

Banal na Alaala
Matanda Paisios ng Bundok Athos
Mga Salita

Tomo V
Mga Pagnanasa at Mga Birtud

Isinalin mula sa Griyego

Mga Nilalaman:

Panimula.....	4
Seksyon 1. Mga pagnanasa.	7
Kabanata 1. Ang pakikipaglaban sa mga pagnanasa.....	7
Huwag maghanap ng dahilan para sa iyong mga pagnanasa.....	8
Ang Pangitain ng mga Pagnanasa.....	10
Kapasalan — ang saligan ng mga pagnanasa.....	11
Madaling matanggal ang mga pagnanasa habang 'bata' pa lamang ang mga ito.....	12
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 mga pagnanasa	15
Kabanata 1. Pagmamahal sa sarili at ang mga kahihinatnan nito.....	15
Ang lahat ng mga pagnanasa ay nagmumula sa pagmamahal sa sarili.....	15
Kumain ng hindi masarap at magsaya kay Cristo.....	16
Ang pagmamahal sa sarili ay sumisira sa pagmamahal sa kapwa.....	17
Pabayaang mong mapunta sa imyerno ang iba!.....	17
Ang paghihirap ng pagiging kampante.....	18
Ang pagmamahal sa sarili ay ninanakaw ang ating kapayapaan at kagalakan.....	19
Kabanata 2. Kalayaan mula sa pagkaalipin ng pagmamahal sa sarili.....	20
Ang layunin ng pakikibaka: pagtanggap sa makasariling pagkatao.....	20
Huwag masyadong mag-alala tungkol sa ginhawa.....	21
Para kanino mo pinananatili ang iyong 'sarili'—para sa iyong sarili?.....	22
Kapag may pagsakripisyo sa sarili, ipinagkakaloob ng Diyos ang Kanyang biyaya.....	23
Bahagi 2. Pagmamataas — ang ugat ng kasamaan.....	24
Kabanata 1. Pagmamalaki — ang punong-himpilan ng mga pagnanasa.....	24
Kapag hindi tayo nakararamdam ng pagmamalaki.....	24
Ang kayabangan ay sumisiksik kahit saan.....	25
Mapagmalaking mga Kaisipan.....	26
Kabanata 2. Ang kapalaluan ay iba't iba.....	27
Nakatagong Kayabangan.....	27
Makasarili — ang suwail na anak ng kayabangan.....	28
Mataas na pagtingin sa sarili.....	28
Kumpiyansa sa sarili.....	29
Pang-aangkin.....	30
Paglugud-lugod sa tao.....	31
Ang Tamis ng Papuri.....	32
Kayabangan.....	33
Kabanata 3. Ang Mga Bunga ng Kayabangan.....	34

Ang kayabangan ang naghihiwalay sa atin sa Diyos	34
Kapag pinapayagan natin ang isang mapagmalaking kaisipan, sinisira natin ang anumang gawain	35
Ang isang mayabang na tao ay nakararanas ng pagbagsak sa halip na espirituwal na pag-angat	35
Ang kayabangan ay ginagawang katawa-tawa ang tao	37
Kabanata 4. Sugurin natin ang kayabangan	38
Dapat tayong lumaban, ngunit dapat tayong lumaban nang tama	38
Tinitulungan ka ng kapatid mo na sirain ang iyong kayabangan	38
Espiritwal na paghahati sa personalidad	39
Mataas na katungkulan at mapagkumbabang pag-uugali	40
Huwag mong sabihing sa'yo ang ibinigay sa'yo ng Diyos	41
Bahagi 3. Paghatol — ang pinakamalaking kawalang-katarungan	42
Kabanata 1. "Huwag kayong humatol, at hindi kayo hahatulan"	43
Ang paghatol ay puno ng kawalang-katarungan	43
Paano tayo napapahamak	44
Ang biyaya ng Diyos ay umaalis sa pamamagitan ng paghatol	44
Ang mga humahatol sa iba ay nahuhulog sa parehong mga kasalanan.....	45
Kung tayo ay magpapakita ng habag sa mga kapintasan ng iba, magpapakita rin ang Diyos ng habag sa ating mga kapintasan	46
Kabanata 2. Ang Pakikibaka Laban sa Pagsusumpa	47
Kung tututok tayo sa sarili nating gawain, hindi tayo huhusga	47
Kung pinapatawad natin ang iba, hindi natin sila hinahatulan	48
Huwag magmadaling maghusga	49
Bahagi 4. Ang mga anak ng pagmamahal sa sarili at kayabangan inggit — galit — kalungkutan.....	50
Kabanata 1. Ang lason ng inggit.....	51
Selos — isa sa mga pangunahing damdamin	51
Ang selos ay sumisira sa malalim na pag-ibig ng isang babae.....	51
Pinapahina tayo ng inggit	52
Ang siyang nagtatago ng sariling mga kaloob ay naiinggit sa mga kaloob ng iba.....	52
Mabuting inggit.....	54
Kabanata 2. Galit — ang kaaway ng kapayapaan ng Diyos.....	55
Gawin nating labanan ng galit ang mga pagnanasa	55
Bakit tayo nagagalit?	56
"Maging mapoot, ngunit huwag magkasala"	57
"Naghanda ako at hindi ako natitinag"	57
Sa pamamagitan ng kababaang-loob at katahimikan ay napagtatagumpayan natin ang galit	58
Kabanata 3. Kalungkutang sumisira sa kaluluwa	59
Ang kagalakan ay nagmumula kay Cristo, ngunit ang kalungkutan ay mula sa diyablo	59
Ang makasarili ay laging nagdudulot ng kalungkutan at takot.....	60
Ang isang taong walang pasasalamat ay laging malungkot	61
Nais ni Tangalashka na tayo'y malungkot.....	62
Ang kalungkutan ay sumisipsip ng ating mental at pisikal na lakas.....	62
Itaboy ang kahinaan sa pamamagitan ng espirituwal na tapang	63
Ang pagluluwalhati sa Diyos ang panlaban sa kawalan ng pag-asa.....	63
Seksyon 2. Mga Birtud	65
Paglinang ng mga birtud.....	65
"Ang pagsasabuhay ng birtud ay ang pagsunod sa mga utos ng Panginoon"	66
Ang lahat ng birtud ay dapat linangin.....	66
Ang birtud ng iba ay nagpapabango sa atin.....	67
Ang halimbawa ng mga santo sa pagsasabuhay ng birtud	68
Linisin natin ang birtud mula sa mga karumihan nito.....	69
Kapasuran — ang magnanakaw ng mga birtud.....	70
Espirituwal na kagandahan	70
Bahagi 1. May isang birtud — kababaang-loob	71
Kabanata 1. "Ang Diyos ay nagbibigay ng biyaya sa mapagkumbaba"	71

Ang mapagkumbaba ay taglay ang lahat ng birtud	71
Ang Espiritu ng Diyos ay nananahan sa mapagkumbaba	72
Isang mapagkumbabang kaisipan ay agad na nagpapagalaw sa Biyaya ng Diyos	74
Kabanata 2. Ang pagsisikap na makamit ang kababaang-loob	75
Paano pinapalago ang kababaang-loob	75
Ang taos-pusong kababaang-loob ay ang lahat	76
Kabanalan sa gawa, hindi sa salita lamang	76
Kapag humihiling tayo sa Diyos ng kababaang-loob, dapat nating tanggapin ang kahihyan	78
"Magpakumbaba ka sa lahat ng bagay"	79
"Mas mababa kaysa sa lahat ng nilikha"	80
Kabanata 3. Kabanalan — ang dakilang kapangyarihan ng buhay espirituwal	81
Kung saan may kababaang-loob, walang lugar para sa diyablo	81
Ang espirituwal na pag-unlad ay matatagpuan kung saan mayroong malaking kababaang-loob	82
Ang mga mapagkumbaba ay iniingatan ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kayamanan ng Diyos	83
Bahagi 2. Espiritwal na Pag-ibig.....	84
Kabanata 1. Ang walang-hanggang pag-ibig ng Diyos at ang ating pag-ibig sa Diyos	84
"Ang matinding apoy" ng pag-ibig ng Diyos	84
Ang wastong pamamahagi ng pag-ibig	85
Ang Pag-akyat sa Langit	85
Ibigay natin ang ating pag-ibig kay Kristo	86
Ang Apoy ng Pag-ibig ng Diyos	87
Banal na Eros	88
Banal na kabaliwan	89
Banal na pagkalasing	89
Kabanata 2. Pag-ibig sa kapwa	90
Pag-ibig at kababaang-loob — dalawang magkapatid na birtud	90
Minamahal na tunay na pag-ibig	90
Ang pagtanggap ng 'ako' sa ating pag-ibig	91
Pag-ibig ng isang ina para sa lahat	92
Hindi kailanman tumatanda ang puso	93
Ang pinagsamang gawain ng isip at puso	94
"Mula sa kakulangan..."	95
Ibato mo ang iyong lumang abak sa apoy ng pag-ibig	96
Pag-ibig na may habag	97
Ipinapakita ng pag-ibig	98
Winasak ng pag-ibig ang mga distansya	99
Kabanata 3. Pag-ibig para sa Lahat ng Nilikha	100
Ugnayan ng tao sa mga hayop bago at pagkatapos ng Pagbagsak	100
Nararamdaman ng mga hayop ang pag-ibig ng isang tao	101
Nagtatanong ang mga hayop sa mga tao ng tulong	101
Kunin natin ang aral mula sa mga hayop	103
Olet — isang masipag na ibon	104
Bahagi 3. Kagalangan at Pag-ibig.....	105
Kabanata 1. Kagalangan — ang kadakilaan ng Diyos	105
Ano ang kadakilaan	105
Ang espirituwal na pagiging marangal ay espirituwal na katarungan	106
Paano makamit ang karangalan	107
Sa pamamagitan ng bukas-palad na kabutihang-loob, nakikipag-isa ang tao sa Diyos	107
Ang isang tao ay magkakaroon ng kadakilaan o malulubog sa kahirapan	108
Kabanata 2. Kabaitan — ang pag-ibig ng malaking pasasalamat	110
Ang mga taong mapagmahal ay marangal na kaluluwa	110
Nagagalak si Kristo sa ating paggawa ng pag-ibig	110
Ang kaaway ng pag-ibig ay ang pagmamahal sa sarili	111
Ang mga taong mapagmahal ay may pinong budhi, at tinutulungan sila ng Diyos	112

Bahagi 4. Mga Anak ng Pag-ibig at Kababaang-loob.....	114
Kabanata 1. Kasimplehan at Kalinisan.....	114
Kasalinlan — ang unang bunga ng kababaang-loob.....	114
Magkaiba ang pagiging payak at ang kapal ng mukha.....	114
Maging tulad ng mga bata.....	115
Ang isang payak na tao ay laging may mabuting hangarin.....	116
Kapag may pagiging payak, nakararamdam ka ng kapanatagan.....	116
Sa pamamagitan ng banal na kasimplehan, nakikilala ng isang tao ang mga hiwaga ng Diyos.....	117
Kabanata 2. Pananampalataya at Pag-asa sa Diyos.....	119
Ang lahat ng kasamaan ngayon ay nagmumula sa kawalan ng pananampalataya.....	119
Kapag nanghihina ang pananampalataya.....	120
Hindi pagkatiwala at kakulangan sa pananampalataya.....	121
Ang sumasampalataya sa Diyos ay walang kinatatakutan.....	122
"Nakita ko ang Panginoon na nakatayo sa harap ko".....	122
Pag-asa sa Diyos at pagtiwala sa Diyos — ang pinakasiguro na garantiya.....	123
Ang may tunay na pananampalataya ay may tunay na pag-ibig.....	124
Kabanata 3. Kaligtasan sa pamamagitan ng Pagkatiis.....	125
"Mapalad ang taong nagtatagal sa tukso".....	125
Upang magtiis sa ibang tao, dapat mong mahalín sila.....	125
Itinayo ni Kristo ang kaligtasan ng tao sa pamamagitan ng pagtitiis.....	126
Sa taglamig ay nagtitiis tayo sa pag-asang darating ang tagsibol.....	127
Kabanata 4. Espirituwal na Kagalakan.....	128
Ang Ina ng Diyos ay nagdala ng kagalakan sa mundo.....	128
Kung nasaan si Kristo, naroroon ang tunay na kagalakan.....	129
Ang espirituwal na kagalakan ay nagmumula sa espirituwal na paggawa.....	130
Ang banal na kagalakan ay dumarating kapag iniaaláy mo ang iyong sarili.....	131
Ang espirituwal na kagalakan ay isang biyaya mula sa Diyos.....	131
Ang espirituwal na kirot ay espirituwal na kagalakan.....	132
Kabanata 5. Paggamit ng isip — ang korona ng mga birtud.....	133
Ang ating espirituwal na kalagayan ay sumasalamin sa ating paghuhusga.....	133
Sa bawat birtud, kinakailangan ang paghuhusga.....	134
At kailangan ang paghuhusga sa pag-ibig.....	135
Walang limitasyon o patakaran sa paghuhusga.....	136
Mabuting Pagkabahala.....	137
Mabuting pagkabagabag — isang mabuting pagmamalasakit para sa 'mabuting gawain'.....	137
Dalhin natin nang malalim sa puso ang tanong ng kaligtasan ng ating kaluluwa.....	138
"Bigyan mo ng alak ang pantas, at lalo pa siyang magiging pantas".....	138
Ang mabuting pagkabahala ay hindi kailanman humihinto.....	139

Panimula

Ang yumaong Elder Paisios, sa simula ng ating pamumuhay na sama-sama noong 1968, ay nagsabi sa amin: *"May isang birtud—kababaang-loob—ngunit dahil hindi ninyo ito nauunawaan, idaragdag ko rin ang pag-ibig. Ngunit sa isang taong may kababaang-loob, hindi ba't mayroon ding pag-ibig?"* Ang mga "magkapatid na birtud," gaya ng tawag ng Matanda sa kababaang-loob at pag-ibig, ang saligan ng buhay-espirituwal, sapagkat hinahatak nila ang Grasya ng Diyos sa isang tao at mula sa mga ito

isinisilang ang lahat ng iba pang birtud. *"Simpleng alagaan ninyo ang kababaang-loob at pag-ibig," wika niya sa amin, "at sa sandaling umunlad ang mga birtud na ito, mauubos ang kayabangan at malisya, at magsisimula na ang agonía ng mga pagnanasa."*

Ang ikalimang bolyum na ito, na inilathala sa pagpapala ni Kanyang Kagalang-galang Nikodimos, Metropolitan ng Kassandra, 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 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 tungkol sa pagkilala at pagpapagaling ng mga pagnanasa, pati na rin sa pagsasabuhay ng mga birtud. Ang mga sagot na ito ay kawili-wili hindi lamang para sa mga monghe, kundi para sa sinumang may taos-pusong hangarin na linangin ang mga birtud. Si Elder Paisios, na kilala sa kanyang patnubay sa pagpapayo—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 kaluluwa, at nagbunga ito ng bunga ng birtud. Hinihikayat niya tayong matapang na harapin ang mukha ng ating lumang sarili, na kamuhian ang 'maruming maskara' nito at itakwil ito. Kumpiyansa kami na ang payak ngunit liwanag na mga salita ng Matanda, 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.

Sinabi ni Elder Paisios: *"Hindi nagbibigay ang Diyos ng mga bisyo sa tao, kundi ng mga kapangyarihan. Depende sa kung paano gamitin ng isang tao ang mga kapangyarihan ng kanyang kaluluwa, siya ay magiging mas mabuti o mas masama."* Ibig sabihin, kung gagamitin natin ang mga kapangyarihang ito ayon sa kalooban ng Diyos, lalapit tayo sa Diyos at magiging katulad Niya sa pamamagitan ng biyaya. Kung gagamitin naman natin ang mga ito ayon sa 'mga pagnanasa ng lumang tao', magiging alipin tayo ng ating mga pagnanasa at lalayo tayo sa Diyos. Upang maging isang "bagong tao," kailangang 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,"* sabi ni Elder Paisios, *"pinapalago natin ang birtud at nakakamtan ang kalusugan ng kaluluwa."*

Partikular na binigyang-diin ni Geronda na humihinto ang Kabanal-banalang Grasya sa paggana sa isang taong nagpapasasa 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 mo nito ay 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 sinabi niya na ito ay maaaring makamit sa pamamagitan ng kababaang-loob; minsan ipinaliwanag niya kung paano maaaring lumapit sa Diyos sa pamamagitan ng pag-ibig at panloob na karangalan; minsan itinuro niya kung paano ito makakamtan sa pamamagitan ng pagsasakripisyo sa sarili at kawanggawa; at minsan binigyang-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 ilayo ng isang tao ang sarili,"* wika ng Matanda, *"ang ibig kong sabihin ay ilayo ang sariling mga pagnanasa, ilaylay ang makalumang pagkatao... Kung talikuran natin ang ating sarili at ang walang-prinsipyong nangungupahan, ang ating lumang pagkatao, ay lisanin ang kaniyang tinitirhan, kung gayon ay maninirahan sa puso ang isang bagong tao, isang taong nasa Bagong Tipan, 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, at ang ikalawa 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—kapwa pisikal: pagkasawa sa pagkain, pagkahilig sa laman at iba pa, at espiritwal: kayabangan, inggit at iba pa—"nagmumula rito."

Ang ikalawang bahagi ay tungkol sa kapalaluan — "*ang pangkalahatang himpilan ng mga pagnanasa*," gaya ng tawag ni Elder dito. Maaaring sabihin na "*gaya ng may 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 impyerno*."

Ang ikatlong bahagi ay inilalaan sa paghatol, na nagmumula sa kayabangan at "*punong-puno ng kawalang-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 kapangyarihan ng kaluluwa at bunga ng maling paggamit nito. Ang kapangyarihan ng pagnanasa, na ibinigay sa atin ng Diyos upang magsikap tayong gumawa ng mabuti, ay ginagawang inggit at malisya; at ang mainit na likas na kapangyarihan sa atin mula sa kapanganakan, na dapat sana'y gamitin para sa matapang na pakikibaka laban sa kasamaan, ay itinututok natin laban sa ating kapwa. At sa wakas, ang damdamin ng kalungkutan at kawalan ng pag-asa ay nag-aalis sa atin ng kakayahang magalak sa saganang biyaya ng Diyos at pinahihina tayo sa espiritwal. 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 'nadungisan'. 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-espirtwal nang mabilis, matatag at walang kahirap-hirap*." At sa isa sa kanyang mga liham ay sinulat niya: "*Ang pinakamaikli, pinakamatibay at pinakamadaling landas patungo sa Makalangit na Jerusalem ay ang kababaang-loob*."

Ang ikalawang bahagi ay inilaan para sa pag-ibig, na dapat maipamahagi nang wasto sa pagitan ng Diyos, ng kapwa, at ng lahat ng nilikha. Ang pag-ibig sa Diyos ay hindi mapaghihiwalay sa pag-ibig sa kapwa at humahantong sa kaluluwa sa banal na eros, banal na pagkabiliw, at banal na pagkalasing. Ang tunay na pag-ibig sa kapwa ay "*mahalagang espirtuwal na pag-ibig*," na taglay ng isang 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 pag-apaw ng "pangkalahatang" pag-ibig na taglay ng isang taong espirtuwal.

Ang ikatlong bahagi ay inilaan para sa espirtuwal na kadakilaan at kawanggawa, na siyang dalawang pangunahing haligi ng pagtuturo ni Nanak na Paisios. "*Sa espirtwal na kadakilaan*," sabi ng Nanak, "*nasa lahat ng bagay: kawanggawa, kababaang-loob at pagiging payak, pagkamapagkawanggawa, katapatan... at ang pinakadakilang kagalakan at espirtwal na pagdiriwang*."" Si Elder Paisios, nang hindi binabawasan ang kahalagahan ng pagtitimpi, inuuna ang espirtwal na karangalan at kawanggawa kaysa sa anumang pisikal na gawa, sapagkat kung wala ang espirtwal na karangalan, kabutihang-loob at kawanggawa, kung gayon ang lahat ng espirtwal na pagsisikap — pagtitimpi, pagyukyod, atbp. — ay, ayon sa kanya, "*isang pangtakot sa gulayan*," 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 *"naglulutas sa pinakakumplikadong usapin at nagbubunga ng banal na bunga"*; at ng espirituwal na kagalakan, na dumarating *"matapos maitatag 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; ito ang *"timon na ligtas na gumagabay sa kaluluwa, upang hindi ito matisod sa kanan o sa kaliwa,"* kundi ay makalakad nang matatag sa maharlikang landas ng mga birtud, na iniawasan ang mga sukdulan na nagmumula sa mga demonyo.

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

Nawa'y masindihan ang espirituwal na sigasig na ito sa ating lahat, na mag-uudyok sa atin sa gawaing pagtataboy sa makalupang pagkatao at pagsusuot ng kababaang-loob, sa pamamagitan ng kababaang-loob ay maninirahan ang Pag-ibig—si Cristo—sa ating mga puso.

*26 Setyembre 2006, Ang Pagpapahinga ng Apostol at Ebanghelista na si Juan na Teologo
Ang Abadesa ng Monasteryo ni San Juan na Teologo, si Sister Philothea, kasama ang lahat ng kanyang mga kapatid kay Kristo*

— *Geronda, magbigay ka ng paalam na salita sa amin.*

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

— *Sabihin mo sa amin ang isang bagay para mapag-aralan namin bago ka bumalik.*

— *Sige, kung pipilitin mo ako, sasabihin ko... May isang birtud — kababaang-loob, at dahil hindi mo iyon nauunawaan, idaragdag ko rin ang pag-ibig. Pero kung may kababaang-loob ang isang tao, tiyak na may pag-ibig din siya, hindi ba?*

Seksyon 1. Mga pagnanasa.

"Ang pakikibaka laban sa mga pagnanasa ay isang walang patid, matamis na paghihirap para sa pagsunod sa mga utos dahil sa pag-ibig kay Cristo"

Kabanata 1. Ang pakikipaglaban sa mga pagnanasa.

— Geronda, ano ang hiniling ng propeta David sa Diyos nang sinabi niya: "Itatag mo ako sa espiritu ng pamumuno" (1)?

¹ (Awit 50:14)

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

— Geronda, ano ang mga pagnanasa?

— Sa tingin ko, 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 ginagamit ang mga kapangyarihang ito para sa kabutihan, dumarating ang diyablo³, sinisimulan niyang pamunuan ang mga ito, at nagiging mga pagnanasa ang mga ito, at saka tayo nagrereklamo at nag-aangal laban sa Diyos. Ngunit kung gagamitin natin nang tama ang mga kapangyarihang ito, at itutok laban sa kasamaan, tutulungan tayo nito sa ating espirtuwal na pagsusumikap. Halimbawa, ang galit. Kung taglay ito ng isang tao, nangangahulugan na matapang ang kanyang kaluluwa, at kapaki-pakinabang ito sa buhay-espirtuwal. Ang mga kulang sa galit ay kulang din sa tapang; hindi madali para sa kanila na kontrolin ang sarili. Ang isang mainit ang ulo, kapag ginamit niya ang kapangyarihang taglay niya para sa espirtuwal na kapakinabangan, ay parang mamahaling kotse na nagmamaneho sa isang maayos na kalsada — pindutin mo lang ang pedal, at walang makakahabol sa'yo. Ngunit kung gagamitin nila nang mali ang kapangyarihang iyon at hindi mapigilan ang sarili, sila ay parang kotse na nagmamadaling nagmamaneho sa isang kalsadang maraming lubak, na patuloy na tumatama sa mga ito.

Dapat maging mulat ang isang tao sa mga kapangyarihang taglay niya at ituon ang mga ito sa kabutihan. Sa gayon, sa tulong ng Diyos, makakamtan nila ang mabuting kalagayang espirtuwal. Halimbawa, dapat nilang ituon ang kanilang makasariling interes laban sa diyablo at huwag sumuko kapag tinutukso sila nito. Hayaan niyang gawing banal ang kanyang hilig sa walang kuwentang usapan sa pamamagitan ng pagdarasal. Hindi ba mas mabuting makipag-ugnayan sa Cristo at maging banal kaysa makisali sa walang kuwentang usapan at magkasala? Depende sa kung paano ginagamit 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 ilan na naniniwala na wala silang kinakailangang paunang kundisyon para sa buhay-espirtuwal 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 iyon bilang dahilan.

— Ngunit Geronda, paano kung ganoon nga talaga?

— 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 kakulangan at paunlarin ang kabutihang nasa kanyang kalooban, upang maging larawan ng Diyos.

Ang masamang hilig ay hindi hadlang sa espirtuwal na kaperpektohan, sapagkat kung nagsusumikap ang isang tao, kahit kaunti, ngunit may sigasig at pagnanasa, nangangahulugan ito na

² Dito ipinapahayag ni Elder Paisios sa simpleng mga salita ang katotohanan ng ating pananampalataya: "Ang Diyos ay hindi sanhi ni lumikha ng kasamaan" (St John Climacus, Ang hagdan, Salita 26, 155). Dahil dito, ayon kay San Nicodemus na 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 kakayahang ng katawan o ng mga kapangyarihan ng kaluluwa. Kung ang "di-kalikasan" na paggamit na ito ay magtagal, nagiging masamang gawi ito, at nangangailangan ng malaking pagsisikap upang tuluyang alisin ito. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

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

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

nasa saklaw sila ng mga espiritwal na batas, nasa kaharian ng mga himala, at doon ay natatanggal ng Grasya ng Diyos ang lahat ng kanilang namanaing kakulangan.

Lalo nang minamahal at tinutulungan ng Diyos ang kaluluwang iyon na, bagaman ipinanganak na may hindi gaanong mabuting hilig, ay masigasig na nagsusumikap sa buhay-espiritwal at nananabik sa Langit, na sinisikap na makawala sa lupa at umakyat gamit ang mahihinang pakpak nito, na pinahina ng masamang namana. Marami akong kilalang tao na, nang magsikap nang kaunti, 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 nag-aakit sa Diyos sa atin? Ang pagsisikap nating malampasan ang makalupang tao.

— Geronda, hindi ba tinatanggal ng Binyag ang masamang predisposisyon mula sa mana?

— Sa Binyag, ang isang tao ay nabibihisan kay Cristo, napapalayang mula sa orihinal na kasalanan, at bumababa sa kanila ang Banal na Grasya, ngunit nananatili ang masamang mga tendensiyang minana. Tiyak na hindi rin ba niya ito mabubura sa pamamagitan ng Banal na Binyag? Maaari Niya, ngunit iniwan Niya ito sa tao upang siya ay magsikap, upang siya ay magtagumpay at sa huli ay matanggap ang korona ng nagwagi.

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

— Iyan lang ang kailangan natin. Baka sabihin mo na ipinamana sa'yo ng mga magulang mo ang lahat ng bisyong ito, na ang mga bisyo ng iyong mga ninuno ay namanah sa'yo, samantalang ang lahat ng talento at birtud ay napunta sa iba? Baka sisihin pa natin ang Diyos? Kapag sinasabi ng isang tao: 'Ganito ako; ipinanganak akong may ganitong masamang hilig; lumaki ako sa ganitong kalagayan, kaya hindi ako makapagbabago,' para na ring sinasabi niya: 'Hindi lang ang ama at ina ko ang dapat sisihin dito, pati na rin ang Diyos.' Alam mo ba kung gaano kasakit para sa akin na marinig ang ganitong mga salita? Sapagkat hindi lang ang kanilang mga magulang ang kanilang pinamumura, kundi pati na rin ang Diyos. Kapag nagsimulang mag-isip nang ganoon, humihinto ang Kalooban ng Diyos sa paggana.

— Geronda, naniniwala ang ilang tao na kapag ang isang kapintasan ay nasa pinakamalalim na bahagi ng pagkatao ng isang tao, imposible na itong itama.

— Tingnan mo kung ano ang nangyayari: akma para sa ilang tao ang magsalita nang ganito, dahil pinapayagan silang bigyang-katwiran ang kanilang sarili at hindi sila gumagawa ng kahit anong pagsisikap na alisin ang kapintasan na nasa loob nila. "Diyos," sabi ng taong ganoon, "hindi ako binigyan ng kakayahan! Ano ang kamalian ko? Bakit nila hinihingi sa akin ang higit sa aking makakaya?" Narito ang kanilang daan para makalusot. Pinagtatwiran ng isang tao ang sarili, pinatatahimik ang kanyang budhi at nabubuhay ayon sa kanyang gusto. Kung magsisimula tayong magsabi, 'Namamana ito, iyon ay isang katangian ng pagkatao,' paano pa natin mapapabuti ang ating sarili? Ang ganitong saloobin ay kumukuha sa isang tao ng kanyang espirituwal na tapang.

— Oo, Geronda, pero...

— 'Pero' na naman? Anong klaseng tao ka? Madulas ka na parang buwaya. Palagi kang may ibang 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 akma ito sa kanila; ganoon nila pinagtatwiran ang kanilang mga pagnanasa. Ang iba naman, kabaligtaran, ay hindi pinagtatwiran ang kanilang sarili, ngunit mayroon silang hindi matanggap 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 pagtatanggol sa sarili ang pagkamit ng espiritwal na kaganapan para sa iba, habang hinihikayat ang iba na masalantala sa kanilang labis na pagiging sensitibo at itinatapon sila sa paghihikayat.

Upang maputol ang pagnanasa, hindi dapat magbigay-katwiran ang isang tao sa sarili, kundi magpakumbaba. Kung sasabihin nila, halimbawa: 'Hindi ako binigyan ng kakayahang magmahal, ngunit ang iba ay,' at hindi nagsusumikap na kamtin ang pag-ibig, paano sila lulago sa espiritwal? Kung walang pakikibaka, walang pag-unlad. Hindi mo ba nabasa sa mga sinulat ng mga Banal na Ama kung paano ang ilang mga asketa ay may mga bisyo noong una, at kung saang antas ng espiritwal na kaperpeksiyunan sila umakyat pagkatapos? Nalampasan nila ang marami na tunay na mabuti. Halimbawa, si Abba Moses na Moro: gaano siya kasamang kriminal noon, at kung ano siya nang pagkatapos! Ito ang nagagawa ng Grasya ng Diyos!

Sa aking pananaw, ang isang taong may mahinang likas na disposisyon na nagsusumikap na magkaroon ng mga birtud ay nakakatanggap ng mas malaking gantimpala kaysa sa isang taong namana ang mga birtud mula sa kanyang mga magulang at hindi kinailangang magsikap nang husto upang makamit ang mga ito. Sa isa, ibinigay na lahat nang nakahanda, samantalang ang isa naman ay kinailangang magpursige nang husto upang makamit ang mga ito. Pagkatapos ng lahat, isipin ito: iginagalang ng mga tao ang mga taong, nang magmana ng mga utang mula sa kanilang mga magulang at nagsikap nang walang pagod, ay hindi lamang nagawang bayaran ang mga utang na iyon kundi nakapagtipon pa ng sarili nilang kayamanan, higit pa kaysa sa mga nagmana ng kayamanan mula sa kanilang mga magulang at simpleng pinanatili lamang ito.

Ang Pangitain ng mga Pagnanasa

— Geronda, pinahihirapan ako ng mga pagnanasa.

— Nararamdaman mo bang naninirahan ang mga pagnanasa sa loob mo?

— Minsan, oo.

— Mabuti iyon. Kapag napagtanto ng isang tao na nag-aaway ang mga pagnanasa sa loob niya, 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 nila, sapagkat may kapalaluan sa loob mo. "Diyos ko," sabihin mo, "ito ang aking pagkatao. 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 kong nabubunyag, kapag sumisilab ang mga pagnanasa. Kung hindi lumitaw ang mga pagnanasa, iisipin kong nakamit ko na ang kabanalan, samantalang lihim na namumuhay sa puso ko ang mga binhi ng pagnanasa. Ganoon din, kapag nagagalit ka at nahuhusga, mauunawaan na magagalit ka, ngunit may dahilan din para sa kagalakan — nabunyag ang iyong kahinaan, at dahil dito, sisikapang alisin mo ito sa iyong sarili.

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

— Kung may nakatirang pagnanasa sa loob mo, lilitaw ito sa isang punto. Kaya, kung alam mong may pagnanasa sa loob mo, maging mapagmatyag ka. Halimbawa, kung alam mong may ahas na nakatira malapit sa selda mo, sa tuwing lalabas ka, titingnan mo na hindi ito makalabas at makagat ka. Hindi ito nakakatakot kapag alam mong may ahas sa paligid at hinihintay mo ang sandali para patayin

ito kapag lumabas ito; nakakatakot ito kung naglalakad ka nang kampanti at walang pinaghihinalaan, 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, mapanganib ang kalagayang iyon. Ngunit kapag alam niya kung anong mga pagnanasa ang mayroon siya at nakikipaglaban siya laban sa mga ito, tinutulungan siya ni Cristo na tuluyang alisin ang mga ito.

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

— Oo, magsikap ka 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 sa sandaling makita ng isang tao ang kanyang mga kakulangan, dapat magbunga sa kaniya ang isang malusog na pagkabahala na nagtutulak sa kaniya na magsikap na itama ang mga ito. Tinitingnan ko ang aking sarili at nakikita kong mayroon akong ganito at ganoong mga kakulangan. Pinagsusumikapan kong suriin ang aking kalagayan: 'Hanggang kahapon, mayroon akong ganito't ganoong mga kakulangan. Naalis ko na ba ang alinman sa mga ito? Anong yugto na ng pakikibaka ang kinaroroonan ko?' 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 makita ng isang tao ang kanyang mga hilig?

— Kung ang isang tao ay sensitibo, hindi siya pinapayagang kilalanin kaagad ang kanyang mga pagnanasa, dahil tinutukso siya ng diyablo at sinisikap siyang itulak sa paghihikayat. "Mayroon ka bang ganito at ganoong pagnanasa?" sabi ng diyablo sa kanya. "Bakit mo ginawa iyon? Hindi ka maliligtas." Sa ganitong paraan, maaaring mapunta pa ang isang tao sa ospital pangkaisipan.

Kapasalan — ang saligan ng mga pagnanasa

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

— Kung hindi tayo nakakakita ng tagumpay sa ating espirituwal na pakikibaka, ibig sabihin ay kulang tayo sa pagpipigil sa sarili, o hindi tayo pinapayagan ng Diyos na magpatuloy nang higit pa, baka tayo'y maging mayabang at masaktan ang ating sarili.

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

— May tatlong yugto sa buhay-espirituwal. Sa unang yugto, binibigyan ng Diyos ang isang tao ng kendi at tsokolate, sapagkat 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 isang tao na kung wala ang tulong ng Diyos, hindi niya magagawa kahit ang pinakamaliit na bagay. Sa ganitong paraan, isinisilang ang kababaang-loob sa isang tao, at nararamdaman nila ang pangangailangang lumapit sa Diyos sa lahat ng bagay. Ang ikatlong yugto ay isang patuloy, matatag, at mabuting kalagayang espirituwal. Nasa pagitan ka ng ikalawa at ikatlong yugto: sumusulong ka nang kaunti, 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 ang iyong diwa. Kung sinabi mo sa akin na habang mas sumusulong ka, mas gumaganda ka, ikinatakot sana ako noon — ibig sabihin ay may kayabangan sa loob mo. Ngunit ngayon, nang sinabi mong para sa iyo ay lalo ka pang lumalala, nagagalak ako, dahil 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?

— Baal ba ang ating Diyos?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 kayabangan ay itinataboy mo ang Kanyang tulong.

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

Kaya, kapag hinihiling natin sa Diyos nang buong puso na tulungan tayong alisin ang isang partikular na hilig at hindi tayo tumatanggap ng tulong, dapat nating agad na maunawaan 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 pagkahilig sa pagkain, walang kabuluhang usapan, galit, at iba pa—para sa ating pagpapakumbaba. Kapag, dahil sa ating madalas na kabiguan, napopoot tayo sa ating mga pagnanasa, kinikilala ang ating kahinaan at nagpapakumbaba, doon tayo makatatanggap ng tulong mula sa Diyos at magsisimulang umakyat nang habbang-habang sa espirital na hagdan.

Madaling matanggal ang mga pagnanasa habang 'bata' pa lamang ang mga ito

— Geronda, nakikita kong marami akong mga pagnanasa.

— Oo, marami kang hilig, ngunit bata ka pa, at may tapang kang magtrabaho nang mabuti at linisin ang iyong hardin ng mga tinik at magtanim ng mga liryong, hyasinto, at rosas, at pagkatapos ay tingnan ang lahat at magalak. Habang bata ka pa, ang iyong mga pagnanasa, na parang mga batang usbong, ay madaling matanggal. Pareho ang mga damo at tinik, bago pa sila lumaki, ay madaling mabunot mula sa lupa, ngunit kapag lumakas na sila at naging matigas, mahirap na silang bunutin. At ang mga baging, kapag unang lumabas ang kanilang mga dahon, ay malambot sa haplos, katulad ng basiliko. Maaari mo silang pitasin nang walang takot, sapagkat bata pa ang kanilang mga sanga. Kaya, subukang ugisain ang iyong mga pagnanasa habang bata ka pa; kung hahayaan mong lumaki pa, iba't ibang pagnanasa ang magpapalupig sa iyong kaluluwa, at magiging mahirap kang makawala rito.

Ang mga taong hindi inaalis ang kanilang mga pagnanasa noong kanilang kabataan ay labis na naghihirap sa katandaan, dahil ang kanilang mga pagnanasa ay tumatanda kasabay nila at nagiging isang masahol na nakasanayan. Habang tumatanda ang isang tao, sinisimulan nilang pahalagahan ang kanilang mga pagnanasa, nagiging mas maluwa sa sarili, humihina ang kanilang kalooban, at mas nahihirapan silang labanan ang kanilang mga pagnanasa. Sa kabataan, puno ng enerhiya ang isang tao, at kung itutok niya ang enerhiyang ito sa pag-ugis ng kanyang mga pagnanasa, magtatagumpay siya.

Paano alisin ang mga hilig

— Geronda, bakit palagi akong nahihirapan sa sobrang pagkain?

— Dahil iyon ang iyong kahinaan. Dinadambuhalaan ng diyablo ang kampo na pinakamahina; ang iba naman—na mahigpit ang depensa—hinihiwanag niya. "Kung matagumpay kong masakop ang kampong ito," sabi niya, "sunod-sunod kong sasakopin ang iba." Kaya't dapat mong palakasin nang mabuti ang iyong kahinaan.

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

⁵ Tingnan ang 3 Hari 18:26

— Huwag kang mawalan ng pag-asa at huwag kang matakot. Matapang mong daigin ang iyong mga pagnanasa nang paisa-isa, simula sa pinakamahalaga. Nakakatulong sa simula na huwag masyadong mag-isip nang malalim, kundi harapin at puksain ang pinakamalupit at pinaka-halatang-halata. At kapag nagsimulang malanta ang makakapal na ugat ng mga pangunahing pagnanasa, malalanta rin kasama nila ang mas pinong mga ugat. Dahil dito, sa pagbunot mo ng isang pangunahing pagnanasa, nabubunot mo rin ang mga mas maliliit na pagnanasa kasama nito.

— Bakit, Geronda, bagaman palagi kong pinapasiya na simulan ang isang seryosong pakikibaka laban sa aking mga pagnanasa, wala naman talaga akong nagagawa?

— 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 karwahe 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 napagtagumpayang pagnanasa, matatanggal mo rin ang iba pang mga pagnanasa, at ang mga birtud na kabaligtaran nito ay uunlad sa loob mo. Sabihin nating ikaw ay selos. Kung lalaban mo ang selos at papalaganapin mo ang pag-ibig at kabaitan sa iyong sarili, kung gayon, sa pagdaig mo sa selos, sabay kang malalaya mula 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 mo agad ang mga ito — kung hindi, lalago ang mga ito. Hindi na kailangang maghintay dito. Kapag tumatawid ang isang tao sa 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; ganoon din sa tukso — dapat mong bitawan nang matalim ang tali.

— Geronda, sinasabi ni Abba Isaac na taga-Syria: 'Ang kawalang-emosyon ay hindi nangangahulugang hindi mararamdaman 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 asketiko. Hindi tumitigil ang diyablo sa tuksuhin ang tao, ngunit kung hindi tinatanggap ng tao ang mga mungkahi ng kaaway, nililinis ang kanyang puso at naninirahan si Cristo sa loob niya. Ang kanyang puso ay nagiging pugon, isang 'pogon na hindi masisira'⁷, at ano mang 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 na labanan ang ating 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 iyon. Kung lagi nating isinasaalang-alang ang kamatayan na may pag-asa sa Diyos, makikilala natin ang kawalang-kabuluhan ng mundong ito at matatanggap ang espirituwal na

⁶ Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 210.

⁷ Tingnan Ex. 3:2-3

tulong. Kaya, dapat nating isipin ang Paghuhukom ng Diyos at huwag kalimutan na kakailanganin nating magbigay-linaw para sa ating mga kasalanang hindi pinagsisihan. "Ano'ng ginagawa ko? Bakit ako nabubuhay nang padalos-dalos? Kung mamatay ako ngayon, ano'ng mangyayari sa akin? Nakipagkasundo na ba ako sa kamatayan? Pagkatapos ng lahat, namamatay ang maliliit at ang mga dakila." Kung iisipin ko na maaaring tawagin na ako ng Diyos sa Kanya anumang sandali, hindi ako magkakasala.

Upang patayin ang ating mga pagnanasa, dapat nating isipin ang kamatayan, ang darating na Paghuhukom, at magpakita ng sigasig para kay Kristo, na labis ang pagdurusa upang tubusin tayo. Ang pakikipaglaban 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 magdusa nang magiting kaysa matalo ng mga pagnanasa at mapasaktan si Kristo.

— Geronda, mahirap para sa akin ang lumaban.

— Masakit mag-alis ng tusok sa daliri, ngunit ang pag-alis ng isang pagnanasa sa sarili 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 tao ay nagdurusa tulad ng pagdurusa ng isang may demonyo kapag siya ay pinagsabihan, dahil sa sandaling iyon ay may pakikipaglaban sa diyablo. Ngunit pagkatapos ay napapalaya ang may demonyo.

Ang paglilinis sa sarili ay hindi nangyayari nang kusa, nang walang pagsisikap, sa isang pindot lang ng pindutan. Hindi agad napuputol ang mga pagnanasa, tulad ng troso na hindi agad nahahati sa isang hila lang ng lagari. Matagal na pinagratrabaho ng karpintero ang mga tabla hanggang sa maging kinakailangang muwebles. Ngunit hindi doon nagtatapos ang trabaho. Gaano karaming pagsisikap ang kailangan para maging muwebles ang isang troso! Una, kailangang lagariin ang troso para maging mga tabla; pagkatapos ay gugugol ng matagal na panahon ang isang manggagawa sa pag-ukit at pag-ukit sa mga ito upang gawing kinakailangang kasangkapan.

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

— Kung hindi mo makita kung bakit kailangang gawin ang trabahong ito, mananatili kang tuhod at ihahagis sa apoy.

Dapat kang magtanim, upang palaguin ito ng Diyos

— Geronda, araw-araw sinasabi ko: 'Simula bukas, sisimulan ko nang manalangin at pagbutihin ang sarili,' pero nanananatiling pareho ang lahat.

— Unahin ang Diyos, at sabihin: 'Sa lakas ng Diyos susubukan kong pagbutihin ang aking sarili,' saka tutulongan ka ng Diyos. Ang katotohanang nais mong pagbutihin ang iyong sarili ay nangangahulugang tinatanggap mo ang tulong. Hinihiling mo sa Diyos ang tulong — at tinitingnan ka Niya nang may pabor. Ginagawa mo ang maliit na kaya mong gawin, at sa gayon ay sumusulong ka. Sino sa mga tao, kung makakita ng isang maliit na batang sinusubukang ilipat ang isang malaking bato gamit ang kanyang maliliit na kamay, ang hindi agad lalapit upang tumulong? Ganoon din, ang Diyos, sa pagkitang maliit mong pagsisikap, ay tutulong sa iyo upang magtagumpay.

May ilan, kahit na hindi sila nagsisikap na magbago, 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 pagkakataon? Para matulungan ka ng Diyos, dapat magpursigi ka muna. May ilang bagay na dapat gawin ng isang tao bago ipadala ng Diyos ang Kanyang tulong. Hindi mangyayari na matulungan ang isang tao kung hindi niya ninanais tulungan ang sarili.

