang isang monghe at inatasan siyang maglingkod sa simbahan. Isang araw, habang nililinis niya ang simbahan, dumaan ang abbot at binigyan siya ng ilang tagubilin tungkol sa kanyang gawain. Matapos pakinggan ang mga tagubilin, tinanong ng monghe ang abbot, habang itinaturo ang larawan ng Kristo na nakapako: "Ama, sino po iyon sa itaas? Maraming araw na akong narito, ngunit ni minsan ay hindi pa siya bumababa para kumain o uminom ng tubig." Nagulat ang abbot sa kanyang pagiging simple at sinabi: "Ako ang nagparusa sa kanya dahil sa mahina niyang pagganap ng tungkulin." Pinakinggan siya ng monghe nang hindi nagsalita. Nang gabi, kinuha niya ang kanyang bahagi ng pagkain mula sa refektoryo at nag-isa sa simbahan. Lumapit siya sa krusipiho at may malasakit na sinabi, 'Baba ka, kapatid, magsama tayo sa pagkain.' Pagkatapos ay bumaba si Kristo at kumain kasama ang payak na monghe. Ipinangako ng Panginoon na dadalhin Niya siya sa bahay ng Kanyang Ama, kung saan siya'y magagalak magpakailanman. Sa katunayan, makalipas ang ilang araw, ang mapagkumbabang mongheng ito ay payapang pumanaw upang makasama ang Panginoon. Kita mo, siya ay lubos na analfabeto, ngunit anong gantimpala ang natanggap niya para sa kanyang dakilang kababaang-loob at kadalisayan!

Upang manirahan ang Diyos sa isang tao, dapat ay mayroong katapatan at kalinisan sa kanilang kalooban. Ipinahahayag ng Diyos ang Kaniyang sarili sa mga nagpapabanal sa kanilang pagiging payak. Kapag ang isang tao ay may taglay na pagiging payak at kalinisan na sinamahan ng mainit na pananampalataya at debosyon, tinatanggap nila ang mga banal na pagdalaw at nakikilala ang mga hiwaga ng Diyos, nang hindi man sila may anumang akademikong kaalaman. Sapagkat ang Banal na Trinidad ay nananahan sa kanilang loob. Sa pamamagitan ng banal na kaliwanagan, madali nilang natutuklasan ang mga susi sa banal na kahulugan at ipinaliwanag ang mga gawain ng Espiritu ng Diyos nang napakasimple, natural, at walang kalituhang intelektwal.

Kapag nililinis natin ang ating mapanlinlang na puso, na pinagmumulan ng lahat ng kasamaan,¹⁷⁸ tayo ay magiging dalisay at mapagkumbabang sisidlan ng Banal na Grasya, at doon ay maninirahan ang Pinakabanal na Trinidad sa ating kalooban. Mananalangin ako para sa iyo, at ikaw naman ay manalangin para sa akin; nawa'y tulungan tayo ni Cristo at ng Pinakabanal na Ina ng Diyos na linisin ang ating mga puso, upang makita natin ang Diyos. "Mapalad ang malilinis sa puso, sapagkat makikita nila ang Diyos."¹⁷⁹ Amen.

Kabanata 2.

Pananampalataya at Pag-asa sa Diyos

Ang lahat ng kasamaan ngayon ay nagmumula sa kawalan ng pananampalataya

— Geronda, napansin ko na ang ilang taong hindi naniniwala sa Diyos ay may matinding pagnanais na makita ang mundo, isang pagnanasa sa paglalakbay at libangan.

— Kapag ang isang tao ay hindi naniniwala sa buhay na darating, nagsusumikap siyang makita ang mundo, upang lubos na masiyahan sa buhay na ito... ngunit ano ang kinalabasan? May patuloy na pakiramdam ng kawalan sa kanilang kalooban. Ngunit kung sila ay maniniwala sa Diyos,

¹⁷⁸ Ihambing sa Mateo 15:18–19; Marcos 7:21–23.

¹⁷⁹ Mat. 5:8

makakakilala sa Diyos, kung gayon ay makikilala rin sila ng Diyos,¹⁸⁰ at mararanasan nila ang pakiramdam ng katuparan.

— Kung pag-iisipin ng mga tao na panandalian lamang ang buhay na ito, hindi ba sila magbabago?

— Nakadepende iyan sa tao. Kung, halimbawa, dumating ang katapusan ng mundo, ang isang hindi mananampalataya ay lalo pang magiging suwail kaysa dati, at iaalay ang sarili sa kasamaan at kasalanan. Samantala, ang isang mananampalataya ay pipigilin ang sarili. 'Bakit ko pa aaksayahin ang oras ko sa mga walang kabuluhang bagay?' ang sasabihin niya. 'Mas mabuti pang alagaan ko ang aking kaluluwa, subukang mamuhay nang espiritwal, at magsagawa ng kawanggawa.'

Ang lahat ng kasamaan sa ngayon ay nagmumula sa kawalan ng pananampalataya. Noong nakaraan, nananampalataya ang mga tao, at kahit ang mga pinaka-walang pakialam ay may pananampalataya sa kanilang mga puso, kahit na sila ay payak na tao at hindi nila nauunawaan ang anumang naririnig nila sa simbahan. Ang iba ay hindi pa nga alam na apat lamang ang mga Ebanghelyo; inakala nila na labindalawa. Ngunit anong pananampalataya ang mayroon ang mga tao noon, anong paggalang! At anong tapang ng mga nars noon! Ilan sa kanila ang nagboluntaryong lumaban sa digmaan! May pananampalataya sila at diwa ng pagkamapagkawanggawa; tingnan mo nga kung paano sila tumulong sa mga tao! At ngayon? May nagsabi sa akin na may isang pasyenteng binibigkas ang 'Apostles' Creed', at nang marinig siya ng nars, sinuntok siya nito—akala niya sinisiraan siya! Hindi na nga alam ng mga tao ang Kredong Niceno! Napakaraming nangyayari! Tatanungin mo ang mga kabataan: 'Ano ang pinaniniwalaan ninyo?' — 'Hindi ko alam, hindi ko pa napagpasyahan,' ang sagot nila. 'Anong pananampalataya ang ipinapahayag ng iyong ina at ama?' — 'Hindi ko alam, hindi ko pa sila tinanong.' Hindi man lang niya inalam kung ano ang pinaniniwalaan ng kanyang mga magulang! Kung ang isang tao ay ganoon ka-walang pakialam, paano mo siya matutulungan?

— Geronda, tiyak na sa mga bansang may totalitaryong rehimen, mas masahol pa ang sitwasyon.

— Oo, ngunit ilang martir ang lilitaw mula sa mga nagpanatili ng kanilang pananampalataya sa ilalim ng isang totalitaryong rehimen! Isang Ruso na nakatira sa ibang bansa ang sa wakas ay bumisita sa Russia, at sinabi niya sa akin: "Isang matandang ginang na matagal na akong kilala ang lumapit sa akin at nagtanong: 'Pupunta ka ba sa Bundok Athos na nakasuot ng amerikana na ito?' — 'Oo, dito,' ang sagot ko. Napuno ng luha ang kanyang mga mata; kinuha niya ang amerikana at, kawawa naman, hinalikan ito upang humingi ng basbas." Nakikita mo, ang pananampalataya: kapag mas pinahihirapan ito, mas lumalakas. Parang isang spring ito: kapag mas pinipiga, mas malakas itong bumabalik kapag binitawan. Darating ang panahon na napakahirap na para sa maniniil na patuloy na pigilan ang spring; binibitawan nila ito, at bumabalik ang spring.

Kapag nanghihina ang pananampalataya

— Geronda, bakit napakaraming mananampalataya ang nawalan ng kanilang pananampalataya?

— Kung ang isang tao ay pabaya sa usapin ng pananampalataya at pagsamba, unti-unti siyang nakakalimot at maaaring maging lubos na walang pakialam, hanggang sa tuluyang hindi na siya maniwala sa kahit ano.

— May ilan na nagsasabing nanghihina ang kanilang pananampalataya kapag nakikita nilang naghihirap ang mga mabubuting tao.

¹⁸⁰ "Ang sinumang nagsusumikap na manatiling hindi mapaghiwalay sa Diyos ay nakakakilala sa Diyos, at ang ganoong tao ay mula sa Diyos," sabi ni San Antonio ng Dakila. — *Tala ng nagsama*. Kinuha mula sa: *Ang Pag-ibig sa Kabutihan*. Bol. I. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1992. p. 92.

— Kahit pa walisin ng Diyos ang lahat ng mabubuting tao, hindi dapat magkaroon ang isang tao ng 'kaliwang' kaisipan, kundi dapat maniwala na ano man ang gawin ng Diyos, ginagawa Niya iyon mula sa pag-ibig. Alam ng Diyos ang Kanyang ginagawa. Kung pinayagan Niya ang kasamaan na mangyari, ibig sabihin ay may mabuting magmumula rito.

— Geronda, kahit ang mga batang naniniwala ay nanghihina ang loob ngayon, dahil may mga guro sa mga paaralan na nagtuturo ng kawalang-paniwala.

— Bakit sila manghihina ng loob? Labinsiyam na taong gulang si Santa Catalina, at sa kanyang kaalaman tungkol sa Diyos at karunungan ay napahamak niya ang dalawang daang pilosopo. Itinuturing pa nga siya ng mga Protestante bilang patron ng pag-aaral.

Pagdating sa usapin ng pananampalataya at pagmamahal sa sariling bayan, walang puwang para sa kompromiso; dapat ay matatag at hindi matitinag.

— Geronda, dati'y nananalangin ako nang may pananampalataya, at tinutupad ng Diyos ang lahat ng hinihiling ko. Ngayon, wala na akong ganoong uri ng pananampalataya. Ano ang dahilan nito?

— Nasa makalupang lohika mo ito. Pinapahina ng makalupang lohika ang pananampalataya. 'Kung magkakaroon ka ng pananampalataya at hindi mag-aalinlangan... anuman ang iyong hilingin sa panalangin nang may pananampalataya, matatanggap mo,' sabi ng Panginoon (¹⁸¹). Ito ang saligan. Sa buhay-espiritwal, nasa larangan tayo ng mga kababalaghan.

Ang isa at dalawa ay hindi palaging katumbas ng tatlo; maaari itong maging limang libo, o kahit isang milyon! Mahalaga ang isang pusong handa at ang pag-ibig. Sapagkat kung ang isang tao ay walang pusong handa, wala siyang nauunawaan. Kahit ang pagpapako sa krus ni Cristo ay inilarawan ng mga propeta nang napaka-detalye — pati na kung ano ang mangyayari sa Kanyang mga kasuotan,¹⁸² kung saan mapupunta ang perang natanggap para sa pagtataksil, na gagamitin para bilhin ang bukid ng manghuhubog para sa paglilibing ng mga dayuhan,¹⁸³ — gayon pa man ay hindi pa rin ito naintindihan ng mga Hudyo. "Ngunit si Judas na taga-Iscariote, ang walang-batas, ay hindi ninais na maunawaan."¹⁸⁴

Hindi pagkatiwala at kakulangan sa pananampalataya

— Geronda, bakit hindi nabigyan ng pagkakataon si Moises na pumasok sa Lupang Pangako dahil sa isang maliit na pagkukulang?¹⁸⁵

— Hindi ito maliit na pagkukulang; ito ay kawalan ng tiwala. Pinangunahan ng Diyos ang mga Israelita sa Dagat Pula,¹⁸⁶ nagpalabas ng tubig para sa kanila mula sa bato sa Sinai,¹⁸⁷ pinakain sila ng manna,¹⁸⁸ at gumawa ng napakaraming himala para sa kanila, ngunit nang muling magkaroon sila ng kakulangan sa tubig, nagsimulang magreklamo. At si Moises, nang inutusan siya ng Diyos na tumama sa bato upang magbuga ng tubig, ay nagpakita ng kakulangan sa pananampalataya. 'Makakapagbuga ba ng tubig ang batong ito?' wika niya.¹⁸⁹ Kaya't ipinag-utos ng Diyos ang parusang ito para sa kanya: 'Bilang parusa,' wika Niya, 'makikita mo lamang mula sa malayo ang Lupang Pangako.'¹⁹⁰ Kung hindi naman milagrosong nagpalabas ang Diyos ng tubig mula sa bato para sa

¹⁸¹ Mateo 21:21–22

¹⁸² Tingnan ang Awit 21:19

¹⁸³ Tingnan ang Mat. 27:7–9; Jer. 18:2; 39:9.