Minsan sinisikap nating makamit ang biyaya at mga kaloob ng Diyos sa pamamagitan ng mahiwagang paraan. Iniisip natin na nang walang pakikibaka ay makamit natin ang isang birtud at

maging mga santo pa. Ngunit upang mabigyan tayo ng Diyos ng anumang bagay, kailangan nating magsikap. Paano makakapagbigay ang Diyos sa atin ng anumang bagay nang walang ating pagsisikap? Tulad ng sinasabi sa troparion: "Pinagyaman Mo ang tigang na ilang"⁸. Nagpapadala ang Diyos ng ulan, pinapaluwag ang lupa, ngunit tayo ang dapat mag-araro sa sarili nating bukid. Handa na ang lupa, ngunit kailangan nating mag-araro at maghasik. At ang ating inhasik, iyon ang ating aanihin. Kung hindi tayo mag-aararo, paano tayo makapaghahasik? At kung hindi tayo maghahasik, ano ang aanihin natin?

Kaya hindi natin dapat itanong kung ano ang magagawa ng Diyos, kundi tanungin ang 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 mga pagnanasa

"Ang taong mapagmahal sa sarili ay walang kapayapaan; ang ganoong tao ay walang kapanatagan ng isip, sapagkat hindi siya malaya sa loob"

Kabanata 1.

Pagmamahal sa sarili at ang mga kahihinatnan nito

Ang lahat ng mga pagnanasa ay nagmumula sa pagmamahal sa sarili

— Geronda, ano ang pagmamahal sa sarili?

— Ang pagmamahal sa sarili ay ang katuparan ng mga pabigla-biglang hilig ng dating sarili, ibig sabihin, pagmamahal sa dating sarili. Ang kasakiman sa 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 mangyari sa kanyang mahalagang kalusugan. Ang ikatlo ay nag-aangkin na dapat siyang isaalang-alang at pahalagahan. Kung siya ay kahit kaunti pang-iinsultohin, o hindi ginawa ang gusto niya, agad siyang nag-aalab: 'Bakit hindi nila ako iniisip? Ipapanakit 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 iniaalay ng isang tao ang sarili niyang mga pagnanasa para sa ikabubuti ng iba. Bawat pagnanasa ay may tatak ng pantaong 'Ako', ng pagmamahal sa sarili. Kung ang isang tao ay hindi iniisip kung ang gusto niya ay nakalulugod din sa iba, at nagsisimulang mangailangan: "Gusto ko ito, gusto ko iyon" o "bakit hindi mo ito ginawa para sa akin, bakit hindi mo ako binigyan niyan?" — ang ganitong tao ay sa huli ay napapasailalim sa kapangyarihan ng diyablo.

— May ilang tao na hindi mapakalma kapag hindi naging ayon sa gusto nila ang mga nangyayari.

— Ngunit paano sila makakapagpakalma 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

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

⁹ Awit 43:23

si Kristo? Ngunit kapag walang 'sarili', at iisa lamang ang Pinakamahalaga, si Kristo — 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 trahedy! Para itong pagsasabing: 'Kung itatabi ko ang aking mga hilig, ano pa ang matitira sa akin?' Sapagkat kapag sinasabi kong dapat mong itabi ang sarili, ang ibig kong sabihin ay itabi ang iyong mga hilig, hubarin ang iyong lumang pagkatao. Para sa isang ganap na tao na nakakaunawa sa mga bagay-bagay, tila hindi seryoso na sabihin: "Hindi ko kayang isuko ang aking 'sarili.'" Kung sasabihin sa iyo ng isang tao, "Kumuha ka ng martilyo at gibain mo ang pader na ito," at hindi ka pa kailanman humawak ng anumang bagay maliban sa paintbrush, maaaring sabihin mo, "Hindi ko kaya." Ngunit para alisin ang lumang sarili, hindi kailangan ang pisikal na lakas—ang kailangan ay 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 pinakamainam, 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 kailangan. Sabihin nating may dalawang putahe sa harap ko, pareho ang dami ng bitamina, ngunit 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, dahil nawawalan ako ng gana dahil sa sakit, kung gayon ay isang usapin iyon ng katwiran.

Ang katawan, itong 'masamang maniningil ng buwis'¹⁰, ayon kay Abba Macarius, ay maaaring humiling ng higit pa kaysa 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 anumang bagay. Halimbawa, ang isang taong sobra sa timbang: parang isang buong bodega ang tiyan niya; kailangan niyang 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 ba nila ang kanilang sarili nang husto?

— Siyempre, medyo mas malakas sila sa pisikal, pero mas disiplinado rin sila sa sarili. Binibigyan ni Elder Haji-Georgios ang kanyang mga monghe ng kaunting pulot at mani araw-araw¹¹. At gayon pa man, bata pa silang lahat, mga labinlimang taong gulang, sa isang panahon ng aktibong paglaki, ngunit sa espirituwal ay parang matatanda na sila! Ngayon, sinusunod ng mga tao ang lohikang makamundo: "Hindi dapat mag-ayuno ang mga bata, baka magkasakit; dapat sagana sila sa lahat ng bagay; kailangan nating protektahan sila mula sa paghihirap." At dahil dito, nabubuhay ang mga kaluluwang ito na palaging humihingi ng mga outlet, ngunit wala itong anumang benepisyo sa kanila.

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

¹⁰ Palladius, Obispo ng Helenopolis. Kasaysayan ng Lausan. Philokalia ng mga Ama ng Neptic at Asketiko. Tomo VI. Thessaloniki, 1996. p. 124

¹¹ Ang pag-aayuno ay palaging sinusunod sa komunidad ni Nanak na si Hatzigeorgios (tingnan si Nanak na si Paisios ng Bundok Athos. Nanak na si Hatzigeorgios. Thessaloniki, 2005). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Ang pagmamahal sa sarili ay sumisira sa pagmamahal sa kapwa

— Geronda, ngayong araw ay isang matanda ang nahihirapang umakyat sa hagdan ng 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. Ang pagmamahal sa sarili ay sumisira sa pagmamahal sa kapwa, kaya ganoon ang ating pag-uugali. Ngunit ang taong nagmamahal sa sarili ay hindi namumuhay ayon sa diwa ng Ebanghelyo. Kung inisip ni Kristo ang Kanyang sarili, nanatili sana Siya sa Langit, hindi Siya bababa sa lupa, hindi Siya maghihirap, at hindi Siya ipapako sa krus para sa ating kaligtasan.

Ngayon, halos lahat ay makasarili, ngunit wala nang diwa ng pagsakripisyo. Ngayon, ang nangingibabaw na saloobin ay: 'Basta hindi ako ang naghihirap.' Alam mo kung gaano kahirap tingnan ang mga nasa paligid mo! Kamakailan, sa ospital na¹³, nasaksihan ko ang sumusunod na pangyayari: isang pasyenteng nakahiga sa kama ang kailangan buhatin para ilipat sa ibang ward; ang lalaking nars ay hindi gumalaw, kahit na iyon ang kanyang trabaho. "Hindi ko kaya: sumasakit ang likod ko," ang walang pakialam niyang sabi! Oo, nakikita ninyo, isang 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 upang tumulong! Alam mo ba kung gaano ako kasaya kapag nakakakita ako ng taong, sa kabila ng kanilang sariling mahirap na sitwasyon, ay nagsasakripisyo para sa iba! Sobrang saya ko! Nagsasaya ang puso ko. Pakiramdam ko ay magkakasama kami ng taong ganoon, dahil malapit sila sa Diyos.

Pabayaang mong mapunta sa impyerno ang iba!

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

— Oo, pumasok siya at sinabi: 'Kailangan kitang makausap. Nasa Athos ako, hindi kita nahanap doon, kaya pumunta ako rito.' 'Sige,' sabi ko sa kanya. 'Hindi mo ba nakikita na may iba pang naghihintay? Umalis ko na ba ngayon para sa iba at saka kita haharapin?' 'Oo, Ama,' sabi niya. Maiisip mo ba 'yan? May mga taong nakatayo sa hagdan, siksik na parang sardinas — ang mga maysakit, mga babaeng may maliliit na anak... at itong isa ay pilit na ipinapagawa ang gusto niya. At kung seryosong bagay pa sana, pero puro kalokohan lang ang sinasabi niya. Siya ang pinakamahalaga; hayaang mapahamak ang iba!

Minsan may mga taong lumalapit at sasabihin: "Ama, ipanalangin mo lang ako ngayon at huwag mo nang isama ang iba." Ang kapal ng mukha! Para ka lang sinasabing: "Ako lang ang nakasakay sa tren na ito; ayokong 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 Kristo: 'Sapagkat ang sinumang nagnanais na iligtas ang kaniyang kaluluwa ay mawawalan nito' (¹⁴)?

— Ang ibig sabihin ay dapat 'mawala' ng tao ang kanyang kaluluwa sa mabuting kahulugan. Na hindi niya dapat ituring na mahalaga ang sarili niyang buhay, kundi isakripisyo ito para sa kapakanan ng iba. 'Walang sinumang naghahangad ng kanyang sariling kabutihan, kundi ang kabutihan ng kanyang

¹² Lucas 10:31-32

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

¹⁴ Mat. 16:25

kapuwa¹⁵, sabi ni Apostol Pablo. Ito ang mismong pundasyon ng buhay espirituwal: kalimutan ang sarili sa mabuting kahulugan at lumingon sa iba, upang makibahagi sa kanilang sakit at mga paghihirap. Hindi dapat maghanap ng paraan upang iwasan ang mga paghihirap, kundi maghanap ng pagkakataon na makatulong sa kapwa at magdala 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 maliit na mundo, 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 nakikita kong nagmamadali ang mga tao na makatanggap ng Komunyong, tinutulak pa 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 Komunyong?' o 'Baka may iba pang mas nagmamadali kaysa sa akin?' Wala nang iba! Tatanggap sila ng Komunyong at kalmadong aalis. Gayunpaman, kahit na hindi sapat ang Komunyong para sa iyo, dapat kang magalak na napunta ito sa iba kaysa sa iyo. At kung ang pari ay may iisang partikulo, iisang perlas lamang, at may maysakit na nasa kamatayan na nangangailangan ng Komunyong, tiyak na dapat kang magalak na hindi ikaw ang tumatanggap ng Komunyong, kundi siya. Ito ang gusto ni Kristo mula sa atin. Ganito pumapasok si Kristo sa puso, pinupuno ang isang tao ng kagalakan.

Ang paghihirap ng pagiging kampante

— Geronda, nahihirapan ako sa isang kapatid na babae.

— Alam mo ba kung ano ang problema? Maraming tao ang nakikita kung paano sila inilalagay ng iba sa alanganin, ngunit hindi nila nakikita kung paano nila inilalagay ang iba sa alanganin. Nananagot lang sila sa iba, hindi sa kanilang sarili. Ngunit ang lohika ng buhay espirituwal ay ang bigyang-pansin kung paano mo inilalagay sa alanganin ang iba, sa halip na kung paano ka nila inilalagay sa alanganin; magsikap para sa kailangan ng ibang tao, sa halip na para sa kailangan mo. Pumunta tayo sa buhay na ito para magpahinga, o para sa kaghinhawahan at ginhawa? Hindi tayo dumating sa mundong ito para magsaya, kundi para linisin ang ating sarili at ihanda para sa buhay na darating.

Kung tayo lamang ang iniisip at ginagawa lang natin ang gusto natin, nagsisimula nating hingin na isipin tayo ng iba, paglingkuran tayo, tulungan tayo... ibig sabihin, para matiyak na tayo ay palaging kumportable. "Talagang gusto ko ito," sabi ng isa, "Ngunit may iba pa akong gusto," sabi ng isa pa. Ang lahat ay nagsusumikap para sa kanilang gusto, 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 Konica at nagtungo sa mga bundok. Sa araw na pumasok ang mga Aleman sa Konica, ang dalawang kapatid kong lalaki ay bumaba mula sa bundok papunta sa kapatagan nang maaga sa umaga upang mag-araro ng mais sa taniman ng gulay. Nang marinig kong dumating na ang mga Aleman, dali-dali akong lumapit sa nanay ko: "Ma, pupunta ako sa ibaba para babalaan ang mga kapatid ko." Hindi niya ako pinayagang umalis, dahil sinasabihan siya ng lahat: "Wala na silang pag-asa, kaya huwag mo siyang payagang umalis, baka mawala ka rin sa kanya." "Parang ganoon nga," naisip ko. Sinulot ko ang aking botas militar at tumakbo pababa sa taniman ng gulay. Sa pagmamadali ko, hindi ko naitali nang maayos ang aking mga botas, at habang

¹⁵ 1 Cor. 10:24

tumatakbo ako sa bukid na kakabuhos lang ng tubig, nahulog ang mga ito sa aking mga paa at naipit sa putik. Iniwan ko sila 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. "Maghuhukay na lang kayo," sabi ko sa mga kapatid ko, "at magpapanggap akong nag-aasikaso sa bukid at pumipili ng mais." Dumaan ang mga Aleman at hindi man lang nagsalita. Pagkatapos lang ay napansin kong puno ng sugat mula sa mga tinik ang mga binti ko, pero hanggang sa sandaling iyon ay wala akong naramdaman. May tuwa sa takbong iyon! Ang kagalakan ng pagsakripisyo. Paano ko maiwanan ang aking mga kapatid? Ano kung may nangyari sa kanila? Bubugbogin ako ng konsensya ko pagkatapos. Kahit wala akong konsensya, mararamdaman ko pa rin ang paghihirap ng pagpapanggap sa sarili.

Ang pagmamahal sa sarili ay ninanakaw ang ating kapayapaan at kagalakan

— Geronda, bakit hindi ako laging may payapang espiritu?

— Hindi mo pa pinalaya ang iyong sarili mula sa iyong 'sarili'; bilanggo ka pa rin ng iyong dating pagkatao. Subukang ipamatay ang iyong 'sarili', kung hindi, sisirain ka nito. Ang sinumang may pagmamahal sa sarili ay hindi makakamit ang kapayapaan o kapanatagan ng loob, dahil hindi siya malaya sa kanyang kalooban. 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 katotohanan...

— Sa katotohanan, mahirap ito. Dito mismo nahahadlangan ang ating lumang sarili. Ngunit kung hindi natin pigilan ang ating lumang sarili nang may pagsusumikap at paghuhusga, sisabog nito ang buong estruktura ng ating buhay espirituwal.

— Geronda, ano ang itsura ng impiyerno?

— Ikukwento ko sa iyo ang isang kuwento na narinig ko noon. Noong araw, may isang payak na tao na humiling sa Diyos na ipakita sa kanya ang langit at impiyerno. At isang gabi, sa isang panaginip, narinig ng taong ito ang isang tinig: 'Halika, ipapakita ko sa iyo ang impiyerno.' Pagkatapos ay nandoon siya sa isang silid. Sa gitna nito ay nakatayo ang isang mesa, at maraming tao ang nakaupo rito. Sa mesa ay may kalderong puno ng pagkain. Ngunit nagugutom ang mga tao: kumukuha sila mula sa kaldero gamit ang mahahabang kutsara, ngunit hindi nila maiabot sa kanilang mga bibig ang mga kutsara. Kaya ang ilan sa kanila ay nagre-rereklamo, ang iba ay sumisigaw, at ang iba 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. Naiintindihan mo na ba ngayon kung paano mo maaaring maranasan ang paraiso kahit sa buhay na ito?

Ang mga gumagawa ng mabuti ay nagagalak, sapagkat pinapawi ng Banal na aliw ang kanilang mga puso. 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-dala mo ang paraiso. Ngunit kung ang mga pagnanasa at kasamaan ay naninirahan sa iyong kalooban, ang diyablo ay nasa iyong kalooban, at saan ka man magpunta at

saan ka man naroroon, dala-dala mo ang impyerno. Sa buhay na ito pa lamang ay nagsisimula na tayong maranasan ang paraiso o impyerno.

Kabanata 2.

Kalayaan mula sa pagkaalipin ng pagmamahal sa sarili

Ang layunin ng pakikibaka: pagtanggap sa makasariling pagkatao

— Geronda, paano ko malalampan ang pagmamahal sa sarili? Limitado ang aking pisikal na lakas, at nahihirapan akong magsagawa ng pagtanggap sa sarili sa lahat ng bagay at kumilos nang may pag-aalay-sacripisyo.

— "Ang durog na diwa ay handog sa Diyos: ang durog at nagpapakumbabang puso ay hindi niya pinamumuhi."¹⁶ Hindi mo malalampan ang pag-ibig sa sarili sa pamamagitan lamang ng pag-aangat ng mabigat na pasanin ng iba — hindi ito hinihingi sa iyo ng Diyos, sapagkat kulang ka sa sapat na lakas ng katawan. Ngunit ang pagmamahal sa sarili ay maaaring mapagtagumpayan sa pamamagitan ng kababaang-loob, sa pagtitiis ng 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 kaugnayan ng pisikal na paggawa, ascesis, at ang pagpapasuko sa mga pagnanasa?

— Ang pisikal na paggawa ay nagpapasailalim sa katawan sa espiritu. Ang pag-aayuno, pananalangin sa gabi, at anumang iba pang pagtitimpi na isinasagawa alang-alang sa pag-ibig kay Kristo, kapag sinamahan ng pakikibaka laban sa mga pagnanasa ng kaluluwa, ay kapaki-pakinabang. Sapagkat kung ang isang tao ay hindi winawasak ang mga pagnanasa ng kaluluwa—pagmamataas, inggit, galit—ngunit pinahihirapan lamang ang katawan nang walang pag-iisip, pinapakain niya ang kanyang mga pagnanasa sa pamamagitan ng pagmamataas. Mas nakasasama sa atin ang mga pagnanasa ng kaluluwa kaysa sa labis na katabaan ng katawan: ang labis na katabaan 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 pag-alis ng makalumang sarili.

— Geronda, paano dapat magsagawa ng pagtitimpi?

— 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, makasarili, inggit, at iba pa. At saka lamang dapat lumipat sa pagtitipid sa pagkain at pagtulog. Sa ganoong paraan, magiging makatarungan ang pisikal na pag-aascetismo.

— Geronda, paano malalaman ng isang tao kung nasaan ang hangganan ng kanyang kakayahan at kung saan nagsisimula ang pagmamahal sa sarili?

— Dapat obserbahan ng isang tao ang sarili at mag-eksperimento. Sa pamamagitan ng pagsubok at pagkakamali, matutasa at mauunawaan nila ang kanilang mga kakayahan. Ang isang walang karanasang tinderero ay nakikisukat minsan ng kulang, minsan naman ng sobra, ngunit sa paglipas ng panahon malalaman nila kung ano at gaano karami ang ilalagay. Sa anumang kaso, habang bata pa ang isang tao, maaari nilang ipuwersa ang kanilang sarili nang mas mahigpit. Habang tumatanda sila, humihina ang kanilang lakas, at hindi na nila dapat ipagpabigat ang sarili. Kung magpapasobra sila,

¹⁶ Awit 50:19

maaari pa nilang masaktan ang kanilang kalusugan. Kaya naman, paminsan-minsan, kailangang muling suriin ang sariling kakayahan sa pisikal at umangkop sa bagong kalagayan.

— Minsan, kapag nararamdaman kong nauubos na ang aking lakas, sinasakop ako ng takot at wala akong magawa. Marahil ay dahil ito sa pagmamahal sa sarili?

Kapag pakiramdam mo'y nauubos ka na, isipin mo kung ano ang sanhi: dahil ba ito sa karamdaman? Kung hindi, marahil kakulangan sa tulog—kaya kailangan mong kumain nang mas marami 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 mataboy ko ang Grasya ng Diyos dahil masyado kong pinipilit ang sarili ko?

— Hindi, bobo ka! Kailangan mong bantayan ang sarili mo at huminto bago ka maubusan ng lakas. — Ngunit pakiramdam ko ay hindi ko pa natutupad sa buong buhay ko ang sinabi ng mga banal na ama: 'Magbigay ng dugo at tanggapin ang Espiritu.'¹⁷

— Anong dugo ang maibigay mo? Kailangan mo rin ng dugo... Ituon mo ang lahat ng iyong pansin sa mga pagnanasa ng kaluluwa.

Huwag masyadong mag-alala tungkol sa ginhawa

— 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 kaniya sa espirituwal.

Ang layunin ay mas makaramdam ang tao ng kagalakan sa hindi komportableng kalagayan at paghihirap kaysa sa ginhawa. Kung alam mo lamang kung paano namumuhay ang ilang matatanda sa Athos at kung anong kagalakang nararanasan nila sa paggawa nito! Alam mo ba ang sakripisyong ginawa ng isang matanda na nakatira isang kilometro mula sa aking selda, sa tuktok ng bundok, sa matarik na dalisdis? Ang mahirap na lalaki ay gumagapang pababa sa daanan gamit ang apat niyang tuhod at kamay tuwing kailangan niyang dalawin ang isang nakatatanda na nakatira sa mas ibaba. Nais sana ng mga nakatatanda na isama siya sa monasteryo upang mas madali siyang alagaan, ngunit tumanggi siya. Pagkatapos, sinabi ng lahat, 'Nasa kalagayan siya ng ekstasi,' dahil ang nakatatandang ito ay nag-iisa sa kanyang selda. Minsan ay lumapit siya sa akin at sinabi kung bakit ayaw niyang pumunta sa monasteryo. Noong unang panahon, walang simbahan 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 simbahan ng sarili nitong Anghel na Tagapangalaga, at hindi siya maaaring iwanang mag-isa." Nangako siyang hindi na aalis ng selda, at itinayo nila ang kapilya. Sa kalaunan, gumuho ang selda kung saan naninirahan ang nakatatanda, at nanirahan siya sa kapilya. Nakatulog pa nga siya roon, nakaupo sa stasidia. Ang sakripisyo naman! Nagdala ako sa kanya ng ilang damit, dahil wala na siyang kahit ano. Maysakit din siya—palagi siyang pinahihirapan ng panakit ng tiyan. Minsan, pinadala ko ang isang doktor na kakilala ko para kumustahin siya. Pumunta ang doktor kasama ang isang kasamahan, ngunit natagpuan nilang patay na ang matanda: nakaupo siya sa stasidia, nakabalot sa isang kumot. Ganoon siya pumanaw sa Panginoon!

¹⁷ Abba Longinus. Kinuha mula sa: Mga Kahanga-hangang 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 buhay sa mabagsik na kalagayan alang-alang sa pag-ibig ni Cristo ay nagdadala ng pagkabait ni Cristo sa puso. Ang banal na kagalakan ay isinisilang mula sa pagdurusa ng katawan. Ibinuhos ng mga banal na ama ang kanilang dugo at tinanggap ang Espiritu. Sa pamamagitan ng paggawa ay nakamtan nila ang biyaya. Tinalikuran nila ang kanilang 'sarili' at natagpuan ito sa mga kamay ng Diyos.

Naiiyakan ako kapag binabasa ko ang synaxarion ng mga banal na asketiko ng Bundok Sinai. Limang libong asketiko ang nanirahan sa Sinai, at gaano pa karami sa Athos! Sa loob ng isang libong taon, gaano karaming ama ang naging banal! At gaano karaming pagdurusa ang tiniis ng mga nagpapatotoo sa pananampalataya at mga martir! Ngunit tayo'y nagrereklamo sa kahit kaunting kahirapan. Nais nating makamit ang kabanalan nang walang pagsisikap. Ang paghahain sa sarili ay isang bihira. Kahit tayo, mga monghe, ay hindi nauunawaan na ang mga biyaya ay nakukuha sa pamamagitan ng paggawa¹⁹, at naawa tayo sa ating sarili, gumagawa tayo ng mga dahilan, at naghahanap ng mga nagpapagaan na kalagayan. Dito nagmumula ang kasamaan. Tinutulungan ng diyablo ang bawat tao na makahanap ng dahilan, at lumilipas ang mga taon.

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

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

— Geronda, may naiisip ako na hindi lamang ang aking pisikal na kahinaan ang dapat sisihin sa kung bakit ako napakapadaling mapagod.

— Oo, kung mayroon kang Banal na Apoy sa loob mo, magkakaiba ang lahat.

— At paano ko makakamtan ang Banal na Apoy na ito?

— Kailangan mong kalimutan ang sarili at isipin ang iba.

— Sa tingin ko, mahirap itong gawin palagi.

— Sa pinakamababa, subukang isipin at alagaan ang iba gaya ng pag-iisip at pag-aalaga mo sa sarili mo. Unti-unti, darating ka sa puntong hindi mo na papansinin ang sarili mo—sa mabuting paraan—at palagi mong iisipin ang iba. Pagkatapos, iisipin ka rin ng Diyos, gayundin ng mga tao. Huwag mo lang gawin iyon para lang iisipin ka ng iba!

— Kaya, lumalabas na ang sarili kong 'ako' ang nagpapahirap sa akin?

— Aba, 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 lubos at walang-hanggang pag-ibig na dapat mong ipamalas sa iba.

— Geronda, paano ko mailalayo ang sarili ko?

— Hangga't maaari, huwag mong isama ang 'sarili' mo sa iyong ginagawa; maglaan ka ng puwang sa puso mo para sa iba. Ang iyong ninanais 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, sapagkat ibubuhos ng Diyos ang Kanyang biyaya at pag-ibig sa iyo nang sagana. Mamahal Siya sa iyo nang malalim, at mamahalin mo Siya rin, sapagkat titigil ka nang mahal ang sarili mo, ang iyong 'sarili' 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 magninging ng isang

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

di-materyal na liwanag. Mananalangin ako na maranasan mo sa lalong madaling panahon ang sinasabi ko at mapalaya ka mula sa paghihirap ng pagmamahal sa sarili.

— Geronda, maaaring nangyayari na nakikipaglaban ako sa pagmamahal sa sarili, ngunit nananatili pa rin ang aking 'sarili' sa aking mga gawa?

— Nakasalalay lahat sa kung paano ka nagsusumikap. Itinatakwil ng isang tao ang marumi at kasuklam-suklam, ngunit kailangan munang maunawaan ng isang tao na ito nga ay marumi at kasuklam-suklam. Kung hindi mo mararamdaman ang pagkasuklam, hindi mo ito itatakwil. Upang itakwil ang dating sarili, kailangan mong maramdaman ang pagkasuklam dito. Hindi ka makakausad kung paralisado ang iyong mga paa.

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

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

— Kapag ang isang tao, na nagsusumikap nang may kababaang-loob, taimtim 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 sinabi niya: 'Huwag maghanap ng pahinga ng katawan maliban kung ipadala 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. Higit sa lahat, kinakailangan ang pagtanggap sa sarili, at sumusunod ang saganang banal na biyaya, sapagkat kapag may pagtanggap sa sarili, ipinagkakaloob ng Diyos ang Kanyang biyaya sa isang tao.

Kapag ang isang tao ay may diwa ng paghahain sa sarili, tatanggap siya ng banal na tulong; inaalagaan siya ng Diyos. Ayon sa antas ng kanilang paghahain sa sarili at panalangin para sa kanilang kapwa, tumatanggap ang isang tao ng tulong mula sa Diyos.

Isang huling gabi, naglalakad ako mula sa Monasteryo ng Stavronikita papunta sa selda ni Ama Tikhon, na inaayos ko dahil balak kong lumipat doon.²¹ Sa daan, may huminto sa akin na isang lalaki. May mabigat akong bag sa likod, at lalo pang pinalala ng mahinang ulan, ngunit nakatayo lang ako at nakikinig. Medyo madilim na, at tuloy-tuloy lang siyang nagsalita nang hindi humihinto. 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 mapuputol? 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 ako, ngunit pag-apak ko pa lang sa daan papunta sa selda, nadulas ako at nahulog sa mga palumpong. Natanggal ang mga sapatos ko, naipit ang bag ko sa mga sanga, at umakyat ang kasakko ko hanggang leeg. Hindi ako makakita ng anuman. Pagkatapos sinabi ko sa sarili ko: 'Mas mabuti pang manatili rito. Aaminin ko ang mga panalangin sa gabi, ang serbisyo sa hatinggabi, at ang Matins, at pagkatapos, sino ang nakakaalam, sisikat na ang araw at makakarating ako sa selda. At ang kaluluwang iyon, makakahanap kaya siya ng daan?' Nang marating ko ang "Maawa ka sa akin, O Diyos, ayon sa Iyong dakilang awa," bigla, na para bang may searchlight, isang maliwanag na liwanag ang nagliwanag sa buong bangin! Nahanap ko ang aking mga bota at nakalakad ako. Maliwanag 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

²⁰ Ang mga ascetic na tagubilin nina Venerable Barsanuphius at Juan. Hinango mula sa: Dobrotolyubie. Bol. II. Lavra ng Banal na Trinidad at San Sergius, 1992. p. 569.

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

mahihirapan pa akong hanapin. Pumasok ako sa kapilya at sinindihan ko ang lahat ng lampara roon. At saka nawala ang liwanag—hindi na ito kailangan!

Bahagi 2.

Pagmamataas — ang ugat ng kasamaan

"Ang mga mayabang ay pinaghiwalay sa Diyos, sapagkat ang kapalaluan ay isang mahinang konduktor, isang insulator na hindi nagpapalusot sa Grasya ng Diyos at naghihiwalay sa atin sa Kanya"

Kabanata 1.

Pagmamalaki — ang punong-himpilan ng mga pagnanasa

— Geronda, selos ako, mapaghiganti, mapanghusga, nagagalit...

— Ang selos, paghuhusga, galit, sama ng loob, at iba pa ay nagmumula sa kayabangan. Ang kayabangan ay, masasabi natin, ang punong himpilan ng lahat ng mga pagnanasa. Sa pagtama sa kayabangan, tinatamaan mo ang lahat ng mga pagnanasa, at pumapasok sa puso ang kababaang-loob at pag-ibig. Kaya, sa palagay ko ay sapat na na ituon ang pansin sa kayabangan, na ituon ang lahat ng puwersa rito. Na itutok ang lahat ng apoy sa kuta ng kayabangan na naghihiwalay sa atin sa Diyos. Kapag nais ng kaaway na sakupin ang isang estado, tinatamaan niya ang kabisera ng kanyang pangunahing suntok. Kung magawa niyang sakupin ang kabisera, ituring mong nasakop na ang buong estado.

— Geronda, kanino kahawig ang taong mayabang?

— Sa likod ng mga pader na ito, ang diyablo... Bagaman mas madaling talunin ang diyablo kaysa sa mayabang na tao — para doon, sapat na ang pagpapakumbaba; ngunit ang mayabang na tao, kahit pa magpakumbaba ka sa kanyang harapan at humingi ng tawad, hindi mo pa rin siya malalambot. Sasabihin niya sa iyo: 'Naghahabol ka lang!'

Kapag mas mapagpakumbaba ang isang tao, mas mayaman ang kanyang espiritwal na substansiya. Ang mga mayabang ay walang panloob na substansiya. Tumatayo sila nang tuwid na parang hindi pa hinog na tainga ng mais, samantalang ang hinog ay yumuyuko pababa. Ang taong nababalot ng kayabangan 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 diyablo ng hangin, saka tinutusok, at sumasabog ang lobo nang malakas.

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

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 ka sa pangkalahatan. Madalas itinatago ng Diyablo ang mga bagay, at hindi napagtatanto ng isang tao kapag kumikilos siya dahil sa kapalaluan. Ngunit kung siya

ay mapagmatyag sa kanyang sarili, mapagtatanto niya kapag kumikilos siya dahil sa kayabangan. Maaaring hindi niya maramdaman ang lahat ng kayabangan na nasa loob niya, ngunit nararamdaman niya kahit ang bahagi nito; makikilala niya ito kung nararamdaman niya ang makasariling kasiyahan at pagiging mas mataas kaysa sa iba.

— At kung hindi man lang mapagtanto ng isang tao na may kapalaluan sa kaniya, ano ang mangyayari noon?

— Pagkatapos ay pumapasok na ang mga espirital na batas. Nagiging mayabang ang tao, bumabagsak, at napapababa ang loob. Muli silang nagiging mayabang, muli silang bumabagsak, at muli silang napapababa ang loob. At ganoon ang patuloy 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 isang kapatid na babae: 'Maganda ang pagkakagawa ng ikonang iyon mo.' Kung siya ay magmamalaki, sa susunod na kailangan niyang magpinta ng isa pang ikona, iisipin niya: "Mas pagagalingin ko ang icon na ito para muling purihin ako ng Matanda." At aba, sa halip na icon, nakagawa siya ng karikatura. Inaayos ko ito, at sinasabi niya sa sarili muli: "Sa pagkakataong ito susundin ko nang eksakto ang sinabi ng Matanda, at pupurihin niya ako," at muling naging karikatura ito.

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

— Siyempre, maaaring ganoon. Para sa kanya, ang pininturahan niya ay maaaring mukhang isang obra maestra; lalapit siya sa akin nang masaya at sasabihin, 'O sige, Geronda? Maganda ba ang pagkakagawa ng icon?' Ipaliwanag ko sa kanya na ang gawa niya ay isang pininturahang kalat, at saka siya mauunawaan.

— At kung hindi niya maintindihan?

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

— Geronda, paano kung nararamdaman ko ang kayabangan sa isip ko, pero bingi ang puso ko?

— Diyan natin sisimulan, at unti-unting darating ang paggaling. Una munang magsusuri ang doktor, saka pa lamang siya magtatrato.

Ang kayabangan ay sumisiksik kahit saan

— Geronda, mabuti kapag nakararanas ako ng maliliit na kahirapan sa pagtupad ng aking mga monastikong tungkulin — nakikita kong kapaki-pakinabang ito. Maaari bang may kapalaluan din dito?

— Kung ang isang tao ay pabaya, maaari siyang maging mayabang habang nakahiga sa kama at walang ginagawa. Maaaring lumihis ang tren sa kanan o sa kaliwa. Dinadakma tayo ng diyablo mula sa magkabilang panig. May ilan na nagtatanong sa akin: "Ano ang dapat kong bigyang-pansin upang hindi mahulog sa kayabangan?" Parang nagtatanong: 'Saan ako maaaring mahulog dito o doon?' Maaari kang mahulog dito at doon, sa kanan at 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 sumusulpot ang kayabangan kahit saan.

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

— Minsan, mas mapagmataas pa ang ganitong tao kaysa sa iba. Nang nanirahan ako sa Monasteryo ng Stomion²² sa Epirus, narinig ko doon ang tungkol sa isang matandang pastol. Wala siyang pamilya at naglilibot-libot sa iba't ibang lugar. Sa huli, tinanggap siya ng isa pang pastol at pinatira 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 tinakpan niya ng lumang kutson. Nang marinig ko ang tungkol sa kanya, dinalaw ko siya. Napakasahirang ng kanyang kalagayan. Tinanong ko ang isang mahirap na babae kung magkano ang gusto niya para paliguan siya. "Wala, bigyan mo lang ako ng sabon," ang sagot niya. Sa ibang pagkakataon, binisita ko siya habang siya ay nag-aagahan. Nang matapos siyang kumain, tiningnan niya ako, tinalikod ang kanyang plato at buong pagmamalaki niyang idineklara: "Ang galing ng ulo ko, Ama! Kung hindi, nandito sana ang mga aso at pusa." Itinuring niyang isang tagumpay ang pagbaliktad ng plato para hindi ito madilaan ng mga aso at pusa. Para bang lumipad siya sa kalawakan. Ang kapal ng mukha! Nabubuhay siya nang Diyos na lang ang nakakaalam, pero mayabang pa!

Mapagmalaking mga Kaisipan

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

— Tulad ng pagtawa ng iba kapag nakikita nila ang kayabangan sa atin, dapat din tayong tumawa sa mga kaisipang may kayabangan.

— Dumarating ba sa isipan 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 kaisipan ng kayabangan ay dapat itaboy kaagad, gaya ng mga maruruming kaisipan.

— Ang isang maruming kaisipan ay agad na nakikilala, ngunit upang makilala ang kaisipang may kayabangan, kailangan ng pagkamulat. Halimbawa, kung sumagi sa isip mo ang isang maruming kaisipan habang nananalangin ka, kikilalanin mo ito at itataboy mo agad: 'Umalis ka na rito.' Ngunit kung, habang nasa simbahan, may pumasok na kaisipan sa iyo na mahusay kang nakabasa ng Awtus, kailangan mo ng pagkamatiisin upang kilalanin ito at itaboy.

— Ngunit sa karamihan ng mga pagkakataon, lumilitaw ang isang kaisipang may kapalaluan sa isang kisp-mata. Paano nga ba magdadala ng mapagkumbabang kaisipan sa isipan?

— Kailangan kang maghanda nang maaga. "Handa na ako at hindi ako natitinag,"²³ — sabi ni propeta David. Ang mga kaisipan ng kayabangan ay dumarating na parang kidlat — iyan ang matagal nang daya ng diyablo. Ngunit dapat kang gumamit ng ibang paraan — patuloy na mag-alaga ng mga kaisipang mapagkumbaba upang malampasan siya.

Ang mapagpakumbabang 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 nang napakatalino. Sa isang punto, isang mapagmataas na kaisipan ang sumagi sa kanyang isipan, at nawala ang daloy ng kanyang pananalita. Bigla siyang napaiyak at bumaba mula sa pulpito nang may kahihyan. Pagkatapos noon, hindi na siya nakapangaral

²² Nanirahan si Elder Paisios sa Monasteryo ng Stomion sa Konitsa mula 1958 hanggang 1962. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

²³ Awit 118:60

nang matagal — naging walang silbi siya. Sinabi ko sa kanya: "Nangyari ito sa iyo dahil sa kayabangan. Naging mayabang ka, at iyon ang dahilan kung bakit umalis ang biyaya ng Diyos. Ngayon, sa pamamagitan ng pagpapakumbaba, magsimula ka muli. Kapag dumating na ang oras para umakyat sa pulpito, sabihin mo sa iyong sarili: 'Kung ako'y matitiod, ibig sabihin, para sa aking espirituwal na kapakinabangan, kailangan kong maging katawa-tawa muli.' At kung bigla kang umiyak muli, iisipin ng mga tao na umiiyak ka dahil sa emosyon, 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. **Ang kapalaluan ay iba't iba**

Nakatagong Kayabangan

— Geronda, sinabi mong may nakatagong kayabangan sa loob ko. Ano ang nakatagong kayabangan?

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

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

— Ang panlabas na kayabangan ay kapansin-pansin kaya madaling lunasan. Ang taong may panlabas na kayabangan ay makikilala sa kanyang damit, lakad, at pananalita. Ngunit kung minsan, sasabihin mo lang ang ilang salita sa kanila, at aba, nagsisimula na silang bumuti. Ang nakatagong kayabangan, gayunpaman, ay lubhang mapanlinlang kaya mahirap pagalingin. 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 mula sa nakatagong kapalaluan ay mga taong may buhay na espirituwal. Sa panlabas, maaaring mukhang mapagkumbaba at relihiyoso sila, ngunit nagtatago sa kanilang mga puso ng kapalaluan na hindi kapani-paniwala! Kaya, maaaring nakasuot ng punit-punit na damit ang isang tangalashka...

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

— Kung pinagmamasdan nila ang kanilang sarili, gayon nga.

— 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 sinisikap nilang pakalmahin ang kanilang mga iniisip.

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

— Isipin natin na masigasig kang nagsusumikap at sinasabi sa'yo ng iyong mga iniisip na gumagawa ka ng isang dakilang bagay, na ikaw ay isang taong may birtud. Kung gayon, may kapalaluan sa loob mo, ngunit tinatago mo ito. Kapag tiningnan mong mabuti, makikita mong huwad ang kasiyahang nararamdaman mo. Para mawala ang nakatagong kapalaluan, kailangan mong kamuhian ang kasinungalingang ito at paalisin ito sa iyong sarili. Nandidiri ang mga tao sa mayabang sa panlabas, at nakakatulong ito sa kanila upang itama ang kanilang sarili. Ngunit ang mga may panloob at nakatagong kayabangan ay kailangang mamuong sa sarili upang matanggal ito. Gayundin, kung

papayagan mong batikusin ka ng iba, nakakatulong din ito sa iyo, dahil ang nakatagong kayabangan ay lumilitaw, nagiging halata, at unti-unting nawawala.

Makasarili — ang suwail na anak ng kayabangan

— Magkaibang damdamin ba ang kayabangan at kasakiman?

— Ang kapalaluan, kasakiman, at kayabangan ay iisang damdamin lamang, na may iba't ibang antas at pagpapakita. Ang satanicong antas ng kapalaluan ay tinatawag na katigasan ng puso.

Ang makasarili ay ang suwail na anak ng kapalaluan. Ang isang makasariling tao ay palaging naninindigan sa kanyang paninindigan. Ngunit tulad ng mga punong hindi yumuyuko sa puwersa ng hangin na sa huli ay nababali, gayundin naman ang makasariling tao ay napapahamak ang sarili dahil ayaw silang umatras. Ang kasakiman ay isang malaking kasamaan! Bagaman hindi nakakahanap 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 naiintindihan?' 'Alam ko,' ang tugon niya, 'ngunit hindi ako maaaring sumuko sa kanilang opinyon.' Hindi pinayagan ng pagkamakasarili ni Ario na aminin ang kanyang pagkakamali.

— Wala ba talaga siyang pakialam na nawala sa landas ang napakaraming tao dahil sa kanyang erehiya?

— Hindi siya interesado diyan. "Kung aaminin kong nagkamali ako," sabi niya, "mawawala ang paggalang ng aking mga tagasunod." At habang lalo niyang napagtatanto na siya ay nagkakamali, lalo niyang pinagsikapan na kumbinsihin ang iba na siya ang may tama. Ang kasakiman ay isang kakilabot 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 dalawang katangiang ito. Halimbawa, sa simbahan ay sunod-sunod kayong lumalapit sa mga ikon; alam ng lahat kung sino ang kasunod ng sino. Kung ang isang kapatid na babae ay makasarili at may lumitaw na nauuna sa kanya, ang una ay magiging suplada kaya tatanggihan niyang sambahin ang mga ikon. "Kung nauna siya sa akin," sasabihin niya, "hindi na ako lalapit para sumamba." Pero kung mayabang siya, maiinis din siya, ngunit hindi niya ipapakita; baka bumigay pa siya sa iba, kunwari dahil sa pagiging magalang: "Sige! Ikaw na muna! At ikaw din!"

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

— Kapag nasaktan ang iyong makasarili, huwag agad-agad itong tulungan. Pabayaang mo lang; hayaang mamatay. 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 nahuhulog sa kayabangan?

— Kung madali kang mahuhulog sa kayabangan, 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 isang espesyal na tao. At dahil itinuturing mo ang sarili mong isang natatanging tao, ipinagmamalaki mo ang kahit ang pinakamaliit na bagay, tulad ng isang taong may mataas na presyon ng dugo na agad tumataas ang presyon sa sandaling siya ay medyo mag-alala.

— Geronda, nanlamig na naman ang puso ko. Bakit ito nangyayari sa akin?

— Dahil hindi maayos ang pagkakakabit ng iyong ulo, at dumadaloy dito ang hangin ng kayabangan. Nilalagyan ko ito ng takip, hinihigpitan ko nang mabuti, at tinatanggal mo naman. 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, hindi napapansin ang diyablo, tinatarak niya ang dulo ng kayabangan sa ating ulo, pinapabula tayo na parang lobo, at pinapalipad tayo pataas.

— 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 pananaw; kaya hindi niya matukoy ang mga kaloob na taglay ng ibang tao. Paano makakarating 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 ingranaje 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 dahan-dahang bumaba sa lupa upang hanapin ang sarili mo, kung hindi ay patuloy ka lang na lulutang sa ulap at sasayangin ang gasolina nang walang kabuluhan!

Kumpiyansa sa sarili

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng: 'Kung hindi bumuo ang Panginoon ng bahay, nagsasayang 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 mismo ang gagawa nito, gagawin ko ito sa sarili kong lakas," kahit pa mabali ang kanyang ulo, 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 tiwala mo sa sarili. Akala mo nahuhuli mo ang langaw nang mabilis, pero sa totoo lang hindi langaw ang nahuhuli mo, hangin lang! Itinaas 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 uli ang kamao mo. Una mong tingnan kung may laman ang kamao mo, saka ka lang magsasabing, 'Nahuli ko na.'

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

— Alam mo ba kung ano ang problema rito? Kapag may opinyon ka, hindi mo naiisip, 'Nagkaroon ako ng opinyon, at hindi ko alam kung tama ito o hindi,' kundi naniniwala kang palaging tama ang opinyon mo, at iyon ang dahilan kung bakit naninindigan ka. Parang ikaw yung maybahay na inutusan ng asawa na magluto ng pugita, pero kulang ito ng isang tentacle. 'Tapos na ba? Luto na ba ang pugita?' tanong ng asawa. 'Anong pugita? Pito ito ang paa!' sagot ng misis. 'Hindi pito ang paa, kundi pugita!' — "Hindi pugita, kundi pito ang paa!" Sa huli, hindi na matiis ng asawa ang lahat at, sa pagka-inis sa matigas ang ulo niyang misis, itinapon niya ito sa isang balon. Pero kahit doon, patuloy pa rin niyang

²⁴ Awit 126:1

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

itinaas ang kanyang mga daliri para ipakita na pito, pito, pito! Kaya, sabihin mo ang iniisip mo, pero huwag mong pilitin ang 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 pagkakita mo sa mga bagay. Mag-ingat ka: ang taong masyadong lohikal sa lahat ng bagay, kasama ang pagkamakasariili at tiwala sa sarili, ay maaaring magtapos na hindi na makinig sa kahit sino.

— Paano ko matatanggal ang tiwala ko 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 iyong nagagawa ay mula sa Diyos, at ang mga hangal na bagay ay sa iyo, kung gayon, siyempre, titigil ka nang magtiwala sa sarili at aalisin mo ang iyong tiwala sa sarili.

Pang-aangkin

— Geronda, ang taong mayabang ba ay palaging nagmamayabang tungkol sa kabutihang kanyang nagagawa?

— Magmayabang man sila o hindi, may nakatagong kasiyahan sa sarili pa rin sa kanila! Noong isang araw, may isang lalaki na dumating upang makita ako. Hindi siya tumigil sa pag-uusap tungkol sa sarili, at paminsan-minsan ay sinasamut niya: 'Sinasabi ko ito para sa kaluwalhatian ng Diyos.' Paulit-ulit niya... 'Sinasabi ko ito para sa kaluwalhatian ng Diyos.' Mahinahon kong binanggit: "Marahil ay may kaunting sariling kaluwalhatian ka rin dito?" "Hindi, hindi naman," ang sagot niya, "lahat ito ay para sa kaluwalhatian ng Diyos..." Lumalabas na hindi naman pala siya dumating para pag-usapan ang nasa isip niya, kundi para ikwento ang kanyang mga nagawa "para sa kaluwalhatian ng Diyos," gayong sa totoo lang ay para sa sarili niyang kaluwalhatian niya ito ikinukwento.

Sa anumang kaso, laging talo ang isang tao kung ikukwento niya sa iba ang kabutihang nagawa niya at magmamalaki tungkol dito. Nagpapagal siya nang walang kabuluhan, at hinahatulan pa nga. Isang lalaki, na naghahanda upang maging pari, ay umalis sa isang liblib na monasteryo apatnapung araw bago ang kanyang ordinasyon. Pagkalipas ng tatlumpu't walong araw, kinailangan niyang lisanin ang monasteryo at bumalik sa mundo. At nagsumikap siyang makabalik sa monasteryo at manatili pa roon ng dalawang araw, upang sa huli ay masabi niyang nagpalipas siya ng apatnapung araw doon bago ang kanyang ordinasyon. Pagkatapos ng lahat, si Moises nga ay nagpalipas din ng apatnapung araw sa Bundok Sinai bago niya matanggap ang Sampung Utos!²⁶ Pagkatapos noon, sinabi niya sa lahat: "Gumugol ako ng apatnapung 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 nanatili siya ng apatnapung araw — mas marami sana siyang natanggap na biyaya.

— Geronda, sinasabi ni Apostol Pablo: "Ang magmamalaki ay magmalaki sa Panginoon."²⁷ Maaari bang may kapalaluan sa ganitong pagmamalaki?

— Hindi. Paano magkakaroon ng kayabangan dito? Hindi ito kayabangan, kundi papuri, pasasalamat sa Diyos. Kung ituturing natin itong 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

²⁶ Tingnan Ex. 34:28.

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

pagkakaroon ng mabubuti at debotong magulang at nagagalak siya rito, hindi ibig sabihin na may kayabangan siyang pang-mundo. Ibig sabihin nito ay nagpapasalamat siya sa Diyos.

Paglugod-lugod sa tao

— Geronda, madalas akong makaramdam ng hindi kasiyahan at sama ng loob.

— Anong uri ng sama ng loob?

— Aba, naiisip ko: "Bakit hindi maintindihan ng mga tao kung gaano karaming pagsisikap ang inilalagay ko sa paggawa ng ganito't ganoong gawain, at bakit hindi nila ako iginagalang?"

— Kapag kumikilos ang isang tao nang may kababaang-loob at pag-ibig ngunit hindi siya nauunawaan, natural lamang na masaktan siya, 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 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, alang-alang kay Kristo, at hindi upang mapasaya ang mga tao o dahil sa kayabangan, upang makarinig ng papuri mula sa kanila. Kapag ang isang tao ay hindi naghahanap ng papuri mula sa mga tao, kundi nagsusumikap lamang alang-alang 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 mapasaya ang Diyos ay halo sa pagnanais na mapasaya ang mga tao?

— Ang Diyablo, na nagnanais na dungisan ang lahat, ay maaaring, sa pamamagitan ng pagnanais na magustuhan ng mga tao, magnakaw ng bahagi ng pag-ibig ng isang tao sa kabutihan. Ang isang tao ay may mabuting ambisyon — pag-ibig sa kabutihan — ngunit kung hindi siya maingat sa kanyang sarili, mahahawa siya sa pagnanais na magustuhan ng mga tao, at kung ano man ang gawin ng ganoong tao, hindi ito magbubunga. Parang kumukuha ng tubig gamit ang timbang puno ng butas. Ngunit kung mapagtanto ng isang tao na ang anumang gawaing ginawa dahil sa pagnanais na mapasaya ang iba ay walang laman, agad na mawawala ang anumang pagnanais na gumawa ng bagay para lang sa pagpapakitang-gilas. Hindi na niya nais makita ang mga parangal, ni marinig ng kanyang mga tainga ang sinasabi ng iba tungkol sa kanya.

— Ngunit hindi ko matukoy kung saan sa aking mga gawa ay may pagmamahal sa sarili, at kung saan ay may hangaring mapasaya ang iba.

— Ang dalisay ay agad na halata. Kapag ginagabayan ng pag-ibig ang isang tao, may panloob siyang kapanatagan; ibig sabihin, nararamdaman niya ang katahimikan at kapayapaan sa loob, samantalang ang paghahangad na mapasaya ang iba ay nagdudulot ng agitation at kalituhan sa kaluluwa.

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

— Oo, ang 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 mo 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 magsikap ka sa ganitong 'mabuting gawa'²⁸ — mailalayo ka sa mga makamundong pagnanasa, na ang sentro ay ang pantaong 'Ako'. Pagkatapos,

²⁸ 1 Tim. 6:12

magiging maayos ang lahat, at wala kang matatagpuang tukso, panlabas man o panloob, kundi magtatamasa ka ng panloob na kapayapaan.

— Geronda, nababahala ako sa aking pagkaantala sa buhay-espirtwal. Nais kong umunlad araw-araw.

— Alam mo ba kung minsan? Gusto ng mga tao na alisin ang kanilang mga kahinaan at maging mas mabuti, hindi para sa ikalulugod ng Diyos, kundi para sa ikalulugod ng iba. Halimbawa, ikaw: 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 mas mapalapit sa Diyos, o para magmukhang mas mabuti kaysa sa ibang mga madre? Halimbawa, sinisikap mong makarating sa simbahan bago ang iba. At bakit? Para hindi mahuli sa serbisyo, dahil iyon ang tamang gawin, o para makarating nang una 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 mapintas sa paningin ng mga tao, ngunit hindi ko iniisip ang paglalakad nang matuwid sa harap ng Diyos. Paano ko masisiguro na palagi kong taglay ang takot ng Diyos?

— Kailangan mo ng katinuan. Sa bawat kilos, kahit sa pinakamaliit, dapat si Dios ang nasa sentro. Ituon mo ang buong pagkatao mo kay Dios. Kung mahal mo si Dios, ang isip mo ay patuloy na mapupuno ng mga kaisipan kung paano Siya papaluguran, kung paano maging kaaya-aya kay Dios, sa halip na kung paano maging kaaya-aya sa mga tao. Makakatulong ito sa iyong palayain ang sarili mula sa mabibigat na gapos ng paghahangad ng pag-apruba ng tao, na isang hadlang sa mas mataas na buhay para sa iyo. At kapag natutong magalak ka sa katotohanang ikaw ay napapababa sa mata ng mga tao, lalo kang magagalak sa puso sa Pinakamamahal na Hesus.

Ang Tamis ng Papuri

— Geronda, may narinig akong papuri at...

— At ano ngayon? Ano ba ang dapat nating pakialaman? Paano tayo tinatrato ng iba, o kung paano tayo tinatrato ni Cristo? Tayo 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, pero ang papuri nila ay nakakasuka sa akin. Tumatawa ako sa sarili at itinapon ko ang papuri nila nang malayo. At ikaw din, sa sandaling makarinig ka ng ganoong bagay, itaboy mo ito nang malayo sa iyong sarili. Bulok na mga bagay ang mga ito! Ano'ng pakinabang natin kung papurihan tayo ng iba? Maliban na lang ba sa bukas o sa araw pagkatapos, tatawanan tayo ng mga hangal? Ang taong nagagalak kapag pinupuri siya ng iba ay nalilinlang ng mga demonyo.

Kung ang isang tao ay may kapansanan, ibig sabihin, nahawahan ng kayabangan o madaling matukso rito, ang anumang papuri, maging 'pang-mundo' o 'pang-espirtwal' (may kinalaman sa katawan o kaluluwa), ay nakasasama. Kaya mas mabuting huwag nang purihin ang iba. Sapagkat kung ang isang tao ay mahina sa espirtu, 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 unang pagkakataon, magtanong sa iba kung naging maayos ang sermon, at kung ano ang dapat niyang pansinin upang hindi makasakit sa mga nakikinig. Ang isa pang tao, upang hikayatin siya, ay maaaring sabihin: 'Magaling kang magsalita, pero sa tingin ko dapat mong pansinin ang ganito at ganoon.' Ngunit ang isang mangangaral na madaling matuksuhin ng kayabangan ay

²⁹ Ihambing sa Gal. 1:10

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," 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 diyablo 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. At pagkatapos ay nagsisimula na siyang magtanong ng opinyon ng iba para lang makarinig ng papuri, na nagdudulot sa kanya ng kagalakan!

Kung nakararamdam ka ng tuwa at kasiyahan kapag pinupuri ka, at nalulungkot ka at napapababa ang ulo kapag kinukritika ka o sinasabihan kang hindi mo nagawa nang maayos ang isang bagay, alamin mong ito ay isang makamundong kalagayan. At ang iyong kasabikan ay makamundo, at ang iyong kagalakan ay makamundo. Ang isang taong malusog sa espiritu ay nagagalak kung sasabihin mo sa kanya, 'Hindi mo ginawa nang maayos iyon,' dahil sa paggawa nito ay tinutulungan mo siyang makita ang kanyang pagkakamali. Kinikilala niya na hindi niya nagawa nang maayos ang gawain, kaya siya ay pinapaliwanagan ng Diyos, at sa susunod ay gagawin niya ito nang maayos. Ngunit muli, isasaalang-alang nila na hindi sila ang gumawa nito, kundi ang Diyos. 'Ano ang magagawa ko sa sarili ko?' sabi ng ganitong tao. 'Kung hindi ako tinulungan ng Diyos, wala akong nagawa kundi kalokohan.' Ang ganitong tao ay may tamang disposisyon.

— Geronda, paano natin masisiguro na pareho ang ating pakiramdam kung tayo ay pupurihin o sisihin?

— Kung matutong kamuhian mo ang kaluwalhatian sa mundo, tatanggapin mo ang papuri at batikos nang may parehong saloobin.

Kayabangan

— Geronda, bakit ako nakararamdam ng kawalan sa loob?

— Mula ito sa kayabangan. Kapag hinahangad nating 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 taong nabago. Sa kasamaang palad, ang mga taong may buhay na espiritwal ay madalas na nagsusumikap 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 ko nararamdaman ang bigat na ito sa aking gawain?

— Hindi ka nagsusumikap nang may kababaang-loob. Ang taong nagsusumikap nang may kababaang-loob ay hindi nakararanas ng anumang kahirapan sa kanyang gawain. Ngunit kapag ang isang tao ay may mga espiritwal na hangarin na sinamahan ng kayabangan, doon sumisibol 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 diyablo sa bitag ng kayabangan, pinapabulag niya tayo at pinipilit tayong sumunod sa kanya sa isang makitid at mapanganib na landas; doon natin nararamdaman ang kabigatan sa ating mga kaluluwa, sapagkat napapansin nating nasa saklaw na tayo ng kapangyarihan ng diyablo.

Ang buhay-espiritwal ay hindi katulad ng buhay sa mundo. Sa buhay sa mundo, halimbawa, upang magtagumpay ang isang negosyo, kailangan mong mag-anunsyo nang mabuti, magpamigay ng mga polyeto, at subukang tiyakin na malalaman ng mga tao ang tungkol sa iyo. Ngunit sa buhay-espiritwal,

ang 'negosyo' ay magtatagumpay 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 taong makamundo. Tanging sa pamamagitan ng mga hangaring kabaligtaran ng makamundo ka lamang kikilos sa kaharian ng espiritu. Kung nais mong mahalín ka, magalak ka kapag walang nakapansin sa iyo. Kung nais mo ng karangalan, umupo ka sa bangko. Kung hinahangad mo ang papuri, mahalín mo ang kahihyan, upang maramdaman mo ang pagmamahal ni Hesus na hinamak. Kung hinahangad mo ang kaluwalhatian, magsikap kang mapahiya,³⁰ , upang maramdaman mo ang kaluwalhatian ng Diyos. At kapag naramdaman mo ang kaluwalhatian ng Diyos, magiging masaya ka at magkakaroon ka sa iyong sarili ng kagalakang higit pa sa lahat ng kagalakan sa mundo.

Kabanata 3. **Ang Mga Bunga ng Kayabangan**

Ang kayabangan ang naghihiwalay sa atin 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 pag-iisip mo at makatwiran ang iyong kilos, kaya tinutulungan ka ni Kristo. Marahil dahil dito ay naging mayabang ka, at iyon ang dahilan kung bakit binawi ni Kristo ang Kanyang biyaya mula sa iyo?

— Oo, Geronda, iyon nga siguro.

— Kapag hindi na natin napagtatanto na nagiging matagumpay tayo sa tulong ng Diyos, at nagsimulang isipin na kaya nating gawin ang lahat nang mag-isa, doon inaalís ng Diyos ang Kanyang biyaya upang maunawaan natin na sa atin lamang ang hangarin at pagsisikap, samantalang ang lakas at ang kinalabasan ay nakasalalay sa Diyos. Sa sandaling mapagtanto natin na nagtatagumpay tayo sa tulong ng Diyos, agad na nabubuksan ang ating mga mata, nagpapakumbaba tayo, umiiyak tayo sa ating pagbagsak, naaawa ang Diyos sa atin, muling ipinagkakaloob Niya sa atin ang Kanyang biyaya, at sumusulong 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 kispap-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 demonyo at pinapahamak ang isipan ng tao. Pagkatapos ay maaaring maranasan ng tao ang panlabas na pag-atake ng mga demonyo, habang sa loob nila ay nabubuo ang espirituwal na kadiliman.

Ang taong mayabang ay walang Biyaya ng Diyos, at dahil dito, may panganib na siya—huwag sanang mangyari—ay mahulog sa isang malaking pagbagsak. Ang ganitong tao ay hiwalay sa Diyos, dahil ang kayabangan ay isang mahinang daluyan, isang insulator na hindi nagpapahintulot sa Biyayang Divino na maabot ang tao at naghihiwalay sa atin sa Diyos.

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

Kapag pinapayagan natin ang isang mapagmalaking kaisipan, sinisira natin ang anumang gawain

— Geronda, napaka-inattentive ko; ako'y isang istorbo lamang.

— Tila may nakatagong kapalaluan sa loob mo, at dahil mahal ka ng Diyos, pumapasok ang mga espiritwal na batas:³¹ sirain mo ang isang bagay at magpakumbaba ka. "Ang sinumang magpapasikat sa sarili ay mapapababa."³²

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

— Magkrus ka at ipagpatuloy mo ang pagplantsa.

— Marahil ito ay isang tukso?

— Bihira ang kasamaan na nagagawa natin ay nagmumula sa selos ng diyablo. Kadalasan, ang sanhi ay isang mapagmataas na kaisipan. Kapag pinapalaganap natin ang mapagmataas na kaisipan, nabibigo tayo sa anumang gawain natin. Tila ikaw din ay nag-alaga ng isang mapagmataas na kaisipan.

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

— Dahil pag-aari ng iba ang kasóko; nalaman ng mga tao ang ginawa mo — nahiya ka, 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 maging maliwanag, mailantad sa tuwa at pang-iinsulto: ganyan natatalo ang diyablo.

— Geronda, kapag ang isang tao ay gumawa ng isang bagay, at sa halip na mabuti, ay pinsala ang naganap, ano ang ibig sabihin noon: nagkamali ba ang tao o kulang siya sa mabuting kalooban?

— Maraming maaaring maging dahilan. Kailangang suriin ang mga motibo sa likod ng kilos.

— 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 ang isang maybahay ay iisipin sa sarili na walang humihigit sa kanya sa paghuhugas ng pinggan, maaaring itumba niya ang aparador na may mga pinggan at basagin ang lahat ng laman nito. Noong isang beses, isang babaeng nagtatrabaho sa isang tindahan ng mga gamit na salamin ang nagkaroon ng ganitong iniisip: '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 nadulas mula 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 pupuntahan. Kung sa sandaling iyon ay pumasok sa kaniyang isipan ang kaisipan: "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, kung ano-ano pa, ay mabundol ang isang tao!

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

— Geronda, nawala na ang lagnat ko ngayon.

— Mabuti, natutuwa akong nawala na ito, salamat sa Diyos, dahil napakahirap nito para sa iyo. Sana sa iyong buhay-espiritwal ay mawawala rin ang lagnat, ngunit kailangan mong 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

³¹ Madalas na pinag-uusapan ni Nakatatandang Paisios ang mga espiritwal na batas. Sinulat niya ang mga ito nang detalyado sa aklat na 'Ang Athonite na Nakatatandang Hagi-Georgios.' — *Tala ng Tagapag-tipon*. Tingnan din: *Nakatatandang Paisios ng Bundok Athos*. Mga Salita. Bol. IV. Buhay-Pamilya. Moscow, 2006. p. 273. — *Tala ng tagasalin*

³² Lucas 14:11

mas matindi ang kayabangan, mas mataas ang espirituwal na lagnat, na nakakaapekto rin sa katawan, nagdudulot ng init dito, dahil magkaugnay ang katawan at kaluluwa.

Ang kayabangan ang pinakakatakutang karamdaman sa espirituwal. Ito ay parang palaka; kapag kumapit ang palaka, nagsisimula itong sumipsip ng dugo. Ganoon din, sinisipsip ng kayabangan ang lahat ng dugo ng isang tao. Nagdudulot ito ng pagkalunod sa espirituwal, dahil kinokonsumo ng kayabangan ang lahat ng espirituwal na oksihenong nakalaan para sa kaluluwa.

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

— Mukhang may isang kaisipan na nagsisimulang magsabi sa iyo: 'Nagtatagumpay ako,' at 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.

— Gawin mo ang lahat nang may mapagkumbabang puso; kung hindi, kahit ang iyong mabubuting gawa ay madudungisan ng diyablo. Sabihin nating may isang tao na buong pagmamalaki nang ipinahayag sa iba, 'Gagawa ako ng mabuting gawa'; saka niya pinapasok ang diyablo sa kanyang intensyon at maaaring makasagupa ng maraming hadlang sa daan, at sa huli ay wala siyang magagawa. Ngunit kung ang isang tao ay kumilos at gumawa ng mabuti nang walang palakpakan, hindi makikialam ang diyablo.

— Geronda, paano dapat wastong isagawa ng isang tao ang espirituwal na gawain sa sarili?

— Sa lihim at katahimikan. Ang gawaing spiritwal ay isang maselang bagay, at bawat kilos natin ay nangangailangan ng espesyal na pansin. Ang buhay spiritwal ay ang 'agham ng mga agham,' gaya ng sinasabi ng mga banal na ama: ³³ 'Anong pagiging matino ang kinakailangan! Ang pag-angat sa buhay-espiritwal ay parang pag-akyat sa paikot-ikot na hagdan na walang pasaman. Kung ang isang tao ay umaakyat nang hindi binabantayan ang kanyang mga hakbang, ngunit sinasabi sa sarili: 'Naku, ang taas na ng akyat ko! Saan pa kaya ako pupunta!' — saka siya natitised at nahuhulog.

— At bakit walang pasaman 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 tama ang kanyang isip, paano siya matutulungan ng Diyos?

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

— Oo. Kung ang isang tao ay mayabang, 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 biyayang makalangit, magmamayabang siya at iisipin na nararapat lamang ito sa kanya dahil sa kanyang sariling mga gawa. Pagkatapos ay pupunta siya at sasabihin sa iba: 'Magpursige kayo! "Tingnan ninyo kung ano ang ipinagkaloob sa akin dahil sa aking mga gawa!" — at sa ganitong paraan ay makakasakit siya sa iba. Kaya naman, pinapayagan ng Diyos na mabugbog ang ganitong tao nang kasingdami ng kinakailangan, hanggang mamatay sa loob niya ang kanyang kayabangan, hanggang mawalan siya ng pag-asa sa sarili sa mabuting kahulugan at maramdaman niya kung ano ang ibig sabihin ng 'kung wala Ako, wala kang magagawa.'"³⁴

³³ *Ang Kagalang-galang na Isichius, Presbitero ng Herusalem*. Isang salita na nagliligtas ng kaluluwa kay Theodulus tungkol sa pagkamitig at panalangin. Hinango mula sa aklat na *Dobrotolyubie*. Bol. II. Holy Trinity St. Sergius Lavra, 1992. p. 183.

³⁴ Juan 15:5

Ang kayabangan ay ginagawang katawa-tawa ang tao

— Geronda, bakit natin palaging gustong malaman ng iba ang ating mga mabubuting gawa, gayong napakasarap at napakadaling mabuhay at magtrabaho nang hindi kinikilala?

— Ang taong may tunay na kabuluhan sa loob ay nagsusumikap na ang kanyang mga mabubuting 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 isang mayabang na tao. Kahit ang Diyos ay lumalayo sa kanya. Ang maliliit na bata, kapag nakita nilang may isang batang lalaki na mayabang ang kilos, ay nagsisimulang matawa sa kanya. Ngunit ang isang tahimik at makatwirang tao ay iginagalang. Kapag nakakita ang mga bata ng lalaking naglalakad sa kalsada na nakataas ang ilong, agad nilang nararamdaman kung anong uri ng karakter ang mayroon siya, tinatabayan siya at tinutukso. Naalala ko ang isang lalaki sa Konica: araw-araw ay nagsusuot siya ng amerikana, kurbata, at sumbrero at mayabang na naglalakad sa plasa, kahit na namumuhay siya sa matinding kahirapan. Agad na agad na makita siya ng mga maliliit na bata, tumatakbo sila papalapit at sumusunod sa likuran niya, ginagaya ang kanyang paglalakad. Napakaliit pa ng mga batang iyon! At ang mga matatanda—mas mahusay nilang natutukoy ang isang mayabang na tao! Huwag kang magpapaniwala sa katotohanang hindi sila nagsasalita upang hindi masaktan ang damdamin, ngunit sa kaloob-looban nila ay 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 may malaking pagtingin sa sarili. Noong isang pagkakataon, may mga Bedouin na nagdadala ng mabigat na bagay papasok sa monasteryo. Habang hinihila nila ito, upang hindi sila matumba, sumisigaw sila ng "sa-wa-sa-wa", na ang ibig sabihin ay "sama-sama". Si Ama Savva, nang marinig ang kanilang sigaw, ay tumakbo palabas sa bakuran. "Hindi pa nga ako nakakarating, sumisigaw na sila ng 'Savva!' At ngayon alam na ako ng lahat!" Akala niya ay sumisigaw ang mga Bedouin ng: "Savva, Savva!" Nang sinabi niya iyon, hindi ako makapigil sa pagtawa. Aba, paano ka nga ba hindi matatawa rito? Kahit paano gumana ang isip ng tao, ganoon din ang pagkaunawa niya sa lahat... Kung ang isang tao ay may bahagyang pagmamataas sa sarili, makikita niya ang lahat na parang pinalaki.

— Dahil ba sa kayabangan ginagawa iyon ng isang tao?

— Bilang bihag ng kayabangan, nagluluwag ang kanyang imahinasyon, kaya sa huli... Minsan ay sinabi sa akin ng isang monghe na noong siya'y namumuhay pa sa mundo, minsan niyang binigyan ng mamahaling balabal ang isang kakilala. Isang araw ay nagkataon na magkasama sila. Isinusuot ng kakilala niya ang mismong balabal na iyon. Habang nag-uusap sila, bigla niyang sinabi: 'Alam mo ba kung saan ko nakuha ang 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!

— Tangá ba siya?

— Sino pa ang mas hangal kaysa sa mayabang? Ang kayabangan ay ginagawang katawa-tawa ang isang tao.

³⁵ Nanirahan si Matandang Paisios bilang isang monghe sa Bundok Sinai mula 1962 hanggang 1964. — *Tala ng nagsama.*

Kabanata 4.

Sugurin natin ang kayabangan

Dapat tayong lumaban, ngunit dapat tayong lumaban nang tama

— Geronda, sinasabi sa akin ng isang kaisipan na kung babaguhin ko ang aking pagsunod, aalis ako sa koro at titigil sa pagpipinta ng mga ikon, titigil ako sa patuloy na pagiging mayabang at sa pagkahulog sa tukso.

— Kahit tumigil ka sa pagkanta at pagpipinta ng mga ikon, ngunit hindi mo kinamumuhian ang kayabangan, lalo ka pang magkakamali. At sa iyong pagreretiro ay magkakaroon din ng kayabangan, mas matinding kayabangan 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 at ipagmalaki 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 kapabayaan, at kung sinabihan kang gawin mo muli, gawin mo, ngunit mag-ingat kang huwag matisod muli. Kung nahulog ka nang minsan, hindi ibig sabihin na hindi mo na dapat gawin sa susunod! Ngayon, kung sasabihin nila sa'yo, 'Huwag kang pumunta, dahil nahulog ka noong nakaraan,' saka huwag kang pumunta. Naiintindihan mo ba? Kapag sinabihan ka nilang gumawa ng isang bagay, gawin mo, pero gawin mo nang maayos at may kababaang-loob. Mas masama pa ang hindi gumawa ng anuman para hindi ka magmalaki. Parang nanonood ka lang ng laban sa gilid, hindi nakikipaglaban para hindi ka masugatan. Dapat kang lumaban, pero dapat maayos ang iyong pakikipaglaban. Kung hindi, anong silbi mo?

Tinutulungan ka ng kapatid mo na sirain ang iyong kayabangan

— Geronda, naiinis ako kapag may sinasabi sa akin ang mga kapatid na babae.

— Mayabang ka, kaya ka nagagalit. Tinutulungan ka ng kapatid mo na wasakin ang iyong kayabangan kung bibigyan mo siya ng karapatang itama ka at pahihintulutan mong magbigay siya ng ilang salita ng gabay. Ganyan napapalinis ang kaluluwa.

Mahirap para sa isang tao na kilalanin ang kanyang sariling kayabangan; kaya't dapat niyang ituring ang iba bilang mga doktor at tanggapin mula sa kanila ang lahat ng lunas na kailangan upang pagalingin ang kanyang karamdaman. Bawat tao ay may suplay ng gamot para sa kanyang kapwa. Ang mabuting doktor ay ginagamot ang pasyente nang may habag at pagmamahal; ang masamang doktor naman ay may masamang loob at poot. At madalas, ang huli ang mas nakabubuti sa pasyente, dahil sa ganitong siruhano mas malalim ang hiwa ng skalpel.

— Geronda, ako'y hangal, kaya madalas hindi ko maintindihan kung bakit ako'y pinupuna.

— Mas mabuting sabihin: 'Matalino ako, ngunit kulang ako sa kababaang-loob.' Kapag itinuro sa iyo ang iyong mga pagkakamali, nagsisimula kang maghanap ng mga dahilan. Paano mo aaminin ang iyong mga pagkakamali kung wala ka namang nagawa, at ang iba ay walang kabuluhan lang na kinokondena ka? Ang taong naghahanap ng dahilan kapag kinukritika siya ng iba ay pinapatay ang kababaang-loob. Ngunit ang taong umaamin ng kanyang mga pagkakamali ay nagpapakumbaba, at bumababa sa kaniya ang biyaya ng Diyos.

— Geronda, hindi ko iniisip na sinusubukan kong patunayan na ako ang tama; gusto ko lang ipaliwanag na ako'y na-misunderstand.

— Napansin ko na may tinatagong kapalaluan ka, na naipapakita sa pamamagitan ng pagpapawalang-sala sa sarili. Subukan mong huwag maghanap ng dahilan, kahit ano pa ang sabihin ng mga tao 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 kapalaluan.

— Ngayon, may batang naglalaro sa archondarik.³⁶ Sinabi ng kanyang ina na magpaumanhin siya, ngunit sumagot siya, 'Ayaw ko.' Bakit nga ba napakahirap para sa ilang tao na sabihin ang 'Pasensya na'?

— Hindi sila pinapayagan ng kayabangan.

Espiritwal na paghahati sa personalidad

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

— Kung titingin ka sa iyong kalooban at makikilala mo ang iyong sarili, makikita mo roon ang ganoong kasuklam-suklam na itsura na mamumukha 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 Biyaya ng Diyos. Ang Diyablo ay maglalaro ng pusa at daga sa kanya habang buhay (kahit pa ipagkaloob ng Diyos sa kanya ang haba ng buhay ni Metuselah): ngayon ay magtanim ang Diyablo ng mapagmataas na kaisipan, ngayon naman ay tutugon ang lalaki ng mapagkumbabang isa. Ngayon ay mangingibabaw ang isa, ngayon naman ang isa pa. At ganoon sila magpapatuloy sa paglalaro ng 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 ilunsad ang isang rocket sa kalawakan? Bibilang 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 pataas. Nag-aral ka ba ng pisika?

— Opo, Geronda.

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

— Paano, Geronda?

— Kapag itinutok mo ang iyong pansin sa iyong sarili, nakikilala mo ang iyong sarili, at nagpapakumbaba ka — doon magaganap ang espirituwal na pagkakabaha-bahagi ng iyong pagkatao, malalabas ang espirituwal na enerhiya, at lilipad ka sa kalawakan. Sa ganitong paraan lamang ka makakapasok sa espirituwal na orbit; kung hindi, mananatili ka sa makamundong isa.

Walang silbi sa isang tao kung kilala niya ang buong mundo ngunit hindi niya kilala 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 hila ng mundo, lampas sa hila ng lupa. Bagaman naninirahan sila sa lupa bilang isang tao, hindi nila nararamdaman ang hila ng kasalanan o ng mga makamundong pagnanasa sa pangkalahatan.

— 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 kanyang personalidad.

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

— Kaya't bumabalik na naman tayo sa kababaang-loob?

— Siyempre! Ang taong may kayabangan ay hindi pa nakakakilala sa sarili. Kapag nakilala nila ang sarili, mawawala ang kayabangan. Ang pagkakakilala sa sarili ang susi. Kung walang 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 kung may kaalaman, pero walang kababaang-loob?

— Kung gayon, walang mabuting loob, walang kabaitan.

Mataas na katungkulan at mapagkumbabang pag-uugali

— Geronda, may kayabangan ba sa akin?

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

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

— Kung ang isang taong may kakayahan, kaalaman, at iba pa, ay medyo nagiging mayabang, may mga nagpapagaan na pangyayari. Siyempre, hindi ibig sabihin nito na mabuti ang ganitong kayabangan, ngunit kahit papaano ay may dahilan ang tao. Ngunit ang isang taong walang kakayahan o kaalaman ay walang karapatang maging mayabang; obligasyon lamang niyang maging mapagkumbaba. Kung sila'y mayabang, tuluyan na silang naliligaw. Halimbawa, ang isang nars ay nagmamalaki kapag binigyan niya ng penicillin injection ang isang pasyente at bumaba ang lagnat nito. Ngunit si Fleming, na nakadiskubre ng penicillin, ay isang mapagkumbabang tao! Pagkatapos ng kanyang pagtuklas, naglakbay siya sa Amerika. Tinanggap siya ng mga tao nang palakpakan. Sumabay din siya sa palakpak, at saka nagtanong: 'Sino ang pinapalakpakan nila?' At nang malaman niyang para sa kanya iyon, nahiya siya! Ang gusto kong sabihin ay: ang nagdiskubre ng penicillin ay hindi mayabang, samantalang ang nars na nagbibigay ng iniksyon ay kumikilos na parang mayabang at makapangyarihan. Kaya sinabi ni Basil na Dakila: 'Ang pinakadakilang bagay ay kapag ang isang tao ay may mataas na katungkulan ngunit may mapagkumbabang pag-uugali.' Ito ay isang napakahalagang katangian, at ginagantimpalaan ito ng Diyos.

Ang kababaang-loob na minsan ay matatagpuan sa mga mataas na ranggong opisyal militar, at ang pagmamalaki naman sa mga karaniwang gendarme. Minsan, isang sersiyenteng gendarme ang dumating sa selda ko—isang hambog na lalaki—at nagsimulang makipag-usap. "Pulis ako, ganito, ganoon!" Kahit siya pa ang pinuno ng buong gendarmerie, hindi siya magsalita nang ganoon. Nakakadiri! Ngunit may mga taong mayaman, mataas ang ranggo, at may talento, at gayunpaman ay taglay nila ang ganoong kababaang-loob, ganoong kasimplehan. Hindi isinusuot ng mga mataas na opisyal militar ang kanilang uniporme upang hindi sila makatanggap ng parangal. Naalala ko ang isang heneral, na maraming dekorasyon sa digmaan, na nagsabi habang naghahanda para sa parada: "Kailangan ko na namang buhatin ang mga dekorasyong ito..." At ang isa pa, na wala nang iba kundi isang dekorasyon, ay suot ang kanyang uniporme palagi para ipagyabang ang kanyang dekorasyon. Naitahi pa niya ang malalapad na epollet, hanggang sa muntik na siyang maparusahan, dahil ayon sa regulasyon, dapat may tiyak na lapad ang mga ito. Kahit kapag ganoon, may mga taong mayaman, may mataas na ranggo, at may talento, ngunit taglay pa rin nila ang kababaang-loob at pagiging payak. Hindi isinusuot ng mga mataas na ranggo sa militar ang kanilang uniporme upang hindi sila parangalan. Naalala ko ang isang heneral, na nanalo ng maraming medalya noong digmaan, na nagsabi habang naghahanda para sa parada: "Eto na naman ako, bitbit ang lahat ng medalyang ito..." Samantalang ang isa naman, na may iisang medalya lamang, ay palagiang nagsusuot ng uniporme para ipagyabang ang kanyang mga dekorasyon. — Kaya,

kung may isang taong ipinagmamalaki ang pagkakaroon ng mababang posisyon, ibig bang sabihin ipinapakita niya ang kanyang sariling kamangmangan?

— Kaya, kung may ipinagmamalaki ang isang tao sa pagkakaroon ng mababang posisyon, ipinapakita ba nito ang kanyang kamangmangan?

— Hindi lang minsan, kundi maraming ulit!

Huwag mong sabihing sa'yo ang ibinigay sa'yo ng Diyos

— Geronda, ipinagmamalaki ko ang aking pisikal na kakayahan at mga espirituwal na kaloob na pinaniniwalaan kong taglay ko.

— Bakit ka ba dapat magmalaki? Nilikha mo ba ang langit at lupa?³⁷ Huwag mong agawin 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, sa aking kahinaan, ay nagbigay sa akin ng ilang mga kaloob upang hindi ako malungkot at hindi ako maging malungkot. Ngayon, kailangan kong paunlarin ang mga kaloob na ito upang ako'y maging mayaman sa espirituwal. Luwalhati sa Iyo, aking Diyos! Pinasasalamatang Kita na nagkaroon Ka ng habag sa akin at tinulungan Mo ako.' Inaakala mong pag-aari mo ang lahat ng kaloob na mayroon ka, ngunit sa totoo ba'y sa'yo nga ba ang mga ito? "Ano ang mayroon ka na hindi mo tinanggap?"³⁸ Dito kinakailangan ang mabilis na pag-iisip; dito dapat gumamit ng isip ang isang tao upang maunawaan na lahat ng biyaya ay nagmumula sa Diyos. Kung aalisin sa atin ang biyaya ng Diyos, wala tayong magagawa. Napakasimple lang. Halimbawa, kung ang isang tao ay may tiyak na kakayahan at ipinagmamalaki niya ito. Una sa lahat, isipin muna nila kung saan nagmula ang mga kakayahang ito. Ibinigay ang mga ito sa kaniya ng Diyos. Ano ang nagawa niya mismo? Wala. Halimbawa, binigyan ng Diyos ang isang tao ng mas matalas na talino, at maaaring may sariling negosyo siya at namumuhay nang sagana. Bakit siya dapat magmalaki sa kanyang mga tagumpay ngayon? Kung aalisin ng biyaya ng Diyos sa kanya, maaari siyang malubog sa utang at mapunta sa bilangguan.

Sa anumang kaso, ang sinumang may talento ngunit kulang sa kababaang-loob, at nakakasakit sa kapwa sa pamamagitan ng kanyang mapanghamong pag-uugali, ay pinipilit ang Kristo na luwagan nang kaunti ang turnilyo sa kanyang ulo upang magdulot ng sapilitang kababaang-loob. Halimbawa, sabihin nating may gustong ilipat ng isang malaking bato ngunit hindi niya magawa dahil kulang siya sa talino. Pagkatapos ay may dumating na mas matalinong lalaki at sinabi, 'Hindi mo ba naiintindihan?' Kumuha siya ng barena at ginamit ito bilang palakol, at madali niyang inalis ang bato. Kung ganoon ang kanyang pag-uugali, hindi ba dapat pakawalan ng Diyos nang kaunti ang mga turnilyo sa kanyang ulo? May ilang kilalang mangangaral na nawawalan ng boses nang ganoon na hindi na sila makapagsalita pagkatapos! Ganoon nila kailangang magpakumbaba. At ano ang mangyayari kung papayagan ng Diyos ang ganoong mangangaral na magsalita nang walang sagabal? Pinipigilan ng Diyos ang bawat isa sa Kanyang sariling paraan, upang hindi makasakit ang isang tao sa sarili.

Dapat tayong mag-ingat na huwag ipagmay-ari ang mga kaloob na ibinigay ng Diyos sa atin. 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 nabiyayan ng ganoong kaloob mula sa Diyos, 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 sana siya ngayon. Hindi ko lang nabuo ang mga kaloob na ibinigay sa akin, niloloko ko pa ang Diyos sa pamamagitan ng pag-angkin na akin ang mga kaloob na ibinigay Niya sa akin." Siyempre,

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

hindi nagagalit ang Diyos kapag inangkin ng isang tao ang mga biyayang ibinibigay Niya sa kanya. Iyon nga lang, hindi Niya siya mabibigyan ng mas dakilang biyaya, baka ikasama niya ng loob. Ngunit kung kumilos ang isang tao nang may pagiging simple at kababaang-loob at ipinagtapat na ang kanyang mga biyaya ay mula sa Diyos, bibigyan din siya 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 pinapahamak din natin ang Diyos, na nahihirapang makita tayong malungkot. Bagaman mayroon Siyang saganang kayamanan na maibibigay sa atin, hindi Niya ibinibigay, upang hindi tayo masaktan. Kaya, ano ang nangyayari? Kung bibigyan Niya tayo ng anumang biyaya, nagsisimula tayong maghamak sa iba na parang langaw, at nasasaktan sila sa mayabang nating pag-uugali. Kung hindi Siya nagbibigay—nalulugmok tayo sa kawalan ng pag-asa. Pagkatapos ay sinasabi ng Diyos: "Kung bibigyan Ko sila ng anumang biyaya, nagiging mayabang sila, sinasaktan ang kanilang sarili, at nagiging bastos 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 ibinigay Niya sa atin, kundi pati na rin sa katotohanang nilikha Niya tayo bilang mga tao. Pagkatapos ng lahat, Siya ang may-ari ng sariling Niya, at kaya sana nilikha Niya tayo bilang mga ahas, alakdan, pagong, mulo, 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 pinalo ako, ngunit hindi Niya ginawa iyon. Maaari Niya akong nilikha bilang ahas o alimango, ngunit hindi Niya ginawa. Maaari Niya akong ginawang pagong, baboy, palaka, lamok, langaw, at iba pa, ngunit hindi Niya ginawa. Ano kaya ako nilikha? Isang taong nilalang. At tinutupad ko ba ang mga biyayang ibinigay 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 tao sa lupa, dahil hindi niya niloloko ang mga tao, kundi ang Diyos, na nagkaloob sa kanya ng napakaraming biyaya. Ngunit kung tama ang kanyang pag-iisip, kahit na umabot siya sa mga espiritwal na katas at gumawa ng libu-libong himala araw-araw, sasabihin sa kanya ng kanyang isipan na wala siyang ginagawang espesyal, dahil iniaatang 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 nang biyaya, at nagiging tao ng biyaya, sapagkat ang kababaang-loob ang naging kanyang likas na kalagayan. 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 kawalang-katarungan

"Ang Diyos lamang ang humahatol nang matuwid, sapagkat Siya lamang ang nakakakilala sa puso ng mga tao. Tayo, na walang matuwid na paghatol ng Diyos, ay humahatol 'ayon sa nakikita', sa panlabas, at dahil dito ay nagkondena at maling inakusahan ang iba"

³⁹ Mat. 25:21

Kabanata 1.

"Huwag kayong humatol, at hindi kayo hahatulan"⁴⁰

Ang paghatol ay puno ng kawalang-katarungan

— Geronda, madali kong hinuhusgahan at kinokondena ang iba.

— Ang iyong kakayahan sa paghuhusga ay biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos, ngunit ito ay ginagamit nang mali ng diyablo, na pinipilit kang mangusga at magkasala. Kaya, hanggang sa malinis at mapabanal ang iyong kakayahan sa paghuhusga, hanggang sa dumating ang banal na kaliwanagan, huwag magtiwala sa sarili mong opinyon. Kung ang kapangyarihan ng paghuhusga ng isang tao ay hindi pa napapalinis, ngunit siya ay nanghihimasok sa mga gawain ng iba at humuhusga sa kanila, palagi siyang nahuhulog sa paghatol.

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

— Dapat itong linisin. Maaaring may mabuting hangarin at pagnanasa ka, ngunit sigurado ka bang laging tama ang iyong paghuhusga? Ngunit ang iyong paghuhusga ay pantao, makamundo. Pagsikapan mong palayain ang iyong sarili mula sa pagiging pantao, upang makamtan ang kawalang-pagkamakasariili, upang ang Banal na kaliwanagan ay dumating at ang iyong paghuhusga ay maging espirituwal, Banal. Kung gayon, ang iyong paghuhusga ay tutugma sa Banal, sa halip na sa makataong, katarungan; 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 nakakakilala sa matuwid na paghatol ng Diyos, ay humahatol 'ayon sa nakikita', sa panlabas na anyo, at dahil dito ay pinaparusahan at inakusahan nang hindi makatarungan ang iba. Ang ating paghatol bilang tao ang pinakamalaking kawalang-katarungan. Tandaan ninyo ang sinabi ni Cristo: 'Huwag kayong humatol ayon sa nakikita, kundi humatol kayo nang makatarungang paghatol.'⁴¹

Kinakailangan ang matinding pag-iingat; hindi natin kailanman malalaman ang tunay na kalagayan ng mga pangyayari. Maraming taon na ang nakalipas, isang debotong diakono ang 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 monghe tungkol sa kanya. Ngunit ano ang nangyari? May sumulat sa kanya na hindi pa rin maayos ang buhay ng kanyang mga kapatid na babae, at siya, sa takot na baka maligaw sila sa tamang landas, ay pumunta upang tulungan sila. Nakahanap siya ng trabaho sa isa sa mga pabrika at namuhay nang mas mahigpit pang pag-aasceta kaysa noong nasa monasteryo. Pagkaayos niya sa kanyang mga kapatid na babae, iniwan niya ang kanyang trabaho at bumalik sa monasteryo. Nang makita ng abbot na alam niya ang lahat—ang mga patakaran, ang 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-aasceta, nagkamit ng kabanalan, at espirituwal na tumulong sa maraming tao. At 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 ating kapwa kapag hinahatulan natin siya! Bagaman sa katotohanan, tayo mismo ang napapahamak,

⁴⁰ Mat. 7:1

⁴¹ Juan 7:24

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

hindi ang iba, sapagkat ang Diyos ay lumalayo sa atin. Walang mas kasuklam-suklam sa Diyos kaysa sa paghatol, sapagkat ang Diyos ay matuwid, at ang paghatol ay puno ng kawalang-katarungan.