¹⁸⁴ Ang mga salita ng ikatlong antiphona mula sa paglilingkod na naggunita sa banal at makapagliligtas na Pagsasakripisyo ng ating Panginoong Jesucristo noong Biyernes Santo.

¹⁸⁵ Tingnan Bilang 20:1–13; Deuteronomio 32:48–52.

¹⁸⁶ Tingnan Exod. 14:1–31.

¹⁸⁷ Tingnan Ex. 15:22–25; 17:1–7.

¹⁸⁸ Tingnan ang Exodo 16:1–36.

¹⁸⁹ Tingnan ang Bilang 20:1–13.

¹⁹⁰ Tingnan Bilang 20:1–13.

mga tao sa ibang pagkakataon, maaaring nagkaroon si Moises ng dahilan, ngunit ngayon ay hindi na maipagtatanggol ang kanyang kawalan ng pananampalataya, kaya hindi pinayagan ng Diyos na makapasok siya sa Lupang Pangako.

— Geronda, naniniwala akong kaya kong pagbutihin ang sarili ko sa pamamagitan ng aking sariling pagsisikap, at iyon nga ba ang dahilan kung bakit hindi ako umuunlad?

— Ano ang magagawa mo nang mag-isa? Hangga't umaasa ka sa sarili mo, pinipigilan mo ang awa ng Diyos na bumuhos sa iyo; nanatiling nakatambay ka sa tubig, walang pag-usad. Kung kahit kaunti ka lang may pananampalataya, halos ganap nang magbabago ang buhay mo, at kung kahit kaunti ka lang may kababaang-loob, matatagpuan mo ang biyaya ng Diyos. Lahat ito ay dahil kulang ka sa pananampalataya at kababaang-loob. Nakikita ng Diyos na nakagapos Siya sa kamay at paa at hindi ka matutulungan, sapagkat iginagalang Niya ang iyong malayang kalooban. Hilingin mo kay Kristo ang pananampalataya — 'palakihin ang aming pananampalataya'¹⁹¹ — at alagaan ang kababaang-loob. Sapagkat kahit naniniwala ang isang tao ngunit puno ng kayabangan, nananatiling hindi aktibo ang pananampalatayang iyon.

Alalahanin ang senturyon na nabanggit sa Ebanghelyo. Wala siyang mapagmataas na iniisip, ngunit ang kanyang pananampalataya ay tunay na malakas! 'Hindi ako karapat-dapat,' sabi niya kay Cristo, 'na pumasok Ka sa bahay ko, ngunit sabihin Mo lamang ang salita, at gagaling ang aking alipin.' At hindi niya pinayagang lumapit Siya sa bahay niya. Kaya sinabi ni Cristo: 'Sa buong Israel, wala akong nakitang ganitong pananampalataya.'¹⁹²

Ang sumasampalataya sa Diyos ay walang kinatatakutan

— Geronda, sinabi sa amin na darating ang panahon na magkakaroon tayo ng lahat, ngunit hindi natin ito kayang ubusin. Ngayon, nagdududa ang mga tao sa kalidad ng karamihan sa pagkain.

— Ano ang magagawa natin? Marumi ang kapaligiran. Ngunit huwag kang matakot. Gawa ka ng tanda ng krus at huwag kang matakot. May kilala akong mga taong ginagawang pahirap ang kanilang buhay dahil natatakot sila sa lahat ng bagay — at gayon pa man ay mga Kristiyano sila, nabinyagan, pinahiran ng banal na langis, tumatanggap ng Banal na Komunion, nagbabasa ng Ebanghelyo, at kabisado ang iba't ibang talata nito. Hindi kaya talaga nila nakikita ang kapangyarihan ng Biyaya ng Diyos? 'Kung uminom ka ng anumang nakamamatay, hindi ka nito mapapahamak,'¹⁹³ — wika ni Cristo, at saka: 'Binibigyan ko kayo ng kapangyarihan na tumapak sa mga ahas at alacdan, at wala'y makapahamak sa inyo.'¹⁹⁴

Kung ang Biyaya ng Diyos ay naninirahan sa isang tao, wala silang kinatatakutan. Kaya, palagi nating hingin ang Biyaya ng Diyos, sa pamamagitan ng paggawa ng tanda ng krus. Naalala mo ba ang insidenteng nabanggit sa Lavsaik? Isang monghe ang pumunta upang kumuha ng tubig mula sa balon at nang makita niya ang isang ahas doon,¹⁹⁵ ay tumakas nang may takot nang hindi kumuha ng kahit tubig. 'Nawalan na tayo ng pag-asa, Abba,' sabi niya sa kanyang nakatatanda, 'may ahas sa balon namin!' — "Sige," wika ng nakatatanda, "ngunit kung may ahas sa lahat ng balon, ano ang gagawin mo—mamamatay ka ba sa uhaw?" Lumapit ang nakatatanda, gumawa ng tanda ng krus sa ibabaw ng balon, kumuha ng tubig at ininom ito. "Kung saan naroroon ang krus, walang magagawa ang kasamaan ni Satanas."¹⁹⁶

— "Ngunit nararamdaman ko ang takot sa loob ko."

¹⁹¹ Lucas 17:5

¹⁹² Mateo 8:10

¹⁹³ Ihambing ang Marcos 16:18

¹⁹⁴ Ihambing ang Lucas 10:19

¹⁹⁵ Asp — isang nakalalasong ahas. — *Tala ng tagapagsama*.

¹⁹⁶ Kinuha mula sa: *Palladius, Obispo ng Helenopolis*. Lavsaik. Kolomna, walang petsa. p. 6.

— Ang takot mo ay biyaya mula sa Diyos, ang Pangangalaga ng Diyos, upang palagi kang lumapit sa Kanya sa panalagin. Makakatulong ito sa iyong manatiling nakakapit sa Diyos. Isipin mo ito: kung ang isang maliit na bata ay hindi natatakot, imposibleng pakalmahin siya. Pagsikapan mong magmahál, magkaroon ng pag-asa sa Diyos, at doon ay hindi ka matatakot sa anumang bagay. Hindi ba't inaawit natin sa panahon ng Dakilang Vespers: 'Hindi tayo matatakot sa iyong pangamba, ni malilito man: sapagkat ang Diyos ay sumasaatin'?¹⁹⁷

'Nakita ko ang Panginoon na nakatayo sa harap ko'¹⁹⁸

— Geronda, anong uri ng takot ang naramdaman ng propeta Daniel nang makita niya ang Anghel?¹⁹⁹

— Ito ay isang uri ng pagkamangha, pangininginig, isang banal na takot. Si Daniel ay lumuhod upang sambahin ang Anghel, ngunit sinabi sa kanya ng Anghel: 'Tumayo ka, Daniel, at huwag kang matakot; dininig ng Diyos ang iyong panalagin.'²⁰⁰

Ang takot sa Diyos ay isang dakilang paggalang, isang pakiramdam ng pagkamangha, isang uri ng espirituwal na pagkabahala na nagmumula sa malaking pag-ibig sa Diyos. Tulad ng pakiramdam ng isang tao ng pagkabahala sa harap ng isang iginagalang na tao, gayundin ang isang taong may takot sa Diyos ay nakararanas ng parehong pakiramdam kahit saan man siya naroroon, dahil nararamdaman niya ang presensya ng Diyos saanman. Hindi ba't nakasulat: 'Nakatayo nang may paghanga sa harap ng mga kerubin'?²⁰¹ Ang ganitong paggalang at takot ay sumasaklaw sa kapayapaan at kagalakan; hindi ito nagdudulot ng sakit sa isang tao. 'Paglingkuran ninyo ang Panginoon nang may takot, at magsaya kayo sa kaniya nang may pangininginig,'²⁰² — sabi ng salmista.

— Geronda, ang malinis na budhi ba ay kaugnay ng takot sa Diyos?

— Kung ang isang tao ay walang takot sa Diyos, anong uri ng konsensya ang maaari niyang taglayin? Kung walang takot sa Diyos, madaling tapakan ng isang tao ang kanyang konsensya, at doon siya tumitigil na maging tao.

— Geronda, kapag nararamdaman ko ang pasasalamat sa isang tao, magagawa ko ang anumang hilingin niya sa akin. Ngunit hindi ko nararamdaman ang ganoong pasasalamat sa Diyos para sa Kanyang mga biyaya.

— Naramdaman mo naman ang pasasalamat sa Diyos, ngunit wala itong buhay na tugon. Mas nararamdaman mo ang pasasalamat sa isang tao dahil nararamdaman mo ang kanilang presensya. Nangangailangan ng espirituwal na pagsisikap upang simulang maramdaman ang presensya ng Diyos sa isang buhay na paraan. Kung nararamdaman mo ang presensya ng Diyos, nararamdaman mo rin ang mas malaking pasasalamat sa Kanya. Sa kasalukuyan, binibigkas mo ang 'Ama Namin' at wala kang nararamdaman. Ngunit kung tunay mong naramdaman na ang Diyos ang iyong Ama, hindi ka maaaring manatiling walang pakiramdam sa mga salitang ito.

Dapat palaging mulat ang isang tao sa presensya ng Diyos. Kapag nararamdaman ng isang tao ang presensya ng Diyos, pati na rin ng mga anghel at mga santo, nagsisilbi itong makapangyarihang puwersang pumipigil sa kaniya, na pumipigil sa kaniyang paglayo sa tamang landas. "Narito, ang Panginoon ay nasa harap ko; hindi ako mangininginig,"²⁰³ — sabi ni David. Kung, habang gumagawa tayo ng anumang bagay, iniisip natin na nakikita tayo ng Diyos at binabantayan Niya tayo, makakasiguro tayo sa ating ginagawa.

¹⁹⁷ Ang Aklat ng mga Oras. Moscow, 2004. p. 182. Tingnan ang Isa. 8:12.

¹⁹⁸ Awit 15:8

¹⁹⁹ Tingnan ang Dan. 10:8–12

²⁰⁰ Ibid.

²⁰¹ Mula sa Triodion, ika-6 na tono. Irmologion. Bol. I. Moscow, 1997. p. 130.

²⁰² Awit 2:11

²⁰³ Awit 15:8

— Geronda, paano ang intelektwal na pakiramdam ng Diyos ay nagiging taos-puso, upang makilala natin Siya?

— Kailangan nating linisin ang ating mga puso. Kung malinis ang puso, pumapasok ang Diyos sa ating mga puso, at nakikilala natin Siya. Kaya naman, nauna sa lahat ang paggawa nang may pag-ibig at mapagmahal na paglapit; saka lamang dumarating ang taos-pusong pakiramdam ng Diyos.

Ang pag-asa sa Diyos at ang pagtitiwala sa Diyos ang pinakatiyak na garantiya

— Geronda, tinitingnan ko pa rin ang lahat mula sa pananaw ng tao kaysa sa espirituwal, at nababahala ako.

— Inuuna mo ang sarili mong mga plano kaysa sa plano ng Diyos, kaya't nagdurusa ka. Lahat ng problema ay nalulutas sa pamamagitan ng pagtitiwala sa Diyos at kababaang-loob. Gawin mo ang kaya mong gawin, at pagkatapos ay ipagkatiwala mo ang sarili sa Banal na Probisyon at kalooban ng Diyos. Ang pag-asa sa Diyos ay isang pinatibay at pinagtibay na pananampalataya; ito ang pinaka-maaasahang garantiya para sa isang tao.

Hindi ba napakahalaga para sa isang tao na magkaroon ng Diyos bilang kaalyado? Naalala ko, bago ako sumapi sa hukbo, nanalangin ako kay Santa Barbara, humihiling ng kanyang tulong— ginagalang ko ang santang ito dahil mula pagkabata ay nagpupunta ako upang manalangin sa Simbahan ni Santa Barbara. 'Hayaan mo akong harapin ang panganib sa digmaan, basta't hindi ako kailangang pumatay ng sinuman,' ang pagmamakaawa ko. At kung paano inayos ng Mabuting Panginoon ang lahat! Ang mga mas mataas ang pinag-aralan kaysa sa akin ay ipinadala sa harapan bilang mga karaniwang sundalo, samantalang ako, na may simpleng edukasyon lamang, ay na-assign bilang signalman! Sinasabi sa akin ng mga tao: 'May makapangyarihang mga patron ka.' — 'Anong patron ang meron ako?' ang sagot ko, 'Wala pa nga akong kakilala rito.' — 'Sige na, tama na ang biro. Sabihin ninyo sa amin, sino ang mayroon ka sa General Staff?' Habang patuloy akong pinipilit, sumagot ako: "Nasa General Staff ko si Cristo." At ganoon nga, hindi ako kailanman humawak ng armas.

— Geronda, paano lumalago ang pagtitiis ng kaluluwa?

— Sa pamamagitan ng pag-asa at tiwala sa Diyos. Binibigyan nila ang tao ng malaking lakas. Dapat lubos na magtiwala sa Diyos ang isang tao at ituring ang bawat pagsubok bilang isang biyayang ipinadala ng pag-ibig ng Diyos. Ang taong may malaking tiwala sa Diyos ay nagagalak sa lahat ng bagay. Maysakit man sila, o nagugutom, o inaapi nang hindi makatarungan, o... o... palagi nilang pinaniniwalaan na pinahihintulutan ito ng Diyos, umaasa sila sa Diyos at palaging nananatiling ligtas, naninirahan sa daungan ng pag-asa sa Diyos.

Ang may tunay na pananampalataya ay may tunay na pag-ibig

— Geronda, sinabi ninyo sa amin na nauuna ang pananampalataya, at kasunod ang pag-ibig sa Diyos.

— Nakikita mo, upang mahalin ang Diyos, dapat kang maniwala sa Kanya. Ang pag-ibig natin sa Diyos ay katumbas ng ating pananampalataya. Bagaman sinasabi sa akin ng aking isipan na para sa isang mapagmahal na tao, nauuna ang pag-ibig sa Diyos bago ang pananampalataya. Mukhang makitid na hilingin muna sa Diyos na ipahayag Niya ang Kanyang sarili sa iyo upang maniwala ka sa Kanya, at saka Siya mahalin. Mahal ko ang Diyos nang buong puso, at saka kumikilos ang Diyos. At habang mas nakikita ko ang mga biyaya ng Diyos, mas lumalago ang aking pananampalataya at pagmamahal sa Kanya. Mahal ko rin ang lahat ng tao, dahil nilikha sila sa wangis ng Diyos, pati na ang lahat ng hayop at ibon, at ang buong nilikha, dahil ito ay nilikha ng Diyos.

— Geronda, maaaring magkaroon ba ang isang tao ng pag-ibig nang hindi nagtataglay ng tunay na pananampalataya?

— Maaaring akala ng isang tao na mayroon siyang pag-ibig, ngunit sa katotohanan ay wala. Sa dogmang Orthodox natatagpuan ng tao ang tunay na pag-ibig. Noong isang beses, dalawang Katoliko ang dumating sa aking selda; isa ay mamamahayag, ang isa naman ay sekretarya sa Vatican. 'Una nating bigkasin ang "Ama Namin",' sabi nila. 'Para bigkasin ang "Ama Namin",' sabi ko, 'kailangan tayong magkasundo sa doktrina, ngunit may malaking bangin sa pagitan natin at sa inyo.' 'Kung ganoon,' sabi ng isa, 'ang mga Orthodox lamang ba ang maliligtas? Ang Diyos ay kasama ng lahat ng tao.' 'Tama,' ang sagot ko, 'ngunit masasabi mo ba sa akin kung ilang tao ang kasama ng Diyos?' 'Ipakita natin ang pag-ibig,' ang sabi nila pagkatapos. 'At naging uso na ang kasalanan,' ang sabi ko. "At iyon din ay bahagi ng pag-ibig," sabi nila. — "Lahat ay nagsasalita tungkol sa pag-ibig, kapayapaan at pagkakaisa," sabi ko sa kanila sa pagtatapos ng pag-uusap, "ngunit ang lahat ay nabubuhay na salungat sa kanilang sarili at sa iba; kaya naman gumagawa sila ng mas malalaking bomba."

Marami sa mga nagsasalita ng kapayapaan at pagkakaisa ay hindi namumuhay sa pagkakaisa sa Diyos, sapagkat hindi nila Siya iniibig at wala silang tunay na pag-ibig. Ang tunay na pag-ibig ay matatagpuan sa mga may tunay na pananampalataya at malalapit sa Diyos. Sila ang sumasalamin sa Diyos sa kanilang mukha, at nakikita ng iba ang Diyos sa kanilang mukha.

Nananalangin ako na liwanagan ng Diyos ang lahat ng tao na ating kapatid sa laman—mula kina Adan at Eva—upang makarating sila sa 'kaalaman ng katotohanan',²⁰⁴, at sa gayon ay maging ating kapatid sa Espiritu rin. Amen.

Kabanata 3.

Kaligtasan sa pamamagitan ng Pagtitiis

Mapalad ang taong nagtatagal sa tukso²⁰⁵

— Geronda, paano nga ba matiis ng isang tao ang tukso o isang malaking pagsubok?

— Sa pamamagitan ng pagtitiis. Ang pagtitiis ang pinakamakapangyarihang lunas para sa matitindi at matagal nang paghihirap. Karamihan sa mga paghihirap ay nalalampasan lamang sa pamamagitan ng pagtitiis. Ang dakilang pagtitiis ay naglutas sa pinakakumplikadong sitwasyon at nagbubunga ng banal na bunga: kung saan hindi ka nakakakita ng solusyon, ang Diyos ang nagbibigay ng pinakamainam na solusyon.

Alamin mong kalugod-lugod sa Diyos ang isang tao na, habang tinitii ang mga pagsubok, ay nagpapahamak nito nang walang pagrereklamo, at niluluwalhati ang Kanyang banal na pangalan.

"Mapalad ang taong tinitii ang tukso," sabi ng Banal na Apostol Santiago. Kaya't manalangin tayo na ipagkaloob sa atin ng Mabuting Diyos ang pagtitiis, upang matiis natin ang lahat ng bagay nang walang pagrereklamo, at ipagkaloob sa Kanya ang kaluwalhatian.

Ang ating buhay sa mundong ito ay isang patuloy na pakikibaka, at bawat isa sa atin ay may kanya-kanyang pakikibaka. Isipin mo lamang kung ano ang tinitii ni Cristo sa Kanyang buhay sa lupa! Ang Kanyang tinitii sa mga kamay ng mga Hudyo, at gayon pa man ay wala Siyang sinabi! At anong pasensya ang ipinakita ni Apostol Pablo! Bagaman siya ay nakatanggap ng rebelasyon mula sa Diyos na siya ay mapupunta sa Roma,²⁰⁶, nanatili siya sa bilangguan ng dalawang taon dahil ipinagpaliban ng gobernador ang paglilitis.²⁰⁷ At ano ang pinagtiisan ni San Juan na Teologo! Dahil

²⁰⁴ 1 Tim. 2:4

²⁰⁵ Santiago 1:12

²⁰⁶ Tingnan ang Gawa 23:11

²⁰⁷ Tingnan ang Gawawa 24:27. Ginugol ni Apostol Pablo ang dalawang taon na nakakadena sa Caesarea, dahil paulit-ulit na ipinagpaliban ni gobernador na Romanong si Felix ang paglilitis sa pag-asang makatanggap ng suhol. Pagkatapos, si Festus, ang

sa isang banayad na pagrereklamo, kinailangan niyang makaligtas sa isang pagkalunod ng barko...²⁰⁸ Nakikita mo, pinapayagan ng Diyos ang mga santo na magtiis ng pagsubok kahit sa pinakamaliit na dahilan, upang magkaroon tayo ng halimbawa na susundan, at upang matanggap natin ang mga pagsubok nang may pasensya, sa pamamagitan ng panalangin at may kagalakan.

Upang magtiis sa ibang tao, dapat mong mahalin sila

— Paano nga ba nakakamit ang pasensya, Geronda?

— Ang saligan ng pagtitiis ay pag-ibig. 'Ang pag-ibig... ay nagtitiis ng lahat,' sabi ng Apostol (²⁰⁹). Upang maging matiisin sa iba, kailangan mong mahalin sila at makiramay sa kanila. Kung hindi ka makikiramay sa iba, pagsasawain ka nila.

— Geronda, maaari ko bang ikuwento sa inyo ang isang kahirapan na nararanasan ko, o mas mabuti bang manahimik na lang?

— Kung pipiliin mong huwag sabihin ang iyong suliranin dahil sa pagmamahal, upang hindi mapasama ang ibang tao sa isang mahirap na kalagayan, mapapanatili mo ang kapayapaan sa iyong kaluluwa. Ang suliraning ito ay magdudulot ng pagpapala ng Diyos. Mas mabuti pang maging mahirap ito para sa iyo kaysa sa ibang tao dahil sa iyo. Noong isang gabi, hatinggabi na nang ako'y pauwi na sa aking selda mula sa isang prusisyon sa Kutlumush Monastery. Pagod ako at hindi maganda ang pakiramdam — noon ay may problema ako sa ibabang bahagi ng likod. Isang walumpu't limang taong gulang na matanda ang naghihintay sa akin sa tarangkahan ng selda ko; gusto niyang manatili sa akin magdamag. Iniwan niya ang maleta niya sa ibaba dahil hindi niya ito kayang buhatin pataas. Ipinaliwanag ko sa kanya na wala akong mapagtutuluyan sa kanya para sa gabi, binuhat ko ang maleta niya sa balikat ko at dinala ko siya sa isang hotel, na kalahating oras na paglalakad pataas; binigyan ko rin siya ng limang daang drachma para sa mga gastusin. Kinailangan kong magtiis ng kaunting abala, ngunit pagkatapos ay nakaramdam ako ng kapayapaan, dahil komportable ang kabilang tao.

— Kapag ang isang kapatid na kasama kong gumagawa ng aking mga tungkulin ay kumikilos nang hindi mabait, naaawa ako sa kanya at tinitii ko siya. Kumikilos ba ako nang may pag-ibig sa ganitong pagkakataon?

— Paano mo malalaman na hindi ikaw ang dahilan ng kanyang pagiging malupit? Baka siya pa ang nagtitiis sa iyo? Kung iniisip mong mas mabuti ang iyong kalagayang espirituwal kaysa sa kanya, at tinitii mo siya, kailangan mong maawa sa sarili mo. Kapag ang isang tao ay may tunay na pag-ibig at pasensya, pinapatawad nila ang iba at ang sarili lamang ang sinisisi. 'Diyos ko,' sabi niya, 'ako ang may sala; huwag mo akong isaalang-alang, itabi mo ako at tulungan mo ang iba.' Ito ang tamang saloobin, na sumasalamin sa malaking kababaang-loob, at sa ganitong pagkakataon ay bukas-palad na tinatanggap ng isang tao ang Biyaya ng Diyos. Mananalangin ako na maging isang espirituwal na skimmion ka,²¹⁰ na parang mga leon na tanso na may dalang kandelabro sa kanilang mga balikat sa simbahan; hindi sila kumukwestiyon, hindi sila nakakaranig at hindi sila nagsasalita, kundi basta't pasanin ang bigat sa kanilang mga balikat. Amen.

kahalili ni Felix, ay ipinadala si Pablo upang humarap sa paglilitis sa Roma, sapagkat ang apostol, na ginabayan ng isang pahayag mula sa Diyos, ay iginiit ang kanyang karapatan bilang isang Romanong mamamayan at hiniling na siya ay litisin sa Roma. — *Tala ng nagsama-sama*.

²⁰⁸ Nang si San Juan na Teologo ay pinili sa pamamagitan ng kapalaran upang ipangaral ang Ebanghelyo sa Asya Menor, siya ay natalo ng katakutan at nagreklamo, sapagkat ang mga naninirahan sa rehiyong iyon ay nalubog sa kadiliman ng paganong kamalian. Dahil sa kanyang pagrereklamo, pinayagan siya ng Diyos na mahulog sa tukso. Sa daan patungong Asya Menor, nalubog sa dagat ang barkong sinasakyan ng apostol, ngunit nailigtas si Juan matapos ang apatnapung araw na pakikipaglaban sa mga alon. — *Tala ng tagapagsama*.

²⁰⁹ 1 Cor. 13:4–7

²¹⁰ León (Maluwalhati). — *Tala ng tagasalin*

Itinayo ni Kristo ang kaligtasan ng tao sa pamamagitan ng pagtitiis

Sa pamamagitan ng kaunting pagtitiis na ipinapakita sa panahon ng paghihirap, makakamtan ng isang tao ang Banal na Grasya. Wala nang ibang landas tungo sa kaligtasan ang ibinigay sa atin ni Cristo maliban sa pagtitiis. Itinayo Niya ang kaligtasan ng tao sa pagtitiis. "Ang magtitiyaga hanggang wakas ay maliligtas."²¹¹ Hindi Niya sinabi: "Ang magtitiyaga hanggang... tag-init!" Madali ang magtiis hanggang tag-init. Ngunit hanggang sa wakas?.. Mag-ingat tayo na huwag maubos ang ating pasensya, baka sa huli ay mapahamak ang ating mga kaluluwa.