Paano tayo napapahamak

— Geronda, bakit madalas akong nahuhulog sa paghatol?

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

— 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 sarili mo.

— Geronda, saan nanggagaling ang mga kaisipang ito ng paghatol?

— 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 magmula sa kakulangan ng pag-ibig, at sa paghamak. Kapag kulang ka sa pag-ibig, kulang ka rin sa pagtitiis sa mga pagkakamali ng iba; sa isip mo'y pinapaliit at iniinsulto mo sila. Pagkatapos ay dumarating ang diyablo, pinupukol sila upang gumawa ng bagong pagkakamali; nakikita mo ito, hinuhusgahan mo silang muli, at saka mo sila sinisimulang hamakin.

— Geronda, minsan naiinis ako sa kapatid na babaeng katrabaho ko, at hinuhusgahan ko siya.

— Paano mo malalaman kung ilang tangalashka ang kinakaharap ng kapatid mo sa 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 kinondena mo siya, limang daang demonyo ang darating para pahiyahin siya sa harap mo muli, para mas lalo mo pa siyang makondena. Halimbawa, maaari mong sabihin: "Ate, huwag mong ilagay doon ang bagay na iyon; ang lugar nito ay dito." Kinabukasan, maaaring gawin ng tangalashka na makalimutan niya ang sinabi mo at ibalik ang bagay sa dati nitong kinalalagyan. Magkakamali siya muli, at magsisimula kang mag-isip sa sarili: "Hindi ba sinabi ko sa kanya kahapon, pero ngayon ginagawa na naman niya iyon! Nagkamali rin siya sa iba pang mga bagay!" Sa puntong ito, kinokondena mo siya at hindi mo maiwasang sabihing: "Ate, hindi ba sinabi ko sa'yo na huwag mong ilagay doon 'yan? Magulo ka. Pinapukaw mo ako sa asal mo!" Ayun na: nagawa na ng diyablo ang kanyang gawain! Pinagawa niya sa iyo na hatulan siya at sirain ang inyong samahan. At siya, na hindi alam na ikaw ang naging dahilan ng kanyang kapabayaan, ay magkakaroon ng pagsisisi sa budhi dahil naabala ka niya, at malulungkot. Tingnan kung gaano katuso kumilos ang tangalashka, at tayo'y nakikinig sa kanya.

Kaya, huwag mong husgahan ang sinuman; husgahan mo lamang ang mga tangalashka, na naging demonyo mula sa mga anghel, at sa halip na magsisi, ay lalo pang nagiging mapanlinlang at masama, at ginagawa ang lahat ng kanilang makakaya upang wasakin ang mga nilikha ng Diyos. Ang Masama ay nag-uudyok sa mga tao na gumawa ng mga kakaibang gawain at magdulot ng kaguluhan, habang siya mismo ay nagtatanim ng mga kaisipan ng paghatol sa iba, 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 naghahatol ay ipinagtatanggol ang kanilang sarili, nagiging mayabang, at bumabagsak gaya ng pagbagsak ng Masama—dahil sa kayabangan.

Ang biyaya ng Diyos ay umaalis sa pamamagitan ng paghatol

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

— Hindi mo ba ito napagtatanto noon?

— Minsan, napagtatanto ko na nang masyado nang huli.

— 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. Kusang-loob na lumalayo ang Biyaya ng Diyos mula sa paghatol, at nagkakaroon ng lamig sa iyong relasyon sa Diyos. Paano ka manalangin pagkatapos noon? Ang puso ay nagiging yelo, nagiging bato.

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

— Geronda, nakakatulog ako sa serbisyo sa umaga.

— Marahil ay hinusgahan mo ang isang kapatid na babae? Tinitingnan mo ang mga bagay nang mababaw at hinuhusgahan 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 makatulog.

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

— Ngayon, dapat mong ituon ang lahat ng iyong pansin 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 maaaring magbago. At kung hindi niya napagtatanto ang kanyang pagkakamali at hindi siya nagpapakumbaba, patuloy siyang mababagsak. Ngunit kung nauunawaan niya at lumalapit sa Diyos para humingi ng tulong, babalik ang Biyaya ng Diyos.

Ang mga humahatol sa iba ay nahuhulog sa parehong mga kasalanan

— Geronda, bakit ito nangyayari: kapag hinuhusgahan ko ang isang kapatid dahil sa isang kakulangan, ginagawa ko rin pala iyon sa sarili ko?

— Kung ang isang tao ay pumupuna sa iba dahil sa isang bagay, ngunit hindi niya napagtatanto ang kanyang sariling pagkakasala at hindi nagsisisi, karaniwan siyang nahuhulog sa parehong kasalanan. Nangyayari ito upang mapagtanto ng tao ang kanyang sariling pagkakasala. Pinapayagan ng Diyos, sa Kanyang pag-ibig, ang isang tao na maranasan ang kalagayan ng taong hinusgahan niya. Halimbawa, kung sasabihin mong sakim ang isang tao, at hindi mo nauunawaan ang iyong hinusgahan, 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 sariling pagbagsak at humingi ka ng kapatawaran sa Diyos, magpapatuloy na gagana ang mga espiritwal na batas.

Upang mas maintindihan mo ito, ikukwento ko sa iyo ang isang kuwento mula sa sarili kong buhay. Nang naninirahan ako sa Monasteryo ng Stomion, nalaman kong ang isa sa mga kaklase ko ay naligaw sa tamang landas. Nanalangin ako na bigyan siya ng Diyos ng inspirasyon na pumunta at makita ako sa monasteryo. Nagsulat pa nga ako ng 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'y nauunawaan niya ang lahat. Nagsimulang madalas siyang bumisita sa monasteryo kasama ang kanyang anak, dala ang mga kandila, langis, at insenso para sa simbahan. Isang araw, sinabi sa akin ng ilang kakilala kong peregrino mula sa Konitsa: "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

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

ang buong lugar!.." Umalis ang kawawang babae nang umiiyak. Pagkalipas ng ilang sandali, naramdaman ko ang matinding pakikipaglaban sa laman. "Ano ito? Hindi pa ako nakaranas ng ganitong tukso dati. Ano ang nangyayari?" Hindi ko mahanap ang sanhi. Nanalangin ako—hindi pa rin ito mawala. Lumapit ako kay Gamila.⁴⁴ "Mas gusto ko pang kainin ng mga oso," naisip ko. Umakyat ako nang mataas, pero hindi pa rin mawala ang tukso. May nakasabit na maliit na palakol sa aking sinturon. Kinuha ko ito at pinukpok ko ang aking hita nang tatlong beses, umaasang mawala ang tukso sa pamamagitan ng sakit. Dumaloy ang dugo sa aking bota, ngunit hindi nawala ang tukso. Bigla, sumagi sa aking isipan ang isang kaisipan 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, ngunit siya'y palagiang namumuhay dito!... 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 tayo ay magpapakita ng habag sa mga kapintasan ng iba, magpapakita rin ang Diyos ng habag sa ating mga kapintasan

— 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, kung hindi, huhusgahan ka rin ng Diyos. Hindi mo ba inilalagay paminsan-minsan ang bahagyang sira na oliba kasama ng mga mabubuti?

— Hindi, sinisikap kong huwag.

— Kung susuriin tayo ni Kristo nang ganoon ka-ingat sa Huling Paghuhukom, tayo'y mapapahamak! Ngunit kung tayo'y mapagpalusot sa mga pagkakamali ng iba at hindi sila hinuhusgahan, saka natin masabi kay Kristo: 'Diyos ko, ilagay 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 kanyang oras upang mamatay, siya ay masigla at payapa. Pagkatapos, tinanong siya ng nakatatanda, para sa espirituwal na kapakinabangan ng mga ama na nagtipon mula sa ibang selda: 'Kapatid, bakit ka hindi natatakot sa kamatayan, samantalang namuhay kang pabaya?' Sumagot ang kapatid: "Totoo na namuhay akong 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 kayong humatol, upang kayo'y hindi hinatulan'⁴⁶ "' "Mapalad ka, kapatid," sabi ng nakatatanda sa kaniya, "sapagkat natanggap mo ang kaligtasan nang walang pagsisikap."⁴⁷

— Geronda, ang ilang mananampalataya, kapag nakakita sila ng isang taong namumuhay sa kasalanan, ay nagsasabi: 'Diretso siya sa impyerno!'

— Oo, kung ang mga taong makamundo ay napupunta sa impiyerno dahil sa kalaswaan, ang mga taong espirituwal naman ay napupunta dahil sa paghatol... Hindi maaaring sabihing ang sinuman ay mapupunta sa impiyerno. Hindi natin alam kung paano kumikilos ang Diyos. Ang mga paghatol ng

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

⁴⁵ Sa pamamagitan ng kaniyang salaysay, ipinapakita ni Nakatatandang Paisios na para sa pag-ibig ni Kristo ay handa siya kahit sa pagkamartir. Ang pag-ibig ni Cristo ay nagniningas sa kanyang puso at nagtulak sa kanya sa matinding pag-aagapay at pagtitiis ng paghihirap. Ang salik na nagtulak sa ganoong gawa ay hindi ang pagkamuhi sa katawan, kundi ang pag-ibig kay Cristo. May mga katulad na halimbawa na matatagpuan sa buhay ng mga santo (tingnan ang buhay ni Ven. Martinian, ika-13 ng Pebrero). Ikwento ni Elder Paisios ang kuwentong ito upang ipakita kung paano umaalis ang biyaya ng Diyos sa isang tao dahil sa paghatol, at hindi niya ito itinuro bilang paraan ng paglaban sa mga makamundong tukso. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

⁴⁶ Mat. 7:1

⁴⁷ Tingnan ang *Tò Μέγα Γερωντικόν*. Bolyum A. Thessaloniki, 1994, p. 344

Diyos ay isang kalalalaman. 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 tayo ni Kristo sa Araw ng Paghuhukom, doon natin ibibigay ang ating opinyon...

Kabanata 2. **Ang Pakikibaka Laban sa Pagsusumpa**

Kung tututok tayo sa sarili nating gawain, hindi tayo huhusga

- Geronda, kapag nakikita ko ang kaguluhan sa komunidad, humuhusga ako sa aking isipan.
- Ayusin mo muna ang sarili mong bahay, at huwag mong tingnan ang kalat 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, mula sa iba.
- Tingnan mo, sisimulan mong ayusin ang sarili mo kapag tumigil ka nang magmalasakit sa ginagawa ng iba. Kung tututok ka sa sarili mo at titigil kang tumingin sa iba, makikita mo lamang ang sarili mong mga kakulangan, at hindi mo na mapapansin ang mga iyon sa iba. Pagkatapos, mawawalan ka ng pag-asa sa sarili mo, sa mabuting kahulugan, at sarili mo na lamang ang huhusgahan mo. Mararamdaman mo ang iyong sariling kasalanan at sisikaping 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 aking sariling mga kahinaan? Paano ko maihihimok ang iba na gawin iyon?" Kaya nga, patuloy na pagsumikapan at bantayan ang iyong sarili upang maiwasan ang nakatagong kapalaluan, at magsagawa ng pagsisi sa sarili nang may pag-iingat upang maiwasan ang panloob na paghatol. Sa ganitong paraan, ikaw ay matutuwid.
- Geronda, isinulat ni Abba Isaac: 'Kung mahal mo ang kadalisan... pagpasok mo sa ubasan ng iyong puso, magtrabaho ka rito, puksain mo ang mga pagnanasa sa iyong kaluluwa, at magsikap kang huwag makilala ang 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 sariling pagpaparusa, nahulog ang belo mula sa kanilang mga espirituwal na mata, 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. Nakita nila ang kanilang sariling mga kamalian bilang malalaki, at ang mga kamalian ng iba bilang maliliit, dahil tumingin sila gamit ang mga mata ng kaluluwa, hindi sa makamundong pananaw. Kaya sinabi nila tungkol sa kanilang sarili: 'Mas masama ako kaysa sa lahat ng tao.' Nilinis at naging matalim ang kanilang espirituwal na paningin, kaya nakita nila ang kanilang sariling mga kamalian — mga piraso ng splinter — na parang malalaking troso. Tayo, kahit na ang ating mga kamalian ay parang troso, ay nakikita natin ang mga ito bilang mga sanga⁴⁹ o hindi naman natin sila nakikita. Sinusuri natin nang mabuti ang iba gamit ang mikroskopyo. Ang mga kasalanan ng iba ay tila malaki sa atin, samantalang hindi natin nakikita ang sa atin, dahil hindi pa nalilinis ang mga mata ng ating kaluluwa.

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

⁴⁹ Tingnan ang Mateo 7:3

Ang pinakamahalaga ay malinis ang mga mata ng kaluluwa. Nang tanungin ni Cristo ang bulag na lalaki, 'Paano mo nakikita ang mga tao ngayon?' — sumagot siya, '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 espiritwal, malinaw niyang nakikita ang lahat at pinapatawad ang lahat ng kapintasan ng iba, sa mabuting kahulugan, dahil nakikita niya ang mga ito sa pamamagitan ng espiritwal na pananaw, hindi sa pamamagitan ng pananaw ng tao.

Kung pinapatawad natin ang iba, hindi natin sila hinahatulan

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

— Isang pakikibaka. Kapag nakatingin ang isang tao nang nakabukas ang bibig, maaaring lumipad papasok ang langaw. Siyempre, ilalabas nila ito, pero mas mabuting subukang pigilan ang langaw na lumipad papasok.

— 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 paghuhusga upang makita mo ang mga nagpapagaan na kalagayan at mapatawad ang mga tao. Pagkatapos, makikita mo sila sa isang kanais-nais na liwanag.

— Geronda, habang nasa serbisyo, dumarating sa akin ang mga kaisipan kung bakit hindi pumupunta sa koro ang isang kapatid, kung bakit mahina ang boses ng isa pa, at dahil dito, patuloy akong humuhusga.

— Bakit hindi mo iniisip na baka pagod ang kapatid, 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 makayang maglakad nang maayos, pero pumupunta pa rin sila sa kanilang mga tungkulin at sinisikap na walang makapansin, para hindi sila ma-relieve sa tungkulin at hindi mapalitan ng ibang kapatid, na siya namang magtatrabaho para sa dalawa. Hindi ka ba naantig noon?

— Naiintindihan ko, pero hindi ko palaging nagagawa na patawarin ang isang kapatid kapag siya ay magaspang ang asal.

— Napag-isipan mo na ba na maaaring magmalupit ang isang kapatid para itago ang kanyang kabutihan? May kilala akong mga taong sadyang nagdudulot ng gulo para ang mga hindi nag-iingat sa sarili nila ay magsalita nang masasama tungkol sa kanila. O baka naman ang kapatid na babae ay nagpapakita ng bastos na asal dahil siya ay pagod, ngunit agad namang nagsisisi. Nagsisi na siya sa kanyang asal, ngunit patuloy mo pa rin siyang kinokondena. Sa paningin ng mga tao ay tila siya nahihiya, ngunit sa paningin ng Diyos ay siya ay pinararangal.

— Geronda, may makitid akong pag-iisip: hindi ko inilalagay ang sarili ko sa sapatos ng iba para bigyang-katwiran sila.

— Tingnan nang may habag ang mga nagkakamali, at luwalhatiin ang Diyos sa Kanyang mga kaloob sa iyo; kung hindi, maaaring sabihin Niya sa iyo sa huli: "Marami na Aking ibinigay sa iyo, kaya bakit mo Ako inupahan nang ganoon kalupit?" Pag-isipan mo kung ano ang mayroon ang taong iyon noon, kung anong mga pagkakataon ang mayroon siya para sa kanyang pag-unlad at kung anong mga pagkakataon ang mayroon ka, ngunit hindi mo ginamit. Sa ganitong paraan, magagalak ka sa mga biyayang ipinagkaloob ng Diyos sa iyo, papurihan Mo Siya at magpapakumbaba ka. Kasabay nito,

⁵⁰ Ihambing ang Marcos 8:24

mararamdaman mo ang pagmamahal at habag para sa iyong kapatid, na hindi nagkaroon ng parehong mga pagkakataon gaya mo, at mananalangin ka para sa kanya mula sa puso.

May mga taong gumagawa ng malulubhang krimen, ngunit marami silang mga nagpapagaan 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 salbahis. Sabihin nating ang isang kriminal ay nakagawa ng dalawampung krimen; 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 sa kanyang kabataan, 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 ay gumagawa na ng mga himala ngayon. Nagsasagawa ba ako ng mga himala? Hindi. Kaya walang dahilan para sa akin. Ngunit kahit na nagsagawa ako ng dalawampung himala—at kaya ko namang gumawa ng 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 na huwag manghusga?

— Talaga bang palagi kang ganoon mag-isip? Hindi. Kung ganoon, sabihin mo: 'Hindi ako palaging nag-iisip nang tama; madalas akong magkamali. Halimbawa, sa ganitong kaso, inakala ko ito, ngunit lumabas na ako ang mali. Sa isa pang pagkakataon, hinusgahan ko ang isang tao, ngunit lumabas na ako ay kumilos nang walang kabuluhan at hindi patas sa taong iyon. Kaya, hindi ko dapat pakinggan ang sarili kong mga iniisip.' Tayong bawat isa ay nagkamali sa ating mga palagay. Kung aalalahanin natin ang mga pagkakataon na nagkamali tayo sa ating paghuhusga, maiwasan natin ang paghatol. Kahit na sa isang pagkakataon ay hindi tayo nagkamali at napatunayang tama ang ating opinyon—hindi tayo dapat magmadaling magkonklusyon. Talaga bang alam natin kung anong mga nagpapabawas na kalagayan ang maaaring nararanasan ng ibang tao?

Noong aking kabataan, laging nasa dulo ng aking dila ang paghatol. Dahil namuhay ako nang maingat at may kaunting anyo ng kabanalan, hinatulan ko ang anumang sa tingin ko ay mali. Kapag ang isang tao ay namumuhay nang espirital sa mundo, maaaring makita niya ang mga kapintasan ng iba at hindi makita ang kanilang mga birtud. Maaaring hindi niya makita ang mga nagpapaunlad ng birtud, dahil tahimik lang silang namumuhay, ngunit nakikita niya ang iba na gumagawa ng masama at kinokondena sila. Ang isa ay gumagawa ng mali, ang isa ay naglalakad sa maling landas, ang isa naman ay nakatingin sa maling direksyon...

Alam mo ba kung ano ang nangyari sa akin minsan? Nagpunta kami ng isang kaibigan sa isang serbisyo sa monasteryo sa Monodendri, mga siyam na oras na lakad mula sa Konitsa. Sa simbahan, umakyat ang kaibigan ko sa choir loft, habang ako'y nakatayo sa mga upuan sa likod ng mga nag-aawit ng mga 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. Tinitingnan niya ako at nagpapako, tinitingnan at nagpapako... Nainis ako. "Anong klaseng tao siya?" naisip ko. "Bakit niya ako tinititigan?" Hindi ko naman tinititigan ang mga kapatid kong babae kapag dumaraan sila sa akin sa kalsada. Pag-uwi nila, nagreklamo sila kay nanay: "Nakita ako ni Arseny⁵¹, tapos dumaan lang siya nang hindi man lang bumabati!" "Ganun ba ang asal," sasabihin sa akin ni Nanay pagkatapos, "nakakasalamuha mo ang mga kapatid mo sa kalsada tapos hindi ka man lang bumabati!" "Kailangan ko bang tignan lahat ng taong dumaraan sa harap ko, kapatid ko man o hindi,"

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

sasagot ko. "Dami naman kaming kamag-anak.⁵² Wala akong mas importanteng gagawin." Ganoon ang mga sukdulang ginagawa ko noon: dumaan ang kapatid kong babae, at hindi ko siya binati! Pero, ayon nga... Pagkatapos ng liturhiya, inimitahan ako ng babaeng nakasuot ng itim sa bahay niya. Lumalabas na kamukha ko raw ang anak niya na napatay sa digmaan! Kaya pala tinitingnan niya ako sa simbahan at nagpapako ng tanda ng krus: naaalala niya ang anak niya sa akin. At hinuhusgahan ko siya: "Ang kapal ng mukha ng babaeng ito, ang tindi ng tingin niya sa simbahan!" Sobrang nabad ko pagkatapos ng insidenteng iyon. "Ikaw," sabi ko sa sarili ko, "hindi mo alam ang iniisip mo, pero nawala ang anak niya; siya ay nagdadalamhati!"

Sa ibang pagkakataon, hinusgahan ko naman ang kapatid kong lalaki na nasa hukbo. Sinabi sa akin ng quartermaster ng kanilang kumpanya: 'Binigyan ko ang kapatid mo ng dalawang jerrycan ng langis. Nasaan na ang mga iyon?' Naalala kong madalas dinadala ng kapatid ko sa bahay namin ang mga kasama niya sa hukbo para magpalipas-gabi... 'Paano niya nagawa iyon, nakuha pa niya ang langis?' ang nasa isip ko. Umupo ako at sumulat ng matalim na liham sa kapatid ko... At sumagot siya: "Tanungin mo ang tagapangalaga ng simbahan sa ibaba tungkol sa mga lata!" Lumalabas na ipinadala niya ang langis sa simbahan sa Lower Konica. "Magaling," sabi ko sa sarili ko, "noong nakaraan hinusgahan mo ang isang mahihirap na babae, ngayon ang sariling kapatid mo naman. Tama na iyan! Sa susunod, huwag kang maghusga. Hindi ka normal na tao, kaya lahat ng bagay ay nakikita mong abnormal. Pagsikapan mong maging isang normal na tao." Sa ibang pagkakataon, nang may isang bagay na tila mali para sa akin, sinabi ko: "Malamang ay mabuti iyon, hindi ko lang naiintindihan; kahit pa ilang ulit kong tinanggap ang isang kaisipan mula sa kaliwa, ako pa rin ang palaging nagkakamali." Nang sa mabuting diwa ay napoot ako sa sarili, sinimulan kong maghanap ng dahilan para sa lahat. Palagi akong naghahanap ng dahilan para sa iba at ako lamang ang sinisisi. Kung hindi bantayan ng isang tao ang sarili, wala siyang maipagtatanggol sa Araw ng Paghuhukom.

Kailangan ng tapang para itigil ang paghatol.⁵³

Kaya: Nais kong magsimula nang mabuti. TUMIGIL. TUMIGIL sa mga kaisipang panghuhusga. Amen.

Nanaisin ko ang paglilinis at pagpapabanal ng isip at puso. Amen.

Bahagi 4.

Ang mga anak ng pagmamahal sa sarili at kayabangan

inggit — galit — kalungkutan

"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 kasing dami ng lahat ng iba, at magiging napakalaki ang kanyang mga tagumpay at kagalakan"

⁵² May pitong kapatid na magkakapatid si Nakatatandang Paisios. Noong panahong iyon, ang kanyang tatlong nakatatandang kapatid na babae ay nag-asawa na. — *Tala ng tagapagsama-sama*

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

Kabanata 1.

Ang lason ng inggit

Selos — isa sa mga pangunahing damdamin

— Geronda, naiinggit ako sa isa sa aking mga kapatid na babae.

— Alam ko kung aling madre ang selosan mo... At nalaman ko rin na siya rin ay nagseselos sa'yo! Nawa'y pareho kayong magselos kay masigasig na Elias, at nawa'y alisin niya ang selos sa inyo at ipagkaloob sa inyo ang kanyang banal na sigasig. Amen.

— Geronda, kapag nagsimulang akong maging maselan, sinisikap kong tingnan ang mga bagay nang lohikal.

— Ngunit hindi ba mas mabuting subukang huwag munang maramdaman ang selos? Nakakatawa ang selos. Kailangan lang gumamit ng kaunting pag-iisip para mapagtagumpayan ito. Hindi kailangan ng malalaking gawa, dahil ang selos ay isang damdamin ng kaluluwa. Tingnan mo, huwag mong hayaang magtagumpay sa iyo ang inggit, dahil isa ito sa mga pangunahing pagnanasa. Alam mo ba kung ano ang maaaring idulot ng inggit sa isang tao? Sa masamang loob at paninirang-puri. At ang paninirang-puri ay mas malaking kasamaan kaysa sa masamang loob.

— At ano ang bumubuo sa inggit?

— Lahat ng uri ng bagay ang kasama rito! Kayabangan, kasakiman, pagmamataas... Wala itong pag-ibig at, siyempre, wala ring kababaang-loob.

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

— Siyempre hindi! Imposible para sa inggit at pag-ibig na magkasabay sa iisang tao. Kahit may kaunting pag-ibig pa sa kanila, ito ay marumi, dahil naroroon ang kanilang 'sarili' sa pag-ibig na iyon. Sinisira ng inggit at ginagawang walang silbi ang pag-ibig at kabutihan, tulad ng isang patay na daga na sumisira sa langis kapag nahulog ito sa palayok na luwad.

— Geronda, pakiramdam ko'y naiinggit ako dahil hindi ko nararamdaman ang kabuuang kapanatagan 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 iibigin... ang anumang pag-aari ng iyong kapuwa' (⁵⁴), paano natin magagawa pang hangarin ang pag-aari ng iba? Ano nga ba, hindi na ba natin susundin ang mga pangunahing utos? Kung ganoon, ang buhay natin ay magiging impiyerno. "Tumitukso ang bawat tao kapag hinatak ng 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 tayo malaya sa inggit, hindi rin tayo makakahanap ng kapayapaan doon, sapagkat maglalaman pa rin tayo ng parehong pabaya na mga pagnanasa.

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

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

— Ang babae ay sa kanyang kalikasan ay puno ng kabaitan at pag-ibig, at matindi ang pag-atake sa kanya ng diyablo: itinatanim niya sa kanya ang nakalalason ng 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

⁵⁴ Ex. 20:17

⁵⁵ Santiago 1:14

putakti mula sa isang bubuyog at nalalampasan pa ang lalaki sa kalupitan. At habang sapat na para sa isang lalaki na mawala sa kanyang paningin ang isang hindi niya gustong mukha, 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 masigurado!

Ang malisya ng isang babae, kapag sinamahan ng selos at pagkamatarat, ay maaaring umabot sa antas na demonyo. Dapat matakot ang isang babae sa 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 pagsakripisyo sa sarili. Ang kadakilaan ang lunas sa selos. Ngunit, sa kasamaang-palad, iilan lamang ang may taglay na kadakilaan.

Pinapahina tayo ng inggit

— Geronda, wala talaga akong lakas ng loob.

— Maselan ka, kaya wala kang tapang. Kapag maselan ang isang tao, nag-aalala siya, hindi makapanganak, lumiit at nawawalan ng tapang, samantalang iniisip ng iba na siya ay isang dakilang asketiko!

— Pakiramdam ko'y napakadukha at mahina ako sa espirituwal.

— Marami kang lakas, ngunit sinasayang mo ito sa hangal na inggit, at bagaman taglay mo ang likas na kabutihan, naghihirap ka na parang pinakamababang pulubi. Malaki sana ang iyong tagumpay sa buhay-espirituwal kung hindi ka lang nabigatan ng inggit. Mag-ingat ka, sapagkat ang inggit ay sumisipsip sa iyo ng lahat ng lakas-espirituwal at lakas- pisikal na maaari mong ialay bilang handog sa Diyos. Kung maitaboy mo ang inggit, magkakaroon ng kapangyarihan ang iyong panalagin.

Dahil sa inggit, nawawalan ng espirituwal na lakas ang isang tao. Bakit, sa palagay mo, hindi naalis ng mga apostol ang demonyo sa batang sinapi,⁵⁶ kahit na natanggap nila mula kay Cristo ang kapangyarihang magpalayas ng demonyo at nakapagpalayas na sila ng demonyo mula sa mga tao? Dahil naiinggit sila kina Pedro, Santiago at Juan, dahil dinala lamang ni Cristo sila sa bundok at nagpakita Siya ng Kanyang kaluwalhatian sa kanilang harapan.⁵⁷ Maaaring dinala ni Cristo ang lahat ng mga disipulo kasama Niya, ngunit hindi lahat ay may kakayahang maunawaan ang ganoong hiwaga, kaya kinuha Niya lamang ang mga makakaya. Marahil sasabihin mong hindi Niya minahal ang ibang mga disipulo? O na mas minahal Niya si Juan kaysa sa iba? Hindi, kundi mas minahal ni Juan si Cristo kaysa sa ibang mga disipulo at dahil dito mas malalim niyang naramdaman ang pagmamahal ni Cristo. Mayroon siyang mas malaking kapasidad; mas malaki ang kanyang 'baterya'. Nakikita mo ba kung paano itinaboy ng inggit ang Biyaya ng Diyos mula sa mga apostol, at hindi nila nagawang pagalingin ang batang sinapi-sapian? Kaya sinabi ni Cristo: 'O henerasyong walang-paniwala at baluktot, hanggang kailan pa ako makakasama ninyo?! Hanggang kailan ko pa kayo matiis?!'⁵⁸

Ang siyang nagtatago ng sariling mga kaloob ay naiinggit sa mga kaloob ng iba

— Geronda, paano matutulungan ng isang taong may selos ang sarili na malampasan ang damdaming ito?

⁵⁶ Tingnan ang Mat. 17:16; Mar. 9:18; Luc. 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

— Kung kikilalanin niya ang mga biyayang ipinagkaloob ng Diyos sa kanya at sisimulan niyang paunlarin ang mga ito, hindi siya makakaranas ng inggit at mamumuhay na parang nasa paraiso. Marami ang hindi nakikita ang sariling mga kaloob; nakikita lamang nila ang mga kaloob ng iba, at sinasakop sila ng inggit. Inilalagay nila na sila ay pinagkakaitan at naapi. Naghihirap sila at ginagawang bangungot ang kanilang buhay. 'Bakit siya may mga kaloob na ito at ako'y wala?' ang sabi nila. Mayroon kang tiyak na mga kaloob; ang iba naman ay may iba. Naalala mo ba sina Cain at Abel? Hindi hinangad ni Cain na kilalanin ang sarili niyang mga biyaya, kundi tiningnan ang mga biyayang taglay ni Abel. Dahil dito, nag-alaga siya ng masamang loob sa kanyang kapatid, naghimagsik sa Diyos, at sa huli ay umabot pa sa pagpatay.⁵⁹ Ngunit marahil ay mas dakila pa ang mga biyaya na ipinagkaloob sa kanya kaysa kay Abel.

— Paano nga ba ang isang tao, na nakikita ang mga talento ng iba, ay hindi maiinggit kundi magagalak?

— Kung paunlarin niya ang sariling talento sa halip na itago ito, magagalak siya sa mga talento ng iba. Sa loob ng maraming taon, pinagmamasdan ko ang isang kapatid; may boses siya at may paggalang, 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 hindi ganoon kaganda ang boses ng kapatid na iyon. Hindi niya iniisip na binigyan siya ng Diyos ng mas magandang boses, ngunit hindi niya ito pinapaunlad.

Kaya, pag-isipan ng bawat isa: marahil ang kaloob na pinagtataksilan nila sa iba ay nasa kanila rin, ngunit hindi nila ito pinapaunlad, o marahil ay ibang talento ang ipinagkaloob sa kanila ng Diyos. Hindi pinagkulang ng Diyos ang sinuman; binigyan Niya ang bawat isa ng tiyak na kaloob na makakatulong sa isang tao sa kanyang espirituwal na pag-unlad.

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

Hayaan ang bawat isa na hanapin ang mga kaloob na ibinigay ng Diyos sa kanila, at luwalhatiin nila ang Mabuting Diyos, hindi nang may kapalaluan, tulad ng mga Pariseo, kundi nang may kababaang-loob, na kinikilala na kanilang pinabayaan ang mga ito, at paunlarin nila ang mga ito sa hinaharap.

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

— Binigyan ka ng Diyos ng napakaraming biyaya, at gayon pa man inggit ka sa mga biyaya ng iba? Para kang anak ng isang kondyeter sa Konica. Binibigyan siya ng kanyang ama ng maliit na piraso ng keyk araw-araw; baka magkasakit siya kung malaki iyon, ngunit tiningnan 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! Kaya ikaw, hindi mo rin pinahahalagahan ang mga dakilang biyayang ibinigay sa iyo ng Diyos, kundi tiningnan mo ang mga biyaya ng iba at naiinggit ka.

Huwag tayong maging walang pasasalamat. Sapagkat 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 tayo masaktan. Madalas tayong kumilos na parang mga

⁵⁹ Tingnan ang Gen. 4:3–8

maliit 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 iniisip natin na ang isang daang drachma ay puro papel lang; gusto natin ang isa o dalawang drachma na ibinigay Niya sa iba, kaya tayo'y umiiyak at nagagalit sa ating Mabuting Ama.⁶¹

Mabuting inggit

— Geronda, naiinggit ako sa isang kapatid na babae dahil nakikita kong mayroon siyang kababaang-loob, pagiging payak, at kabanalan.

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

— Hindi, Geronda! Maaaring naiinggit ako sa birtud ng iba, pero hindi ko man lang maisip na maghangad ng masama para sa kanila. Ayokong mawalan ng birtud ang taong iyon; gusto kong may mabuti rin sa akin.

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

— Mayroon nga bang tinatawag na mabuting selos?

— Oo, kapag ang isang tao ay naiinggit sa kabutihan ng iba at kasabay nito ay nagagalak para sa kanila, mabuti ang inggit na iyon. Ngunit kung ang isang tao ay nalulungkot, kung siya ay naiinis 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. Pero kung malungkot ka — ibig sabihin ay walang sama ng loob sa iyong selos; simpleng gusto mo ring makanta 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 babae na nagtatagumpay, at sikaping tularan siya. Sa ganitong paraan ay mababago ka sa espiritwal, at ang Grasya ng Diyos ay maninirahan sa loob mo, na nagbibigay sa isang tao ng langitlikong kagalakan kahit sa buhay na ito.

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

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

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

— Tanungin mo ang sarili mo: 'Kung gumawa ng himala ang kapatid ko, ano ang mararamdaman ko?' O: 'Kung siya ay matutukso at mapahiya sa mata ng iba, matutuwa ba ako o malulungkot?' Sa pagsagot sa tanong na ito, mauunawaan mo kung ang iyong selos ay mabuti o masama. Ngayon, sabihin mo sa akin, kung malalaman mong ang kapatid na selosan mo ay naging tamad at tuluyan nang tumigil sa pagtupad sa kanyang mga tungkuling monastiko, hindi na siya mismo ang nagdarasal kundi naglalagay ng kaset sa tape recorder at nakikinig sa: 'Panginoong Hesukristo...', magagalit ka ba?

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

⁶¹ Mula sa isang liham ni Elder Paissios sa isang kapatid na babae; 1968. — *Tala ng tagapagsama-sama*

⁶² 1 Cor. 12:31

— Oo, maiinis ako, ngunit kahit pakinggan kong siya ay gumagawa ng mas higit at higit pang pag-unlad, sa tingin ko hindi rin ako magiging masaya.

— Alam mo, kung nahihirapan kang lumakad, magalak ka para sa mga mabilis tumakbo, at huwag kang 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 makamtan mo naman ang sarili mong sukat. 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 espirituwalidad; nagniningning ang kanyang mukha. Siya ay halimbawa sa lahat ng bagay, isang dakilang asketiko at masigasig sa pananampalataya. Siya rin ay lubos na deboto. Ang mga nakatatandang monghe ay bumabangon bilang paggalang tuwing siya'y dumaraan. Mas nakinabang ako sa baguhang ito kaysa sa lahat ng aklat na nabasa ko noon, dahil siya ay isang buhay na halimbawa. Noong isang pagkakataon, sumakit ang dibdib ko. Sa hindi inaasahan, pumasok ang kapatid na iyon sa silid ko nang sandaling iyon, at hiniling ko sa kanya na manalangin. Hindi pa siya nakakaalis nang mawala na ang sakit. Sa isa pang pagkakataon, may isang lalaking sinapian ng demonyo na dumating sa monasteryo at hiniling sa mga monghe na pagalingin siya. Pagkatapos, sinabi 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, "sana'y palayasin ni Kristo ang demonyo." Nang sandaling lumayo siya, umalis na rin ang demonyo sa lalaki. Ganito ang kanyang katapangang harapan ang Diyos! Napakataas na ng kanyang naabot na espiritwal na sukatan! Kaya, nanalangin ako sa Diyos na sana'y maabot ng kapatid na iyon ang sukatan ng santo na siyang ipinangalan sa kanya, at maabot ko rin ang kanyang sukatan. Gawin ninyo rin ang pareho, at malinaw ninyong makikita ang kapangyarihan ng Diyos.

Kapag natutong magsaya ang isang tao sa tagumpay ng iba, ibibigay ni Cristo sa kaniya ang lahat ng tagumpay ng iba, at magagalak siya nang kasing dami ng lahat ng iba pinagsama, at pagkatapos ay magiging napakalaki ang kaniyang sariling 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 kapangyarihan ng kaluluwa. Kung, para sa isang taong likas na mahinahon, ang katangiang ito ng kanilang pagkatao ay nakakatulong sa espiritwal na kaperpeksiyunan, kung gayon para sa isang taong madaling magalit, ang kapangyarihang likas sa kanilang pagkatao ay doble ang kapakinabangan, basta't gamitin nila ang kapangyarihang ito ng galit laban sa mga pagnanasa at laban sa masama. Kung hindi niya magamit 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 kaniyang isipan sa isang dakilang layunin at itutol ang kaniyang galit laban sa kasamaan, ituring mo nang tapos na ang usapin. Iyan ang dahilan kung bakit ang mga taong may kislap ng kawalang-ingat ay nararating ang tuktok ng buhay-espiritwal.

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

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

— Nakikita mo, sa simula, nagagalit ang isang tao sa iba; pagkatapos, kung nagsusumikap sila, magagalit sila sa diyablo; at sa huli, aabot sila sa puntong ang sarili nilang lumang pagkatao at sariling mga pagnanasa na lamang ang kanilang pinagmumulan ng galit. 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, mahal ko! Naiintindihan kung ang isang maliit na bata ay nagagalit, tumatapak-tapakan at sumisigaw: 'Ayaw ko, hindi ko gagawin!' Ngunit habang sila'y tumatanda, dapat nilang alisin ito, at panatilihin lamang ang pagiging simple at kusa ng isang bata, hindi ang kanilang pagkabataing kamangmangan. Nakikita mo, may ilang tao na napupunta sa ganoong kalabisan! Binubunggo nila ang ulo sa pader sa galit — buti na lang at malalakas ang ulo ng tao ayon sa Diyos, kaya wala silang nangyayari! May iba namang pumupunit ng damit! May isang lalaki na araw-araw pinupunit ang kanyang kamisa sa galit. Pinupunit niya ito nang todo para hindi na siya sumabog 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 sa galit sa loob mo. Iba kung ang isang tao, sa pagkairita, ay nakasasabi ng masakit dahil pagod siya, masakit ang nararamdaman, o may problema, at iba pa. Maaaring may sumagot pa nga sa pagbati ng: "Umalis ka na!" — kahit walang masamang sinabi sa kanila, simpleng "kamusta" lang. Pero pagod ang tao, masakit ang nararamdaman niya, kaya ganoon ang kanyang reaksiyon. Pagkatapos ng lahat, kahit ang pinakapasensiyosong asno ay tatanggi kung sobra ang dinadala.

— 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 pag-uusap. Ganoon din kapag hindi siya nasa mabuting kalagayang espiritwal: kulang siya sa pagkamulat, 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 kaisipang tungkol sa iba na nagmumula sa kaliwa. Kung tatanggapin mo ang mga kaisipang nagmumula sa kanan, hindi mo papansinin kung ano ang sinabi sa iyo o kung paano ito sinabi. Aakuin mo ang responsibilidad 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 dalang pagpapawalang-sala sa sarili, kapalaluan, kawalang-pasensya, at kayabangan.

— Geronda, bakit madaling mainis ang mga tao sa kahit anong bagay ngayon?

— Ngayon, pati lang langaw naiinis na! Matigas ang ulo at palabán! Dati, kapag pinalayas mo ang langaw, lilipad na ito. Ngayon, nand'yan lang itong nakatambay nang matigas ang ulo... Ngunit totoo rin na ngayon, ang ilang gawain ay hindi lang hindi nakakatulong para makamit ang kapanatagan ng isip, kundi maaari pang gawing nerbyos ang isang taong likas na kalmado.

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

— Madalas, dahil sa panlabas na mga sanhi, ang isang tao ay nakararamdam ng hindi kasiyahan at nawawalan ng pasensya dahil hindi siya nasisiyahan sa kanyang ginagawa at gusto niya ng iba pa. Ngunit ang ganitong iritasyon ay parang alikabok sa labas; nawawala ito kapag natagpuan ng isang tao ang kanyang hinahangad.

"Maging mapoot, ngunit huwag magkasala"⁶⁴

— Geronda, nagmumula ba ang pagkapoot sa makasarili?

— Hindi palagi. Mayroon ding matuwid at banal na galit. Hawak ni propeta Moises ang mga tableta ng mga utos sa kanyang mga kamay, ngunit nang makita niya ang mga Israelita na nag-aalay ng sakripisyo sa gintong guya, sa banal na galit ay itinapon niya ang mga ito sa lupa at pinagpira-piraso.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 bumalik si Moises, nagsimula silang maghanap ng diyos para sa kanilang sarili. Pumunta sila kay Aaron at sinabi sa kanya: "Hindi namin alam kung ano na ang nangyari kay Moises. Sino na ang mamumuno sa amin ngayon? Gumawa ka para sa amin ng mga diyos na mamumuno sa amin." Hindi agad pumayag si Aaron, ngunit kalaunan ay sumunod din siya. Sinimulan ng mga tao ang kanilang gawain. Nagtayo sila ng pugon, itinapon dito ang lahat ng gintong ibinigay sa kanila ng mga Ehipsiyo bago sila umalis ng Ehipto,⁶⁷ at hinubog nila ito upang maging isang buong gintong guya. Inilagay nila ito sa isang malaking bato at nagsimulang uminom at magdiwang. "Siya ang mangunguna sa atin," wika ng mga tao. Nangyari noon na 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 ibaba, ay nagsabi: "Ano ang nangyari? May mga dayuhan na dumating!" "Hindi iyon mga sigaw ng digmaan, mga sigaw ng tuwa iyon," ang sagot ni Moises. Lumapit sila at nakita ang mga tao na nagagalak, sapagkat papapunta sa kanila sa Lupang Pangako ang gintong guya! Kita mo, gawa sa ginto ang guya!.. Nagalit si Moises; itinapon niya sa lupa ang mga tapak ng kautusan at pinagpira-piraso niya ang mga ito.

Maaaring magalit ang isang taong espirital, magpagalit, o sumigaw, ngunit para lamang sa isang seryosong espirital na dahilan. Walang kasamaan sa loob niya, at hindi siya nagdudulot ng kapahamakan sa iba. "Magalit kayo, ngunit huwag magkasala" — hindi ba iyan ang sinasabi ng propetang David?

"Naghanda ako at hindi ako natitinag"⁶⁸

— Geronda, paano ko malalampasan ang galit?

— Ang tungkulin ay huwag hayaang umabot sa galit. Ang gatas, kung hindi mo agad aalisin sa apoy, ay pupukal at agad tatapon.