'Sa pamamagitan ng inyong pagtitiis ay ililigtas ninyo ang inyong mga kaluluwa,'²¹² — gaya ng nakasulat sa Ebanghelyo.

Narinig ko ang tungkol sa pagtitiis ng isang babae. Bukod sa kanyang gantimpalang langit, ginawaran siya ng Diyos ng gantimpalang daang beses sa buhay na ito dahil sa kanyang pagtitiis.²¹³ Ang kanyang asawa ay isang doktor; mayroon silang tatlong anak. Napakahusay niyang doktor, ngunit hindi mabuting tao, sapagkat, sa kasamaang palad, siya ay nasunog sa laman na pagnanasa. Dinadala niya sa kanyang bahay ang mga dalagang babae, kunwari'y magtatrabaho bilang nars. Isa sa mga 'nars' na ito ang nagdulot ng paghihiwalay sa mag-asawa at nagawa niyang ipalayas sa kalye ang legal na asawa at ang kanilang tatlong anak, habang siya mismo ang nanirahan sa bahay ng doktor. Napilitan ang ina at ang kanyang tatlong anak na bumalik sa bahay ng kanyang mga magulang at magtatrabaho upang matustusan ang kanilang sarili. Marami siyang dasal at matiisin niyang tinanggap ang lahat. Nagkaroon pa ang kerida ng doktor ng tatlong anak. Ngunit ano ang nangyari pagkatapos? Pagkapanganak ng ikatlong anak, nabighani ang doktor k , isang labing-anim na taong gulang na dalaga na kinuha rin niya bilang empleyado, at pinalayas niya ang dati niyang kasintahan at ang tatlo niyang anak palabas ng bahay. Makikita ninyo, ito ang takbo ng mga espiritwal na batas: sa ganitong paraan, pinatawan siya ng kaparusahan sa kanyang paglabag at naranasan niya ang parehong sakit na pinilit na tiisin ng kanyang legal na asawa dahil sa kanya. Hindi naglaon, nagkasakit ang doktor at napilitang manatili sa kanyang kama sa bahay. Nanatili sa kanya ang dalaga habang may pera pa siya, ngunit namuhay nang magulo. Iniimbitahan niya ang kanyang mga kaibigan sa bahay, na nagsasabing hindi siya makalalabas dahil kailangan niyang alagaan ang maysakit. Labis na selos ang doktor sa kanya at labis ang pagdurusa niya sa nakikita niyang malikot na pamumuhay nito. Sa huli, nang maubos ang pera, iniwan siya nito. Ang kanyang ligal na asawa, nang malaman ang kalagayan ng kanyang asawa, ay tumulong sa kanya. Inayos niya ang bahay, pinakain siya, at sinuportahan gamit ang sarili niyang pera at ang pera ng kanilang mga anak, na noon ay lumaki na at nagtatrabaho na rin. Ang dating kasintahan na iniwan din ng doktor noon, ay hindi lamang tumanggap tumulong sa kanya kundi ayaw na ring makarinig tungkol sa kanya. Tanging ang kanyang legal na asawa lamang ang sumuporta sa kanya sa kanyang oras ng pangangailangan. Sa huli, nais ng doktor na kumumpisal at ginugol niya ang natitirang bahagi ng kanyang buhay sa pagsisisi. Pinagpala siya ng Maykapal, na nakita ang debosyon ng mabait na babae at asawa—kung paanong siya ay nagtitiis sa loob ng maraming taon, namuhay nang marangal at nagsikap nang husto, na sinuportahan ang isang asawang napakasuplin at walang-awang nagmalupit sa kanya—at ginantimpalaan siya. Ano ang nangyari? Namatay sa Amerika ang isang mayamang kamag-anak ng kanyang asawa, at nagmana sila ng malaking yaman mula rito. Ang buong kayamanan ay napunta sa mabait na asawa at ina. Nagawa niyang mabigyan ng magandang buhay ang kanyang mga anak, makatulong sa maraming mahihirap, at mamuhay nang komportable hanggang sa katapusan ng kanyang mga araw. Bagaman namuhay siya sa kahirapan, siya ay mayaman pa rin, dahil taglay niya ang kayamanang espiritwal — at iyon ang pinakamahalaga.

²¹¹ Mat. 10:22. Mar. 13:13

²¹² Lucas 21:19

²¹³ Tingnan ang Mateo 19:29; Marcos 10:30

Sa taglamig, tayo ay nagtitiis sa pag-asang darating ang tagsibol

— Geronda, nakikita kong wala akong ginagawang espirituwal na pag-unlad, at ikinagagalit ako nito.

— Noong una, may isang lalaki na nagtanim ng ilang baging. Hindi pa nagkakaroon ng sapat na panahon ang mga baging para mag-ugat nang maayos, ngunit hinihintay na ng lalaki ang bunga upang maaari niyang pisain ang alak, inumin ito at magalak. Ganoon din ang sa iyo. Nagtanim ka ng isang baging at gusto mong uminom agad ng alak. Hindi ganoon ang nangyayari. Hindi mo maaaring magtanim ng baging ngayon at uminom ng alak bukas. Pagkalipas ng isang taon, marahil ay makakatikim ka ng dalawa o tatlong bungkos. Pagkalipas ng dalawang taon, makakakolekta ka ng isang basket na puno ng ubas, at pagkalipas ng limang taon ay iinom ka na ng alak. Pagsikapan mong mabuti at maghintay nang may pasensya kung nais mong matikman ang mga bunga ng espirituwal.

— Hindi ako sanay maghintay, kaya madali akong maubusan ng pasensya.

— Kailangan mo ng pasensya at matalinong paghuhusga. Madalas, naghihintay ang isang tao ng isa o dalawang oras para maluto ang pagkain, pero hindi na siya makapaghintay ng dalawang minuto para lumamig ito; sinisimulan niyang kumain at napapaso siya... Kapag bumalik ako sa Bundok Athos, ipapadala ko sa iyo ang isang ikon ni Santo Pasensya. Pinadalhan ako ng tatlong ikon: dalawa ay naglalarawan sa mga Venerables at isa kay Santa Pasensya. Ibinigay ko bilang pagpapala ang mga ikon ng mga Venerables, ngunit pinanatili ko ang ikon ni Santa Pasensya...

— Geronda, may dinala ka bang 'mga halamang-gamot'²¹⁴ mula sa Bundok Athos?

— Sa panahong ito ng taon, walang 'mga halamang gamot' sa sakop ng Ina ng Diyos... Kailangang dumating ang tagsibol. At para dumating ang tagsibol, kailangan mong magpakatatag nang kaunti, hanggang sa lumipas ang taglamig.

Kaya naman, ang pinakamahusay at pinakaepektibong 'halamang gamot' para sa iyo ngayon ay ang pagtitiis.

— Geronda, pakiramdam ko ay ang puso ko ay nasa kalagayan ng espirituwal na taglamig.

— Kung nais mong magbago ang panahon, maging malinaw at maaraw, upang ikaw ay mamulaklak at magbunga—ang bunga ng kabutihan—kanita, dapat kang magalak sa hamog na nagyelo at sa maaraw na mga araw, sapagkat kapwa ito para sa kabutihan. Nagpapakita tayo ng pasensya sa gitna ng espirituwal na taglamig, at ang pasensya ay nagmumula sa pag-asa ng espirituwal na tagsibol. Pagkatapos, sa tag-init, napapahalagahan natin ang mga biyaya ng taglamig, na nagpuno sa mga daluyan ng tubig at nagwasak sa lahat ng mikrobyo sa pamamagitan ng hamog na nagyelo.

Ang mapagpalang Diyos ay nag-ayos ng lahat nang may malaking karunungan para sa ating kaligtasan at Siya mismo ang tumutulong sa atin bilang isang mapagmahal na Ama. Ang kailangan lamang sa atin ay kaunting pasensya.

Kabanata 4. Espirituwal na Kagalakan

²¹⁴ Sa terminong 'halamang gamot', tinutukoy ng kapatid na babae ang isang salita ng espirituwal na gabay, na tumutukoy sa liham ni Elder Paisios na 'Mga Espirituwal na Halamang Gamot', na ipinadala niya sa monasteryo noong 13 Enero 1971. (Tingnan ang Gerontos Paisios ng Bundok Athos. Mga Liham. Souroti, Thessaloniki, 2005. pp. 151–162). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Ang Ina ng Diyos ay naghatid ng kagalakan sa mundo

— Geronda, kakantahin mo ba para sa amin ang himno na inakda mo bilang parangal sa Ina ng Diyos?²¹⁵

— Kantahin natin ito nang sama-sama. "Ikaw ay nagkamit ng malaking pabor sa Diyos, Ina ng Panginoon, Puno ng Grasya, tunay na Puno ng Grasya, gaya ng ipinahayag ni Gabriel, Reyna ng mga Anghel, protektahan Mo ang Iyong mga lingkod." At ngayon pakinggan ninyo ang dogmang ito: "Ang Ina ng Diyos — Anak na Babae at Ina, Alipin at Reyna, Reyna ng buong mundo." Kaya ba ng isip ng tao itong unawain? Ang Pagpapahayag ay isang bagay na labis sa kalikasan, lampas sa pang-unawa. Nawa'y ipagkaloob sa inyo ng Ina ng Diyos ang kagalakan ng Pagpapahayag, at nawa'y pagpalain kayo ng Anghel, upang umunlad kayo sa espiritwal. Amen.

— Geronda, sinasabi ng isang troparion: 'Magalak ka, O kagalakan ni Eva, sapagkat sa pamamagitan ng Iyong Kapanganakan ay naglaho ang kanyang dalamhati, O Dalise.'²¹⁶

— Anumang mabuti ang masabi ng tao tungkol sa Ina ng Diyos, hindi nila maipapahayag ang Kanyang kadakilaan. Sa pamamagitan ng Kanyang pagsunod, muling binuksan ng Ina ng Diyos ang Paraiso para sa atin, na isinara ng pagsuway ni Eba. Pinutol ni Eba ang ugnayang nag-uugnay sa atin sa Diyos at dinala ang kalungkutan at sakit sa mundo.²¹⁷ Muling itinatag ng Ina ng Diyos ang ugnayang iyon at dinala sa mundo ang kagalakan ng paraiso. Pinag-isa Niya tayo sa Diyos, sapagkat si Cristo ay Diyos at tao.

Dinala ng Arkanghel Gabriel sa mundo ang masayang balita na, sa pamamagitan ng Ina ng Diyos, ang mga tao ay nakatamo ng pabor sa Diyos. Nagagalak ang Pinakabanal sapagkat ang Salita ng Diyos ay nagkatawang-tao at pinalaya tayo mula sa kasalanan. Nagsasaya rin tayo, sapagkat iniligtas Niya tayo mula sa mantsa ng kahihyan. Kaya't sa Pasko ay umaawit tayo: 'Ipinagkaloob ng disyerto kay Kristo ang sabsaban, at tayo, ang bayan, ay iniaalay ang Ina Niya, ang Ina ng Diyos.'²¹⁸

Kung nasaan si Cristo, naroroon ang tunay na kagalakan

— Geronda, minsan nahihirapan akong makaramdam ng kagalakan, at naiisip ko na baka hindi para sa akin ang kagalakan.

— Ano'ng sinasabi mo? Hindi para sa'yo ang kagalakan? Para kanino nga ba ito? Para sa isang tangalashka? Ano'ng pinag-uusapan mo? Ang kagalakan ay para sa mga tao! Hindi nagdala ng kalungkutan ang Diyos; kagalakan lamang ang dinala Niya.

— Ngunit bakit, Geronda, hindi ko palaging nararamdaman ang kagalakan sa aking puso?

— Kung hindi nakatuon ang isip mo sa Diyos, paano mo mararamdaman ang kagalakan ng Diyos? Nakakalimutan mo si Cristo; ang isip mo ay palaging abala sa trabaho at mga alalahanin sa mundo, at iyan ang dahilan kung bakit humihinto ang iyong espiritwal na makina. Magsimula kang manalangin at tahimik na magdasal, at lilipad kang pasulong, umiikot kay Cristo na parang isang bituin.

Sa pamamagitan lamang ni Cristo makakamtan ng tao ang tunay at taos na kagalakan, sapagkat si Cristo lamang ang nagbibigay ng kagalakan at espirituwal na kaaliwan. Kung nasaan si Cristo, naroroon ang tunay na kagalakan at makalangit na pagdiriwang. Ang mga malayo kay Cristo ay walang tunay na kagalakan. Maaaring magpakasasa sila sa pantasya: 'Gagawin ko ito at iyon, pupunta ako rito, pupunta ako roon'; maaaring parangalan sila, maaaring magpakasasa sa libangan at maranasan ang kagalakan, ngunit ang kagalakang ito ay hindi sasapat sa kanilang kaluluwa. Ang

²¹⁵ Sinulat ni Nakatatandang Paisios ang himnong ito ng papuri at ipinadala ito sa monasteryo sa araw ng pangalan ng isang madre na si Panagia, upang kanyang mailahad ito sa kanyang selda. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

²¹⁶ Kinuha mula sa: Lenten Triodion. Bahagi I. Moscow, 2002. Folio 196.

²¹⁷ Tingnan ang Genesis 3:16

²¹⁸ Tingnan ang ikaapat na himno na awit-sarili sa bisperas ng Kapanganakan ni Cristo. Menaion. Disyembre. Moscow, 1997. p. 493.

ligayang ito ay materyal, makamundo; at ang ligayang makamundo ay hindi nakakasapat sa kaluluwa, na nag-iiwan ng kawalan sa puso ng tao. Alam mo ba ang sinasabi ni Solomon? 'Nagtayo ako ng mga bahay, nagtanim ng mga ubasan, naglatag ng mga hardin, nangolekta ng ginto, nakamtan ang lahat ng hinangad ng aking puso, ngunit sa huli ay napagtanto kong ang lahat ng ito ay kabalatungan.'²¹⁹

Nag-aalok ang kagalakang makamundo ng pansamantalang bagay, na kaaya-aya lamang sa sandaling iyon; hindi nito ibinibigay ang ibinibigay ng kagalakang espirituwal. Ang kagalakang espirituwal ay isang buhay na makalangit. Ang mga dumaan sa Krus at muling nabuhay sa espiritu ay namumuhay sa kagalakang Paskwa. "Pascha, ang Paskwa ng Panginoon!"²²⁰ At pagkatapos ay dumarating ang Pentekostes! At kapag naabot na ng tao ang Pentekostes at bumaba sa kanila ang mga dila ng apoy, ang Banal na Espiritu, doon nagtatapos ang lahat...²²¹

Ang espirituwal na kagalakan ay nagmumula sa espirituwal na paggawa

— Geronda, ikuwento mo sa amin ang tungkol sa langitnang kagalakan.

— Mayroong langit na kagalakan at langit na ligaya kahit sa buhay na ito, at nagtatanong ang isang tao kung mayroon pa bang mas dakila sa susunod na buhay kaysa sa nararanasan dito. Ang kagalakang ito ay hindi mailalarawan sa salita; maaari lamang itong maranasan.

— Paano maaabot ng isang tao ang ganitong kalagayan?

— Upang maabot ang isang kalagayan kung saan hindi mo na kayang pigilin ang kagalakang bumabalot sa iyo at hindi mo ito mailahad sa salita, kailangan mong bigyang-pansin ang dalawang bagay: mamuhay nang payak, huwag tumingin sa iba, at manalangin. Kung gagawin mo ito, darating ang panahon na mararamdaman mo ang ganoong kasiyahan na sasabihin mo sa akin: 'Geronda, nababaliw na ako! Marahil ay hindi ako nasa tamang pag-iisip? Ano ba itong nararamdaman ko?' Ganyan ang iyong napakalakas na kasiyahan!

— Geronda, para makaranas ang isang tao ng espirituwal na kagalakan, kailangan bang nasa mabuting kalagayan siya ng pag-iisip?

— Kailan sa palagay mo nakakaranas ang isang tao ng espirituwal na kagalakan? Kapag may kaguluhan sa loob niya? Dumarating ang panloob na kagalakan kapag naitatag na ang kaayusan sa loob. Binibigyan nito ng pakpak ang kaluluwa. Hangga't hindi napapainit ang kaluluwa sa pamamagitan ng panloob na gawain, parang kotse na malamig ang makina; kailangan mo itong itulak para gumalaw. Ang panloob na gawain — pagkamit ng katinuan, pagiging mulat, pagtuturo at panalangin — ay nagpapainit sa kaluluwa; nagsisimula ang makina, at ang kotse ay mabilis na sumusulong. Pagkatapos ay tumitigil ang isang tao sa pagbibigay-pansin sa panlabas na mundo at sumusulong sa kanyang espirituwal na buhay nang may malalaking paglukso.

— At hindi na ba naapektuhan ng hindi kanais-nais na kapaligiran ang isang tao?

— Hindi, hindi na nito naapektuhan, dahil nakatira sila sa ibang mundo, sa labas ng kapaligirang ito. At dahil nakatira sila sa ibang mundo, hindi sila nababahala ng mundong ito. Ang mga tao sa paligid niya ay tila nagsasalita ng ibang wika, isang wikang hindi niya alam, kaya hindi niya maintindihan ang sinasabi nila. At mabuti na lang na hindi niya maintindihan, dahil kung maintindihan niya man lang ang kahit ano—kahit kaunti—maaliw ang kanyang pansin sa mga salitang iyon. Ngunit ngayon ay lubos siyang nakatuon sa wikang alam niya. Ganito nagsisimula ang panloob na pag-angat. Alam mo ba kung ano ang panloob na pag-aangat ng diwa? Alin sa hanay ng

²¹⁹ Tingnan ang Ecclesiastes 2:4–11

²²⁰ Mula sa irmos ng unang ode ng kanon ng Pagkabuhay. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

²²¹ Ang mga salitang ito ni Nanak na si Paissios ay nagpapahayag ng pinakahuling layunin ng espirituwal na pakikibaka ng bawat mananampalataya, na nakatuon sa pagkamit ng Banal na Espiritu. Kapag ang isang tao ay nakibahagi sa nagdidiyos na biyaya ng Banal na Espiritu, kaniya ngang nararating ang kalagayan ng pagkadiyos, na siyang 'walang hanggang kaganapan'. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

mga anghel ang may pakpak? Ang mga Kerubin o ang mga Serapim? 'Anim na pakpak,'²²² gaya ng sinasabi ng propeta Isaias—saang hanay sila kabilang?

— Seraphim, Geronda.

— Alam mo ba kung ano ang ginagawa ng mga Serapim? Pinakakawani nila nang magkakasabay ang kanilang mga pakpak... Gaya ng tibok ng puso kapag may panloob na pag-aangat ng diwa. Doon, ang buhay ay isang malaking kagalakan. Ngunit nakakabit ka pa rin sa iyong sarili; hindi mo pa napapalaya ang iyong sarili mula sa iyong 'ako', kaya hindi malaya ang iyong puso at hindi nito maaabot ang kalagayang nanginginig sa tuwa. Tikman mo muna ang ligayang ito, at pagkatapos ay bumalik ka, at mag-uusap tayo!

Dumarating ang banal na kagalakan kapag isinusuko mo ang iyong sarili

— Geronda, nakakaranas ba ng espirituwal na kagalakan ang bawat taong namumuhay ayon sa kalooban ng Diyos?

— Siyempre! Upang magkaroon ang isang tao ng tunay na espirituwal na kagalakan, kailangan niyang magmahál; at upang magmahál, kailangan niyang maniwala. Hindi naniniwala ang mga tao, kaya hindi sila nagmamahál, hindi sila nag-aalay ng kanilang sarili at wala silang kagalakan. Kung naniniwala sila, magmamahál sila, mag-aalay sila para sa iba, at magkakaroon sila ng kagalakan. Ang pinakadakilang kagalakan ay nagmumula sa pag-aalay sa sarili.

— Nakakaranas ba ng kagalakan ang isang tao kapag umiibig?

— Siyempre! Kapag umiibig sila, nakakaramdam sila ng kagalakan. At kapag dumarami ang pag-ibig, hindi na hinahanap ng isang tao ang kagalakan para sa sarili, kundi nawa'y makahanap ng kagalakan ang iba.

— Ibig bang sabihin nito ay ang kagalakan ay nagmumula sa isang bagay, samantalang ang pag-ibig ay may sariling pag-iral?

— Oo, ganoon nga talaga. Ang pag-ibig ay may sariling pag-iral, samantalang ang kagalakan ay sumisibol mula sa pag-ibig. Kapag nagbibigay ka ng pag-ibig, sumusunod ang kagalakan. Ang tao ay nagbibigay ng pag-ibig at tumatanggap ng kagalakan; ginagantimpalaan sila sa kanilang pag-ibig sa pamamagitan ng kagalakang kanilang nararanasan. Halimbawa, kung ang isang tao ay binigyan ng isang bagay, kukunin niya ang bagay na iyon at makakakita ng kagalakan sa iisang bagay na iyon. Ang isa namang tao ay nagbibigay ng lahat at nakakakita ng kagalakan hindi sa isang bagay, kundi sa lahat ng bagay. Ang tuwang nararanasan ng isang tao kapag tumatanggap siya ay tuwang pantao. Ngunit ang tuwang nararanasan niya kapag nagbibigay siya ay banal, diyosnon. Dumarating ang diyosnong tuwa kapag ibinibigay mo ang iyong sarili!

Ang espirituwal na kagalakan ay isang biyaya mula sa Diyos

— Geronda, paano matatanggap ng isang tao ang katiyakan ng kanilang pagkakasundo sa Diyos?

— Ang panloob na kagalakan, ang banal na aliw na nararamdaman ng isang tao, ay tanda na siya ay napayayag sa Diyos.

— Ngunit posible bang maramdaman ng isang tao na siya ay napayayayus sa Diyos nang hindi nakakaranas ng kagalakan at banal na aliw?

— Hindi, hindi nila magagawa; makakaramdam pa rin sila ng isang bagay. Marahil nararanasan nila noon ang matinding aliw, ngunit humina ito, at iyon ang dahilan kung bakit sa tingin nila ay hindi sila nakaramdam ng banal na aliw.

²²² Isa. 6:2

— Geronda, bakit minsan ay nasa mabuting kalagayang espirituwal ka at nakararamdam ng kagalakan, ngunit bigla mo na lang itong nawawala?

— Nagpapadala ang Diyos sa iyo ng espirituwal na kagalakan, at nagagalak ka. Pagkatapos ay kinukuha Niya ito, at nagsisimula kang hanapin ito, nagsusumikap nang higit pa at gumagawa ng mas malaking espirituwal na pag-unlad.

— Geronda, bakit ako nakararamdam ng ganoong kagalakan? Marahil kulang ako sa kamalayan sa aking sariling kasalanan?

— Hindi, hindi naman! Ang Diyos ang nagpapasaya sa iyo gamit ang isang matamis. Ngayon, matatamis, at mamaya ay alak naman, katulad ng iniinom sa paraiso. Alam mo ba kung gaano katamis ang alak doon? Oo! Kung makita ng Diyos kahit kaunting pag-ibig, kahit kaunting kabutihan, bukas-palad Niyang ibinibigay ang Kanyang biyaya, at nalalasing ka sa Kanyang alak kahit sa buhay na ito. Ang espirituwal na pagbabagong dinaranas ng isang tao, at ang tuwang nararamdaman sa puso kapag bumisita sa kanila ang Banal na Grasya, ay hindi maaaring ibigay sa isang tao ng kahit sinong... kardiolohista, kahit pa ang pinakamahusay. Kapag nararamdaman mo ang tuwang ito, sikaping panatilihin ito nang hangga't maaari.

— Dapat ba nating hilingin sa Diyos na ipagkaloob sa atin ang espirituwal na kagalakan?

— Mababaw ang humiling ng espirituwal na kagalakan; kusang-loob itong dumarating kapag tama na ang mga kalagayan. Kung nais mong palaging magalak, may makasariling pag-ibig sa ganitong pagnanasa. Dumating si Cristo sa mundo upang pasanin ang Krus alang-alang sa pag-ibig. Una Siyang ipinako sa krus, at pagkatapos ay muling nabuhay Siya.

Ang mga anak ng Diyos ay hindi nagsusumikap para sa gantimpalang langit, ni para sa espirituwal na kagalakan sa buhay na ito. Pagkatapos ng lahat, hindi binabayaran ng Ama ang Kanyang mga anak para sa kanilang paggawa, dahil ang buong pag-aari Niya ay pag-aari na rin nila. Iba naman ang usapin pagdating sa mga banal na kaloob na ipinagkakaloob ng Diyos, bilang isang Mabuting Ama, sa buhay na ito at sa buhay na darating.

Ang espirituwal na kirot ay espirituwal na kagalakan

— Geronda, paano mapapanatili ng isang tao ang kagalakan sa kanyang sarili?