⁶⁴ Awit 4:5

⁶⁵ Tingnan Ex. 32:1-24

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

⁶⁷ Tingnan ang Ex. 11:1-3; 12:36-37. Bago tuluyang umalis sa Ehipto, sa utos ng Diyos, nanghiram ang mga Israelita ng pilak at gintong sisidlan at mga damit mula sa mga Ehipsiyo. Hindi na nila naibalik ang mga ito, sapagkat ang mga panganay ng mga Ehipsiyo ay agad na pinatay; natakot si Paraon at agad na pinalayas ang mga Hudyo mula sa Ehipto. — *Tala ng tagapagsama*.

⁶⁸ Awit 118:60

— At paano nga ba hindi magagalit?

— Mahalaga ang pagiging mapagbantay. Bantayan mo ang iyong sarili at pigilin ang iyong galit, upang hindi mag-ugat sa iyong kalooban ang pagnanasa. Kung hindi, kahit na nais mo pa itong putulin ng palakol mamaya, patuloy itong tutubo ng mga bagong usbong. Tandaan mo ang sinabi ng propetang si David: 'Hinarapan ko ang sarili ko at hindi ako natulisan ng loob.' Alam mo ba kung paano kumikilos ang isang monghe? Sa pag-alis niya sa kanyang silid, siya ay magpapasigla at sasabihin: 'Diyos ko, iligtas mo ako sa tukso.' Handa siyang harapin ang tukso. Parang siya ay nagbantay. Binabantayan niya kung mula saang direksyon darating ang tukso, upang mapagtanggol niya ang sarili laban dito. Kung may kapatid na nagkamali sa kanya, handa siya at tumutugon nang may kababaang-loob at pagiging mapagkumbaba. Gawin mo rin iyon.

— Geronda, minsan, kapag dumarating ang tukso, sinasabi ko sa sarili ko, 'Manahimik na lang ako,' pero sa huli hindi ko matiis, sumabog na rin ako.

— Ano'ng ibig mong sabihin, 'Bigla akong sumabog'? At saan napupunta ang mga sinabi mong sumabog pagkatapos? Nasusunog ba iyon? Mukhang kulang ka sa kababaang-loob, kaya't napupuno ka na at saka ka sumabog. Kailangan mo lang ng kaunting karagdagang kababaang-loob. Bago ka magsalita, ulitin mo ang Panalangin kay Hesus nang dalawang beses o tatlong beses, para sa kaliwanagan. Isang babae, noong siya ay nagagalit, una niyang inuulit ang 'Apostles' Creed' at saka siya nagsasalita. 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?

— Tratohin mong mabuti ang kapatid. Subukang ipagtanggol siya nang may pagmamahal. Makakatulong ito sa iyo na likas na magkaroon ng patuloy na mabuting espirituwal na disposisyon. At kapag sumapit sa iyo ang damdamin ng galit, matatagpuan nitong puno ng pagmamahal ang iyong puso at, dahil wala itong mapuntahan, ay lisanin ka nito.

Sa pamamagitan ng kababaang-loob at katahimikan ay napagtatagumpayan 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, aahurap na ito: hindi ito sumusugod nang padalos-dalos, kundi sumusuko sa ating galit. Ganoon din, kung may manlait sa iyo sa pamamagitan ng salita, huwag kang sumagot. Sa pamamagitan ng katahimikan, pinapawalang-bisa mo ang kanyang pananalita. Noong isang beses, muntik nang mulutin ng pusang si Dikas ang isang maliit na palaka sa silid-pagsalale ko. Nanatiling walang galaw ang maliit na palaka, at iniwan na lang ito ni Dikas at umalis. Sa kanyang katahimikan at kababaang-loob... tinalo ng munting palaka ang pusa. Ngunit kung gumalaw man lang ito nang kaunti, huhawakan na siya ni Dikas, at sisimulang ihagis-hagis at bubuugin 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 magsumite at susuko; 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 sa likuran niya: kung hindi, hindi nila ito mailalabas. Kapag ang bawat isa ay naninindigan, parang pagbanga ng bato sa bato — puro kislap lang ang lilipad!.. Ang mga tao ng Faras,⁶⁹, kapag may tumatayo sa kanilang posisyon, ay sasabihin: 'Hayaan mong maging inahin

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

ang kambing mo, at kordero ang sa akin,⁷⁰, at sa gayon ay naiwasan ang pagtatalo. Sa anumang kaso, ang siyang nagpapasakop 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 tama 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 siya ay kumikilos nang tama, wala pa rin siyang panloob na kapayapaan?

— Paano nga ba siya magkakaroon ng kapayapaan? Upang magkaroon ng kapayapaan ang isang tao, dapat siyang nasa tamang panloob na oryentasyon. Pagkatapos ay nawawala ang galit at pagkabahala, at pumapasok sa tao ang kapayapaan ng Diyos. At kapag dumating ang kapayapaan ng isip, winawasak nito ang usok ng galit, nililinis ang mga mata ng kaluluwa, at nagsisimulang makita nang malinaw ang tao. Kaya't partikular na nagsalita si Kristo tungkol sa 'mga tagapagpayapa', na sinasabing 'mababansagang mga anak ng Diyos'.⁷¹

Kabanata 3. **Kalungkutang sumisira sa kaluluwa**

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

— Geronda, pakiramdam ko ay sobrang lungkot nitong mga nakaraang araw.

— Bakit ka malungkot? Nalunod ba ang mga barko mo? Saan mo sila pinadala? Sa Atlantiko ba? Talaga bang may nagpapadala ng barko sa dagat sa ganitong panahon? Ilan na ang nalunod?

— Lahat sila, Geronda, ay lumubog.

— Napakaganda, kung ganoon wala kang ari-arian, at maaari ka nang maging mabuting madre! Bakit hindi mo palaging pinupuri ang Diyos? Ano'ng kulang sa'yo? Kung ang isang taong malayo kay Kristo ay malungkot, naiintindihan ko 'yan, pero kung ang isang malapit kay Kristo ay malungkot, mahirap 'yan intindihin. Dahil 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, magiging matamis na nektar ito. Kung ang isang tao ay malungkot, ibig sabihin ay hindi nila dinadala ang kanilang kalungkutan kay Kristo.

Ang kagalakan ay nagmumula kay Kristo, at ang kalungkutan ay mula sa diyablo. Kung alam mo lamang kung gaano ako nababahala kapag nakikita ko ang isang monghe na may mukha ng isang tindero na pinagkaitang kumita. Iba naman ang magluksa para sa Diyos, ang umiyak nang may kagalakan. Dito, ang tao ay nagagalak. Ang kanyang katahimikan, ang kanyang kapanatagan, ay naglalabas ng pulot mula 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 nagdadalamhati. Kung siya ay nalulungkot dahil nalungkot niya si Cristo, nararamdaman niya ang isang matamis na kirot sa kanyang puso, sapagkat ang Diyos ay nagbubuhos ng katamisan sa kanyang kaluluwa, banal na aliw. Ito ang pagdadalamhati para sa Diyos. Ngunit kung ang isang tao ay palaging malungkot, nakararamdam ng takot at kawalan ng pag-asa, dapat niyang maunawaan na ang lungkot na ito ay hindi para sa Diyos.

⁷⁰ Mas mahalaga ang babaeng kambing, sapagkat nagkakaanak ito. — *Tala ng tagapagsama.*

⁷¹ Mat. 5:9

Ang lungkot para sa Diyos ay espirituwal na kagalakan; nagdudulot ito ng ginhawa sa puso. Ngunit ang lungkot na hindi para sa Diyos ay hindi maiiwasang magdulot 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

— Makatwiran ang ganitong kalungkutan; dapat lamang magmalungkot ang isang tao, sapagkat marami ang napapahamak. Ngunit kahit sa ganitong pagkakataon, dapat kumilos nang espirituwal. Kung tatanggapin ng isang tao 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, magkakaroon siya ng kapayapaan. Ngunit kung magsimula silang mag-alala at sasabihin: "Ano ang gagawin ko? Ginagamit ng mga tao ang pangalan ko para saktan ang iba," hindi sila makakahanap ng kapayapaan. Sa anumang kaso, kung ang isang tao ay walang kasalanan at malinaw ang kanyang konsensya, kahit na magdulot ng kalungkutan ang iba sa kanya, makakahanap siya 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 kundi pagkabahala, at hindi ka nito matutulungan sa anumang paraan. Ngunit hindi masama kung mag-iingat ka nang higit pa sa hinaharap. Ipagpatuloy mo ang taimtim na pagsisikap. Lahat ng tao ay nagkakamali, ngunit ang Mabuting Panginoon, na parang isang Ama, ay nagpoprotekta sa atin. Para sa layuning ito, mayroon Siyang mga santo; para sa layuning ito, binigyan Niya ang bawat tao ng isang Anghel na Tagapangalaga upang protektahan sila; para sa layuning ito, pinaghihiwalay Niya ang mga taong espirituwal upang tulungan ang iba.

— Pinabibigat ako ng kalungkutan dahil sa aking mga kabiguan, Geronda, at nagsisawa na akong magsikap.

— Dahil iyon sa makasarili. Hindi ka sumusuko, kaya napapagod ka. Walang kababaang-loob, walang pagsisisi, walang pagdadalamhati, 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, dahil sila ay nahulog sa mata ng iba; pagkatapos ay naninirahan sa kanilang kalooban ang pagkabalisa, kapaitan at sakit.

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

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

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

— Ang isang taong naghihirap dahil sa masidhing hangarin ay sinisisi ang sarili sa lahat ng bagay, samantalang ang isang taong naghihirap dahil sa makasarili ay sinisisi ang iba sa lahat ng bagay at sinasabing hindi sila tinatrato nang patas. Kapag nasaktan ang kanilang makasariling interes, nagsisimula silang magtampo, tumitigil sa pakikipag-usap... Ngayon lang ay pinagsabihan ko ang dalawang kapatid dahil sa pagkakamali nila. Pareho silang nalungkot at yumuko.

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 tanggapin ang kanilang mga maling pananaw. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Ngunit ang isa ay nalungkot dahil sa kanyang sigasig, sapagkat ako'y nalungkot sa kanyang pagkakamali, samantalang ang isa naman ay nalungkot dahil sa kanyang makasarili. Ang una ay nahiya nang husto kaya hindi na niya ako matitigan. 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: "Pinababa 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 sinisi ang sarili sa lahat ng nangyari, makakakita sana siya ng kaaliwan. Ngunit sinubukan niyang ipagtanggol ang sarili, kaya hindi siya nakatagpo ng kapayapaan sa kanyang kaluluwa. Kapag pinagtatanggol natin ang ating sarili, binibigyan natin ng puwang ang diyablo, na dumarating, hinuhikayat tayo nang palihim, at nagdudulot ng kalungkutan. Ngunit kapag inako natin ang lahat ng sisi sa ating sarili, saka inaako ng Diyos ang lahat ng ating pasanin sa Kanyang sarili. Kaya, magpasya tayo kung ano ang pipiliin: kababaang-loob, na nagdudulot ng kapayapaan, o makasarili, 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 nakararanas ng matinding takot, pagkabahala, at kalungkutan, kahit na taglay nila ang lahat, alamin mong wala ang Diyos sa kanila.

Ang mayroon ng lahat—kapwa materyal na kayamanan at kalusugan—ngunit sa halip na magpasalamat sa Diyos, ay gumagawa ng mga bagong hindi makatwirang kahilingan, nagrereklamo at nagdadalamhati, ay walang dudang naghahanda ng isang lugar para sa kanyang sarili 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 nagdurusang. Sabihin nating hindi niya gusto ang araw, at nagsimulang umihip ang Vardaris⁷³, ang hangin sa hilaga—na nagdadala ng lamig... Hindi niya gusto ang araw, kaya ngayon ay nanginginig siya sa lamig.

— Geronda, ano ang ibig mong sabihin?

— Ibig kong sabihin, kung hindi natin pinahahalagahan ang mga biyayang ibinibigay sa atin ng Diyos at nagrereklamo tayo, darating ang mga pagsubok na magpapalukob sa atin. 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 mula sa Diyos, upang sa buhay na ito ay mabayaran man lang nila ang bahagi ng kanilang utang. At kung hindi dumating ang sampal, mas masahol pa; doon nila kailangang bayaran nang sabay-sabay ang lahat sa buhay na darating.

— Kaya, maaaring maging ugali ang pagrereklamo?

— Nagiging ugali ito, dahil ang pagrereklamo ay sinusundan ng mas maraming pagrereklamo, at ang hinaing ay ng mas maraming hinaing. Ang siyang nagtatanim ng mga reklamo ay mag-aani ng mga reklamo at mag-iipon ng takot. Ngunit ang siyang nagtatanim ng papuri ay natitikman ang banal na kagalakan at mga biyaya magpakailanman. Ang isang mapagtungayong, gaano man karaming biyaya ang ipagkaloob ng Diyos sa kaniya, ay hindi niya ito nararamdaman. Kaya naman, ang biyaya ng Diyos ay lumalayo sa kaniya at dumarating ang tukso. Ang tukso ay sumusunod sa kaniya, at ang lahat ng bagay ay nagkakamali para sa kaniya. Ngunit ang Diyos Mismo ay hinahabol ang mga mapagpasalamat ng Kaniyang mga kaloob.

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

Ang kawalang-pagtanggap ay isang malaking kasalanan, na kinondena mismo ni Cristo. "Hindi ba't sampu ang nalinis? Saan na ang siyam?"⁷⁴ — Tinanong Niya ang 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 ni Tangalashka na tayo'y malungkot.

— Geronda, bakit biglang naging kalungkutan ang aking kagalakan?

— Ang biglaang paglipat mula sa kagalakan tungo sa kalungkutan ay kadalasang sanhi ng tukso. Ang masamang tangalashka ay nakikipaglaban sa mga 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 sa ating kalungkutan. Ngunit bakit nga ba natin papayagan ang 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 nalulugmok din 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 mag-alala at ang wala. Tungkol sa iyo, sa tingin ko sinusubukan ka niyang dalhin sa pagkadismaya, habang lalo ka niyang binabalot ng kanyang pinong sinulid. Kung tinatalian ka niya ng lubid dito't doon, masasabi pang may dahilan sa kalungkutan. Ngunit para sa iyo, ang mga pinong sinulid ay tila makakapal na lubid, at nag-aalala ka. Huwag mong pahirapan ang sarili mo nang walang dahilan, sapagkat sa paggawa mo nito ay pinapasaya mo si Tangalashka at pinapahamak si Cristo. Gusto mo bang malungkot si Kristo?

— Hindi, Geronda, pero...

— Walang 'pero!' 'Pumunta ka at magdamdam!'⁷⁵ Sabihin: 'Magdamdam ka!'

— "Magluksa 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 tungkuling monastiko.

— Palagi kang nakaupo roon na nakikipag-usap sa sarili mong mga iniisip, tinitingnan ang lahat nang negatibo at pinahihirapan ang sarili nang walang kabuluhan; kaya't naghihirap ka sa katawan at kaluluwa. Pagkatapos ng isa na namang ganoong pagsubok, nagsisimula nang sumakit ang tiyan mo— paano mo nga ba makakakuha ng lakas para sa mga espiritwal na bagay? Maaari kang uminom ng gamot para maibsan ang sakit, ngunit kung hindi mo aalisin ang iyong kalungkutan, muling sasakit ang iyong tiyan. Huwag mong pansinin ang mga kaisipang nagdudulot sa'yo ng pagkadismaya, baka sayangin mo ang mga biyayang ipinagkaloob sa'yo ng Diyos. Kapag mas tama ang pagtingin mo sa mga bagay-bagay, mas magkakaroon ka ng kapayapaan at kapanatagan sa loob mo, mas magiging malusog ka, at hindi mo na kakailanganin uminom ng gamot.

Pinahihina ng kalungkutan ang isang tao. Sinisipsip nito ang buong sigla mula sa kaluluwa at katawan ng isang tao at pinipigilan itong gumawa ng anumang bagay. Inilalason nito ang kaluluwa at nagdudulot ng kaguluhan sa katawan. Tinatamaan nito ang pinakasensitibong bahagi ng katawan, nagdudulot ng takot, at pinapagod ang isang tao. Ang lason ng kawalan ng pag-asa ay kayang

⁷⁴ Lucas 17:17

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

pabagsakin hindi lamang ang taong may mahinang pangangatawan, kundi pati na rin ang napakalakas. May isang kapatid na babae rito. Alam mo ba kung gaano siya katatag? Siya ay isang mabuting dalaga sa espiritwal, at pagdating sa pagsunod, lahat ng kanyang hinahawakan ay nagiging ginto! Kaya niyang patakbuhan ang buong monasteryo, ngunit dahil sa kawalan ng pag-asa, wala siyang ginagawa; nasasayang ang kanyang potensyal. Napakalakas na makina, ngunit nag-iidle lang nang walang silbi.

Itaboy ang kahinaan sa pamamagitan ng espiritwal na tapang

— Geronda, kapag sunud-sunod na dumarating ang mga kahirapan sa aking pagsisikap, nagsisimula akong magreklamo, at sinasakop ako ng kalungkutan.

— Sa ganitong mahirap na sandali nga lumilitaw ang lakas ng tao. Huwag kang matakot at huwag kang mag-panic kapag may mga pagsubok. 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 espiritwal ay tuluyang sumisipsip sa aking lakas-espiritwal.

— Salamat sa Diyos, umusad ka na mula sa dati mong kinalalagyan, bagaman hindi ka pa nararating kung saan ka dapat naroroon. Kumpiyansa ako na malalaman mo rin kung ano ang kaya mong gawin, at mababali mo ang huling tali ng iyong kahinaan sa espiritu sa tulong ng Grasya ng Diyos, na parang leon na pumipilas sa sapot ng gagamba. Itaboy mo ang kahinaan sa pamamagitan ng espirituwal na tapang. Maghihintay at manalangin ako. Inaasahan kong makita ang araw na iyon at magalak sa iyong mga tagumpay.

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

— Ang kalungkutan sa pagkakapabaya sa isang bagay at ang tuwa sa nagawa ay likas na mga bagay. Ngunit maaaring makahalo rin 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, magkakaroon ka ng mas matinding katatagan, at titigil na ang mga pag-angat at pagbagsak na dulot ng nakatagong kaaway. Kung gagamitin mo ang iyong lakas kasama ang tapang sa espirituwal upang magtagumpay sa pagsusumikap mong pagkamonastiko, makakamit mo ang malaking tagumpay. Ngunit kung ikaw ay maipit sa kahinaan, ikaw mismo ang walang katapusang maghihikbi, habang ang diyablo ay tatalbug-talbug ang kanyang mga kamay sa sandaling iyon.

— Geronda, kulang ba ako sa lakas?

— Kailangan mo ng sigla, isang pagsabog ng enerhiya!

— Paano ko iyon magagawa?

— Kailangan mo ng tapang, katapangan! Anong silbi sa akin ang mga kaluluhaing madre? Kailangan ko ng mga mandirigmang espiritwal—⁷⁶—na lalaban sa tangalashka nang may espiritwal na tapang, na magpupuri sa Diyos.

Ang pagluluwalhati 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 mo: 'Purihin ang Diyos na nawala na ang pinakamalaking bahagi!' Kung ako ang nasa kalagayan mo, na nakatitig sa dakilang mga kaloob ng Diyos, 'mula sa pagbantay sa madaling-araw

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

hanggang gabi'⁷⁷ uulitin ko: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' Kung nais mong simulan nang mamuhay nang makalangit kahit dito pa man, 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, sa pamamagitan man ng iyong sariling pagsusumikap o ng tulong ng iba. Kapag sinasabi ng isang tao, "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos," tinutulungan siya ng Diyos, sapagkat ang pasasalamat, kasabay ng mapagkumbabang pag-uugali, pagsusumikap, at sigasig sa mga gawain, ay humihikayat ng di-mabilang na makalangit na kapangyarihan at banal na mga biyaya.

— Geronda, paano kung alam kong mahuhulog ako muli?

— Hindi mo alam. Iniisip mo iyon dahil sa takot. Hindi ka dapat matakot na maulit ang pagkakamali, sapagkat doon nanghihina ang iyong pananampalataya sa Diyos. Hindi kailangan ang ganoong pagiging maselan dito. Kung may iniisip kang magsasabing hindi ka uunlad, at ikaw ay malulubog sa kawalan ng pag-asa, kailangan mong aliwin at hikayatin ang iyong sarili. "Salamat sa Diyos," ang dapat mong sabihin, "ngayong araw ay 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 nagbabaliktad sa kawalan ng pag-asa, nagpapalaya sa kaluluwa mula sa pagkasindak at takot, at hakbang-hakbang ay nagpapalakas sa espirituwal na lakas ng isang tao, na nagbubuklat 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 malaking 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?

— Hindi mo nararamdaman ang Langit dahil hindi mo pinupuri ang Diyos. Kapag ang isang tao ay namumuhay sa pagpupuri, natatagpuan niya ang kagalakan sa lahat ng bagay. May mga tao sa mundo na huhusgahan tayo bilang mga monghe. Tingnan mo ang mga Beduino: napakahirap ng kanilang buhay, ngunit pinasasalamatan nila ang Diyos at palagi silang masigla.⁷⁸ Hindi nila tinatanggal ang mga bato sa trigo, kundi ginigiling ito nang buo, kaya puno ng bato ang kanilang tinapay! Ang pagkain nila ay tila kulang sa mahahalagang mikronutriente, kaltsyum at iba pa, kaya tuluyang nasira ang kanilang mga ngipin. Nakikita mo ang isang Bedouin na may iisang ngipin lamang, ngunit nagagalak siya na para bang gawa iyon sa madreperla. Ang isa naman ay wala pang kahit isang ngipin, at dahil dito ay pakiramdam niya ay mababa siya. Lahat ng ito ay nangangahulugang dapat tayong walang humpay na magpasalamat at magluwalhati sa Diyos araw at gabi para sa Kanyang mga biyaya sa atin.

Sinabi sa akin ng isang obispo na sa simbahan, habang binabasa ng diakono ang Ebanghelyo tungkol sa pagpapagaling sa mga Geraseno,⁷⁹ isang payak na parokyano na nakatayo sa likod ng upuan ng obispo ay paulit-ulit na nagsasabi: 'Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos.' Sinimulan ng diakono: "Noong panahong iyon, dumating si Jesus sa lupain ng mga Geraseno." "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos," wika ng parokyano. "Sinakop siya ng dalawang demonyo" — "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos." "Sila ay napakasuklam-suklam" — "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos." "At narito, ang buong kawan ay nagmadali... papunta sa dagat" — "Kaluwalhatian sa Iyo, O Diyos." "Naiintindihan ko," sabi ng obispo sa akin pagkatapos, "na tama ang simpleng taong ito sa patuloy na pagsasabi, 'Kaluwalhatian sa Iyo, O

⁷⁷ Awit 129:5

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

⁷⁹ Tingnan ang Mat. 8:28–34

Diyos,' dahil 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 lumusong ang kawan sa dagat...

Ang pagbibigay ng pasasalamat ay nagpapabanal sa lahat ng nasa paligid natin. Sa pagpapasalamat, nakakalimot ang isang tao sa sarili sa gitna ng pasasalamat, nawawala ang kanyang sarili sa pinakamagandang kahulugan ng salita, at nagagalak sa lahat ng bagay. At kapag pinasalamatan ng isang tao ang Diyos kahit sa pinakamaliit na bagay, bumabâ ang pagpapala ng Diyos sa kaniya nang napakagagandang-loob na hindi na niya ito kayang tiisin. Sa puntong iyon, hindi na ito matiis ng diyablo at siya'y umaalis.

Seksyon 2. Mga Birtud

"Ang sinumang taglay ang espirituwal na kagandahan, na ipinanganak mula sa birtud, ay nagniningning ng Banal na Grasya. Sapagkat, sa pagkamit ng mga birtud, ang isang tao ay nakakamit ang pagkadiyos, at dahil dito ay sumisilay ang liwanag; inihahayag siya ng Banal na Grasya"

Paglinang ng mga birtud

— Geronda, kailan nakakamit ng tao ang pagkadiyos?
— Kapag pumasok sa kanya ang Banal na Grasya.
— Naninahan ba ang kagalakan sa kanila?
— Hindi lamang ang kagalakan ang naninirahan sa kaniya, kundi pati na rin ang dakilang pag-ibig, kababaang-loob, aliw, at tiwala. Taglay niya ang mga katangiang taglay ng Diyos, at dahil dito, pumapasok sa kaniya ang Grasya 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; kaya nga, ang Diyos ay Diyos ng mga diyos, ibig sabihin, ng mga tao. Dapat maabot ng tao ang pagkadiyos. Lahat ng tao ay nilikha sa wangis ng Diyos, ngunit sino sa atin ang nasa landas patungo sa 'pagkamukha'? Habang tayo'y lumalayo sa Diyos, mas hindi tayo nagiging katulad Niya, ibig sabihin, mas lumalayo tayo sa diwa ng 'pagkamukha'.

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 "pagkamukha," sapagkat ang Banal na Grasya ay gumagawa sa loob niya.

⁸⁰ Awit 49:1

⁸¹ Awit 81:6

"Ang pagsasabuhay ng birtud ay ang pagsunod sa mga utos ng Panginoon"⁸²

— Geronda, labis kong nais na makita ang aking santo.

— At nais kong subukan mong maging kaibigan ng Diyos.

— Paano ko ito makakamtan?

— "Paano magiging matuwid ang lakad ng binata? Sa pamamagitan ng pagsunod sa Kanyang mga 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 panatilihin ang Kanyang mga utos. Nang sinabi ng mga Hudyo, 'Si Abraham ang aming ama,' sumagot sa kanila si Cristo, 'Ang inyong ama ay hindi si Abraham, kundi si Satanas, 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 sinabi niyang hindi hinihiling ni Cristo ang pagtupad sa mga utos, kundi ang pagwawasto ng kaluluwa?⁸⁵

— Bakit binigay ng Diyos ang mga utos? Hindi ba ito para sa ating pagwawasto? Sa pamamagitan ng pagsunod sa mga utos ng Diyos, pinapalago 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 pangalagaan ang pagsunod sa mga utos ng Diyos."⁸⁷

— Totoo iyan. Upang matupad nang eksakto ang mga utos ng Diyos, kailangan ng tapang, katapangan, at pagkamakaisa. Kaya, hanapin mo kung ano ang kulang sa iyo at kung ano ang hinihingi sa iyo ng Diyos: 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 kaaya-aya ba ito sa Panginoon?' — at magsikap na tuparin ang kalooban ng Diyos. 'Sapagkat sa salita ng iyong mga labi, iningatan ko ang mga daan ng matutuwid,'⁸⁸ — gaya ng nakasulat sa Banal na Kasulatan.

Ang birtud ay mahalaga kapag ito ay nakamtan nang malaya, nang walang panlabas na pagpipilit. Dapat maramdaman ng isang tao ang birtud bilang sarili niyang pangangailangan at pagkatapos ay magsikap na makamtan ito. Hindi tayo ang kailangan ng Diyos para 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 man siya humiling, 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 birtuoso ang isang tao sa pamamagitan ng kanyang kalikasan?

— Maaaring likas sa isang tao, halimbawa, na maging payak, kalmado, o mapagkumbaba. Lahat ng ito ay likas na biyaya na ipinagkaloob ng Diyos sa kanya, at upang mapalago ang mga ito, kailangang

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

⁸³ Mas mabuti pa ang umaasa sa Panginoon kaysa sa taong umaasa sa tao.

⁸⁴ Ihambing sa Juan 8:39; Juan 8:44

⁸⁵ Tingnan ang mga asetikong sulatin ni Abba Isaac na taga-Sirya. Moscow, 1993. p. 148

⁸⁶ Tingnan ibid.

⁸⁷ Kinuha mula sa: *Dobrotolyubie*. Bol. I. Holy Trinity St. Sergius Lavra, 1992. p. 427.

⁸⁸ Awit 16:4

alagaan at paunlarin ng tao. Sa pamamagitan ng pagsisikap sa pag-aascetismo, matatanggap niya ang mga espiritwal na kaloob, ang mga kaloob ng Banal na Espiritu.

— Geronda, ang pangangatwiran ba ay biyaya mula sa Diyos o isang birtud na unti-unting nakakamtan ng tao sa pamamagitan ng espiritwal na pagsasanay?

— Ganito ko sasabihin: ang paghuhusga ay isang biyaya. Ngunit kung sakaling wala ka ng biyayang ito, ngunit mayroon kang iba pa. Sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng iyong kaloob, sabay mong mapapaunlad ang paghuhusga at iba pang mga birtud, at sa pamamagitan nito'y mapupunan mo ang mga birtud na kulang sa iyo. Kapag nagsusumikap ang isang tao, halimbawa, sa pag-aayuno, 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 pinapalago nila ang mga birtud, mamumunga ang mga birtud at lilunod ang mga pagnanasa. Kung pinapalago nila ang mga pagnanasa, mamumunga ang mga pagnanasa at lilunod ang mga birtud. Kung pinapalago nila ang pareho, mamumunga 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 damo at lulunukin ang mga bulaklak. Kung inaalagaan niya ang mga bulaklak, mamumukadkad ang mga bulaklak at lulunukin ang mga damo. Kung inaalagaan niya ang pareho, sa paglipas ng panahon ay hindi na niya matutukoy ang bulaklak mula sa 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 kaloob na ibinigay ng Diyos sa kanya at paunlarin ang mga ito. Kung papalagihin niya ang mga ito nang may kababaang-loob, siya ay malilinisang-loob sa espirituwal. Kung pagtrabahuhan niya ang kanyang espirituwal na pag-unlad, magiging mabuti siya; kung pababayaan niya ito, magiging masama siya.

Nakilala ko ang mga taong, bagaman mataba ang lupa ng kanilang kaluluwa, ay hindi inararo, kaya't tinubuan ito ng mga tinik at mga matinik na halaman. Ang iba naman, kahit na may tinik at mga matinik na halaman 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 iniwan natin ito at tinubuan ng mga damo? Kung ang lupa natin ay angkop para sa pagtanim ng tubo, ngunit damo ang tumutubo doon; kung hindi tayo mag-ingat na bunutin ang damo, magtanim at magpatubo ng tubo, paano tayo matutulungan ng Diyos? Magsusulid ka lang ng basket mula sa damo; hindi ka makakakuha ng asukal...

Hihingin ng Diyos ang pananagutan sa bawat isa sa atin 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 matalinong paghatol upang makamit ang pinakamagandang resulta. Sapagkat hihingin ng Diyos ang pananagutan kung naipagkaloob ba ng isang tao ang isang talento sa dalawa, ang dalawa sa apat, at ang lima sa sampu. Kaya, kung nadoble ng isang tao ang mga talentong ibinigay sa kaniya, sa mata 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 nagpapabango sa atin

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

— Ang pakikisama sa isang taong may taglay na birtud na iyon. Kung makikisama ka sa 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. Ngunit sa pamamagitan ng pagtingin sa kanilang mga kapintasan, nakikinabang din tayo, 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 nagpapaisip sa akin kung taglay ko rin ba ang kaparehong kapintasan, at kung gayon, sa anong antas, upang masubukan kong alisin ito sa sarili ko. Halimbawa, nakikita ko ang sipag sa isang tao at nagagalak ako, nagsusumikap na gayahin ang taong iyon. Sa iba naman, nakikita ko ang kuryosidad at hindi ko hinuhusgahan ang kapatid ko, kundi pinagmamasdan kong mabuti kung taglay ko rin ang kuryosidad. At kung makita kong taglay ko nga ito, sisikapin kong alisin ito sa sarili ko. Ngunit kung birtud lamang ang nakikita ko sa sarili at kapintasan lamang sa iba, habang pinapabayaang ko ang sarili kong mga kapintasan 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. Sa pagtingin sa iba, nakikita natin ang ating sarili, at nakikita naman ng iba ang ating mga kamalian, at ang kanilang mga puna ay nag-aalis ng mga maruruming 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?

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

Sa ating pagsisikap na magkamit ng mga birtud, ang halimbawa ng mga santo ay malaking tulong sa atin. Sa pamamagitan ng paghahambing sa ating sarili sa mga santo, nakikita natin ang ating sariling mga pagnanasa, kinokondena natin ang ating sarili, pinapababa natin ang ating sarili, at nagsusumikap tayo nang masigasig, nang makalangit na sigasig, na tularan sila. Walang palusot kung mananatiling stagnant tayo, sapagkat nasa harapan natin ang halimbawa ng mga santo, ang kanilang mga buhay. Ang 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 maingat na pagbasa sa buhay ng mga santo ay nagpapainit sa kaluluwa, nagbibigay-inspirasyon sa atin na sundan ang kanilang halimbawa, at magpatuloy nang matapang sa pakikibaka upang kamtin ang mga birtud. Sa buhay ng bawat santo, kitang-kita ang iisang banal na kabaliwan, bagaman iba-iba ang paraan ng pagpapakita nito sa bawat isa. Makikita ang matinding pag-ibig (ἔρωτας) na mayroon sila para sa Diyos. At sa gayon, nasisindihan sa loob ng isang tao ang apoy ng banal na sigasig, kasabay ng matinding pagnanais na tularan sila.

— Geronda, gaano katagal dapat basahin ng isang tao ang synaxarion⁸⁹ ng isang santo?

— Sa buong buhay. Bagaman napakakaunti ang nakasulat sa Synaxarion, ang hagiograpiya ay hindi naglalaman ng buong buhay ng santo, kundi mga patak lamang mula sa isang puno ng tasa na umapaw. Magiging hangal ang mga santo kung ibubunyag nila ang lahat ng kanilang mga karanasang lihim. 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.

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

— Nahihirapan akong gawin ang anumang katulad ng ginawa ng mga santo. Halimbawa, si Santa Synclética,⁹⁰ gaano kabigat ang pinasan niyang pasanin hanggang sa katapusan ng kanyang buhay, kahit na nagdurusa siya sa isang malubhang karamdaman! O ang Kagalang-galang na Barsanuphius,⁹¹ ilang taon niyang pinanatili ang ganap na katahimikan!

— Sige, kung nais mong tularan si Venerable Barsanuphius, subukan mo man lang na huwag sumagot kapag may nagsabi sa iyo. Tungkol naman sa gawa ni Santa Synclética, sa tingin ko ay kulang ka sa pisikal na lakas para ulitin ito — hindi mo ito matiis — ngunit sa iyong kalooban, sa palagay ko, maaari mo siyang tularan, at dito ay napakarami mong 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 'nakalalason' ang kabutihan.' Kailan nagiging 'nakalalason' ang kabutihan?

Ang 'nakalalason' birtud ay, halimbawa, kabaitan kapag hinihimok ito ng pagnanais na mapasaya ang iba, o pag-ibig kapag pinapatakbo ng pansariling interes. Kapag ang ating mga kilos ay kulang sa pagiging hindi makasarili at kasimplehan, at ang birtud ay hinaluan ng makasarili, ito ay isang baluktot na birtud. Ito ay parang hindi pa hinog na prutas na siyempre naglalaman din ng ilang bitamina, ngunit kapag nginunguya mo ito, mararamdaman mo ang kapaitan sa iyong bibig.

— Posible bang wala akong birtud, ngunit itinuturing akong deboto ng iba?

— Masama kung iniisip mong ikaw ay banal.

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

— Maaaring ganoon, ngunit kung titigan mong mabuti, mararamdaman mong walang tamis sa loob, at mula rito mauunawaan mo kung ano ang tunay mong kalagayang espiritwal. Minsan iniisip ng isang tao na nakamit na niya ang birtud dahil lamang sa pag-aampon ng ilang panlabas na palatandaan nito at sinusunod niya ang mga ito upang magmukhang deboto sa paningin ng iba. Ngunit sa katotohanan, hindi ito birtud, hindi tunay na birtud. Hindi magtatagal ang isang tao sa ganitong kalagayan. Darating ang pagsubok, at mabubunyang ang katotohanan. Iba ang isang tao na nagsasanay ng katahimikan upang hindi masaktan ang iba sa kanyang mga salita, at sa gayon ay unti-unting nakakamit ang birtud ng katahimikan. Iba naman kung hindi siya nagsasalita upang ituring siya ng iba na isang taong iilan ang salita.

Maaaring tahimik siya sa kanyang dila, ngunit patuloy na nakikipag-usap sa kanyang mga iniisip, at maaaring salakayin siya ng kanyang mga pagnanasa. Sa panlabas ay maaaring mukhang tunay na santo, ngunit kapag nabunyang ang kanyang panloob na sarili, malalaman na ito...

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

— Ano nga ba?

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

— Hindi, anak ko, hindi ganoon! Maraming iba't ibang metal sa ore. Maaaring marami ang buhangin, ngunit may tanso rin, at bakal, at kaunting ginto... Kung ilalagay ang ore sa pugon, matutunaw ang ginto. Hindi ba't sinasabi: 'Tulad ng ginto sa pugon?'⁹²

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

⁹¹ Ipinagdiriwang ang kanyang alaala tuwing ika-6 ng Pebrero. — *Tala ng tagapagsama*

⁹² Kar. 3:6

Kapasuran — ang magnanakaw ng mga birtud

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

— Kung papayagan ng isang tao na samantalahin ng mga magnanakaw ang kanyang mga ari-arian, magiging mayaman pa kaya siya? At ikaw, kung papayagan mong magnakaw sa iyo ang iyong mga pagnanasa, magtatagumpay ka pa kaya? Mananatili kang nasa kahirapan magpakailanman, dahil ano man ang iyong maipon, mawawala rin. Hindi ko maintindihan kung paano ka ninakawan ng munting magnanakaw na ito, gayong ikaw mismo ay may kakayahang samsamin ang paraiso!

— Lubos kong nais na magsikap na magkaroon ng birtud, 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 espirituwal 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 tangalashka — at mamuhay ka nang mapagkumbaba at tahimik.

— Ngunit lahat ng mabuti kong nagagawa ay nawawala, dahil agad akong nahuhulog sa kapalaluan.

— Alam mo ba ang ginagawa mo? Gumagawa ka ng pulot, tapos itinatapon mo ito, at ninanakaw ito sa iyo ng masamang tangalashka, na iniwan kang walang hawak. Tulad ng kung paano pinapahilo ng isang beekeeper ang paningin ng mga bubuyog gamit ang usok at kukunin ang kanilang pulot, ganoon din, pinapahilo ng tangalashka ang iyong isipan gamit ang usok ng kayabangan, ninanakaw ang lahat ng iyong espirituwal na pulot, at masayang hinahaplos-haplos ang mga kamay. Ninanakaw nito sa iyo ang mga mahalagang kaloob ng Diyos, at ikinagagalak pa nito ang paggawa nito. Matalino ka, tiyak na naiintindihan mo ito? Bakit hindi mo hinahatak ang kamay ng magnanakaw, ang manlilinlang, 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 kapabayaan. Binibiyayaan ng Diyos ang bawat tao ng maraming kaloob, at bagaman nararapat na magpasalamat ang isang tao sa Diyos para rito, madalas ay hindi nila ito pinapansin, inaangkin ang mga kaloob na ibinigay sa kanila ng Diyos bilang pag-aari nila, at nagiging mayabang sa kanilang puso. Pagkatapos ay dumarating ang mapanlinlang na diyablo at ninanakaw ang mga kaloob na ito mula sa tao, sapagkat siya ay isang magnanakaw; tinatamaan niya ito ng kanyang lason at ginagawang walang silbi.

Espirituwal na kagandahan

— Geronda, paano ko makakamtan ang espirituwal na kagandahan?

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

Sa pamamagitan ng kanyang panloob na kagandahan at kapangyarihan ng biyaya, nagawa niya ang isang dakilang gawaing misyonero! 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 birtud, gaano man kasipag ang isang tao. Hindi mo maaaring itago ang araw sa likod ng salaan, dahil ang mga sinag nito ay dumadaan pa rin sa mga butas.

Ang may taglay ng espirituwal na kagandahan, na nagmumula sa birtud, ay nagniningning ng biyaya. Sapagkat sa pagkamit ng mga birtud, ang isang tao ay nakakamit ang pagkadiyos, at sa gayon ay sumisilay ang liwanag mula sa loob, at inihahayag siya ng Banal na Biyaya. Kaya, nang hindi niya ninanais o napagtatanto, inihahayag ng isang 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 — kababaang-loob

"Ang kababaang-loob ay nagbubukas ng mga pintuan ng Langit, at ang biyaya ng Diyos ay bumababa sa tao"

Kabanata 1.

"Ang Diyos ay nagbibigay ng biyaya sa mapagkumbaba"⁹³

Ang mapagkumbaba ay taglay ang lahat ng birtud

— Geronda, magsalita ka sa amin habang kami'y naghihiwalay.⁹⁴

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

— Sabihin mo sa amin ang isang bagay upang mapag-aralan namin ito hanggang sa iyong pagbabalik.

— Sige, kung pipilitin ninyo, sasabihin ko... May isang birtud — 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 din?

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

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 madre. Kinabukasan, umalis na ang Matanda patungo sa Banal na Bundok, matapos ang dalawang buwang pananatili sa monasteryo, kung saan siya ay pumunta upang itatag ang mga pundasyon ng buhay espirituwal sa bagong tatag na komunal na monasteryo. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

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

⁹⁶ Tingnan ibid. p. 235.

— 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 na rin ang lahat ng birtud nang sabay?

— Siyempre. Ang taong mapagkumbaba ay naglalabas ng lahat ng bango ng espirituwal na tamis: kasimplehan, kahinahunan, 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 dito, siya ay deboto at tahimik, at dahil dito ay kapareho siya ng Pinakabenediktang Birheng Maria, na nagkaroon ng lubos na kababaang-loob. Nang siya ay nagdala sa Kanyang sinapupunan ng nagkatawang Diyos, sumagot Siya: "Narito, ako ang alipin ng Panginoon; mangyari sa akin ayon sa iyong salita."⁹⁹ Hindi niya sinabi: "Ako ang magiging ina 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 nasa ikalawang puwesto pagkatapos ng Trinidad.¹⁰⁰ Alipin at gayon pa man Nobya ng Diyos! Birhen at Ina! Likhâ ng Diyos at Ina ng Tagapaglikha! 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 nakikita 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.

Nakakatakot pag iisipin mo! Isang munting batang babae ang nagsabi: "Ang aking kaluluwa ay nagpapalaki sa Panginoon... sapagkat Tiningnan Niya ang kababaang-loob ng Kanyang lingkod."¹⁰¹ Ang ganoong kahulugan sa iilang salita lamang! Malaking kapakinabangan ang makukuha sa malalim na pagninilay sa kahulugan ng mga salitang ito. Maikli, ngunit makapangyarihan. Kung pagmumunyagan mo ang mga ito, mamahalin mo ang kababaang-loob, at kung magpapakumbaba ka, makikita mong papasok sa iyo ang Diyos, na babaguhin ang iyong puso upang maging sabsaban ng Betlehem.

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, nagsusumikap sa kanilang pananampalataya, at iba pa, ngunit iniisip nilang sila'y espesyal — ang mga taong ganito ay hindi nakakamit ang Grasya ng Diyos. Ang iba naman ay nakakamit ang biyaya sa maikling panahon dahil pinapababa nila ang kanilang sarili.

⁹⁷ Ang talatang tinutukoy ng madre ay ganito ang nakasulat: "Ang kababaang-loob ay isang tiyak na misteryosong kapangyarihan na, sa pagtatapos ng 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, tinalakay ni Abba Isaac ang pagpapakumbaba bilang isang perpektong kalagayan, samantalang tinutukoy naman ni Nanakeng 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 δευτερεία της Τριάδος ἢ ἔχουσα." San Andres ng Crete, ika-5 tono. Theotokarion. Volos, 1991. p. 107.

¹⁰¹ Lucas 1:46–48

Kung magpapakumbaba ang isang tao, kayang liwanagan siya ng biyaya sa isang iglap, gawing anghel, at makapasok siya sa paraiso. Ngunit kung magiging mayabang siya, sa isang iglap ay magiging aba siya at magwawakas sa impyerno. Ang tao, kung nais niya, ay nagiging tupa; kung nais niya, kambing. Ang mga dukhang kambing ay nais maging tupa, ngunit hindi nila magawa, samantalang ibinigay ng Diyos sa tao ang kakayahang maging tupa mula sa pagiging kambing, basta't siya ay nagnanais nito.