— Kung tinitingnan nila ang lahat nang may espirituwal na pananaw. Kung gayon, hindi man lang matatanggal sa kanila ang kanilang kagalakan ng karamdaman at pagsubok.

— Ngunit upang lapitan nang espirituwal ang mga pagsubok, hindi ba dapat munang alisin ng isang tao ang kanyang mga pagnanasa?

— Kahit na hindi pa napagtagumpayan ng isang tao ang kanyang mga hilig, maaari pa rin siyang makaramdam ng kagalakan kapag dumating sa kanya ang mga pagsubok at kalungkutan. Kung iisipin niya ang mga kalungkutang ito bilang lunas para sa kanyang mga hilig, tatanggapin niya ang mga ito nang may kagalakan, tulad ng isang maysakit na masayang umiinom ng mapait na gamot sa pag-asang magpapagaling ito sa kanya.

— Ngunit paano mapagsasama ang kagalakan at kirot?

— May isang kamangha-manghang nangyayari sa buhay espirituwal: kapag ang isang tao ay nagtitiis ng isang bagay alang-alang sa pag-ibig ni Kristo—kahit pa ito ay paghihirap—ang puso niya ay napupuno ng banal na kagalakan. Ganoon din kapag siya ay nakikibahagi sa Paghihirap ng Panginoon. Habang mas lalo siyang nabubuhay sa kaisipang ipinako si Cristo para sa ating mga kasalanan, at habang mas siya'y nagdurusa, mas sagana ang gantimpala ng banal na kagalakan na tumatanggap niya. Ang sakit ay kagalakan, ang sakit ay kagalakan. At habang sila'y nagdurusa nang higit, lalo namang lumalaki ang kagalakang kanilang nararanasan. Pakiramdam nila ay banayad na hinahaplos ni Cristo ang kanilang ulo at sinasabi: 'Huwag kang mag-alala para sa Akin.'

Sinabi ng isang madre: 'Hindi ko kailangan ng kagalakan; nais kong magmalungkot para sa kapakanan ni Kristo. Pinako si Cristo para sa akin; paano ako magagalak? Bakit nagbibigay sa akin ng kagalakan si Cristo?' Naranasan niya ang mga espiritwal na estado, at habang lalo niyang nakikibahagi sa Pasyon ni Cristo at nararamdaman ang kalungkutang puno ng pag-ibig, lalo namang pinagkalooban siya ni Cristo ng kagalakan. Tinanggalan siya ni Cristo ng kanyang katwiran—sa pinakamabuting kahulugan ng salita!

Ang Pagpapako sa Krus ay laging nauna sa Pagkabuhay Muling Pagkabuhay at nagdudulot ng tagumpay. Ang Krus ay nagdadala ng kaluwalhatian. Si Cristo, matapos umakyat kasama ang Krus sa Gólgota at matapos ipako sa krus, ay umakyat sa Ama. Ang ipinako sa krus na Cristo ay pinatatamis ang kapaitan ng mga tao, at ang ipinako sa krus na tao ay ginagaya ang Diyos-taong si Jesus.

Ang pinagpalang Hesus, kasama ng mga kasalanan ng buong mundo, ay pinasan Niya ang lahat ng kapaitan nito, habang iniwan Niya sa atin ang kagalakan at tuwang nararamdaman ng mga nag-alis ng kanilang lumang sarili, at kung saan ngayon ay naninirahan si Cristo. Ang ganoong tao ay nakakaranas ng bahagi ng langitlikong kagalakan dito sa lupa, ayon sa mga salita ng Ebanghelyo: 'Ang Kaharian ng Diyos ay nasa loob ninyo.'²²³

Pinapasalamatan ko ang Diyos na ipinagkaloob Niya sa akin ang pribilehiyo na makilala ang maraming ganitong tao, at hinihiling ko sa Kanya na tulungan ako upang hindi ko Siya muling ikalungkot, kahit na hindi ko man maabot ang ganoong kalagayan.

Nanaisin ko na lagi kayong magkaroon ng espirituwal na kagalakan sa buhay na ito, at sa susunod, ang buhay na walang hanggan, ay palaging magsaya sa piling ni Cristo.

Kabanata 5.

Pagpili — ang korona ng mga birtud

Ang ating espirituwal na kalagayan ay sumasalamín sa ating paghuhusga

— Geronda, bakit sinasabi ng mga Banal na Ama na ang birtud ng paghuhusga ay ang 'pinakadakila sa lahat ng mga birtud'?²²⁴

— Ang paghuhusga ay hindi lamang isang birtud; ito ang korona, ang tuktok ng mga birtud.

Anuman ang ating kalagayang espirituwal, anuman ang kalidad ng ating mga birtud, ganoon din ang ating paghuhusga. Kung ang ating mga birtud ay gawa sa papel, ang korona ng mga birtud—ibig sabihin, ang paghuhusga—ay gawa rin sa papel. Kung ang ating mga birtud ay tanso, ang korona rin ay magiging tanso. Kung ginto ang mga ito, ginto rin ang korona. Kung may diamante sa ating mga birtud, magkakaroon din ng diamante sa korona ng mga birtud—ang paghuhusga.

— Geronda, ano ang paghuhusga?

— Ang paghuhusga ay espirituwal na paningin. At ang espirituwal na paningin ay taglay ng may dalisay na isipan; ang ganoong tao ay may kalinawan ng espiritu at kaliwanagan mula sa Diyos.

— Sinasabi ni San Juan Climacus: 'Sa ating dalawang mata nakikita natin ang pisikal, ngunit sa pamamagitan ng paghuhusga nakikita natin ang espirituwal.'²²⁵

— Tama iyan. Tingnan mo, kung malusog ang ating mga mata, maganda ang ating paningin, ngunit kung tinatablan tayo ng sakit, mahina ang ating paningin. Nakasalalay ang talas ng ating

²²³ Lucas 17:21

²²⁴ Ni Juan ng Damasco, isa sa mga Banal na Ama. Isang talumpating nagpapalusog sa kaluluwa at kamangha-mangha. Philokalia ng mga Banal na Ama ng Neptic. Tomo II. Athens, 1975. p. 237.

²²⁵ Juan ng Sinai. Ang Tanggala. Athens, 1970. p. 145.

paningin sa kalusugan ng ating mga mata. Ganoon din sa buhay na espiritwal. Ang ating espiritwal na paningin—ang paghuhusga—ay nakasalalay sa kung gaano tayo kalusog sa espiritwal.

— Geronda, paano nabubuksan ang mga espiritwal na mata?

— Hindi ba binuksan ni Cristo ang mga mata ng bulag sa pamamagitan ng isang paghipo?²²⁶ Ngunit upang mabuksan ang mga mata ng ating kaluluwa, kailangan nating alisin ang dumi, ang latak, at ang karumihan ng kasalanan. Hindi ba't nasusulat: 'Hindi ba't inalis niya ang lapok sa mga mata ng pantas?'²²⁷ Kung hindi natin isusuko ang ating 'sarili' at palayain ang ating sarili mula sa ating lumang kalikasan, ngunit patuloy na naninirahan sa atin ang pagmamahal sa sarili, pagkamakasari, at pagnanais na mapasaya ang iba, hindi tayo magkakaroon ng malinaw na espirituwal na pananaw.

Habang mas umuunlad ang isang tao sa buhay na espiritwal, mas malawak na nagbubukas ang mga mata ng kanyang kaluluwa. Nililinis ang isipan; nagsisimula siyang mas malinaw na makilala ang kanyang mga kakulangan at makita ang maraming biyaya ng Diyos; nagiging mapagkumbaba siya, nagiging mapagpakumbaba sa puso — at ang Grasya ng Diyos at ang Banal na kaliwanagan ay dumarating nang kusa, at nakakamit niya ang paghuhusga. Sa gayon, sa bawat sitwasyon, malinaw nilang nakikita kung ano ang kalooban ng Diyos at hindi sila natitisod sa kanilang espirituwal na landas. Sapagkat ang paghuhusga ay ang manibela na nag gagabay sa kanila nang ligtas, na pumipigil sa kanila na lumihis mula sa tuwid na landas, sa kanan man o sa kaliwa.

— Geronda, kapag ang isang tao ay nagsimula, sa kanyang sariling malayang kalooban, na gumawa ng mabuti, ngunit pagkatapos ay lumabis at nauwi sa paggawa ng masama, ibig bang sabihin na kulang siya sa paghuhusga?

— Maaaring mabuti ang simula, ngunit kung ang isang tao ay pabaya, sumusulpot ang makasarili at nalilihis siya sa tamang landas. Kapag ang ating 'sarili', ang ating ego, ay nahahalo sa ating ginagawa, sumisibol ang mga pagnanasa, at ang diyablo ang nag-aani ng gantimpala. Kaya, magsikap kayong mabuhay nang may panloob na pagkaalerto at kababaang-loob, na nagtatrabaho nang tahimik, upang matanggap ninyo ang banal na kaliwanagan. Ang mga namumuhay ng panloob na buhay nang may kababaang-loob ay nalalampasan ang maliliit na bagay ng tao, ang fanatismo, at iba pa, at nagiging masigasig, sa pinakamagandang kahulugan ng salita.

— Geronda, nahihirapan akong matukoy kung ano ang tama sa bawat partikular na kaso.

— Kailangan mo ng paglilinis upang magkaroon ng kalinawan sa espirituwal na persepsyon. Basahin mo ang *Lavsai*, *Limonari*, *Memorable Tales*, at ang mga sinulat ni Abba Varsonofius; ilapat mo ang mga ito sa iyong sarili upang mapaunlad ang iyong espiritwal na intuwisyon. Pagkatapos, magagawa mong pag-ibahin ang ginto at tanso, at magiging tunay kang hiyasero sa mga bagay na espiritwal.

Ang bawat birtud ay nangangailangan ng matalinong paghuhusga

— Geronda, isinulat ni Abba Isaac: 'Ikinakabit ng Diyos ang birtud²²⁸ sa matalinong paghuhusga.'

— Ganoon nga. Bawat gawa natin, kung nais itong magustuhan ng Diyos, at bawat birtud, kung nais nitong maging tunay na birtud, ay nangangailangan ng paghuhusga. Ang paghuhusga ang asin ng mga birtud. Kaya sinasabi ni Cristo sa Ebanghelyo: 'Bawat hain ay dapat timplahan ng asin.'²²⁹ Halimbawa, gaano karaming paghuhusga ang kailangan pagdating sa mga pagsisikap na asketiko! Dapat isaalang-alang ng isang tao ang kanyang sariling lakas, ang kanyang kalagayang espirituwal,

²²⁶ Tingnan Juan 9:6

²²⁷ Mula sa irmos ng unang ode ng iambic canon ng Pentekostes. — *Tala ng nagsama*.

²²⁸ Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 423. Sa salin sa wikang Ruso, ginamit ang salitang 'katotohanan' sa halip na 'kabutihan'. — *Tala ng tagasalin*.

²²⁹ Marcos 9:49

at iba pa. Kung lumabis sila, matutuklasan nilang hindi na nila magagawa ang anumang bagay, at ito ay makasasama sa kanilang buong buhay na espirituwal. Kaya sinasabi ng mga Ama: 'Ang anumang lampas sa sukat ay nagmumula sa diyablo.'²³⁰ Para kay Paissios na Dakila, halimbawa, na kayang manatiling walang pagkain nang dalawampung araw, hindi na ito magiging labis kung regular siyang nag-aayuno ng tatlong araw. Ngunit para sa isang taong nanginginig ang mga binti sa kahinaan at halos hindi kayang mag-ayuno ng tatlong araw isang beses sa isang taon,²³¹ ang patuloy na pagpapatupad ng ganitong mga pag-aayuno sa sarili ay magiging labis, at ang mga labis, gaya ng nabanggit, ay nagmumula sa diyablo.

— Geronda, naiintindihan ko na kailangan ang paghuhusga sa pag-aascetismo, ngunit nahihirapan akong maunawaan kung bakit ito kailangan sa iba pang mga birtud. Maaari ka bang magbigay sa amin ng isang halimbawa?

— Halimbawa, ikaw. May puso kang parang ina, at... Ipagpapatuloy ko pa ba?

— Ipagpatuloy mo, Geronda.

— Ngunit ang iyong asal... ay parang isang masamang madrasta. Marami kang pagsasakripisyo sa sarili, maraming pagtangga sa sarili, maraming kabaitan, ngunit walang paghuhusga. Hindi mo pinapansin kung sino ang nakikipag-usap sa iyo o kung ano ang gusto nila; hindi mo iniisip kung paano ka dapat kumilos sa kanila, pero sinisimulan mong umikot-ikot sa paligid nila na parang moro-moro. Ngunit ang taong hindi nakikita ang puso mo, kundi ang panlabas mong kilos lamang, ay naiinis.

— Ano ang dapat kong gawin, Geronda?

— Manalangin ka sa Diyos para sa kaliwanagan, upang lapitan mo ang lahat nang may paghuhusga. Armasan mo ang iyong sarili ng pasensya at panalangin, at unti-unti mong makakamtan ang paghuhusga.

At kailangan din ang paghuhusga sa pag-ibig

— Sabi ni Abba Pimen: 'Alamin mo kung ano ang gusto ng kapatid mo at pahupain ang kanyang isipan.'²³² Ano nga ba talaga ang ibig niyang sabihin?

— Ibig niyang sabihin ay dapat matukoy ng isang tao ang pangangailangan ng kanyang kapatid, ng kanyang kapuwa, at aliwin siya nang naaayon, sa mabuting paraan. Sapagkat kahit sa pag-ibig, kailangan ang paghuhusga. Halimbawa, kung ang isang tao ay mahilig sa pagkain, hindi dapat palaging pakainin siya ng masasarap na putahe, dahil makakasama iyon sa kanya. Dapat ihanda ang masasarap na pagkain para sa isang taong kulang sa gana. Kung ang isang tao ay may diabetes at bibigyan mo siya ng matamis, tunay bang pag-ibig iyon?

— Geronda, paano mahihigugma ng isang tao ang lahat nang pantay-pantay habang nagmamahal nang may paghuhusga?

— Pante-pante ang pagmamahal niya sa lahat, ngunit ipinapakita niya ito sa iba't ibang paraan. Mahal niya ang isang tao nang malayuan, dahil kailangang panatilihin siyang malayo, at ang iba naman ay malapitan: ano man ang pinakamabuti para sa kanila. Sa iba, hindi na niya kailangang magsalita; sa iba, kailangan niyang magsalita ng ilang salita; sa isa pa, kailangan niyang makipag-usap nang mas matagal.

— Posible bang makasakit sa iba habang nagpapakita ng pagmamahal?

²³⁰ Tingnan: Mga Kapanipaniwalang Salaysay ng Asketikong Buhay ng mga Banal at Pinagpalang Ama. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 152.

²³¹ Ang Tatlong Araw na Pag-aayuno: ang unang tatlong araw ng Dakilang Kwaresma, kung kailan ang mga Ortodoksong Kristiyano ay nag-aayuno mula sa pagkain at inumin. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

²³² Ang Gerontikon. Athens, 1981. p. 93.

— Kung ang isang tao ay may mapagmahal na kalikasan at ipakita mo sa kanila ang labis na pagmamahal, nagbabago sila para sa ikabubuti at sinisikap nilang suklian ka sa bawat paraan. Ngunit ang isang mayabang na tao, kapag ipinakita mo sa kanila ang labis na pag-ibig, ay lalo pang nagiging mayabang, dahil ang labis na pag-ibig ay ginagawang mas mapagmahal ang mapagmahal, at mas mayabang ang mayabang. Kaya, kapag nakita mong hindi nakakatulong ang iyong pag-ibig, babawasan mo ito nang may pag-iingat, ngunit ginagawa mo rin ito dahil sa pag-ibig.

— Geronda, maaaring mangyari ba na magsakripisyo ako nang may dalisay na hangarin at sa huli ay magdamdam ako?

— Oo, kaya nga ang paghahain ay dapat gabayan ng katwiran. Mag-ingat kang huwag lumampas sa iyong mga hangganan, sapagkat ang pisikal na lakas ay may hangganan din. Kapag lumampas ka sa iyong pisikal na hangganan, kung may magsabi sa iyo, 'Wala ka pang nagawa mula pa kaninang umaga,' maaaring isipin mo, 'Ang taksil na tao!' Hindi ako tumigil sa trabaho mula kaninang umaga, tapos sasabihin niyang wala akong nagawa!' At sa ganoong paraan, magiging walang saysay ang lahat ng iyong pagsisikap.

— Kung maramdaman ko ang sandaling pagkadismaya sa loob, at agad kong mapagtanto na nangyari iyon dahil hindi ako kumilos nang may dalisay na motibo, mawawalan ba ako ng lahat pati noon?

— Sa ganoong kaso, itinutulak ka ng munting salbahis, at sinampal mo siya bilang tugon. Kaya nakuha ng munting salbahis ang sampal at tumakbo siya palayo.

Walang limitasyon o patakaran sa pagrason

— Geronda, mayroon bang partikular na limitasyon sa pagrason?

— Hindi, walang tiyak na sukatan para sa paghuhusga; walang hangganan o patakaran. May 'oo', may 'hindi', may 'marami', at may 'kaunti'. Ang isang kapatid na babae na may paghuhusga ay hindi na kailangang sabihin kung ano ang gagawin o sasabihin. Palagi siyang kumikilos nang tama, dahil palagi siyang nag-iisip nang espiritwal. Siya ay pinaliwanagan ng Banal na liwanag at taglay ang espiritwal na intuwisyon.

— Geronda, minsan sinabi mong makitid ako ng isip. Ano ang ibig mong sabihin noon?

— Napakipot ng pananaw mo: ang iniintindi mo lang ay ang kaayusan at wala kang interes sa mismong tao. Sa paglilingkod, halimbawa, sinasabi mo: 'Dapat nakatayo roon si kapatid na babae at kantahin iyon.' Hindi mo iniisip kung may lakas pa siya para tumayo o kaya ba niyang kantahin iyon. Una, kailangan mong isipin kung saan at paano ipatutupad ang 'dapat' na ito, at saka mo lamang ito ipag-utos na gawin. Wala kang paghuhusga; kaya't nilalapitan mo ang lahat sa ganoong tuyot at pormal na paraan.

Para mailapat nang tama ng isang tao ang mga kanon ng simbahan at para sa kapakinabangan ng iba, dapat siyang maging espiritwal at magkaroon ng espiritwal na paghuhusga. Kung hindi, nananatili silang nakatali sa letra ng batas, at ang letra ng batas ay 'nagpapapatay'.²³³ May nagsasabi sa iyo: 'Nakasulat sa *Kormcha*²³⁴ ', at inilalapat ito nang literal ayon sa nakikita nila sa libro, samantalang dapat nilang suriin nang paisa-isa ang bawat kaso. Tulad ng nakita ko sa praktika, ang isang kaso ay maaaring magtago ng libu-libong iba pang kaso. Ang penitensya, halimbawa, ay dapat naaangkop sa tao, sa kanyang kalagayan, sa kasalanang nagawa niya, sa pagsisising ipinakita niya,

²³³ 2 Cor. 3:6

²³⁴ Ang Kormchaya (sa Griyego Πηδάλιον — *Tala ng Tagasalin*) — isang koleksyon ng mga canon ng Simbahang Orthodox, na naglalaman ng mga banal na canon ng mga Ekumenikal na Konsilyo, ang mga canon ng Banal na mga Apostol, pati na rin ang mga canon ng mga Banal na Ama ng Simbahan, kasama ang isang maikling komentaryo hinggil sa mga ito. Ang koleksyong ito ay inihanda noong 1793 nina San Nicodemo ng Bundok Athos at ng mongheng si Agapios. — *Tala ng tagapagsama*.

at dapat isaalang-alang ang napakaraming iba pang salik. Wala rito ang iisang pormula, walang iisang tuntunin na naaangkop sa lahat ng sitwasyon sa buhay.

Sa lahat ng kaso, ang pinakamahalaga ay ang matalinong paghuhusga, ang banal na kaliwanagan. Kaya't palagi akong nananalangin na magpadala ang Diyos ng kaliwanagan sa mga tao. "Kristong ako," sabi ko, "nawala sa amin ang aming tahanan at ang daan patungo rito. Pagliwanagin mo kami, upang matagpuan namin ang aming tahanan, ang aming Ama. Ibigay mo sa amin ang banal na gabay."

Mabuting Pagkabahala

"Kung hindi natin kakalingwanan na ang ating layunin sa lupa ay maabot ang Kaharian ng Diyos, mamumukod-tangi sa atin ang isang mabuting agam-agam. Sa kalaunan, papatnubayan ng agam-agam na ito ang ating kaluluwa patungo sa espirituwal na kaharian, kung saan ito ay makakakita ng saganang oksiheno, muling mabubuhay at lilipad nang mataas."

Mabuting pagkabagabag — isang malusog na pagmamalasakit para sa isang 'mabuting gawa'²³⁵

— Geronda, ano ang mabuting kawalan ng kapanatagan?

— Ang mabuting pagkabalising-loob ay isang mabuting pag-aalala para sa isang 'mabuting pagsisikap'. Ang isang tao ay nagsusumikap, binabantayan ang sarili, natutuklasan kung ano ang humahadlang sa kanyang espirituwal na pag-unlad, nagmumuni-muni, humihingi ng tulong kung kinakailangan, at nagsasagawa ng espirituwal na paggawa. Halimbawa, kung mapansin nila na sa isang partikular na sitwasyon ay nagpakita sila ng kayabangan, agad nilang naiisip: 'Paano mapagtatagumpayan ang kayabangan? Sa pamamagitan ng kababaang-loob. Kaya, kailangan ang kababaang-loob.' Tadtad, tadtad—ginugupit nila ang kayabangan na parang pinutol ng palakol. Sa madaling salita, ang isang tao ay naghahangad ng espirituwal na pag-unlad at nakikibahagi sa espirituwal na gawain. Isipin ang isang mag-aaral na nagtapos ng Baitang 1 sa elementarya, pagkatapos ay umusad sa Baitang 2, tinapos ang elementarya, lumipat sa sekundarya, pumasok sa sixth form, at iba pa. Kung nahihirapan siya sa pag-aaral, hahanap siya ng tulong o kukuha ng karagdagang leksyon kung nais niyang makapasok sa unibersidad. Pagkatapos ay mag-aaral siyang mabuti upang makuha ang kanyang degree. Pagkatapos noon, maaari silang mag-enroll sa isang master's programme, pagkatapos ay sa isang postgraduate programme; kung nais nilang ipagpatuloy ang kanilang pag-aaral, maaari silang pumunta sa ibang bansa. At ginagawa nila ang lahat ng ito upang magtagumpay sa kanilang pag-aaral. Lalo pa sa buhay na espiritwal—na isang agham na espiritwal—dapat magmalasakit ang isang tao sa kanyang espirituwal na pag-unlad!

Ang malusog na pagmamalasakit ay isang pagsabog ng sigla at hangarin. Pinupuspos nito ang kaluluwa ng tapang at sigla; hindi ito nagdudulot ng takot o kalungkutan, kundi ng aliw. Hindi ito tensiyon o pagkabahala, kundi isang sigasig para sa mga gawang bayani. Minsan ay nagpapakita ka ng isang uri ng pagkaantala. Sinasabi mo: 'Nagsusumikap ako nang ganito, nasa ganitong kalagayan ako' — ngunit nananatili ka pa rin kung saan ka noon. Paano kaya kikilos ang isang santo sa ganitong pagkakataon? Wala ka ng pwersang iyon, ang pagnanasang iyon. Walang panloob na pagbabago sa iyong kalooban, dahil hindi pa naipapagalo sa iyo ang bisagra ng malusog na pagkabalising-loob upang ilipat ka mula sa kinaroroonan mo.

²³⁵ Tingnan ang 1 Tim. 6:12

Dalhin natin sa puso ang tanong ng kaligtasan ng ating kaluluwa

— Sa Buhay ni Elder Hadji-Georgy, isinulat mo: 'Ang interes sa kaligtasan ng kaluluwa ay nagpapakumbaba sa katawan at pinapatay ang mga pagnanasa.'²³⁶ Wala akong ganitong interes...

— Ang pinakamahalaga ay hindi nakatuon ang iyong isip at puso rito. Dapat palaging nakatutok ang isip at puso sa kung paano marating ang panghuling layunin, na siyang Kaharian ng Langit. Kapag ang puso ay nananabik para sa kaligtasan ng kaluluwa, sinusundan ng isip kung saan ito hahantong. Lahat ay tungkol sa pagnanasa na iyon. Kapag ikaw ay nasasaktan, ayaw mong kumain o matulog. Ang mga may matuwid na pagkabahala ay isinaalang-alang ang lahat. Tila hindi mo pa itinakda ang Langit bilang iyong layunin; ang iyong layunin ay ang lupa. Hindi mo pa isinaalang-alang nang mabuti ang usapin ng kaligtasan ng iyong kaluluwa. Ngunit kung hindi mo isasaalang-alang nang mabuti ang usaping ito, ano pa ang iyong pag-asa?