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

Hinihingi lamang ng Diyos ang kaunting pagpapakumbaba mula sa atin 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, tila may utang Siya ng malaking biyaya sa taong mapagkumbaba; ibinibigay Niya ito sa kanila bilang isang kaloob, kahit hindi pa ito hinihiling ng tao. Ganyan ang espirituwal na batas. Hindi ba sinasabi ng Ebanghelyo: "Ang Diyos ay sumasalungat sa mayabang, ngunit nagkaloob ng biyaya sa mapagkumbaba?"¹⁰³ Ganyan ang kautusan ng Diyos. Ang "mapagkumbaba" ay nangangahulugang "yaong may biyaya"! Kaya ang tunay na mapagkumbaba ay tumatanggap ng malaking biyaya mula sa Diyos, sapagkat ang mapagkumbaba, na parang espongha, ay sumisipsip ng Biyayang Banal. Ang taong mapagkumbabang yumuyuko at tinatanggap ang mga suntok mula sa iba ay nililinis ang sarili mula sa karumihan, nagiging parang anghel sa espirituwal na kagandahan, at malayang dumaraan sa makitid na mga pintuan ng paraiso. Walang sinuman ang umaakyat sa Langit sa pamamagitan ng pag-akyat sa mundong ito, kundi sa pamamagitan ng espirituwal na pagbaba.

Ang kababaang-loob ang nagbubukas ng mga pintuan ng Langit, at dumarating ang Grasya ng Diyos sa isang tao, samantalang isinasara naman ito ng kayabangan. Sinabi ni Nakatatandang Tikhon: "Mas maraming grasya ang taglay ng isang mapagkumbabang tao kaysa sa maraming tao na pinagsama-sama. Tuwing umaga, pinagpapala ng Diyos ang mundo gamit ang isang kamay, ngunit kapag nakita Niya ang isang mapagkumbabang tao, pinagpapala Niya ito gamit ang magkabilang kamay. Ang may pinakamaraming kababaang-loob ang siyang pinakadakila sa lahat!"¹⁰⁴

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

Sa pagpapakumbaba, natagpuan ng mga tao ang susi na, kapag iniikot, itinataas sila sa ikatlong Langit¹⁰⁵ sa espirituwal na elevator ng pag-ibig. Ngunit may ilan na nagsasabi: "Bakit hinihingi ng Diyos ang pagpapakumbaba sa atin?" Ganyan nga ang sabi nila! Kung hindi magpapakumbaba ang isang tao, hindi siya makakalusot sa makitid na mga pintuan ng paraiso, at hindi rin niya matatagpuan ang kapayapaan sa buhay na ito. Ano ang sinabi ni Cristo? "Magsanay kayo sa akin, sapagkat ako'y banayad at mapagkumbaba sa puso, at makakakita kayo ng kapahingahan para sa inyong mga kaluluwa."¹⁰⁶

¹⁰² Isa. 66:2

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

¹⁰⁴ Elder Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at mga Sulat na Athonite. Thessaloniki, 2005. p. 31.

¹⁰⁵ Tingnan ang 2 Cor. 12:2

¹⁰⁶ Mat. 11:29

Isang mapagkumbabang kaisipan ay agad na nagpapagalaw sa Biyaya ng Diyos

— Nakakamangha 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 ang kawawang pusa ng hindi dapat, na-lason ito, at ngayon ay nagmamakaawa ng tulong, umaalon sa sakit, kumikibo na parang pugita kapag nabubunggo sa mga bato... Nakakaawa itong tingnan, pero ano ang magagawa ko? Nag-sign ng krus ako nang isang beses, nang dalawang beses, ngunit wala itong epekto! "Tingnan mo ang sarili mo," sabi ko sa sarili ko noon, "ilang taon ka nang monghe, at hindi mo nga matulungan ang isang kawawang maliliit na kuting!" Hindi pa man ako natatapos sa pagsaway sa 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 bumubuhos sa kaniya. Kahapon ng nakaraang araw, may isang doktor na maraming anak ang dumalaw sa akin; sinabi niya sa akin: "Geronda, napakamatapang ko, at dahil sa aking kayabangan, masama ang asal ng aking mga anak." 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 nito rito ilang araw na ang nakalipas. Ilang madre ang lumapit sa akin para makipagkwentuhan. Nag-usap kami tungkol sa iba't ibang bagay, at kinailangan ko silang sermunan nang mabuti. 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 natatabi ang lahat ng kakulangan; ang tao ay napapataas, at ang mukha ay nagniningning. Ang isa naman, gayunpaman, ay wala namang napala: dumating siya na malamig ang puso at umalis ding malamig ang puso, na puro kamalian ng iba lamang ang pinag-uusapan, at sa napakahusay na detalye. Para sa mga hindi nagsusumikap na pagbutihin ang kanilang sarili, isang mapagmataas o mapanlait na iniisip ay sapat na upang magdilim ang kanilang mukha.

Isang mapagkumbabang kaisipan lamang ang kayang magtaas sa isang tao sa ganoong espirituwal na katas na hindi niya maabot sa loob ng maraming taon ng labis na 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: naakit muna siya sa isang direksyon, pagkatapos ay sa iba, depende sa kanyang mga iniisip. Ang isang mayabang na tao, kung magdala siya ng mapagkumbabang kaisipan sa kanyang isipan, ay tumatanggap ng tulong. At ang isang mapagkumbabang tao, kung mag-iingat siya ng kaisipang may kapalaluan, ay hindi na mapagkumbaba. Nagiging mayabang siya — at umaalis sa kanya ang Biyaya ng Diyos, at nahuhulog siya sa masamang kalagayan. Ngunit 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. Gayunpaman, upang ang kababaang-loob ay maging isang permanenteng kalagayan para sa isang tao, at upang manatili ang Biyaya ng Diyos sa kanya, kinakailangan ang espirituwal na gawain.

¹⁰⁷ Awit 135:23

Kabanata 2.

Ang pagsisikap na makamit ang kababaang-loob

Paano pinapalago ang kababaang-loob

— Geronda, paano pinapangalagaan ang kababaang-loob?

— Ang kababaang-loob ay pinapalago sa pamamagitan ng pagtangga sa sarili at pinapalusog ng pataba ng ating mga kabiguan. Ang taong nagtatangi sa sarili ay iniaatang sa Diyos ang lahat ng mabuting pag-aari niya. Nakikita niya ang dami ng mga biyaya ng Diyos at napagtatanto niyang hindi siya karapat-dapat sa mga ito; pinapababa niya ang kanyang sarili at patuloy na pinupuri ang Diyos. At habang mas pinapababa niya ang kanyang sarili at pinupuri ang Diyos, mas sagana ang Biyayang Divino na ibinubuhos sa kanya. Ito ang kusang pagpapakumbaba. Ngunit ang pagpapakumbaba na nagmumula sa patuloy na mga pagkabigo ay sapilitang pagpapakumbaba.

Walang duda, ang kusang pagpapakumbaba ay may mas mataas na halaga kaysa sa sapilitang pagpapakumbaba. Ito ay parang lupang mataba kung saan tumutubo ang mga puno nang hindi nangangailangan ng pataba o dumi ng hayop at namumunga ng masasarap na bunga. Ang sapilitang kababaang-loob, sa kabilang banda, ay parang mahirap na lupa kung saan, upang makakuha ng ani, kailangan ang parehong pataba at dumi ng hayop, at, muli, hindi kasing sarap ang bunga.

— Geronda, nahihirapan ako kapag, dahil sa hindi maganda kong pagtrato 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 nang kusang-loob ang pagpapakumbaba sa sarili.

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

— Magpakatayang ka, aking mabuting tao, at sa huli ay magwawagi si Cristo. Magkanta: 'Mula pa sa aking kabataan ay tinukso ako ng kaaway, sinunog niya ako ng mga ligaya: ngunit ako, umaasa 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; subalit dahil sa kakulangan ng sipag at kawalang-pansin, natatagpuan ng kaaway ang paborableng sandali at itinulak ka nito sa kayabangan. 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'y sumusunod ang konklusyon: kung hindi tayo kusang magpapakumbaba, tayo'y papababaing sapilitan, sapagkat minamahal tayo ng Mabuting Diyos. Kaya't magpakatayang ka, anak ko, at magwawagi si Cristo. "Sapagkat kung matalo ka muli, muling magwawagi ka: sapagkat ang Diyos ay nasa ating panig."¹⁰⁹ Ang bagyo ay lilipas at magdudulot ng maraming kabutihan sa likod nito. Mas makikilala mo ang iyong sarili, mapapababa ka ng pangangailangan, at, alinsunod sa mga espirital na batas, tiyak na darating sa iyo ang Grasya ng Diyos, na dati'y nahadlangan ng kayabangan.

Hindi pa natin lubos na nakikilala ang ating sarili. Kung mangyari iyon, magagalak ang ating kaluluwa at mapagpakumbabang hihingi ng awa ng Diyos. Ang pagkakakilala sa sarili ang 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

¹⁰⁸ Stepenna, Tono 8, Antifona 1.

¹⁰⁹ Isang taludtod mula sa Dakilang Kompletina.

malaking kahinaan. Natutuklasan nila ang kanilang sariling kahabag-habag at kawalang-pasasalamat, at kasabay nito ang dakilang karangalan at awa ng Diyos. Kaya naman, sila ay nabubulakbol sa loob, nagpapakumbaba hanggang sa alabok, at nagsisimulang mahalín ang Diyos nang malalim.

Ang taos-pusong kababaang-loob ay ang lahat

— Geronda, maaari bang magpakumbaba ang isang tao sa isip, ngunit hindi sa puso?

— Noong nakaraan, sa mga monasteryo at sa maraming tahanan, mababa ang mga pinto, at upang makapasok, kailangang yumuko ng isang tao: kung hindi siya yumuko, matatamaan niya ang ulo sa kuwadro ng pinto. Kaya kinakailangan kang yumuko at, kusang-loob man o hindi, mag-ingat at huwag maging pabaya sa susunod, upang hindi masaktan o mapasama ang sarili sa harap ng iba. Ipinapakita ng halimbawang ito na ang intelektwal na kababaang-loob ay mabuti lamang para protektahan ang ulo at hindi mapahamak 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 maunawaan ang kahinaang ito at naisin mong alisin ito sa sarili mo. Dahil kung ang pagsisikap mong huwag ipagyabang ang boses mo ay puro panlabas lamang, para lang hindi ka na muling mapagalitan ng Superior, maaaring hindi mo lang ipagyabang ang boses mo, kundi magmamalaki ka pa sa sarili mo."

"Geronda, kahit sinisikap kong magkaroon ng mapagkumbabang pag-iisip, sa kaibuturan ng aking pagkatao ay may isang uri ng pagmamalaki sa sarili. Paano nga ba magkasabay ang dalawa?"

— Nag-iisip ka lamang ng 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 ngayon ay isang anghel ka na. Ang kababaang-loob ng puso ang lahat. Ano ang sinasabi ni Abba Isaac? 'Tunay na mapagkumbaba ang taong hindi nangangailangan mag-isip ng mga paraan upang maging mapagkumbaba sa pamamagitan ng sariling karunungan... kundi tunay na mapagkumbaba sa puso nang walang sapilitan.'¹¹⁰

Kabanalán sa gawa, hindi sa salita lamang

— 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 kanya 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, ang pinakamasama sa lahat ng tao,' ngunit hindi nila matanggap ang kahit isang puna mula sa iba. Kapag natitised at nahulog ang isang tao, hayaang masaktan siya, ngunit hindi siya masyadong nag-aalala. O kung matamaan siya ng taong mahal siya, sasabihin niya muli: 'Sige lang, hindi ito malaking bagay.' Ngunit kung siya ay simpleng napunit o natulak ng taong hindi niya gusto, aba! 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. Kapag tinawag mo siya ng 'Ginoong Stratis,' sasagot siya, 'Anong Ginoo? Tawagin mo akong makasalanang, makasalanang Stratis.' Sasabihin ng lahat, 'Kahanga-hanga ang kanyang kababaang-loob!' Minsan ay nahimbing siya nang husto sa umaga at hindi nakabangon sa tamang oras para sa

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

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 matapát ako kaysa sa'yo, tapos sasabihin mong pumunta ako sa simbahan?" Sumisigaw siya na parang baliw... Hinablót pa nga niya ang susi ng pinto—na kasinglaki ng kandado ng kamalig—at itinatapat niya ito sa lalaki, dahil nasaktan ang kanyang pagmamalaki. Ang mga taong nakarinig sa kanyang pagsigaw ay natahimik, sapagkat itinuturing siyang napakababa ng loob ng lahat at ginagawang halimbawa. Naitanggal ni Stratis ang kanyang dangal. Nakikita mo ba kung ano ang nangyayari? Inaangkin niyang makasalanan siya, ngunit nang masaktan ang kanyang pagmamalaki, bigla na lang siyang nagwala!

May isa pang 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,' aba, nagalit siya! 'Para naman may magagawa kang mas maganda,' ang sabi niya. "Alam ko kung ano ang ibig sabihin ng pagtatayo; hindi ako isang karpintero tulad mo. Ang tatay ko mismo ang kumuha ng mga kontrata!"

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

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

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

— 'Ganoon din ako; kapag pinupukaw ako, sumasagot agad ako.'

— Wala kang kababaang-loob, kaya ka sumasagot. Tingnan mo ang kababaang-loob ni Abba Moses! Nang siya ay inordinahan bilang 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.' 'Tunay ngang ginawa ito sa iyo, ikaw na may itim na balat na Etiyopiyano,' sabi ni Abba Moses sa sarili, 'hindi ka naman tao, kaya bakit ka nakikisama sa mga tao!'¹¹² Hindi siya na-offend, ni nagalit man.

— Ngunit maaari bang kulangin sa kababaang-loob ang isang tao, ngunit maging mahinahon at hindi gumanti kapag ininsulto?

— Ang taong mapagkumbaba ay mahinahon. Ngunit hindi ibig sabihin na ang sinumang 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 ng kayabangan at sasabihin tungkol sa iba: 'Baliw sila; walang saysay na pansinin sila; hayaang sabihin nila ang gusto nila!' Tulad ng mongheng iyon na hindi kailanman nakita ng mga ama na nagagalit at hindi kailanman sumagot nang pabalik nang siya ay tinukso. Isang araw ay tinanong siya: 'Anong palagi niyang iniisip sa puso na, kapag siya ay ininsulto o nasaktan ng sinuman, ay nagpapakita siya ng

¹¹¹ Tingnan si Archimandrite Charalambos Vasilopoulos. *San Cosmas ng Aetolia*. Athens, 1993. pp. 198–199.

¹¹² Kinuha mula sa: *Mga Kapanipaniwalang Kwento ng Pag-aasctismo ng mga Banal at Pinagpalang Ama*. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 114.

ganoong pagtitiis?' Sa tanong na iyon ay sumagot siya: 'Bakit ko pa papansinin ang kanilang mga kamalian... Mga asong uma-amingo lang sila.'¹¹³ Ibig sabihin, hinamak niya ang iba.

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

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

— Paano nga ba nakakamit ang kababaang-loob? Isang salita lang ang sinasabi mo, pero sampu ang inaasahan mo? Hindi mo matiis ang kahit kaunting pagsisaway? Alam mo, mahal ko, kapag nabigyan ka ng pagkakataong magpakumbaba, magpakumbaba ka.

Ang lunas mo ay nasa pag-uugaling payak at mapagkumbaba, gaya ng lupa: pagtanggap ng ulan, yelo, basura, at laway, kung nais mong palayain ang sarili mula sa iyong mga pagnanasa. Ang paghamak mula sa iba ay tumutulong sa isang tao na mabilis na palayain ang sarili mula sa kanilang lumang 'ako', kung tatanggapin nila ito.

— Geronda, kailangan ko ng napakalaking kababaang-loob.

— Bumili ka. Maraming nagbebenta ng kababaang-loob; ibibigay pa nga nila ito nang libre, kung 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 kanilang pag-uugali. Hindi mo mabibili ang kababaang-loob sa tindahan ng groseri gaya ng pagbili mo ng mga bilihin. 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.' Hahayaan 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 insultohin tayo. Ito ay magiging isang pagsubok para sa atin, at kung nais nating magkamit ng kababaang-loob, kailangan nating paghirapan ito. Ngunit hindi natin iniisip na pinayagan ng Diyos ang ating kapatid na magalit para sa ating ikabubuti, at nagagalit tayo sa ating kapatid. At kahit na hinihiling natin sa Diyos ang kababaang-loob, hindi natin ginagamit ang mga kanais-nais na pagkakataon na ibinibigay Niya para rito, kundi tayo'y nagagalit at may sama ng loob. Sa katotohanan, dapat tayong magpasalamat sa taong nagpapababa sa atin, sapagkat siya ang ating pinakadakilang tagapagkaloob ng kabutihan. Ang sinumang humihingi ng kababaang-loob sa Diyos sa panalangin ngunit hindi tinatanggap ang taong ipinapadala ng Diyos sa kanya para sa kababaang-loob ay hindi alam kung ano ang hinihiling niya.

Nang naninirahan ako sa Monasteryo ng Stomion, may isang pari sa Konitsa na labis akong minahal, mula pa noong ako'y isang layko. Isang Linggo, pumunta ako sa Konitsa para sa Misa. 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 ng Komunyon, ang pari na karaniwang nagbibigay sa akin ng Komunyon sa santuwaryo ay humarap 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 basahin ang mga panalangin para sa Banal na Komunyon. Nang ako na ang huling lumapit para sa Komunyon, sinabi ko sa sarili: "Pinanliwanagan ng Diyos ang pari, at ipinahayag niya sa akin kung sino talaga ako. Panginoong 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

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

ang Banal na Misa, lumapit sa akin ang pari nang may matinding paghihirap ng loob: "Patawarin mo ako," wika niya. "Hindi ko alam kung paano ito nangyari! Pagkatapos ng lahat, hindi ko kailanman inuna ang aking mga anak, ang aking ina, o ang aking sarili bago ka. 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, kundi 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 napaniwala. Ang dahilan ng nangyari ay ang aking panalangin.

At kapag nakita mong nawawalan ng pasensya ang kapatid na babae at magaspang siyang nakikipagsalita sa iyo, alamin mong sa karamihan ng mga pagkakataon, ang dahilan nito ay ang iyong panalangin. Dahil hinihiling mo sa Diyos ang kababaang-loob, pag-ibig, at iba pa, pansamantalang inaalis ng Diyos ang Kanyang biyaya sa kapatid na iyon, kaya't pinapahiya ka niya at ikinakainis ka. Sa ganitong paraan, nabibigyan ka ng pagkakataon na dumaan sa pagsubok ng kababaang-loob at pag-ibig. Kung magpapakumbaba kayo, makikinabang kayo. Tungkol naman sa kapatid na babae, makakatanggap siya ng dobleng biyaya: una, dahil inalis ng Diyos ang Kanyang biyaya mula sa kanya upang subukan ka, at pangalawa, dahil nagpapakumbaba siya nang makita ang kanyang pagkakasala at humihingi ng kapatawaran sa Diyos. Kaya, napapalago 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, naiinis ako sa kanila.

— Pagdating sa iyong sariling pagwawasto, dapat ikaw lamang ang may hinihingi sa sarili. Ngunit kumikilos ka na parang maliit na bata na puro lang hinihingi.

— Kailan ako lalaki, kailan ko ba mapagtatanto na may mga 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 may diwa ng malusog na kompetisyon sa espirituwal na kaperpeksiyunan sa loob ng pamilya, sa monasteryo, at iba pa, at ang isang tao ay nagpapakumbaba sa harap ng iba, lahat ay nakikinabang dito, gaya ng sa unang Simbahan, kung saan ang kumpisal ay pampubliko, na kung saan lahat ay nakinabang. Ang sinumang nagpapakumbaba 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 may pag-ibig.

— Ano ang makakatulong sa akin na maramdaman na ako ang pinakamababa 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, at hindi mo man lang ito nadoble. Sabihin sa iyong sarili: "Naituro

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

¹¹⁵ Ibid.

ko lang kung paano tumama ng martilyong kahoy¹¹⁶, ngunit hindi ko pa nagawang madoble 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 mahusay tayo kaysa sa kanila. "Mas mabuti ako kaysa dito," sabi natin, "at mas mabuti kaysa doon... Hindi ako tulad niya..." Sa sandaling mag-ugat sa atin ang kaisipang mas mababa sa atin ang ibang tao, isinasara natin ang ating sarili sa tulong ng Diyos.

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

— Siyempre, kung pinapahalagahan 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 tanda ng espirituwal na pag-unlad: hindi mo itinuturing na mahalaga ang mabubuting nasa sa iyo, ngunit itinuturing mong mas higit ang kahit kaunting kabutihan sa iba kaysa sa sa iyo; ibig sabihin, palagi mong pinahalagahan ang kabutihan ng iba. Pagkatapos, ang saganang Grasya ng Diyos ay bumababa sa iyo. Sapagkat ang sinumang nagpapahalaga sa iba nang higit sa kanilang sarili ay higit, dahil ang Grasya ng Diyos ay nakatapat sa kanila.

Lahat ng tao ay may kapintasan, at mayroon din silang mga birtud, na mana nila mula sa kanilang mga magulang o nakuha sa pamamagitan ng kanilang sariling pagsisikap: sa ilan ay sampung porsyento, sa iba ay tatlung, sa iba ay animnapu, at sa iba pa ay 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 ang pinakapuso ng diwa ng Orthodox. Nakikinabang pa nga ako sa maliliit na bata, kahit 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 tagumpay 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 laging nasa Diyos? "Hindi iyon ang mahalagang bagay; ang mahalaga ay tingnan ang sarili bilang 'mas mababa kaysa sa buong nilikha'."

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

— Minsan sinubukan kong alamin kung saang hayop ko dapat ikumpara ang sarili ko, at natuklasan kong ito ay ang salagubang-tae. Ngunit nang masusing tingnan ko ang ginagawa nito, napagtanto kong mas masahol pa ako rito. Alam mo ba kung ano ang ginagawa ng salagubang tae? Kapag nakakita ito ng tae sa daan, pinuputol-putol ito, pinapabilog, at itinutulak sa gilid ng daan. Ganyan ang paraan nito ng paglilinis sa 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 naglilinis ng daan sa tae, samantalang ikaw, na nilikha ng Diyos bilang isang tao, ay nagtitipon ng tae sa "templong ng Diyos" sa pamamagitan ng iyong mga kasalanan.'¹¹⁹ Ibig kong sabihin, ang isang tao, kapag iniisip ang mga biyaya ng Diyos at nakikita niyang hindi siya karapat-dapat sa mga ito, ay lalong itinuturing ang sarili na karapat-dapat sa

¹¹⁶ Isang kahoy na palakpak (Griyego: *τάλαντο*) ang madalas gamitin sa mga Griyegong monasteryo bilang kapalit ng kampana. Isang monghe na itinalaga ayon sa mga patakaran ng monasteryo ang tumatama sa kahoy na palakpak gamit ang kahoy na martilyo upang ipahayag ang pagsisimula ng 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.

parusa; nakikita niya ang sarili bilang mas masahol kaysa sa lahat ng tao, kaysa sa mga hayop, at kahit kaysa sa diyablo mismo. Sinasabi 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 na mas masahol ka kaysa sa diyablo?

— Nauuwi lamang ito sa panganib para sa taong kulang sa espirituwal na katapangan at madaling sumusuko. Dapat sabihin ng ganoong tao sa diyablo: 'Anuman ako, mas mabuti pa rin ako kaysa sa iyo. Hindi ako pababayaang ni Cristo; umaasa akong ililigtas Niya ako.' Ngunit ang mayroong espirituwal na tapang ay maaaring magsabi: "Magaling ang diyablo sa kanyang ginagawa, ngunit ano naman ang ginagawa ko?"

Kabanata 3.

Kabalan — ang dakilang kapangyarihan 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 si Evlogios.¹²⁰ Paano pinayagan ng Diyos ang ganitong bagay?

— Sino ang tikim ng porridge?

— Matanda Evlogio.

— Hindi, mga demonyo! At sa mga pagkakataong 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 nagbugbug ang naiwang may kapansanan. Sabihin mo sa akin, ano ang pinakinatatakutan 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, iyan nga; kinatatakutan ng demonyo ang kababaang-loob: nagdudulot ito sa kanya ng napakalalim na sugat! Kung saan may kababaang-loob, hindi maaaring manirahan ang demonyo.

Sa pamamagitan ng kababaang-loob, ang isang tao ay nagiging liwanag at hindi kailanman natitod sa kanyang espirituwal na landas; nalalampasan niya ang lahat ng mga hadlang na inilalagay ng tukso sa kanyang harapan. Alalahanin si San Antonio, na nakita ang mga bitag ng kaaway na nakalatag sa buong mundo? "Sino nga ba ang makakatakas sa mga ito?" ang sigaw niya. At agad niyang narinig ang isang tinig na nagsasabi sa kanya: "Kabalan."¹²¹

Sa Bundok Sinai, nanirahan ako sa selda ni Santa Epistimia; mayroon doon isang maliit na simbahan at isang napakaliit na silid. Nasa itaas ang bundok, at sa ibaba ay isang pader na apat o limang metro ang taas. Doon ay mayroon akong bloke ng kahoy na kinukuskos ko upang makagawa ng maliliit na tabla para sa mga inukit na icon. Isang araw, habang pinipilas ko ang aking maliliit na tabla at nananalangin, may narinig akong tinig: "Maaari kang tumalon pababa nang hindi masisaktan." Lumiko ako at nakita ko ang isang itim na anino na malaki ang ulo. "Isang tangalashka," naisip ko. Sige, hindi ko na lang papansinin. Pero nandoon pa rin ito, hindi nawawala! "Maaari kang tumalon pababa nang hindi ka masasaktan," sabi nito. Nagkunwari akong hindi nakarinig. Mga labinlimang minuto nitong

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

¹²¹ Kinuha mula sa: *Mga Kapanahunang Kwento ng Pagkamasigasig ng mga Banal at Pinagpalang Ama*. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 12.

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!" Doon, 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 matatalo ng diyablo ang kaluluwa. Hindi bumabagsak ang mapagkumbaba, sapagkat naglalakad sila nang mapagkumbaba. Ganito ang nangyari kay matandang Avvakum nang siya'y naglilingkod sa disyertong Viglia! Minsan, habang nakaupo siya sa isang bato at nananalangin gamit ang kanyang rosaryo, lumitaw sa kanya ang diyablo na nagkunwaring 'anghel ng liwanag.¹²³ "Avvakum," wika niya, "pinadala ako ng Diyos upang dalhin ka sa paraiso, sapagkat naging anghel ka na. Halika, lumipad tayo." — "Oo, pero may pakpak ka; paano ako lilipad?" At sinabi ng 'anghel' 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 iyon at naging isang kakaibang itim na kambing na may pakpak na parang paniki, at nawala.

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 ng 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 ng Diyos, tutulungan siya ng Diyos at siya'y uunlad.

— Tama ka roon. Mahalaga ang kababaang-loob. Ang pag-unlad sa espirituwal ay dumarating kung mayroong malaking kababaang-loob.

Ang mga nakatagpo ng landas ng kababaang-loob ay umuunlad sa buhay-espirituwal nang mabilis, tuloy-tuloy, at walang kahirap-hirap. Hindi pa natin nauunawaan kung ano ang kababaang-loob, ang dakilang kapangyarihang ito! Lahat ng tagumpay ay nakasalalay dito. Habang mas nagpapakumbaba ang isang tao, mas dakila ang biyayang tinatanggap niya mula sa Diyos at mas siya ay umuunlad. Gaano karaming kapangyarihan ang taglay ng kababaang-loob, 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 ang isang tao, upang makamit ang kababaang-loob, ay patuloy na magpapakumbaba at sa huli ay mawalan ng pag-asa?

— Hindi, dahil ang tunay na kababaang-loob ay nagdudulot ng pag-asa, hindi ng paghihikayat. Ang paghihikayat ay nagdudulot ng makasarili, dahil ang makasariling tao ay umaasa sa sarili, samantalang ang taos-pusong 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 dakila at marangal na pagsusumikap, subalit palagi silang sumusulong nang may malaking pag-asa sa Diyos,

¹²² Tumutukoy ito sa sagot ng Panginoon, 'Huwag mong tuksuhin ang Panginoon mong Diyos' (Matt. 4:7), na ibinigay Niya sa diyablo nang iminungkahi nitong ihagis Niya ang Sarili mula sa tuktok ng templo ni Solomon. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹²³ 2 Cor. 11:14.

at nadidismaya sa kanilang sarili—sa pinakamainam na kahulugan ng salita—ibig sabihin, nadidismaya sa kanilang 'sarili'.

— At maaari bang umasa 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 taong nagsusumikap para sa espiritwal na pag-unlad ay hindi kailanman nakikita ang kanyang sariling pag-unlad; nakikita lamang niya ang kanyang mga kabiguan.

Ang mga mapagkumbaba ay iniingatan ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kayamanan ng Diyos

— Geronda, ayaw kong hindi ako napapansin. Marahil kaya pakiramdam ko ay may kulang sa loob ko?

— Oo, hindi ka magiging banal na hangal!... Para maging banal na hangal, dapat ay mayroon kang 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 mga birtud na parang palamuti 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 Kristo ay walang kawalan sa loob; puno sila ng banal na pag-ibig na umaapaw. Sila ay dakilang mga santo. Ang kalokohan na kanilang sinasabi ay, sa katunayan, tunay na pagtuturo, napakalalim. Taglay nila ang dakilang 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 pinagsikapan ng mga santo na itago ang kanilang espirituwal na kayamanan kaysa sa pagkamit nito. At si San Arsénio rin ay itinago ang kanyang mga birtud sa ilalim ng iba't ibang panlabas na pagbabalatkayo, na lubos namang mauunawaan. Hindi siya 'nakilala' ng mga tao sa panlabas at naguluhan sila dahil nakita lamang nila ang panlabas, ang kaniyang 'artipisyal' na mga kakaibang gawi. Palaging sinisikap ni San Arsenius na ipakita sa mga tao hindi ang kaniyang mga birtud, kundi ang kabaligtaran nito, upang maiwasan ang pagsamba. Siyempre, may ilan pa ring nakaintindi kung anong kayamanan ang itinatago ng santo sa kaniyang kalooban.

Ang mga mapagkumbaba at payak na mandirigma ni Cristo ay mas matalino kaysa kaninuman sa mundo, sapagkat nagagawa nilang panatilihin ang kanilang espirituwal na kayamanan sa kaban ng Diyos. Kaya't dapat tayong magsaya kung nabubuhay tayo 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 Tabenisi, na itinatag ng Kagalang-galang na Pachomius noong simula ng ika-4 na siglo. Pinababa niya ang kanyang sarili at nagkunwaring baliw alang-alang kay Kristo. Laging siya ay naglalakad nang nakayapak. Habang ang ibang mga madre ay may belo sa kanilang ulo, tinakpan ni Isidora ang kanyang ulo ng isang simpleng basahan. Sa kabila ng pag-iinsulto at pananakit sa kanya ng lahat, hindi siya kailanman nagreklamo. Ang kabanalan ng kanyang buhay ay nahayag sa isang bisyon sa dakilang asetikong si Pitirim. Bumisita siya sa monasteryo at ipinakita sa mga madre na si Isidora, na hindi nila pinahalagahan, ay siya pala ang espirituwal na ina nila lahat. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Bahagi 2.

Espiritwal na Pag-ibig

"Ang isang espiritwal na tao ay inuuna ang pagmamahal sa Diyos, pagkatapos ay sa mga tao, at ang natitirang bahagi ng kanilang pagmamahal ay ibinibigay sa mga hayop at sa lahat ng buhay 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 awa Mo, O Panginoon, ay susunod sa akin sa lahat ng mga araw ng aking buhay,"¹²⁶ — sabi ni David. At dapat mo rin itong sabihin, sapagkat ang awa ng Diyos ay sumasa-iyo rin. Mabuti na nakikita mo ito, nagpapasalamat ka, at pinupuri mo 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 kakaiba 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 ang mga balang na naglalaman ng pinakamakapangyarihang pampasabog — ang Banal na pag-ibig. Kapag nawasak ang matigas na balat na ito, nagiging bukas ang puso, at nagsisimulang magalak ang tao kahit sa pinakamaliit na biyaya ng Diyos.

Nararamdaman niyang siya ay isang utang na hindi mabayaran sa harap ng Diyos at palagi siyang napapaiyak, dahil palagi niyang iniisip ang kanyang utang, samantalang ang Diyos ay nagpapadala sa kanya ng mga biyaya, na mas dakila ang isa kaysa sa iba, upang sa huli ay matunaw ang kanyang mapagmahal na kaluluwa sa pag-ibig ng Diyos.

— Geronda, bakit tayo minamahal nang labis 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 natitiod sa iisang bagay, nagagalit ba at nadidismaya 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-isip at palagi niyang pinupunasan ang sipon sa kanyang manggas. Ngunit yakapin pa rin siya ng ama, hahalikan at hahapuhapin nang may lambing, katulad ng sa iba. Sa parehong paraan, ang Diyos, bilang isang Mabuting Ama, ay hindi lamang nagmamahal sa mga magagandang anak, kundi pati na rin sa mga mahihinang espiritwal. At mas nag-aalala at nag-aalaga Siya sa kanila kaysa sa mga malulusog.

¹²⁵ Pojenet: nawa'y samahan niya (ang kaluwalhatian) – *Tala ng tagasalin*.

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

Walang sinuman ang makakaintindi kung paano iniibig ng Diyos ang 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 kanyang puso at matutunaw ito, sapagkat gawa ito sa luad.

Madalas na pinapayagan ng Diyos na bumuhos nang sagana ang Kanyang pag-ibig sa Kanyang nilikha, at doon ay napapainit ang ating kaluluwa; nakikita natin kung gaano kasarap ang Banal na pag-ibig, kung gaano kasagana, na hindi natin matiis kaya't nananalangin tayo: 'Sapat na, Diyos ko! Pigilin Mo ang pag-ibig Mo, sapagkat hindi ko na ito matiis.' Kaya nais ipakita sa atin ng Diyos na Siya, sa Kanyang bahagi, ay handang ibuhos sa atin ang Kanyang pag-ibig nang sagana, ngunit hindi Niya ito ginagawa dahil maliit ang kapasidad ng ating baterya. Kailangan itong dagdagan upang makapagtago ng mas maraming pag-ibig ng Diyos, sapagkat ang agos ng pag-ibig ng Diyos ay dumadaloy sa atin ayon sa kapasidad ng ating baterya.

— Paano natin mapapataas ang kapasidad ng baterya?

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

Ang wastong pamamahagi ng pag-ibig

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

— Hindi, dahil kapag lubos na iginagalang ng isang tao ang isang partikular na santo at may malaking pagmamahal para sa kanila, sa likod nito ay may malaking pagmamahal para sa Diyos na Tatlomatalo at sa Ina ng Diyos.

Ang sinumang nagpapasala sa mga santo ay walang dudang mas lalo pang nagpapasala sa Ina ng Diyos. Gaya ng sinumang nagpapasala sa Pinakabanal na Theotokos ay natural na mas lalo pang nagpapasala sa Pinakabanal na Trinidad. Kung ikaw ay may malapit na ugnayan sa isa sa mga santo at nararamdaman mo ang malalim na pasasalamat sa kanya, maaaring handa ka nang isakripisyo ang iyong sarili para sa santong iyon. Ngunit kung isinasakripisyo mo ang iyong sarili para sa isang santo, hindi ba't isinasakripisyo mo rin ang iyong sarili para sa Diyos?

Pag-ibig kay Kristo, sa Ina ng Diyos, sa mga santo — isang dakilang bagay ito. Ang pag-ibig na ito ay walang katulad. Ito ay isang matatag na pag-ibig na hindi mananatiling walang pakundangan.

— Posible bang mahalín ang Diyos at hindi mahalín ang mga tao?

— Hindi, dahil kung minamahal mo ang Diyos, hindi mo maiwasang mahalín ang larawan ng Diyos, ibig sabihin, ang 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 nakapaloob 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 niya buong paggalang na sinasamba ang Diyos at ang mga santo, 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 hinahawakan at hinihimas, bilang biyaya mula sa kanyang Lumikha, gaya ng paghimas niya sa isang bagay, malaki man o maliit, na tinanggap niya bilang biyaya mula sa isang taong kanyang iginagalang.

Ang Pag-akyat sa Langit

— Geronda, paano makakarating ang tao sa Diyos?

May dalawang paraan kung paano maaaring umakyat ang tao sa Diyos sa kaitaasan at 'manhikayat' sa Kanya 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 pagbagsak at lubos na nagpapakumbaba, ipinapakita ng Diyos, dahil sa kanilang malaking pagpapakumbaba, ang Kanyang labis na pag-ibig at itinaas sila sa Langit. 'May malaking kagalakan sa Langit dahil sa isang makasalanang na nagsisisi,'¹²⁷ — gaya ng nakasulat sa Ebanghelyo. Pagkatapos, siyempre, nararamdaman din ng mga makasalanang ang malaking pag-ibig para sa Diyos, sapagkat pinaligtas Niya sila sa isang malaking utang. Ang ikalawang paraan ay ang sumusunod: kapag ang isang tao ay nanatiling malaya sa mga makamatay na kasalanang, dapat siyang magpasalamat sa Mabuting Diyos sa pag-ingatan sa kaniya mula pagkabata, at sa kasuotan ng kaniyang kaluluwa na hindi nadungisan. At ikaw, kung hindi ka pinrotektahan ni Cristo, na parang sisiw, sa ilalim ng Kaniyang pakpak, ay maaaring ikaw na ang pinakamalaking makasalanang sa mundo ngayon. Kaya naman, araw at gabi, luwalhatiin mo ang Mabuting Diyos para sa dakilang kaloob Niya, at magpakalusog ng luha ng kagalakan at pasasalamat sa Kaniya. Ang mga luhaing ito ay may pantay, at marahil mas dakila pang kapangyarihan, kaysa sa luha ng pagsisisi. Pagkatapos ay itinaas ang isang tao sa Langit, lumalapit sa Diyos, at niluluwalhati Siya nang walang patid, tulad ng mga Anghel. At bagaman siya ay nabubuhay sa lupa, para na siyang nasa Langit. Ang kanyang buhay ay nagiging isang tuloy-tuloy na gawa ng pagpupuri, at hinihintay niya ang kamatayan nang may pagpupuri, sapagkat alam niya na noon siya ay makakasama ng Diyos magpakailanman, na siyang kanyang pinakahuling layunin. Nangyari nga, ang pinakadakilang pagpupuri ay isinilang sa loob niya: 'Luwalhati sa Iyo, na nagpakita sa amin ng Liwanag...'

Ibigay natin ang ating pag-ibig kay Kristo

— Geronda, paano ko dapat pagsikapan ang pagmamahal sa Diyos?

— Magsimula sa sakripisyo. Kapag hindi inuuna ng isang tao ang kanyang sarili at iniaalay niya ang kanyang sarili bilang isang sakripisyo, doon ay nagiging maayos ang lahat: mahal niya ang kanyang kapuwa, mahal niya ang Diyos. Ang mga taong nagsasabing mahal nila ang Diyos ngunit hindi isinusuko ang kanilang sarili para sa kapakanan ng kanilang kapuwa ay "mahal nila ang Diyos sa kanilang mga labi, ngunit sa kanilang dila ay sinisinungalingan nila Siya."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 ganitong gawain, sa simula'y bahagya nilang nararamdaman ang pag-ibig ng Diyos, ngunit habang mas ginagawa nila ito, mas lalo nilang nararamdaman ang lakas nito. Ngayon, ang kanilang isipan ay laging naninirahan sa 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 lubos na nabibighani rito. Ngunit tayo ba ay nabibighani kay Kristo?

— Ano nga ba ang kulang sa atin kaya hindi natin hinahanap 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-hiya na nangungupahan, ang ating lumang pagkatao, sa ating tirahan, magkakaroon ng panibagong tao, isang tao ng Bagong Tipan, na maninirahan sa puso sa bakanteng puwang na iyon. Ang ating templo, ang ating buong pagkatao, ay mapupuno ng

¹²⁷ Ihambing sa Lucas 15:7

¹²⁸ Tingnan ang Awit 77:36

pag-ibig, sapagkat si Cristo, na Siya ang Pag-ibig, ay maninirahan sa loob natin. Pagkatapos, ang puso ng tao ay nagiging kampana, na patuloy na ipinapahayag nang malakas ang mabuting balita hanggang sa manginig ang mga pader sa tugtog nito — ang tadyang, na gaya ng mga pader ng isang bahay, ay pinahiran ng luwad na, sa utos ng Diyos, ay naging laman. At kung ikaw ay mapunta sa disyerto, kung saan walang simbahan, ang iyong katawan ang magiging simbahan, at ang iyong puso ang kampana.

Kapag inialay 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 bulaklak. 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 nakikisangkot din ang katawan.

Napakaliit na puso, ngunit kayang magmahál nang napakalalim! At kung ganito ang pag-ibig ng tao sa Diyos, paano pa kaya 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 kasamaan ang nagagawa 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, pinapatawad tayo, pinapasensyahan tayo, at nililinis ang ating maruruming kaluluwa sa pamamagitan ng Kanyang Banal na Dugo.

Ang Apoy ng Pag-ibig ng Diyos

— Geronda, bakit hindi ko taglay ang parehong pag-ibig para sa Diyos gaya ng pag-ibig ko sa isang tao? Pagkatapos ng lahat, kung mahal ko ang isang tao, gusto kong kasama siya palagi?

— Unti-unti itong dumarating bilang bunga ng pakikibaka; kung hindi, susiklab ang apoy sa puso ng mga tao at silay susunog sa pag-ibig ng Diyos. Magiging malamig sa paligid, 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 doon at nagsimulang manalangin! Nang magmisyon ang ibang sundalo, natagpuan 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 'on fire'?" "At akala mo hindi rin ako nasusunog?" tanong ng kumander. "Nasisilab ako, Komandante, naiintindihan mo ba o hindi?" inulit niya, na para bang sinasabing: "Kung nasisilab ka, tumakas ka!" Tinulungan siya ng Diyos, at nakaiwas siya sa paglilitis militar. Dito, 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 bahagi ng dibdib. Kapag nagliyang ang espirituwal na pag-ibig, ang buong dibdib ay sumisiklab sa apoy. Ang buong lukab ng dibdib ay nagiging apoy. Ang isang tao ay

¹²⁹ Si Matandang Paisios, na siya mismo ay laging sumusunod sa batas sa lahat ng bagay, ay nagbigay ng halimbawa ng isang walang disiplinang sundalo upang tulungan tayong maunawaan na kung ang apoy ng Banal na pag-ibig ay nagliyang sa loob ng isang tao, kung gayon 'ang isipan ng tao ay sinasakop ng pag-ibig sa Diyos' at siya ay nagsisimulang gumawa ng mga bagay na mahirap unawain at ipaliwanag. — *Tala ng nag-ayos*.

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 pinapailaw mismo ni Cristo sa pamamagitan ng Kanyang pag-ibig, ay nagpapainit sa katawan nang higit pa kaysa sa anumang pisikal na apoy. May kapangyarihan itong sunugin ang anumang basura, anumang masamang kaisipan na ihahagis ng diyablo, pati na rin ang anumang pagnanasa at anumang hindi kanais-nais na tanawin. Doon nararanasan 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 matutukso ng anumang walang kabuluhang bagay. Nawa'y pasiklabin 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 para sa Diyos, na pinagsama sa sakripisyo, ay matamis na nagpapasiklab sa puso, at, tulad ng singaw, sumabog ang Banal na Eros, hindi mapigilan, at nagsasama sa Diyos.

Pinapaluwag ng banal na eros ang matitigas na buto, na nagiging napakalambot kaya hindi makatayo ang tao sa kanyang mga paa at bumabagsak! Nagiging parang kandilang inilagay sa mainit na lugar, na hindi makatayo nang tuwid at yumuyuko paminsan sa isang gilid, paminsan sa kabila. Tinatulid mo ito, ngunit yumuyuko muli, bumabagsak muli, dahil napakainit nito sa paligid... 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 makalabas sa kalagayang ito...

— At ang taong sinasakupan ng Banal na Eros, nararamdaman ba niya ang sakit?