Hindi tayo maaaring maging walang pakialam sa kaligtasan ng ating sariling kaluluwa. Dapat nating palaging isipin kung paano tayo maliligtas. Kung hindi natin ito iisipin, mananatili tayong nakakabit sa mga bagay na panglupa at palagi tayong mananatili sa kalagayan ng pagka-stagnante. Kung hindi natin kakalingwanan na ang layunin natin sa lupa ay hanapin ang Kaharian ng Diyos, sasakupin tayo ng isang malusog na pagkabagabag. Sa kalaunan, dadalhin ng pagkabagabag na ito ang kaluluwa natin sa espirituwal na kaharian, kung saan makakakita ito ng saganang oksiheno, muling mabubuhay, at lilipad sa matataas na lugar.

Binigyan ng Diyos ang tao ng isip hindi upang palagi niyang maisip kung paano mahanap ang pinakamabilis na daan mula sa isang punto ng liwanag patungo sa isa pa, kundi upang, una sa lahat, maisip ang pinakamahalaga: kung paano maabot ang pinakahuling layunin—ang makalapit sa Diyos, marating ang tunay na lupain, ang paraiso.

Bigyan mo ng alak ang matalino, at lalo pa siyang magiging matalino.²³⁷

— Ano ang maaaring magsilbing pampukaw para sa isang taong walang pakialam upang simulan ang pamumuhay na espirituwal?

— Maraming bagay ang maaaring magbigay ng tulak, kung siya mismo ang nagnanais umusad. Ngunit kung ayaw niya, magtatapos siyang puno ng sugat, tulad ng baka na tinutusok ng latigo para mapabilis ang paglakad nito, ngunit tumatanggi itong gumalaw; natatakpan ito ng sugat mula sa latigo, ngunit walang silbi.

— Geronda, kung ang isang tao ay may mabuting kalooban at bigyan mo siya ng kaunting tulak, hindi ba tutulungan siya ng Diyos na makamit ang isang bagay?

— Oo, tutulungan ng Diyos, ngunit dapat siyang tumakbo mula sa pagtulak na iyon. Kung hindi, mapapagod pati na ang tumutulak sa kanya. Kapag ang isang tao ay paikot-ikot lang dahil ayaw niyang umunlad, nakakapagod ito sa taong sumusubok na tumulong sa kanya.

Kung hindi nararamdaman ng isang tao ang malusog na pagkabagabag na magpapahintulot sa kaniya na magsimulang kumilos at gumawa ng espirituwal na gawain, hindi siya magkakaroon ng espirituwal na pag-unlad; magiging parang parisukat na gulong na kailangang itulak paminsan-minsan. Itutulak mo ito — uugoy-uugoy ito, pagkatapos ay hihinto. Itulak mo uli, kikilos ito, at hihinto muli. Posible bang maglakbay nang ganoon? Kung mahaba ang paglalakbay sa unahan, talagang matatawid ba ito sa pamamagitan ng pa-putol-putol na pagtulak? At ang landas ng espirituwal ay mahaba: hindi isang daan o dalawang daang metro.

— Geronda, paano nagmumula ang isang malusog na pagkabagabag?

— Sabihin nating nagbabasa ako ng aklat na nagpapalusog sa kaluluwa at humihinto ako sa isang talata na tumatak sa akin — na para bang nakakita ako ng isang mahalagang bato at nais kong

²³⁶ Elder Paisios ng Bundok Athos. Elder Hatzis-Georgis na Athonite. Souroti, Thessaloniki, 1986. p. 34.

²³⁷ Kaw. 9:9

malaman kung anong uri ito, kaya sinisiyasat ko ito. Inaangkop ko ito sa sarili ko, pagkatapos ay tinatanong ko kung naunawaan ko ito nang tama at sinisikap kong isabuhay ito sa aking buhay. Pagkatapos ay tinatanong ko ang sarili ko kung maayos ko ba itong isinasabuhay. Sa ganitong paraan, unti-unti kong natututuhan ang paglalakad sa tamang landas sa buhay-espiritwal. Walang sinuman ang kailanman nagsabi sa akin tungkol kay Abba Isaac, ngunit isang araw ay binalot ng isang tindero ang isang herring para sa akin sa isang pahina mula sa magasin na *Svyatogorskaya Biblioteka*. Habang binubuksan ko ito, napadako ang tingin ko sa ilang teksto na nakalimbag sa papel. Mula ito kay San Isaac. Kinuha ko ang papel, pinatuyo ko sa araw, binasa ko ito at namangha ako rito. Isang taon kong kasama ang tekstong iyon: paulit-ulit kong binasa ang talata at lalo kong minahal si San Isaac. Nanghinayang ako noon: may libro kaya siya? Hinanap ko ito, ngunit natakot akong mahanap at mahawakan ito sa aking mga kamay. At marami ka namang binabasa – tiyak na wala namang nakaka-impress sa'yo? Isulat mo ang mga bagay na talagang tumatak sa isip mo. Kung isusulat mo ito at palagi mong iisipin, hindi mo ito basta-basta malilimutan at maisasagawa mo ito.

Sa iba, dalawa o tatlong salita lang ang sinasabi mo, at agad na nagliliwanag ang kanilang mga mata. Sinusulat nila sa isang piraso ng papel ang naririnig nila, isinasagawa ito, at nagpapatuloy sa pag-usad. Hindi ba't sinabi ni Solomon: 'Bigyan mo ng alak ang matalino, at ang pinakamatalino ay lalo pang magiging matalino'?²³⁸ Ang iba naman, sa kabila ng narinig at natanggap nang napakarami, ay wala namang ginagawa, dahil hindi tumubo sa kanilang kalooban ang isang malusog na pagkabalising hangad ng pagbabago. Dumarating sila at inilalahad lang ang kanilang kalagayan sa akin, nang walang anumang malusog na pagkabalising may kinalaman sa espirituwal na pagsisikap. Napayabaw na saloobin iyan. Hindi ko maintindihan! Talaga bang malinaw sa kanila ang lahat sa kanilang espirituwal na buhay? Wala talaga bang silang kahit isang tanong?

Sa sandaling maramdaman ng isang tao ang ganoong mabuting pagkabagabag, napapansin nila kung ano ang kanilang kulang, nagtatanong kung paano ito makakamtan, at nakakakuha ng espirituwal na benepisyong. Paano malalaman ng isang tao nang hindi nagtatanong? Noong isang beses, nakisakay ako sa mag-asawa; may kasamang munting anak sila. Hindi pinayapahan ng bata ang kanyang ama sa buong biyahe, sunod-sunod ang tanong: 'Tay, ano 'yan? Tatay, bakit ganoon?' — 'Hayaan mo siya, pinapahirapan mo si Tatay,' sasabihin ng kanyang ina. — 'Hayaan mong magtanong,' sasabihin ng ama, 'paano siya matututo kung hindi siya nagtatanong?' Ganoon din sa mga espiritwal na bagay.

Upang mas makatulong sa inyo na maunawaan ang espirituwal na pag-unlad ng isang taong may mabuting pagkabalising-loob, kailangan kong ikuwento sa inyo kung anong uri ng mga tanong ang nasa isip ng isa sa mga kapatid dito. Tinitingnan ko siya at nagagalak ako. Ang pagsagot kahit sa isa sa mga tanong na itinanong niya sa akin—mula sa mabuting pagkabalising-loob, hindi sa walang-kwentang kuryosidad—ay mangangailangan ng pagpuno ng isang buong aklat-ehersisyo. Mayroon siyang malaki at taos-pusong pagmamalasakit; marami ang kanyang nauunawaan, masigasig siyang nagsusumikap, at dahil dito ay tumatanggap siya ng malaking biyaya. Kapag ang isang tao ay nagsisikap tuklasin ang kanyang mga kakulangan at sinisikap na itama ang mga ito, pagpapakumbaba ang sarili, dumarating ang biyaya ng Diyos, at mula sa sandaling iyon ay naglalakad sila sa tuwid na landas.

Ang mabuting pagkabalisa na ito ay hindi kailanman tumitigil

- Geronda, nag-aalala ako na hindi ako nagsusumikap nang dapat.
- Nakakaramdam ka ba ng takot?
- Hindi, pero bakit ako may ganitong pagkabahala?

²³⁸ Kaw. 9:9

— Mahal ko, may kalmadong pagkabagabag at may pagkabagabag na katahimikan. Dapat ay palagi nating taglayin ang mabuting pagkabagabag na ito; kung hindi, wala nang takot. Kung wasto ang pagsasagawa ng isang tao sa buhay ng pag-aasceta, hindi siya kailanman nasisiyahan sa sarili; laging may isang pagkabagabag sa loob niya, na nagmumula sa kanyang taos-pusong pagsisikap.

— Geronda, may dumarating bang panahon na ang isang taong nagsusumikap ay hindi na kailangan ng mabuting pagkabalisanang ito?

— Hindi, dahil ang malusog na pagkabalisanang ito ay hindi kailanman tumitigil sa buhay na ito. 'Tumakbo kayo, upang kayo'y makamtan' (²³⁹), sabi ni Apostol Pablo. Tumatakbo ang isang tao hangga't siya'y nabubuhay upang matagpuan si Cristo, at hindi kailanman humihinto. Tumatakbo sila at nararamdaman hindi ang pagod, kundi ang kagalakan.

Para mas maging malinaw ito, hayaan ninyong magbigay ako ng isang halimbawa: ang isang mabuting aso na naamoy ang amoy ng kuneho ay hindi nananatili sa tabi ng mangangaso, kundi kumikilos agad, tumatakbo at hinahanap ang kuneho. Tumatakbo ito, saka sandaling humihinto, inaamoy ang hangin, at muling tumatakbo. Hindi ito maaaring manatiling nakatigil. Nakatuon ang isip nito sa paghahanap sa kuneho. Hindi ito basta-bastang lumilingon-lingon. Para sa kanya, mas malaking kagalakan ang tumakbo kaysa manatili nang nakatigil. Para sa kanya, ang buhay ay tungkol sa pagtakbo at paghahanap.

Ganito ang uri ng kalinawan na kailangan nating magkaroon. Ang ating mga isipan ay dapat patuloy na magsikap patungo kay Cristo, sapagkat Siya ang ating layunin. Gayunpaman, kahit na natunton na natin ang landas, kahit na alam na natin ang daan at alam kung saan pupunta upang makasama si Cristo, madalas tayong nakatigil at hindi sumusulong. Kung hindi natin alam ang daan, may katwiran ang ating pagiging nakatigil.

Naalala ko na ang aking ama ay may dalawang mahusay na sinanay na greyhound sa Konitsa. Sa isang pagkakataon, humiling si Prodromos Kortsinoglou, ang kantór sa Simbahan ni San Arsenius, ng isang tuta ng parehong lahi upang bantayan ang kanyang kawan. Binigyan siya ng aking ama ng isang tuta. At sinanay ni Prodromos ang aso na umungol kapag may lobo na lumalapit. Ang kapitbahay ni Kortsinoglou ay masigasig na mangangaso, ngunit nagkasakit ang aso niya, at labis siyang nalungkot sa pag-iisip na hindi na siya makakahawak ng pangangaso. Nalaman ito ni Prodromos at sinabi sa kanya: "Huwag kang mag-alala, ibibigay ko sa iyo ang aso ko; kapareho ito ng lahi ng kay Eznepidis."²⁴⁰ Natulak sa tuwa ang kapitbahay, kinuha ang aso at nagpunta sa pangangaso. Pagdating niya sa gubat, iginawad niya ang kanyang kamay, gaya ng karaniwang ginagawa ng mga mangangaso para utusan ang aso na maghanap, ngunit sa halip na tumakbo, nagsimulang umikot ang aso sa paligid niya, dinidilaan ang kanyang mga binti at hinahaplos ang kanyang mga palad, naghahanap ng tinapay! Kita mo, mabuti at purong lahi ang aso, pero hindi ito sanay manghuli ng kuneho, kaya paikot-ikot lang ito sa mangangaso.

Ngunit ikaw, sa palagay ko, ay nasundan mo na ang amoy; patuloy kang tatakbo, hahanapin si Cristo, hanggang ang puso mo ay mapuno Niya nang husto na hindi na makapaghawak pa ng iba, at makikita mong nakaluhod ka at nananalangin: 'Diyos ko, sapat na iyon, hindi ko na kaya pa.'

²³⁹ 1 Corinto 9:24

²⁴⁰ Ang apelyido ng ama ni Elder Paissios. — *Tala ng tagapagsama-sama*.