— Kung napakalakas ng sakit, humuhupa ito at nagiging matiis; kung banayad naman, nawawala ito. Nakikita ninyo, ang mga tao kapag umiibig ay sobrang nabibighani na nakakalimutan pa nilang matulog. May isang monghe na nagsabi sa akin: 'Geronda, ang kapatid ko ay umibig sa isang gipsing dalaga; halos hindi na siya nakakatulog. Ang tanging maririnig mo ay 'Ang maliit kong Paraskevi, ang maliit kong Paraskevi.' Hinipnotismo ba siya nito, o ano? Hindi ko alam! Matagal na akong monghe at hindi ko minamahal ang Ina ng Diyos gaya ng pagmamahal ng kapatid ko sa kanyang batang babaeng Gypsy! Ako, halimbawa, ay walang nararamdamang tuwa sa aking puso."

Sa kasamaang palad, may mga taong espirital 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 nakakaabala ito sa kanila. Ganito na ang kalagayan! Sa kabilang banda, ang mga karaniwang tao na alam kung ano ang human eros, kapag sinabi mo sa kanila ang tungkol sa Banal na Eros, agad na sumasagot: "Dapat mas mataas ito." Sa maraming kabataang nakaranas ng makamundong, human eros, mabilis akong nakakahanap ng pagkakaunawaan kapag sinimulan kong pag-usapan ang tungkol sa Banal na Eros! "Nakaranas ka na bang bumagsak sa lupa, lubos na walang magawa, dahil sa Dakilang Pag-ibig? Naranasan mo na bang hindi ka makagalaw, hindi makagawa ng kahit ano?" Agad nilang napagtatanto na ito ay isang bagay na mas mataas, at nagsisimula na kaming magkaunawaan. "Kung," sabi nila, "ang simpleng, makamundong pag-ibig ay may ganitong epekto sa atin, maisip na lamang natin kung ano ang pag-ibig na langitlik!"

Banal na kabaliwan

— Geronda, paano ka mababaliw sa pag-ibig sa Diyos?

— Sa pakikisama sa... mga baliw, upang mahawahan ka nila ng kanilang espirituwal na kabaliwan! Inaasahan kong makita kang... baliw para sa Diyos! Amen.

At may kaunting karanasan ako ng pagkabaliw sa espiritu na nagmumula sa Banal na Eros. Pagkatapos, ang isang tao ay pumapasok sa isang estado ng banal na pagkawala ng isip at nanaisin na huwag mag-isip ng iba kundi ang Diyos, huwag mag-isip ng iba kundi ang banal, ang espirituwal, at ang makalangit. Nasa kalagayan ng banal na pag-ibig, sila'y matamis na nasusunog mula sa loob, at ibinubuhos ang kanilang sarili sa labas sa pamamagitan ng pagkabaliw, sa loob ng hangganan ng banal na kabanalan, na parang anghel, pinupuri ang kanilang Diyos at Lumikha araw at gabi.

— Iyon ba ang tinatawag na ekstasi?

— Oo, doon ay nawawala sa sarili ang isang tao, sa mabuting kahulugan. Ito ay... 'Mag-ingat kayo, katakutan ninyo ang langit...'¹³⁰

Ang banal na pagkabaliw ay itinataas ang tao lampas sa grabidad ng lupa, itinataas siya sa trono ng Diyos, at nagsisimulang maramdaman ng tao na parang maliit na aso sa paanan ng kanyang panginoon, na masaya at may paggalang na dinidilaan ang mga binti 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 sa daan patungong Langit kapag napagod na tayo! Mag-iiwan lang tayo ng tubig na kasing-dami ng tatlong daliri, at hihingin natin kay Kristo na pagpalain ito at gawing alak. Iinumun natin ito at mabubulagta tayo sa espirituwal na kalasingan kasama 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.

Kung ang isang tao ay espirituwal na mabubulag sa langitnang alak, ang kanyang buhay dito sa lupa ay nagiging isang martiryo, ngunit sa mabuting kahulugan. Siya ay hindi na angkop sa mundo; wala nang bagay sa lupa ang nag-aalala sa kanya, at itinuturing niya ang lahat bilang basura, dayami.¹³¹ Nakikita ninyo, mga tao, kapag umiinom sila nang marami, sila ay nabubulag, at wala nang nag-aalala sa kanila. "Lolo Fanasiy, nasusunog ang kubo mo," sigaw ng mga tao sa matandang lalaki na nasusunog ang kubo. "Sa impyerno na 'yan, hayaang masunog," sagot niya, dahil nakainom siya at lasing!

May isa pang uri ng makalangit na kalasingan na mabuti, ngunit dapat laging naroroon ang tao 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!

¹³⁰ Mga salita mula sa irmos ng ikawalong ode ng kanon ng Dakilang Sabado. Ang salitang Griyego na "εκστασι", na isinalin sa Church Slavonic bilang "maging namamangha", ay literal na nangangahulugang "sapitin ng ekstasi." — *Tala ng tagasalin*

¹³¹ Tingnan ang Fil. 3:8

Kabanata 2. **Pag-ibig sa kapwa**

Pag-ibig at kababaang-loob — dalawang magkapatid na birtud

— Geronda, paano ako maliligtas kung napakarami kong pagnanasa?

— Sa pamamagitan ng pag-ibig at kababaang-loob. Sa sandaling tumubo ang pag-ibig at kababaang-loob, mauubos ang kayabangan at malisya at magsisimula ang paghihirap ng mga pagnanasa. Sa gayon, unti-unti, mawawala ang lahat ng pagnanasa at kusang darating ang lahat ng iba pang birtud. Kaya nga, ituon mo ang lahat ng iyong lakas sa pagkamit ng pag-ibig at kababaang-loob.

Ang tunay na pag-ibig ay hindi mapaghihiwalay sa kababaang-loob, tulad ng kambal na magkapatid na lalaki na labis na nagmamahalan. Hindi mapaghihiwalay ang pag-ibig 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-espirtwal ay pag-ibig at kababaang-loob. Kung saan may pag-ibig, nananahan si Kristo—ang Pag-ibig—at kung saan may kababaang-loob, hinahawakan nito ang Grasya ng Diyos sa loob ng isang tao na parang sa pamamagitan ng isang puwersa. Nang maghari ang Diyos sa lahat ng dako at ang lupa ay nagiging paraiso. Ngunit kung saan walang pag-ibig at walang kababaang-loob, naninirahan ang kaaway, at ang mga tao, kasama niya, ay nabubuhay na rito na parang nasa impyerno, at araw-araw ay lalo pang pinapahirap ang kanilang kapalaran sa buhay na darating.

Ang pinakamadaling landas tungo sa kaligtasan ay ang pag-ibig at kababaang-loob. Kung hindi natin ito taglay, tayo ay huhusgahan. Ang dalawang birtud na ito ang naghikayat 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, tinatanggap sila nang may pag-ibig, ginagabayan nang walang takot sa mga pagsubok sa himpapawid, at itinaas sila sa mapagmahal na Ama, ang Diyos.

Minamahal na tunay na pag-ibig

— Sa aking palagay, may tatlong uri ng pag-ibig: ang makamundong pag-ibig, na puno ng mga mikrobyong espirtwal; ang pag-ibig sa sanlibutan — na mababaw, panlabas, mapagkunwari at kulang sa lalim; at ang espirtwal na pag-ibig — na totoo, dalisay at mahalaga. Ang pag-ibig na ito ay walang kamatayan; ito ay mananatili magpakailanman.

— Paano ko malalaman, Geronda, kung mayroon akong tunay na pag-ibig?

— Upang maunawaan ito, dapat mong subukan ang iyong sarili upang makita kung 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 aking kapwa ay lumamig.

— Itanim mo ang munting natitirang pag-ibig na iyon. Hayaan mong tumubo, lumago, at magbunga ng pag-ibig na iyong aanihin. Pagkatapos ay magtanim ka pa ng mas maraming pag-ibig at aanihin pa ng mas marami; unti-unti'y mapupuno ang iyong bodega, kaya wala ka nang mapaglagyan nito, sapagkat habang mas maraming pag-ibig ang itanim mo, mas lalo itong lumalago. Halimbawa, ang isang magsasaka ay may maliit na pakete ng buto at itanim niya ito. Pagkatapos ay tinipon niya ang bunga at pinuno ang isang malaking sako nito. Kung itanim niya ang bunga mula sa sakong iyon, kapag siya'y nag-ani, mapupuno niya ng buto ang buong kamalig. At kapag marami na siyang buto at itanim niya ang mga ito, mapupuno niya ang buong kamalig. Ngunit kung itatago niya ang mga buto

sa bag at hindi ito itanim, kakainin sila ng uod. Kailangan niyang itapon 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 ibinabahagi kahit ang kaunting pag-ibig na mayroon siya ay parang taong may hawak ng dakot na buto sa kanyang kamay at ayaw itong itanim. Ang ganooong tao ay isang masamang lingkod na itinago ang kanyang talento.¹³²

Depende sa dami ng pag-ibig na ibinibigay mo, ganoon din ang matatanggap mo. Kung hindi ka magbibigay ng pag-ibig, hindi ka makakatanggap ng pag-ibig. Kita mo, ang isang ina ay patuloy na nagbibigay ng pag-ibig sa kanyang mga anak, ngunit patuloy din siyang tumatanggap mula sa kanila, at ang kanyang pag-ibig ay patuloy na lumalago. 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 isang mabuting gawa, iniisip natin ang gantimpala, kung gayon ang ating pag-ibig ay hindi mahalaga kundi mura. Kung gayon, nagiging 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 kung sino ang makakakuha ng pinakamaraming pag-ibig para sa kanilang sarili. Ngunit ang mga may espiritwal at mahalagang pag-ibig ay nag-aaway kung sino ang magbibigay ng mas maraming pag-ibig sa iba. Mahal nila nang hindi iniisip kung mahal sila ng iba o hindi, at hindi nila hinihingi na mahal sila ng iba. Palagi nilang nais na magbigay ng kanilang sarili at hindi nila hinihingi na ibigay din ng iba ang kanilang sarili 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 kapalit! Hindi dapat gumawa ng mabubuting gawa para makatanggap ng benepisyo. 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 lahat ng kahinaan ng tao.

— Geronda, nahihirapan akong ibigay ang pag-ibig ko kung hindi ito pahahalagahan.

— Wala kang tunay na pag-ibig, kaya mahirap para sa iyo. Ang may tunay na pag-ibig ay hindi alintana kung pinahalalagahan man o hindi ang kanyang pag-ibig. Hindi niya nga naaalala ang sakripisyong ginagawa niya para sa kapwa dahil sa dalisay na pag-ibig.

— Paano ko matututong kalimutan ang kabutihang aking ginagawa?

— Ibasura mo sa dagat... Sa ganooong 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 kayamanang espiritwal para sa iyong sarili.

Ang pagtanggap ng 'ako' 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 Kristo na dapat tayong laging magsakripisyo para sa kapakanan ng iba, gaya ng pagsakripisyo Niya para sa atin.

— Maaari bang may makasariling interes sa paghahain?

— Oo, maaari. Naalala ko (bago pa lang ako noon na isang layko) na isa sa mga naninirahan sa Konitsa, pagkatapos ng serbisyo ng Pagkabuhay, ay sinasabi sa lahat ng kanyang nakasalamuha: "Pupunta 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 loob niya... Tumungo

¹³² Tingnan ang Mat. 25:25

¹³³ Juan 13:34

siya sa gabi papunta sa monasteryo para sindihan ang mga lampara—dalawang oras na paglalakad papunta, dalawang oras pabalik. At nakakatakot ang daan! At ang simbahan ay inabandona, magulo ang lahat—saan nga ba niya makakakuha ng mga pabulo at palutang para sa mga lampara! Kaya't lumabas na ang lahat ng kanyang pagsisikap ay walang kabuluhan. At gayon pa man, tiyak na kung may nagsabi sa kanya pagkatapos ng serbisyo: 'Mag-sindi ka ng lampara pag-uwi mo,' marahil ay hindi na siya nag-sindi pa! Kung tunay niyang nais maghandog ng sakripisyo sa Diyos, dapat ay pumunta siya sa monasteryo para sindihan ang mga lampara nang payak, nang walang paligoy-ligoy.

— Kaya nga ba ng isang tao na isakripisyo ang sarili dahil sa kayabangan?

— Bakit hindi? Kaya niyang isakripisyo pa nga 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 Para 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 may pag-ibig siya; doon niya hinihikayat ang Diyos na lumapit sa kanya. Kapag pinag-uusapan ko ang pag-ibig, tinutukoy ko ang tunay at taos-pusong pag-ibig na may dangal. Maaaring magtiwala ang isang tao sa kanyang mga hangarin at isipin na taglay niya ang pag-ibig dahil ibinibigay niya ang lahat, ngunit kulang siya sa pag-ibig, sapagkat ang kanyang pag-ibig ay may kasamang 'sarili'—ibig sabihin, nakatuon ang kanyang pag-ibig 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 isa sa isa't isa, at ang lahat ay nagkakaisa sa iisang pag-ibig ni Cristo. At kay Cristo, nalulutas ang lahat ng problema, sapagkat ang pag-ibig ni Cristo ay nag-aalis ng 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?.. Para mailagay ng isang tao ang buong mundo sa kanyang puso, kailangan niyang palawakin ang kanyang puso.

— Paano magagawa iyon, Geronda?

— Sa pamamagitan ng pag-ibig. Ngunit kahit iyon ay hindi sapat. Kailangan ng isang tao ang pag-ibig ng isang ina. Mas inuuna ng isang ina ang kanyang mga anak kaysa sa kanyang 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 umiirap sa kanya, sapagkat palagi niyang hahanapin ang mga nagpapagaan ng kalagayan ng iba at sisisiin ang kanyang sarili sa lahat ng bagay. Kahit siya ay ninakawan, mararamdaman niya ang panghihinayang kapag nahuli at nakulong 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 natatakpan ang lahat at pinapawi ang lahat. Kung may masira o masira ang anak, agad siyang pinapatawad ng kanyang ina, dahil siya ang kanyang anak. Kaya, kung mamahalin mo ang iyong kapuwa nang pagmamahal ng isang ina, pinapatawad mo ang lahat ng

¹³⁴ Tingnan ang 1 Cor. 13:3

¹³⁵ 1 Cor. 13:2

kanyang kahinaan at hindi mo nakikita ang kanyang mga kasalanan; at kahit na nakikita mo man ang mga ito, agad mo siyang pinapatawad. Pagkatapos, ang iyong puso ay umapaw sa pag-ibig, dahil nagiging taga-gay ng Kristo ka, na matiisin sa ating lahat.

— Geronda, tila makitid ang pananaw ko sa mga bagay. Marahil wala akong puso?

— Wala kang puso? Alam mo ba kung anong uri ng puso ang meron ka? Ngunit hinahayaan mong pigilan ito ng makitid mong pag-iisip, at saka ka nagdurusa. Ang may malawak na puso ay kayang tiisin ang anumang bagay, ngunit ang may makitid na puso, dahil sa panghihina ng loob, ay bumabagsak sa kawalan ng pag-asa dahil sa isang salita o isang hindi kanais-nais na pangyayari, at hindi niya ito matiis.

— Bakit?

— Dahil iyan lang ang kaya ng baterya niya.

— Ano ang magagawa ko para palakasin ang aking baterya?

— Patawarin mo ang mga kakulangan at kapintasan ng iba. Lapitan mo ang lahat nang espiritwal, na may pananampalataya at tiwala sa Diyos. Isipin mong nasa mga kamay ka ng Diyos, at kung may mangyari na hindi ayon sa gusto o nasa hiling mo, 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 pagmamahal sa sarili. Kung ang baging ng pagmamahal sa sarili at ang makitid na pag-iisip na sumasakal sa iyo ay malalanta, doon malayang lalago ang iyong espirituwal na puso. Nawa'y malaya nang tuluyan ang iyong puso, lumago at lumawak. Amen.

Alam mo ba kung ano ang nararamdaman ko ngayon? Nararamdaman ko ang napakalalim na pagmamahal na parang ina, ang napakalambot at pagiging malumanay na hindi ko pa naranasan dati.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, gayundin ang pag-ibig ay naghahanap ng daan palabas.

Hindi kailanman tumatanda ang puso

— Sabi ni Geronda, Abba Pamvo: 'Kung may puso ka, maliligtas ka.'¹³⁷ Ano ang ibig niyang sabihin sa pagsasabing, 'kung may puso ka'?

— Maraming posibleng kahulugan. 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 isang disposisyon tungo sa pag-aalay ng 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 pagtrabahuhan ang puso. Pagkatapos ng lahat, ako ay may puso, at ikaw ay may

¹³⁶ Noong 1981, sinabi ni Elder Paisios: "Posible para sa isang tao na palaging magkaroon ng apoy ng Banal na pag-ibig sa loob niya. Palagi kong nararanasan ang makalangit na katamisang ito. Nagsusunog ako sa buong katawan, at ang aking mga buto ay naging parang nag-aalab na kandila. Kapag kailangan kong gumawa ng isang bagay o pumunta sa isang lugar, pinilit kong lumabas sa kalagayang iyon. Maraming beses, dahil sa matamis na pakiramdam na ito mula sa langit, nahulog ako sa lupa. Ngayon, naging sakit na 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 nagsama-sama*.

¹³⁷ Ang Gerontikon. Athens, 1981. p. 102.

puso, ngunit ano ang silbi nito kung hindi natin ito pinagyayaman? Kung ang isang tao ay hindi pinagyayaman ang kanyang puso, maaaring siya ay higante ngunit kulang sa anumang tapang. Samantalang ang isa naman, maliit at marupok, na ginagawa ang lahat nang may puso, ay hindi kailanman napapagod. Narito rin ang isang marupok na kapatid na babae, ngunit dahil inilalagay niya ang 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. Ginagawa niya ang bawat gawain nang may pagmamahal, dahil tunay niyang pinahahalagahan ito, hindi dahil inaasahan niyang mapapansin at papurihan siya ng iba. Wala siyang pagmamataas o pagnanais na mapasaya ang iba; namumuhay siya nang hindi nagpapansin, at iyan ang dahilan kung bakit siya tumatanggap ng Banal na Grasya at tumatanggap ng tulong mula sa Diyos.

Kung ang isang tao ay mahina sa kalikasan o matanda na, at hindi na kayang pasanin ng katawan ang mabigat na karga, ngunit natutunan nilang pagtrabahuhin ang kanilang puso, hinihimok ng kanilang puso ang katawan na magtrabaho. Sila ay parang lumang kotse na may patag na gulong at sirang aksis, ngunit may malakas na makina — kung itutulak mo ang ganoong kotse, tatakbo ito. Ang isa namang tao ay maaaring bata at malakas, ngunit kung hindi niya pinagtutuunan ng pansin ang kanyang puso, siya ay 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.' Hindi ko pa man natatapos magsalita nang humagulgol nang malalim ang 'agila': 'Ama, hindi ba't babalik din siya nang kusa?' — 'Halika na, gumawa ka ng mabuting gawa,' muling hinihikayat ko siya. Humagulgol siya muli. Pagod na siya sa mismong salitang 'takbo'—lalo na nga ang totoong pagtakbo!

Kung hindi pinagtutuunan ng isang tao ang kanyang puso, hindi siya katulad ng hayop; nagiging parang estatwa, parang monumento. Walang silbi ang kanyang puso.

Ang pinagsamang gawain ng isip at puso

— Geronda, minsan naiintindihan ko sa isip na kailangan kong mahalín ang iba, pero wala akong nararamdamang pag-ibig sa loob.

— Unti-unti, lilipat ito mula sa isip patungo sa puso, at mararamdaman mo ang pag-ibig. Upang mahalín ang ibang tao, kailangang gumana rin ang 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 anumang masama sa kanila," at iba pa. Ibig sabihin nito, hindi mo mahal ang taong iyon. Tinitingnan mo sila bilang isang estranghero; hindi mo sila nakikita bilang isang kapatid, kaya hindi mo sila mapapahalagahan at hindi kikibot ang puso mo.

— 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 ito kayang sundin ng 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 dalas na iyon. Kung ang isip ay gumagana sa makamundong paraan, nagpapadala ito ng makamundong mga mensahe sa puso. Kapag gumagana ito nang espiritwal, ang puso ay naaantig at naghahangad nang

espritwal. Paano ka, halimbawa, makakakain nang sobra kung alam mong sa ibang lugar ay namamatay sa gutom ang mga tao o kumakain ng dumi ng kamelyo ang mga Beduino?¹³⁸

— Geronda, napansin ko na hindi puso ang ginagamit ko sa pagmamahal, kundi ang isip. Paano ko mapapagana ang puso ko?

— Hindi mo ba alam? Sa ngayon, para paganahin ang puso, hinihiwa ng mga doktor ang dibdib at inilalagay... isang baterya. At dapat nating tiyakin na ang isip ay tumagos sa puso, paikutin 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 sila'y napupuno ng damdamin at pinupuri ang Diyos. O nararamdaman nila ang kabigatan ng kanilang mga kasalanan at hinihiling sa Diyos ang kapatawaran nang may pagsisisi. O inilalagay nila ang kanilang sarili sa kalagayan ng isang taong nasa mahirap na sitwasyon at nakararamdam ng habag para sa kanila sa pinaka-natural na paraan.

— Geronda, kumikilos ako nang kusang-loob, ayon sa nararamdaman ko. Ayos 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 pigilin ang sariling kusa, dahil ang 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 kung mauuna ang puso sa isip, magwawaldas ito. Binigyan ka ng Diyos ng matalinong isip at malaking puso, ngunit hindi mo ginagamit ang iyong isip upang pigilin ang iyong puso, kaya't nagiging walang silbi ito. Bago ka kumilos — mag-isip ka, at alagaan mo ang pusong ibinigay sa iyo ng Diyos, nang payak at may pagmamahal.

"Mula sa kakulangan..."¹³⁹

— Geronda, sinasabi ni Apostol Pablo: "Minamahal 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, dahil ang Diyos ay puro pag-ibig. 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 humingi sa kanya ng tinapay, sinabi niya: "May kaunting langis at arina kami; kakainin namin ito kasama ng aking mga anak at mamamatay na kami." Hindi niya sinabi sa kanya, 'Wala kaming kahit ano.' At nang sabihin ng propeta, upang subukan ang kanyang kagustuhan, na unahin niyang gumawa ng tinapay para sa kanya, at saka para sa kanyang sarili at sa kanyang mga anak, agad na pumayag ang mahirap na babae. Kung wala siyang pag-ibig, sari-saring kaisipan ang lilitaw sa kanyang isipan. 'Hindi pa iyon sapat,' maaaring naisip niya, 'na sinabi kong kakaunti lang ang langis at harina namin; gusto pa rin niyang ako muna ang maghurno para sa kanya!' Nahayag ang kanyang mabuting kalooban, upang magsilbing magandang halimbawa sa atin.

¹³⁸ Tumutukoy ito sa dekada 1960. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹³⁹ Lucas 21:4

¹⁴⁰ 2 Cor. 9:7

¹⁴¹ Dahil sa tagtuyot, ang propeta Elias ay napunta sa sapa ng Cherith. Nang matuyo rin ang sapang iyon, ipinadala siya ng Diyos sa Zarepat sa Sidon upang pakainin ng isang balo (tingnan 1 Mga Hari 17:1–24). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

Binabasa natin ang Banal na Kasulatan, napakarami nating natutuklasan dito, ngunit paano nga ba natin ito tunay na inilalapat?

Naalala ko kung paano, sa Bundok Sinai, ang mga anak ng mga Bedouin—¹⁴² —na hindi alam kung ano ang Ebanghelyo, ay pinaghahatian ang anumang ibigay ko sa kanila, kahit kaunti lamang iyon. Bawat isa ay nakatanggap ng kaunti. At kung ang huli ay kulang, ibinibigay ng lahat ang ilan sa kanilang bahagi para sa kanya.

Gawin ninyong lahat ito na isang halimbawa. Suriin ninyo ang inyong sarili upang maunawaan kung nasaan kayo nakatayo. Kung ang isang tao ay nagsusumikap sa ganitong paraan, nakikinabang siya hindi lamang mula sa halimbawa ng mga santo at mga asketiko, kundi pati na rin mula sa buhay ng lahat ng tao, na iniisip: 'Taglay ko ba ang mabuting katangiang ito? Paano ako lilitaw sa Araw ng Paghuhukom?'

Ang mahalaga ay ang ibinibigay natin sa iba mula sa ating sariling kakaunting yaman, maging ito man ay tulong na espiritwal o materyal.

Sabihin nating may tatlong unan ako. Kung ibibigay ko sa ibang tao 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. Iyan ang dahilan kung bakit sinabi ni Kristo tungkol sa balo: 'Mas marami ang inialay ng dukhang balong ito kaysa sa lahat ng iba pa.'¹⁴³

Ibato mo ang iyong lumang abak sa apoy ng pag-ibig

— Hindi ko madaling mapatawad ang iba, Geronda.

— Ayaw mo bang patawarin ka ni Kristo?

— Ginagawa ko, Geronda. Paano ko naman hindi magagawa?

— Kung ganoon, bakit hindi mo rin pinapatawad ang iba? Pag-isipan mong mabuti, sapagkat sa ganito'y labis mong pinapahamak si Cristo. Pinatawad ka niya sa utang na sampung libong talento, ngunit ayaw mong patawarin ang iba sa isandaang denario.¹⁴⁴ Sabihin mo ito sa iyong puso: 'Paano nga ba posible na si Cristo, na walang kasalanan, ay palagi akong pinapasensyahan, at pinapasensyahan at pinapatawad ang bilyon-bilyong ibang tao, ngunit ako ay hindi nagpapatawad sa isang kapatid na babae?'

Isang beses, may isang binata na dumating sa aking selda na nagkaroon ng alitan sa isang tao, at kahit na humingi na ng kapatawaran sa kanya ang iba, ay ayaw pa rin siyang patawarin. Isang araw sinabi niya sa akin: 'Manalangin ka, Geronda, na patawarin ako ng Diyos.' — 'Manalangin ako,' ang sagot ko, 'na huwag kang 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 naman papatawarin ng Diyos?'

Ang katarungan ng Diyos ay pag-ibig at mahabang pagtitiis. Wala itong kinalaman sa katarungang pantao. Ang katarungang banal na 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—sinakal siya gamit ang lubid—napagtanto niyang walang pera ang matanda at papauwi na siya. Habang papalabas na siya, sinabi ni Ama Tikhon sa kanya: 'Pagpapatawad sa iyo ang Diyos, anak ko.' Pagkatapos noon, pumunta ang tulisan na ito upang nakawin ang selda ng isa pang matanda, ngunit doon siya nahuli ng pulis. Inamin niya mismo na pumunta rin siya upang magnakaw sa selda ni

¹⁴² Pinag-uusapan ni Elder Paisios ang panahong nanirahan siya sa Bundok Sinai (1962–1964). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

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 nag-ayos*.

Ama Tikhon. Nagpadala ang pulis ng isang gendarme para dalhin si Ama Tikhon sa himpilan para tanungin, ngunit tumanggi ang matanda na sumama. "Ako, anak ko," sabi ng matanda sa gendarme, "ay pinatawad ko nang buong puso ang magnanakaw." Ngunit hindi pinansin ng gendarme ang kanyang mga salita. "Halika na, Ama, tara na tayo," sabi niya. "Ano'ng pakialam ko sa iyong 'patawad' at 'bendisyon'?" Sa huli, nang magsimulang umiyak ang matanda na parang batang paslit, naawa sa kanya ang hepe ng pulisya at pinayagang umalis. Nang balikan ng matanda ang pangyayaring ito, hindi niya ito lubos na maunawaan: "Anak ko," sabi niya, "ang mga taong sekular na ito ay may sarili nilang kodigo; wala silang 'pagpapala' o 'pagpapatawad ng Diyos!'"

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng paghihimagsik? Ang alalahanin ang pagkakamaling ginawa sa iyo, o ang magalit 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 siya, kung gayon ay may sama ka ng loob. Ngunit kung, sa kabila ng pagkakamaling ginawa sa iyo ng iba, 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 mali 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: 'Malamang ay wala silang pagkain. Magugutom ang mga tao. Idadala ko sa kanila ang tinapay.' Nang dinala ko sa kanila ang tinapay, inakala nilang kahinahinala ako at dinakip nila ako. Hindi ko man lang naisip na hinahanap ng mga rebelde ang mga kapatid ko na nagtatago sa bundok. Ano ang sinabi ni Kristo? "Mahalin ninyo ang inyong mga kaaway at gumawa kayo ng mabuti sa mga nagmamuhì sa inyo."¹⁴⁵

Pag-ibig na may habag

— Geronda, gaano kayo kahirap sa selda ninyo! Dumarating ang mga may sakit sa pag-iisip, mga adik sa droga...

— Dito mismo natin mauunawaan kung may tunay na pag-ibig sa ating kalooban. Sa mukha ng ating kapatid, nakikita natin si Cristo. Sapagkat kapag gumagawa tayo ng isang bagay para sa ating kapatid, ginagawa natin ito para kay Cristo Mismo. "Sapagkat sa paggawa ninyo nito para sa isa sa pinakamaliit na ito ng aking mga kapatid," sabi ni Cristo, "ginawa ninyo ito para sa akin."¹⁴⁶

Noong isang beses, may isang ama na dumating sa silid-pang-alangin ko kasama ang kanyang batang anak na lalaki na sinapian. Halos kasabay nito, dumating din ang isang kakilala ko. Inalis ko ang ama ng batang lalaki sa gilid upang kausapin, sapagkat siya ang naging sanhi ng pagkasapi ng bata. Kahabag-habag na bata! 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 ibinalik ang panyo sa kanyang bulsa. Pagkatapos ay tinanggal niya ang kanyang gintong pektoral na krus at isinabit ito sa leeg ng binata. Ngunit hindi iyon ang tumatak sa akin, kundi ang pagmamahal na ipinakita niya sa pag-punas sa ilong ng binata — at sana'y nakita mo lang kung ano ang kalagayan ng binatang iyon! Naramdaman ng lalaking ito ang awa para sa kaniya na parang kapatid. Kung hindi niya siya nakita bilang kapatid, ganoon kaya ang kaniyang ikinilos? Kung mahal mo ang ibang tao na parang kapatid, puwede mong punasan ang kaniyang ilong gamit ang panyo mo at ibalik ito sa iyong bulsa! Ngunit kung wala kang ganitong pakiramdam, ang ibang tao ay parang dayuhan sa iyo, kaya nanginginig ka sa kahit anong paghipo nila, at kung sakaling mabudburan ka ng laway, agad kang magmamadaling maghugas ng mukha.

¹⁴⁵ Ihambing sa Mateo 5:44; Lucas 6:27.

¹⁴⁶ Mat. 25:40

Dahil binigyan tayo ng Maykapal ng saganang biyaya at hindi Niya tayo pinahintulutang magdusa, dapat tayong magpakita ng habag sa kapwa nating naghihirap. Halimbawa, makakita tayo ng isang taong may kapansanan. Kung iisipin natin: 'Kung ako ang may kapansanan at hindi makalakad, ano kaya ang mararamdaman ko?' — doon tayo magkakaroon ng habag para sa kanila. O kung may taong nasa mahirap na sitwasyon na humihingi ng tulong sa atin, dapat agad nating isipin: 'Kung ako ang nasa kalagayan nila, hindi ko ba gustong may tumulong sa akin?' Dito nagmumula ang ating habag para sa kanila. Ngunit kahit na ang isang tao ay may sariling problema, kung taglay niya ang tunay na pag-ibig sa kapwa na sinamahan ng habag, nakakalimutan ng taong iyon ang sarili niyang pagdurusa at nagdadalamhati para sa iba. Kapag may nagsasabi sa akin ng kanilang sakit, hindi ko na nararamdaman ang sarili kong sakit, na para bang nakaupo ako sa mga pako o naglalakad nang nakayapak sa nabasag na salamin.

— Isinulat ni San Marcos na Asketiko: "Isang pagnanasa ang humahadlang 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 binabanggit ang pagbibigay ng limos sa kontekstong ito?

— Dahil ang paglimos at kabutihan ay nagpapalambot ng puso. Ang paglimos ay kumikilos sa puso na parang langis sa kalawangin na kandado. Ang matigas na puso ay lumalambot kapag tiningnan ng isang tao ang pagdurusa ng iba; nagiging mas bukas sila at mapagkumbaba. Hindi nilikha ng Diyos ang tao upang maging malupit at walang-awang, ngunit hindi pinagyayaman ng mga tao ang awa na ipinagkaloob sa kanila ng Diyos; hindi sila nakikiramay sa kapwa at, dahil sa kapabayaan, unti-unting nagiging matigas ang 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. Mag-isip tayo, 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 dala-dalang tungkod at pinukpok ako sa ulo? Hindi, hindi iyon maganda.' Kung iisip tayo nang ganoon, maaawa at mamahalin natin kahit ang mga ahas. Kung hindi inilalagay ng isang tao ang sarili sa sapatos ng ibang tao—at hindi lang tao, pati ng mga hayop at insekto—hindi siya maaaring maging tunay na tao.

Ang habag ay nagtatago ng isang pag-ibig na napakalakas na nalalampasan ang karaniwang pag-ibig. Kung makaramdam ka ng habag sa iba, nagsisimula mong mahal in sila nang mas malalim. Kapag naroroon ang habag sa pag-ibig, niyayakap mo ang kapatid mong sinasapian ng demonyo, at umaalis ang demonyo sa kaniya. Ang matibay na pag-ibig, ang espiritwal na pag-ibig, na may kasamang habag, ay nagpapalubag-loob sa mga nilikha ng Diyos sa pamamagitan ng banal na aliw, tinatalo ang hanay ng mga demonyo, pinalalaya ang kaluluwa, at pinapagaling ang mga sugat nito sa pamamagitan ng balsamo ng pag-ibig ni Kristo na ibinubuhos dito.

Ang isang taong espiritwal ay may labis na habag. Nauubos siya sa pagkahabag sa iba, nananalangin, at nagpapalubag-loob. At bagaman pasanin niya ang mga paghihirap ng iba, siya ay laging puno ng kagalakan, sapagkat inaalís ni Cristo ang kanyang sakit at pinapalubag-loob siya sa espiritwal.

Ipinapakita ng pag-ibig

— Geronda, paano ko ipapakita ang pag-ibig?

¹⁴⁷ Tungkol sa ating banal at Dios-sasaguling Ama na si Marko ang Asketiko. Ang 200 Kabanata sa Espirituwal na Batas. Thessaloniki, 1974. p. 21.

— Ipakita ang pag-ibig? Hindi ko iyon maintindihan. Isang kasinungalingan at pagkukunwari iyon. May pag-ibig tayo sa ating kalooban, at ang pag-ibig na ito ang nagpapahayag sa atin? Naiintindihan iyon. Ang tunay na pag-ibig ay ipinapakita sa ibang tao nang walang pagpapakitang-gilas. Ang pag-ibig ay ang pakikinig nang may habag sa kirot ng iba. Ang pag-ibig ay nangangahulugang mahabaging titig at isang salitang binitiw sa isang tao sa oras ng kanyang kagipitan. Ang pag-ibig ay nangangahulugang pagbabahagi ng kanilang dalamhati, pagbibigay ng ginhawa sa kanilang mga kahirapan. Ang pag-ibig ay nangangahulugang pagtanggap ng isang masakit 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, ipinaalam ng Diyos sa kanila ang iyong mabuting hangarin, ang iyong pag-ibig, at nauunawaan nila ito nang hindi na kailangang ipakita. Gayundin, ang malisya: kung hindi ito ipinapakita sa labas kundi nasa loob lamang, nararamdaman ito ng kabilang tao. Sapagkat kahit ang demonyo, kapag lumilitaw siya bilang isang 'anghel ng liwanag' (¹⁴⁸), ay nagdudulot ng kalituhan, samantalang ang isang tunay na Anghel ay nagdadala ng hindi mailahad na tuwang magaan sa puso.

— Ano, Geronda, ang pumipigil sa akin na matanggap ang mensahe ng pagmamahal ng iba para sa akin?

— Marahil ay hindi mo pa nabubuo ang pag-ibig sa iyong sarili? Ang taong umiibig ay natatanggap ang mensahe ng pag-ibig ng iba para sa kaniya, ngunit ipinapahayag din ang sarili niyang pag-ibig sa iba.

Mapagtatanto ng isang tao kung tunay mo siyang minamahal o nagpapanggap ka lamang, dahil ang pag-ibig ay lumilipad patungo sa kanila na parang telegrama. Halimbawa, kapag bumisita tayo sa isang ampunan, agad na nararamdaman ng mga bata ang saloobin ng ating pagdating. Noong isang beses, may ilang tao na dumating sa aking selda na nais magtayo ng tahanan para sa mga bata. "Ang pinakamahalaga," sabi ko sa kanila, "ay alagaan ang mga batang ito na parang sarili ninyo, at higit pa kaysa sa sarili ninyong anak. Kung hindi ganoon, mas mabuting huwag na lang 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 ang intensyon ng 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?

Winasak ng pag-ibig ang mga distansya

— Geronda, paano nakikipag-ugnayan nang espiritwal ang mga tao sa isa't isa sa malayong distansya?

— Nagpapadala sila ng mensahe sa isa't isa gamit ang walkie-talkie o Morse code!

— Paano naman?

— 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 kuwento na ikinuwento sa aklat na **The Holy Mountain Fathers**?¹⁴⁹ Noong isang beses, isang monghe ang naglakbay upang bisitahin ang isa pang monghe na nakatira sa Kapsala at nagsimulang mag-isip kung anong regalo ang dadalhin niya rito. Nahuli niya ang dalawang isda at sinimulang linisin ang mga ito, inihahanda bilang regalo. Samantala, nakatanggap ang ikalawang monghe ng mensahe mula sa Diyos tungkol sa pagbisita ng

¹⁴⁸ 2 Cor. 11:14

¹⁴⁹ Tingnan si Nakatatandang Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at Mga Sulatin ng Athonite. Thessaloniki, 2005. mga pahina 9–10.

kanyang kapatid at nagtanong: "Ano ang ihahain ko sa aking kapatid kapag dumating siya?" Habang nililinis ng unang kapatid ang isda, biglang lumipad ang isang uwak, kinuha ang isa sa mga isda at dinala ito sa ikalawang monghe sa Kapsala, isang paglalakbay na tumagal ng limang oras at kalahati. Nauunawaan mo ba? Isang tao ang nag-iisip kung paano mapasaya ang iba, at ang isang uwak ang naging tagapamagitan!

Kapag ang isang tao ay may Pag-ibig—si Kristo—kahit na pipi siya, makakahanap siya ng iisang wika sa bilyon-bilyong magkaibang tao, sa mga taong anumang edad, kahit na ang bawat henerasyon ay may sariling wika ng komunikasyon. Paupuin ang dalawang taong hindi nagmamahalan sa isa't isa at sabihin sa kanila na manahimik—at paupuin naman ang mga nagmamahalan sa isa't isa at sabihin sa kanila na manahimik. Paano mararamdaman ng dalawang grupo? Ang una ay mananatiling tahimik, at ang ikalawa ay mananatiling tahimik. Gayunpaman, ang ikalawa, kahit tahimik, ay nag-uusap, dahil may ugnayan sa pagitan nila. Sa kabaligtaran, ang una ay hindi makakapag-usap, dahil sila ay hiwalay sa isa't isa. Kapag walang pag-ibig, maaaring magkalapit nang pisikal ang dalawang tao, ngunit nananatili pa ring malayo.

— Geronda, ikinalulungkot kong dumating na ang araw na kailangan mo na namang umalis sa amin at lumayo nang malayo.

Sa buhay na espiritwal, walang tinatawag na 'malayo' o 'malapit'. Hindi nahahadlangan ng distansya ang pag-ibig ni Kristo, sapagkat si Kristo, sa pamamagitan ng Kanyang pag-ibig, ay nagwawakas sa lahat ng distansya. Dahil dito, malayo man o malapit ang isang tao, palagi niyang nararamdaman na siya ay malapit kapag siya ay malapit kay Kristo at nakatali sa kapwa sa pamamagitan ng magkapatid na ugnayan ng pag-ibig ni Kristo.

Pinapasalamat ko ang Diyos na taglay ko ang ganitong uri ng pag-ibig—espiritwal, angheliko—upang mawala ang mga distansya, at makikipag-isa ako 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—dahil maging iyon ay magiging napakaikli, sapagkat tayo ay pinag-iisa ng Pag-ibig—si Cristo.

Kabanata 3. **Pag-ibig para sa Lahat ng Nilikha**

Ugnayan ng tao sa mga hayop bago at pagkatapos ng Pagbagsak

— Geronda, pakiusap, bigyan mo ako ng isang hangarin sa Pasko.

— Nawa'y maging malapit ka kay Kristo at sa Ina ng Diyos, na parang gansa 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 ng init ng kanilang katawan... "Ang baka na nakatamo ng kaalaman, at ang asno, ang sabsaban ng kanyang panginoon,"¹⁵⁰ — sabi ng propeta Isaias. Na nangangahulugang: kilala ng baka ang kanyang panginoon at kilala ng asno ang sabsaban ng kanyang panginoon. Nakilala nila Sino ang nahiga sa sabsaban at pinainit Siya ng kanilang hininga! Nakilala nila ang kanilang Maylalang! At ang munting asno—anong karangalan para sa kanya na magdala kay Kristo patungong 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!

¹⁵⁰ Isa. 1:3

Sa paraiso, naamoy ng mga hayop ang bango ng biyaya at kinilala nila 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, nais siyang punitin-punitin, na para bang sinasabi: 'Masama ka, hindi ka ang aming pinuno.'

Ngayon, kapag ang tao, sa pamamagitan ng pagsunod sa mga utos ng Diyos, ay muling lumalapit sa Diyos, muling nabibihisan ng Banal na Grasya, at sa gayon ay bumabalik sa kalagayan kung saan siya bago ang Pagbagsak, muling kinikilala siya ng mga hayop bilang kanilang panginoon. Lumalakad siya nang walang takot sa gitna ng mga mababangis na hayop, na hindi na mabangis, sapagkat pinamili sila ng kanilang panginoon.

Nararamdaman ng mga hayop ang pag-ibig ng isang tao

— Ani Abba Isaac: "Ang isang mahabaging puso ay ang pag-aalab ng puso ng tao para sa buong nilikha..."¹⁵²

— Oo, ganoon nga; isang pag-aalab ng puso para sa mga hayop, at pati na rin para sa mga demonyo. Ang isang taong espiritwal ay iniaalay muna ang kanyang pag-ibig sa Diyos, pagkatapos ay sa mga tao, at ang natitirang bahagi ng kanyang pag-ibig ay ibinibigay niya sa mga hayop at sa buong nilikha. Nararamdaman ng mga hayop ang banal na pag-ibig na ito. Kilala nila ang taong umiibig at naaawa sa kanila, at lumalapit sila rito nang walang takot. Kahit ang mga mabangis na hayop ay nakikilala ang taong umiibig sa kanila at ang mangangaso na nanghuhuli sa kanila. Nagtatago sila sa mangangaso, ngunit lumalapit sa taong umiibig sa kanila. Akala ko dati hindi ito totoo para sa mga ahas, dahil ang ahas ang nag-iisang hayop na hindi minamahal ng mga tao. Gayunpaman, kalaunan ay kumbinsido ako na nakararamdam din ng pagmamahal ng tao ang mga ahas at maaaring maging kaibigan natin. Kung ilalagay ng isang tao ang sarili sa kinalalagayan ng ahas at makiramay dito, agad itong nauunawaan ng ahas at lumalapit sa tao bilang kaibigan. Para bang sinasabi nito: 'Salamat sa Diyos, sa wakas ay nakahanap din ako ng kaibigan!'

— Marahil ito ay isang pagpapakita ng likas na ugali?

— Binigyan ng Diyos ang mga hayop ng kanilang pangangailangan; binigyan Niya sila ng intuwisyon. Pagkatapos ng Pagbagsak, nawala sa tao ang kanyang labis na kaloob, ngunit napanatili niya ang kanyang talino at kakayahan sa pag-iisip. Halimbawa, nakikita ng mga tao ang mga punong plane tree at napagtatanto na may tubig sa malapit; humuhukay sila at natatagpuan ito. Ngunit nalalaman ito ng mga hayop sa ibang paraan; para bang mayroon silang uri ng radar. Kapag ang isang kamelyo sa disyerto ay gustong uminom, kusang-loob itong tumatakbo patungo sa may tubig, at sinusundan na lang ito ng pastol. Para bang nakakakuha ang kamelyo ng isang uri ng senyales.

Nagtatanong ang mga hayop sa mga tao ng tulong

— Para sa mga hayop, ang tao ay Diyos. Gaya ng paghingi natin ng tulong sa Diyos, gayundin sila'y humihingi ng tulong sa tao.

Sa Bundok Athos, narinig ko ang 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 sila ay nangangailangan. Noong isang beses, isang usa na nabali ang binti ang lumapit sa bintana ng kanyang silid at nagsimulang humagulgol nang kaawa-awa. Lumabas ang matanda mula sa kanyang silid at nakita niyang iniunat nito sa kanya ang nabaling binti, na para bang

¹⁵¹ Tingnan ang Gen. 1:28

¹⁵² Kinuha mula sa: Ang mga Asketikong Kasabihan ni Abba Isaac na taga-Syria. Moscow, 1993. pp. 205–206

ipinapakita kung saan ito masakit. Dinalthan niya ito ng ilang tinapay na pinatuyo para kainin, kumuha ng dalawang splint at mahigpit na tinali ang nabaling binti. Pagkatapos ay sinabi niya sa usa: "Ngayon, umalis ka nang payapa, at bumalik ka makalipas ang isang linggo, at titingnan ko na." 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 tao ng Diyos!

— Geronda, namamangha ako na hindi natakot si Reverend Gerasimos sa leon na lumapit sa kanya upang alisin ang tinik sa paa nito.¹⁵³

— Pagkatapos ng lahat, siya ay isang santo, at hindi kailanman sinasaktan ng mga hayop ang isang tao kapag sila ay nasa mahirap na sitwasyon. Noong isang beses, may ilang manggagawa na nagdadala ng panggatong sa mga mulas na dumaraan sa harap ng aking selda. Bigla, nahulog ang isang mula, at ang pak na sadol na may panggatong ay bumagsak sa ibabaw nito. Nakalimutan ko ang aking luslos, pati na ang katotohanang nahihirapan akong lumakad. Tumakbo ako at sinimulan kong tanggalin ang mga panggatong sa mulo. Sinubukan kong buhatin ang sadol — hindi ito gumalaw. Pinakli ko ang maliit na mulo, hinila ko ang tali at napalaya ko 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 tumulong?" "Natakot akong baka sipa ako ng mula," ang sagot niya. "Alam mo, mahal ko, kahit isang hayop—kahit isang lobo—kung ito'y nasa mahirap na sitwasyon, humihingi ito ng tulong at hindi makasasama sa tao."

Kapag ang mga hayop ay naghihirap sa gutom o uhaw, muling lumalapit 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 umusli mula sa bubong pababa sa lupa at binalot ang sarili nito sa hugis singsing sa harap ko. Itinaas nito ang ulo, inilabas ang dila at nagsimulang umungol. Nanghihirap ito sa uhaw—napakainit kasi—at binabantaan ako. Hiniling nito ang tubig, na para bang obligasyon kong bigyan ito. "Oo," sabi ko sa kanya, "ang pag-uugali mong ganyan ay hindi ka talaga magiging kaibig-ibig sa iba!" Pagkatapos ay nagbuhos ako ng tubig para sa kanya, at uminom siya nang husto. At talagang nakakaantig ng puso ko ang mga jackal, dahil kapag gusto nilang kumain, umiiyak sila na parang maliliit na bata. At tungkol naman sa mga kuting na nasa selda ko ngayon¹⁵⁵, isang tunay na bangungot ito. 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! Dumarating ang mga jackal at mga ligaw na baboy... Minsan may munting uwak na babaeng tumatakbo. Kapag umalis ang mga pusa, tumatakbo ang uwak. Hindi mo nakikita ang 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 binabad na tinapay, at kumakain sila. Inilalaan ko ang mga mani mula sa Turkish delight lalo na para sa mga ibong nagdadala ng tagsibol. Ang mga mahihirap na munting ibong ito, simula pa noong taglamig na

¹⁵³ Ang buhay ni San Gerasimo 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 santo sa hayop at inalis ang tusok sa paa nito. Mula noon, sinundan ng leon ang santo bilang isang 'matapat na alagad.' — *Tala ng nagsama-sama*.

¹⁵⁴ Sa pagitan ng 1968 at 1979. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹⁵⁵ Tumutukoy ito sa selda ni Panaguda. — *Tala ng tagapagsama*.

may niyebe pa, ay kumakanta na para bang tagsibol na. Sa madaling salita, nagbibigay sila ng ginhawa. Ang pagkahilig nila sa mani!

— Geronda, may mga hayop ba sa Bundok Sinai?

— Sa Sinai, dahil disyerto ito, karamihan ay mga ligaw na hayop, pati na rin mga ibon. Mga pabula, mga quail, katulad ng kinain ng mga Hudyo sa disyerto.¹⁵⁶ Mayroon ding magagandang daga na kahawig ng maliliit na pagong, walang buntot, na may matitinik na balahibo sa kanilang likod na kasing kapal ng brotsa! Pinakain ko silang lahat—ang mga pugo, ang mga quail, ang mga daga! Inilatag ko nang hiwalay ang pagkain sa mga hotplate para hindi sila mag-aaway! Kung hindi, sisimulang tuka ng ibon, tatakbo ang daga, at lilipad ang ibon.

Kahit saan ako magpunta, sinusundan ako ng mga ibon. Kapag umaakyat ako sa mga bato at nagsisimulang kumanta, nagtitipon sila, at binabato ko sila ng kaunting bigas. Kung gusto kong magkaroon ng kapayapaan at katahimikan, kailangan kong tumigil sa pagkanta, dahil sa sandaling magsimula ako, agad na dumadagsa ang mga ibon! Naalala kong minsan ay bigla akong nakaranas ng spasm sa likod at kinailangan kong manatili sa kama nang ilang araw. Isang maliit na ibon ang lumipad nang direktso papasok sa selda ko at lumapag sa dibdib ko. Naupo ito roon, tinitigan ako sa mukha at kumiki-kiki nang ilang oras nang tuloy-tuloy, napakaganda ng tunog. Ang gulat ko noon!

Kunin natin ang aral mula sa mga hayop

— Ano 'yang umuungal, 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! Tara, ipapakita ko sa iyo ang aking apiaryo. Tingnan mo kung gaano kaayos ang lahat sa arkitektura ng mga bubuyog, kahit na wala silang arkitekto o kontratista! Nais ko rin na magpagal kayo nang matuwid, sa espirituwal na paraan, upang makalikha ng espirituwal na pugad na nagbubunga ng espirituwal na pulot, upang ang mga karaniwang tao ay dumating, kumain, at magkaroon ng espirituwal na pagkabago.

— 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 ang mga hayop mismo—ang mga pinagdadaan nila, kawawa sila! Hindi natin matiis kahit isang linggo ang pagsunod na kanilang pinagtitiisan sa paglilingkod sa tao. Kapag pinakain sila, ayos lang ang lahat; kung hindi, nagugutom sila. Kung hindi nila gawin ang gusto ng kanilang amo, pinapalo sila. At kung paano sila nagpupursige 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.

Pagsilipin ang buhay ng mga hayop at insekto; kapaki-pakinabang ito. Pinagmamasdan ko kung paano masigasig at tapat na nagtatrabaho ang mga langgam, kahit walang pinuno. Walang tao ang may taglay na katalinuhan na tulad ng mga langgam. Hinahatak ng mga batang langgam ang maliliit na sanga at maraming iba pang walang silbing bagay papasok sa pugad ng langgam, dahil hindi pa nila alam kung ano ang kailangan at kung ano ang hindi. Hindi sila pinipigilan ng mga matatandang langgam, ngunit pagkatapos ay dinadala rin ng mga ito palabas ng pugad ang lahat ng ito. Sa paglipas ng panahon,

¹⁵⁶ Tingnan Ex. 16:13; Num. 11:31–32.

¹⁵⁷ Pumasok ang pulutong 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 bahay 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 Kaw. 35:7

nagsisimula nang pinapanood ng mga batang huleng langgam kung ano ang dinadala ng matatandang huleng langgam papasok sa pugad, at natututo sila. Kung tayo ang nasa katayuan nila, sasabihin natin: 'Hoy, ikaw, halika rito, ano ba itong hinihila mo? Sige na, itapon mo na agad!'

Lilikha ang Diyos ng mga hayop upang magsilbi sa tao, ngunit pati na rin upang makakuha ang tao ng aral mula sa kanila. Ang isang tao, kung siya ay tunay na tao, ay nakikinabang sa lahat ng bagay.

Olet — isang masipag na ibon

— Sa huling liham mo, ipinadala 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 guhit ng isang ahas, sa tingin ko ay matatakot ka. Tinawag ko siyang Olet, na nangangahulugang 'anak' sa Arabic. Nakatira si Olet sa isang burol limang daang metro ang layo mula sa aking selda.¹⁵⁹ Bawat araw sa tanghali ay dinadala ko sa kanya ang mga regalo at meryenda. Kapag binibigyan ko siya ng pagkain, kukuha lang siya ng kaunti at lilipad palayo. Tinatawag ko siya para bumalik, ngunit lumilipad siya palayo; gayunpaman, bumabalik din siya agad, tahimik na 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 na ng kaligayahan! Hindi siya kakain ng nabasag na bigas o ng tinapay na binabad sa tubig, bulate lang ang gusto niya, at gusto niyang dalhin ko ito sa kanya sa... plato — sa aking palad — doon siya pumupuwesto at kumakain. Pag-unlad!

Ngayon, nasisiyahan ako sa pakikipag-sáma kay Olet. Maaaring may magsabi: 'Bakit espesyal si Olet para sa'yó? Bakit hindi mo ginagawa sa ibang mga ibon ang ginagawa mo sa kanya?' 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, pero si Olet ay lumalapit dahil sa pagsunod at pagmamahal. Kahit nagugutom siya, kayang-kaya niyang umupo sa tabi ko nang matagal; saka ako pa ang nagpapaalala sa kanya tungkol sa pagkain. Ngayon, humupa na ang panahon at marami nang pagkain si Olet—mga insekto at salaginto—pero lumilipad pa rin siya kapag tinawag ko siya, kahit busog na siya—lumilipad siya dahil sa pagsunod. Paano ko hindi mamahalin nang higit ang matapat at malambing na ibong ito kaysa sa iba?

Madalas, dahil sa labis na pagmamahal, nais kong mahigpit na yakapin si Oleta sa aking mga kamay, ngunit natatakot ako na baka magwakas ako na parang unggoy na iyon na sobrang higpit ang pagyakap sa kanyang mga anak kaya sa huli ay napapasakal niya sila. Kaya pinipigil ko ang aking puso at ikinagagalak ko si Oleta mula sa malayo, upang hindi ko siya masaktan.¹⁶⁰

Isang beses, naantala ako, at nang makarating ako sa burol, wala na si Olet, dahil malakas ang hangin noong araw na iyon. Iniwan ko ang pagkain sa karaniwang lugar at umalis. Kinabukasan, napakaaga kong pagpunta kay Olet, dahil nag-aalala ako na baka kinain siya ng lawin. Nang makita ni Olet ang pagkain na iniwan ko para sa kanya noong gabi, 'nalulong siya sa isip,' lumipad papunta sa direksyon ng selda ko at naghintay sa akin sa kalagitnaan ng daan.

¹⁵⁹ Tumutukoy ito sa Selda ng Banal na Krus. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

¹⁶⁰ Ang pagmamahal ni Elder Paissios sa mga hayop ay hindi isang morbid na pagkaugnay, kundi isang pagpapahayag ng isang 'mapagmahal na puso,' na ang pagmamahal ay dumadaloy sa buong nilikha. — *Tala ng Tagapagsama-sama*

Nang makita niya ako, nabaliw siya sa tuwa. Sinimulan ko siyang pakainin, ngunit mas hinangad niya ang aking kumpanya kaysa sa pagkain. Namamangha ako sa kanyang pagpipigil sa sarili, pagmamahal, at pasasalamat. Ipagdasal mong maging tagapagaya ako ng kanyang mga birtud.

Sa tingin ko, hindi kita pinasama; sinabi ko sa iyo ang lahat nang walang itinago, nang hindi humihingi ng pahintulot kay Olet. Sana'y hindi siya magalit, kahit na wala nang ibang makakaalam nito maliban sa iyo... Isang taimtim na pagyuko para sa iyo mula kay Olet at sa akin.

Sa selda ko, hindi lamang mga ibon ang naroon, kundi pati ang lahat ng hayop na pumupunta roon — mga jackal, kuneho, notorya, pagong, butiki, ahas, — ay nasisiyahan sa pag-uumapaw ng aking pag-ibig; ako rin ay nasisiyahan kapag sila'y nasisiyahan, 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 kadiliman; kaya't nagpapahinga doon si Cristo at nananahan doon 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 espirital na kadakilaan.

— Hindi ba ang Kwaresma ay pangunahing panahon ng pagsisisi?

— Kagalangan, kagalangan, ang pagkakaisa kay Kristo — kung wala ito, imposibleng magtagumpay. Kung alam mo lamang kung ano ang idudulot ng kagalangan, sisikaping makamtan ito araw at gabi, kalilimutan mo pa ang pagtulog. Kung masusuri ng isang tao nang mabuti ang espirital na kagalangan, matatagpuan niya rito ang nakatagong kadakilaan ng Diyos!

— Ano nga ba talaga ang karangalan?

Ang espirital na pagkabuhay-hari ay espirital na paghihigit at pagsakripisyo sa sarili. Ang isang marangal na kaluluwa ay humihingi lamang sa sarili, ngunit hindi sa iba. Inaalay nito ang sarili para sa kapakanan ng iba, nang hindi humihingi ng gantimpala. Nakakalimot ito sa ibinibigay nito, ngunit naaalala ang bawat munting bagay na natatanggap nito. Taglay nito ang pag-ibig, kababaang-loob, kasimplehan, kawalang-sasarili, katapatan... taglay nito ang lahat. Taglay nito ang pinakadakilang kagalakan at espirituwal na pag-angat, pagdiriwang.

Ang espirital na pagiging marangal ay may dalang Grasya ng Diyos; ito ay, paano ko ba sasabihin, isang banal na katangian. Kung saan may pagiging marangal, may katahimikan at pagiging hindi mapansin; kaya naman, nagpapahinga doon si Kristo at naninirahan doon ang pagpapala ni Kristo.

¹⁶¹ Awit 148:10

¹⁶² Mula sa mga awit ng Banal na Kasulatan; awit 8.

Ang espiritwal na pagiging marangal ay espiritwal na katarungan

— Geronda, mas mataas ba ang espiritwal na karangalan kaysa sa espiritwal na katarungan?

— Ang espiritwal na kadakilaan ay naglalaman ng espiritwal na katarungan, at ang espiritwal na katarungan ay naglalaman ng espiritwal na kadakilaan; o mas tama, ang kadakilaan ay espiritwal na katarungan. Kaya, para sa isang taong may taglay na espiritwal na kadakilaan, walang batas: 'ang mga matuwid ay hindi nangangailangan ng batas.'¹⁶³ Mas pipiliin ng ganitong tao na mamatay kaysa pumatay ng iba.

— Geronda, kapag hinihiling sa akin na gumawa ng isang bagay, agad akong 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 ito. Hindi sila kumikilos batay sa tuyong lohika, sapagkat ang karangalan ay lampas sa lohika. Sinusubukan mong ayusin ang lahat ayon sa lohika ng tao, sa makalupang katarungan. Ngunit nasaan ang espiritwal na katarungan? Hindi ba't sinabi ko na habang mas mataas ang espiritwal na antas ng isang tao, mas kakaunti ang kanyang mga karapatan sa buhay na ito, na 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 humahanap ay makakakita?'¹⁶⁴

— Iba iyon. Kung ang isang tao ay humihingi sa Diyos ng isang bagay para sa sarili, at hindi dahil sa pagmamahal para sa iba, kung gayon, muli, iniisip lamang nila ang kanilang sariling kaginhawaan. Sapagkat kung, halimbawa, ang isang ina ay humihingi sa Diyos na gumaling ang kanyang anak sa sakit o para maging maayos ang lahat sa pamilya, hindi niya ito hinihiling para sa sarili, kundi para sa ikabubuti ng kanyang sambahayan. Ganoon din ang babaeng Cananeo na nabanggit sa Ebanghelyo,¹⁶⁵ na hindi humiling ng anuman para sa sarili. 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: "Bigyan mo ng gusto ang 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 babaeng Cananeo sa paghagulgol at paghingi ng tulong. Pagkatapos ay lumingon si Cristo at sinabi sa kaniya: "Hindi nararapat na kunin ang tinapay ng mga anak at ihagis ito sa mga aso."¹⁶⁷ At sumagot siya sa Kaniya nang ganito: "Oo, Ginoo, ngunit pati ang mga aso ay kumakain ng mga mumo na nahuhulog mula sa lamesa ng kanilang mga panginoon." 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 ikukumpara mo ako sa aso! "Naiinis ka sa akin!" At umalis siya sa Kanya 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, nakatulong ba sa kanya ang kanyang pananampalataya?

— Ang kanyang dangal ang tumulong sa kanya upang magkaroon ng ganitong pananampalataya. Malaya siya sa anumang kayabangan, at walang pagpapanggap. Ngunit nagkaroon siya ng mabuting

¹⁶³ 1 Tim. 1:9.

¹⁶⁴ Mat. 7:8; Luc. 11:10.

¹⁶⁵ Tingnan ang Mat. 15:21–28; Mar. 7:24–30.

¹⁶⁶ Matt. 15:24

¹⁶⁷ Mat. 15:26

kaisipan: 'Dahil sinabi ito ng Diyos tungkol sa mga tao ng Israel, tiyak na ganoon nga; alam ng Diyos ang Kanyang sinasabi. At kabilang kami sa ibang bayan.'

Paano makamit ang karangalan

— Paano ko makakamit ang kagalangan, Geronda?

— Maging mapagkumbaba, kumilos nang may dalisay na sigasig at kasipagan, at may pag-ibig. 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. Mayroon ding mga taong ayaw magdulot ng abala sa iba, ngunit ayaw din nilang guluhin ng iba. May iba namang 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 kapintasan ngunit nagsusumikap na makamit ang kadakilaan, makikinabang ba siya?

— Ang kadakilaan ay magpapalayas sa mga kapintasan.

— Ang kalayaang espirituwal ba ay nangangahulugang kalayaan mula sa mga pagnanasa?

— Ang kalayaang espirituwal ang kadakilaang sinasabi kong kamtan ninyo. At upang magkaroon ng kadakilaan ang isang tao, hindi dapat mayroon siyang mababang mga pagnanasa, kakapiran, kasamaan, atbp. Sa kakapiran at kasamaan ay walang Diyos, sapagkat ang Diyos ay mabuti sa kanyang kalikasan.

— Geronda, kailangan bang magsikap din sa pagiging marangal upang mahalin ang pagdurusa?

— Ah, hindi mo pa rin nauunawaan kung ano ang kahalagahan! May katapangan sa kahalagahan, dahil kapag ang isang tao ay may kahalagahan, buhay ang puso niya. Upang maunawaan kung ano ang kahalagahan, tingnan mo si Cristo. Ano ang kinuha ni Cristo para sa Kanyang sarili? Wala. Ibinigay Niya ang lahat. Ibinuhos Niya ang Kanyang sarili bilang sakripisyo para sa ating lahat, at patuloy pa rin Niya itong ginagawa. Ibinibigay Niya sa atin ang Kanyang pag-ibig at tinatanggap Niya ang ating mga kasalanan sa Kanyang sarili. Tayo naman, nais nating tumanggap ng pag-ibig. Tingnan mo kung ano ang ginagawa ng mabubuting magulang. Patuloy silang nagsasakripisyo para sa kanilang mga anak, kahit na 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 kanila. 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 bukas-palad na kabutihang-loob, nakikipag-isa ang tao sa Diyos

— Geronda, paano nagiging katulad ng Diyos ang isang tao?

— Ang pinakamahalaga ay magkamit ang tao ng espirituwal na kadakilaan. Pagkatapos ay nagiging kapareho nila ang Diyos.

— Maaari bang ang isang madre ay nakikibahagi sa espirituwal na gawain sa kanyang selda, at pagkatapos ay kulang sa lakas para makilahok sa komunal na gawain?

— Anong uri ng espirituwal na pagsasanay?¹⁶⁸ Sa kapinsalaan ng iba? Kaya, hayaan ang iba na gawin ang mabigat na gawain habang ako'y nakatuon sa espirituwal na pagsasanay? Ngunit hindi iyon isang espirituwal na pamamaraan, lalo na para sa isang kabataan. Dapat iniisip ng isang kabataan kung

¹⁶⁸ Espiritual na gawain — ang gawain ng isang monghe sa loob ng kanyang selda (panalagin gamit ang rosaryo, pagyuko, pagbabasa ng mga aklat na nagpapalago ng diwa, atbp.). — *Tala ng tagapagsama-sama*.

paano tutulungan ang kanilang mga nakatatanda. Tingnan mo iyan: ang kabataan ay diumano'y nakatuon sa espirituwal na pagsasanay, habang pinipilit ang mga matatanda na gawin ang lahat ng gawain nang mag-isa! Nasaan ang paghahain ng sarili rito? Nasaan ang bukas-palad na kabutihan? Babasa ba ako, mananalangin, at iiwan ang gawain sa iba? Walang kwenta ang lahat ng ito. Marami pa rin ang hindi nakakaintindi sa diwa ng buhay-espirituwal. Hindi pa nila natitikman ang marangal at bukas-palad na pagbabagong iyon; iniisip lang nila ang kanilang sarili.

Sinusubok ang isang tao sa kapighatian. Naalala ko noong naninirahan ako sa monasteryo,¹⁶⁹ sinabihan akong manatili sa aking selda nang hindi bumabangon, dahil ako'y dumaranas ng tuloy-tuloy na pagdurugo. Bigla, nakita ko sa bintana ang isang matandang bantay na sinusubukang hatiin ang isang troso gamit ang palakol para gawing panggatong sa kalan. Ang matandang lalaking ito ay may problema sa bituka, patuloy na pagdurugo; lubos siyang nanghina. Isipin mo, natutulog siya nang nakasuot ng sapatos dahil wala na 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 ko.

Espirituwal, marangal na kabutihang-loob! Wala nang nakalulugod sa Diyos nang higit pa rito! Ito ang sisidlan ng Banal na Grasya. Napakasimple naman ng lahat, at 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 gabi ng paglilingkod sa isang linggo, mag-ayuno nang mahigpit ng tatlong araw nang sunod-sunod tatlong beses sa isang buwan, manalangin nang ilang oras nang tuloy-tuloy, at panatilihin ang pagkabirhen ng 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 kamtin ang pinakaimportante—ang espirituwal na kadakilaan, na siyang kalinisan ng kaluluwa. Upang wala nang makasarili, sariling-loob, pagkamakasarili, o pagnanais na mapasaya ang iba sa kaniya, atbp., upang manirahan ang Diyos sa kaniya. Kapag wala ang lahat ng ito, taglay ng isang tao ang kalinisan ng kaluluwa; at dahil dito, kahit hindi man magdasal ang isang tao, siya ay katulad ng Diyos, nagkakaisa sa Kanya.

Sa pamamagitan lamang ng dakilang kabutihan nakikipag-ugnayan ang isang tao sa Diyos, na gumagana sa iisang dalas ng Diyos; kung hindi, nakatutok ang kanilang tagatanggap sa ibang istasyon. Kaya't subukan nating palitan ang ating mga antena ng bago... May mga patayong antena at may mga pahalang. Ang mga patayong antena ay nakatutok pasilong at mahina ang pagtanggap, madaling mawalan ng signal! Ang mga pahalang naman ay malawak ang saklaw, kaya nakakakuha pa nga ng pinakamahinang mga alon. Ang ibig kong sabihin ay ang sinumang nakatuon sa sarili ay hindi nakalaya mula sa kanyang sarili; walang dakilang kabutihang-loob diyan, at samakatuwid ay walang Grasya ng Diyos, at sila ay kulang sa Banal na kaliwanagan.

Ang isang tao ay magkakaroon ng kadakilaan o malulubog sa kahirapan

— Geronda, naiinggit ako, nakikipagtalo ako sa mga tao at karaniwang kumikilos nang hindi angkop.

— Wala kang espirituwal na karangalan, at dahil dito, nagkakaroon ng mga pagtatalo. Pagsikapan mong kamtan ang espirituwal na karangalan, upang makamit mo rin ang paghuhusga. Ngayon, sabihin mo sa akin, anong mga iniisip ang dumating sa iyong isipan nang hindi ka nakatanggap ng maliit na ikon mula sa akin bilang regalo, tulad ng ibang mga kapatid, at ano ang naisip mo nang makatanggap

¹⁶⁹ Naninirahan si Elder Paisios bilang isang monghe sa Monasteryo ng Esfigmen mula 1953 hanggang 1955. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

ka ng malaki sa ibang pagkakataon? Ngayon, bigyan mo ako ng espirituwal na salaysay, 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, daan at landas... Mga dalawampung sentimetro ang sukat. Halos tapos na ito, pero hiningi ito sa akin ng mga binata. Napaka-pilit ng kanilang pamanhikahos para sa pagpapala kaya kinailangan kong ibigay ito sa kanila.

— Siguradong mabubuting binata sila...

— Kung mabuti nga sila, dapat mas nagpakita sila ng kabutihang-loob 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 pumayag, naninindigan sila: "Hindi, ibigay mo na sa amin kahit ganito pa lang! Bakit ka pa mag-aabala na tapusin ito?" Nakikita mo ba? Nagpasya pa silang gawing mas magaan ang buhay ko! Ang mga taong iyan! Isipin mo, may isang lalaki pang humiling sa akin ng basbas para sa kanyang mga mata.

— Seryoso, Geronda?

— Oo, seryoso! Isang mata bilang pagpapala! Isang binatang nasa tatlumpung taong gulang ang nawalan ng paningin at naghahanda para sa operasyon. Dinala nila siya sa silid-pahingahan ko. Naawa ako sa kanya kaya sinabi ko sa kanya: "Huwag kang mag-alala; kung hindi magtagumpay ang operasyon, ibibigay ko sa'yo ang mata ko. Sapat na para sa akin ang isa para mabuhay." Hindi naglaon ay bumalik siya, labis ang tuwa, dahil nagtagumpay ang operasyon: malinaw nang nakakakita ang magkabilang mata niya. Lumapit siya sa akin at sinabi: "Pupunta ako para kunin ang mata mo!" "Oo, pero nakakakita ka naman!" sabi ko. "Hindi, gusto ko ito bilang pagpapala," ang sagot niya. Nanghabag ako sa kanya muli, sa pagkakataong ito dahil nakita kong wala ni bakas ng kabutihang-loob o karangalan! Iba iyon na uri ng kirot...

— Geronda, napansin ko na kapag alam kong pahahalagahan ng mga tao ang aking gawain, mas masigasig akong magtrabaho.

"Alam mo ba kung sino ang naaalala ko sa'yo ngayon? Isang dukhang batang babae na nagngangalang Spiridoula. Pinapagana siya ng panday sa pag-pump ng bellows, at sinasabi niya rito: 'Mag-pump ka, Spiridoula, mag-pump ka, at bibilhan kita ng bagong bestida.' At siya, kawawa naman, itinaas niya ang maliliit niyang kamay at piniga ang palakol ng hangin nang buong-buo niyang lakas, dahil ipinangako sa kanya ng isang bagong bestida! Naiintindihan 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 nasa 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 mapanibago ka sa kayamanan ni Cristo, lisanin mo ang iyong kubo na may mga kalawanging sisidlan, at maging isang prinsesa ni Cristo.

Naihihilom ako sa lambing kapag nakikita ko ang mga taong may dangal. Ang isang taong may dangal ay kusang-loob na pumapasok sa puso ko—hindi niya hinihiling ang pahintulot ko, at hindi ko rin hinihiling ang sa kanya—at nananahan doon; siya ay laging kasama ko, malapit, kahit gaano pa siya kalayo sa katawan.

Kabanata 2.

Kabaitan — ang pag-ibig ng malaking pasasalamat

Ang mga taong mapagmahal ay marangal na kaluluwa

— Geronda, ano ang pag-ibig na may kabaitan?

— At ano ang sinasabi ng diksyunaryo? Walang ganoong konsepto tulad ng '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 may malaking pasasalamat, lahat ng kabutihan at pagpapakumbaba. Ito ang dalisay na pag-ibig ng isang mapagkumbabang tao na hindi humihingi ng anumang kapalit para sa kanyang sarili sa kanyang mga ginagawa. Ang kanyang puso ay puno ng espiritwal na kadalisayan, pagiging bukas-palad, at pasasalamat sa Diyos at sa larawan ng Diyos, ang tao.

Ang mga taong mapagmahal ay panloob na hinihimok ng pasasalamat sa Diyos, na ipinapahayag nila sa lahat ng paraan nang espiritwal, 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 sa Kanyang mga biyaya, at patuloy silang tumatanggap ng biyaya ng Diyos.

Ang mga taong mapagmahal ay marangal na kaluluwa. Lubos silang naaantig sa kahit kaunting kabutihang-loob na ipinapakita sa kanila ng iba at nagsusumikap na suklian ito, gayunpaman, 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 umiibig sa kanyang tagapagkaloob ba ay nagpapamalas nito na siya ay may mapagmahal na puso?

Ang isang taong mahal ang kanyang tagapagkaloob ay walang ginagawa. Ngunit, sa kasamaang-palad, kahit iyon ay kulang na ngayon; bihira nang makakita ng taong mapagpasalamat. Ang bait ng mga tao noon! Sinabi sa akin ng aking mga magulang na isang Austrian na negosyante na nakatira sa Adana ang nagligtas sa aking ama mula sa mga Turko. Pagkatapos, siya ay nabangkarote at itinuring na insulto ang manatili sa Adana, ngunit ayaw din niyang bumalik sa Austria. Noon, kinuha siya ng aking ama—na hindi kailanman nakalimot na iniligtas ng lalaking ito ang kanyang buhay—sa kanilang tahanan sa Faras at inalagaan sa kanyang katandaan.

— May hangganan ba ang kawanggawa, Geronda?

— Hindi, walang hangganan. Ito ay isang walang katapusang, dakilang kamangmangan... Espirituwal na kamangmangan!

— Geronda, kailangan ba ng katwiran ang kawanggawa?

— Ang pag-ibig ay may katwiran, pagiging sensitibo, at dangal... Taglay nito ang lahat... Ang isang taong mapagmahal ay hindi inosente; maaaring siya ay mapahiya, ngunit ang Kristo ay naninirahan sa kaniya, sapagkat ang pinaka-nahiya sa lahat ay ang Kristo.

Nagagalak si Kristo sa ating paggawa ng pag-ibig

— Geronda, magbigay ka ng ilang salita tungkol sa kung paano ako dapat magsikap.

— Tapang, katapangan at pag-ibig! Maglingkod para kay Kristo nang may pag-ibig. Si Kristo ay gumagawa nang tahimik at hindi halata 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 monastikong tungkulin?

— Paano ka nito mapupuno? Kailangan mong ibalikad ang panukat. Tingnan mo kung gaano karami sa iyong buhay-espiritwal ang ginagawa mo gamit ang isip at kung gaano karami gamit ang puso, kung gaano ka ginagabayan ng pagiging maagap na Europeo at kung gaano ng Orthodox na sigasig. Sa likod ng tinatawag nating 'pagiging pare-pareho' ay nakatago minsan ang ating makasarili, at ito'y nagnanakaw sa atin. Nagpapanggap akong pare-pareho para akala ng iba ay maayos ang lahat sa akin. Ngunit pagkatapos ay nagiging isang malaking gulo ang aking buhay-espiritwal. Sa lahat ng bagay, dapat kumilos nang may pag-ibig, dahil si Cristo, ang Ina ng Diyos, at ang mga santo ay gumagana sa dalas na ito... Kung walang pag-ibig, hindi dumarating ang Banal na Grasya.

— Geronda, nakakapagod ang patuloy na pagbabantay...

— Nakakapagod ito kapag may halong makasarili, dahil pinipilit ng tao ang sarili sa hindi natural na paraan. Ngunit kapag naroroon ang pag-ibig, natutupad ng puso ang gawaing iyon, at hindi ito napapagod, sapagkat pinatamis ito ng pag-ibig. Sa tingin ko, nararamdaman mo ang pakikibaka sa paggawa dahil sinasabi mo: 'Dapat kong gawin ito at iyon.' Sa gayon, nang hindi mo namamalayan, binubuksan ng disiplina ang pinto sa makasarili: 'Gumawa upang maligtas.' Dapat magpagal hindi upang maligtas, kundi upang magdulot ng kagalakan kay Cristo. Kung nagsusumikap kang magdulot ng kagalakan kay Cristo, magiging magaan ang iyong pagsisikap at mararamdaman mo ang banal na aliw sa iyong kalooban. Sa kasalukuyan, mabigat ang iyong pagsisikap, at walang aliw rito. Si Cristo ay isang malambing na Ama, hindi isang tirano. Nagagalak si Cristo sa ating paggawa na may pag-ibig.

Kapag ang isang tao ay nagsusumikap nang espiritwal dahil sa pag-ibig, nararamdaman niya ang panloob na kagalakan, sapagkat ipinagkakaloob sa kaniya ng Diyos ang espiritwal na ligaya. Malinaw na ang taong umiibig sa Diyos ay hindi kailanman nagsusumikap para sa kapayapaan at kasiyahan. At kahit na hindi ipagkaloob ng Diyos sa kaniya ang paraiso, hindi siya magagalit, sapagkat hindi niya sinasabi: "Pagsusumikapan kong makapasok sa paraiso, upang mamuhay nang mabuti at hindi magdusa sa impyerno," ngunit hindi siya nagkakasala dahil sa pag-ibig, sapagkat ayaw niyang mapunta sa impyerno at mapasama si Cristo, ang kanyang Mabuting Tagapagkaloob. At kung sabihin sa kanya ni Cristo 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 ba ay laging nailalarawan ng pagtangga sa sarili?

— Kung taglay niya ang dalisay na pag-ibig, taglay din niya ang pagsakripisyo sa sarili. Kapag mas kaunti ang 'sarili' sa pag-ibig ng isang tao, mas marami siyang pag-ibig na nakakamtan. Kung saan may pag-ibig sa sarili, doon ay walang pag-ibig, dahil ang kaaway ng pag-ibig ay pag-ibig sa sarili.

— Geronda, kahit na nagtatrabaho ako, minsan hanggang labindalawa o labintatlong oras sa isang araw, at nagsusumikap ako nang may pag-ibig, naiinis ako kapag pinapagawa sa akin ang isang bagay na hindi ko pinlano.

— Huwag mong tawaging pag-ibig iyon. Ang may pag-ibig ay hindi tumatangi kapag pinapakiusapan na tumulong at hindi binabanggit kung ilang oras siya nagtatrabaho. Sa monasteryo kung saan ako nanirahan, ang masipag kaysa sa iba ay sinisikap na itago iyon. Maaaring makalikom ang isang kapatid na lalaki ng dalawang sako ng oliba, ngunit sasabihin niyang isa lamang ang kanyang

nilikom at ang isa pang kapatid na lalaki ang nakalikom ng ilang sako. Ganyan ang kahulugan ng pag-ibig. Ngunit dito ay kailangang itanong: 'Sino ang nag-ani ng mga oliba?' — 'Ako,' ang agad na tugon ng kapatid na babae. Mas mabuti pa nga kung hindi na lang niya iyon pinitas. Kung pumunta ka sa monasteryo para mag-ani ng papuri, kahabag-habag ka.

— Kapag nakikita kong marami tayong gagawin, nagsisimula akong magmadali at nararamdaman ko ang bigat ng trabaho.

— Kung ako ang nasa kalagayan mo, pipilitin kong gawin ang trabaho para sa kapatid na babae rin. Nang nagsasanay ako bilang karpintero, kumuha ang guro ng isa pang binata bilang katulong ko. Mas matanda at mas malakas siya kaysa sa akin, pero tamad. Binigyan kami ng guro ng trabaho, pero nakaupo lang siya roon na nakababa ang mga kamay sa kandungan. 'Ano? Dapat ba akong kumita ng pera para sa amo?' 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 kinailangan kong magtrabaho para sa amin dalawa. "Kahit papaano," sasabihin ko, "kung nakaupo ka lang at walang ginagawa, umupo ka sa bangko ng trabaho at hawakan mo ang mga tabla, at sisikatan ko na lang; hindi na tayo masasayang sa oras sa pagipit ng mga tabla sa vise." Ngunit maaari ko rin namang sinabi: "Tinapos ko na ang sa akin; wala na akong pakialam sa iba." Darating ang boss at sisimulang sermonan ang kasama ko: "Nasa'n ang trabaho mo? Tingnan mo siya—mas mahina pa kaysa sa'yo, pero napakarami na niyang nagawa!" Masisiyahan kaya ako na marinig na may iba na sinisermonan? Anong silbi nito sa akin kung pinupuri ako habang pinapagalitan ang iba? Sa huli, lalo lang naging mahirap ang kalagayan ng kasama ko, dahil hindi niya kailanman natutunan ang pagiging karpintero, at sa huli ay kinailangan niyang magtrabaho gamit ang palakol sa halip na plano. Ang taong masipag, kahit saan man siya naroroon, 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, ano man ang 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 masigasig ang isang hayop, habang tamad naman ang isa, at hinihila ng masipag ang tamad. At sa huli, ang tamad ay napupunta sa ilalim ng palakol ng manlilisang. Alam mo ba kung gaano ako nalungkot para sa isang buwaya! Pinip Maltodextrin namin ang tatlong baka nang magkakasama, at ang isa sa kanila, na hindi naman masyadong malakas, ay nagsusumikap nang husto, nagtatrabaho nang todo! Hinahatak niya ang dalawa pa. Kawawa naman, natabunan siya ng pawis dahil sa hirap. At kung ituturo ni Kristo ang ganitong hayop at sasabihin sa atin: 'Tingnan ninyo, hinila nito ang dalawa, ngunit ano ang ginawa ninyo?' — ano ang sasabihin natin? Ah, dagat,¹⁷⁰ seryosohin 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, nauunawaan ba ng isang taong may pag-ibig ito sa kanyang sarili?

— Taglay mo ba ito? Nararamdaman ko ito, mahal ko! May magaspang na ideya ang isang tao kung sino siya; natatanggap niya ang kamalayang 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.' Sapagkat palagiang nasa isip nila ang kaisipan: 'Kailangan ko pa ng mas maraming pag-ibig.'

Ang isang mapagmahal na tao ay tapat, mapagkawanggawa, payak, at mapagkumbaba. Lahat ng ito ay nagdudulot ng kapayapaan sa kanila, ngunit kitang-kita rin ito ng iba, dahil may panloob silang

¹⁷⁰ Lit.: sanggol, taong payak ang pag-iisip (Griyego); ginagamit sa karaniwang pagsasalita bilang isang panawag. — *Tala ng tagasalin*

koneksyon sa ibang tao at nauunawaan sila. At kung ikaw ay malungkot, ngunit upang hindi sila masaktan, sasabihin mo: "Ayos lang talaga ako," mapagtatanto niya na hindi ka maganda ang pakiramdam at susubukan niyang hindi ka guluhin. Samantalang ang ibang tao, kahit nakikita niyang pagod ka at hindi maganda ang pakiramdam, ngunit dahil gusto niyang pansinin mo siya, sasabihin: "Geronda, mas maganda ka tingnan ngayon kaysa noong nakaraan; kitang-kita kong ayos ka na talaga!" Kahit na may seryosong bagay. Ngunit ang isang mapagkumbabang tao, kabaligtaran, kahit na talagang kailangan niya, sasabihin lang: "Geronda, hindi kita guguluhin, pagpalain mo lang ako." Pinananatili ko ang ganoong tao sa aking piling nang matagal, at napupuno ng luha ang aking mga mata dahil sa emosyon. "Aalis na ako ngayon, Geronda, nakikita kong pagod ka," sabi niya. Tiyak na tutulungan ng Diyos ang ganoong tao?

May mga taong, na hinihimok ng pag-ibig, ay agad na nauunawaan kung ano ang kapaki-pakinabang at kung ano ang nakalulugod sa iba, sa mabuting kahulugan, dahil palagi nilang iniisip ang iba kaysa sa kanilang sarili. May ilan, kahit hindi nila ako kilala, ay nakararamdam kung ano ang kailangan ko at nagpapadala ng mga pakete na naglalaman ng eksaktong kailangan ko sa oras na iyon. Sa pagtingin sa ganitong pakete, mauunawaan mo ang buong panloob na mundo ng taong iyon. Ang kadalisayan ng kanilang kamalayan ay sumisilay sa bawat bagay.

— Geronda, may dumarating ba sa iyong selda paminsan-minsan na medyo padalos-dalos at pasaway?

— Oo, ngunit ang mga mapagkumbabang tao ang nakikinabang, yaong, dahil sa kanilang kababaang-loob, ay ayaw akong guluhin. Noong nakaraang beses, may isang lalaking may pamilya ang dumating dito. Nakipagkita kami sa kanya nang paisa-isa; dinala niya ang kanyang asawa at mga anak. Pagkatapos, tatlong araw ang lumipas, bumalik siya. Noong sandaling iyon, nakikipag-usap ako sa isang tao, at may isang dalaga na naghihintay sa labas ng pinto; lumipad siya nang sadyang mula sa Athens upang pag-usapan ang isang bagay na nagpapabahala sa kanya. "Pwede mo ba akong payagang makausap ang pari nang limang minuto?" tanong niya, at pinayagan siya ng dalaga na pumasok muna. Pagkatapos, kinailangan niyang maghintay ng isang oras at kalahati para lumabas ang ginoong humiling na papasukin siya... ng limang minuto lamang. Nang lumabas na siya, kinailangan na niyang magmadali papuntang paliparan, at sinabi niya sa akin nang simple lang: "Pagpalain ninyo ako, Geronda, nagmula ako sa Athens para kumonsulta sa inyo tungkol sa isang bagay, ngunit ngayon ay nauubusan na ako ng oras. Kumuha ako ng bakasyon sa trabaho, at kailangan kong pumunta sa paliparan para mahabol ang flight ko." Paano nga ba malilimutan ang ganitong tao! Sa huli, sa pamamagitan lamang ng malawak na pag-iisip na nakakakuha ang isang tao ng tulong mula sa Diyos.

— Geronda, kapag ang isang mapagmahal na tao ay nakikipamuhay sa mga mahihirap na tao, hindi ba siya nagdurusa?

— Ang punto ay ipakita ang pag-ibig sa pakikitungo sa mga mahihirap pakiharapan. Sinasabi ng Ebanghelyo: 'At kung inihahabol ninyo ang mga umiibig sa inyo, anong kapurihan ang mayroon kayo...'¹⁷¹

Ang mga taong mapagmahal at bukas sa espiritu ay kusang-loob na tinitis 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 mapagmahal na tao sa buhay na ito ay nababayaran ang lahat ng kanilang mga utang, ngunit nakakatanggap din sila ng tulong mula sa Diyos at magkakaroon ng malaking gantimpala sa susunod na buhay.

¹⁷¹ Lucas 6:32

Bahagi 4.

Mga Anak ng Pag-ibig at Kababaang-loob

"Sa presensya lamang ni Cristo natatagpuan 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

Kasalinlan — ang unang bunga ng kababaang-loob

— Ang unang bunga ng kababaang-loob ay kasimplehan. Kapag may kasimplehan sa isang tao, mayroon ding pag-ibig, paghahain sa sarili, kabaitan, at kabanalan. Sa isang taong simple ay may kadalisan ng puso at walang pag-aalinlangan na pagtitiwala sa Diyos, nang walang pagsubok. Ang pagiging payak ang kalagayan ni Adan bago ang Pagkahulog, nang nakita niya ang lahat bilang dalisay at walang masamang hangarin, sapagkat siya ay nakasuot ng Grasya ng Diyos.

¹⁷²— Geronda, kapag sinasabi ng mga tao, 'Ang tunay na kagandahan ay nasa kasimplehan,' ibig ba nilang sabihin ay Banal na Grasya?

— Siyempre. Ang isang payak at taos-pusong tao, na may kababaang-loob, ay tumatanggap ng biyaya mula sa Diyos, na sa Kanyang kalikasan ay payak at mabuti.

— Maaari bang kumilos nang payak ang isang tao at sabay na may kayabangan?

— Hindi iyon posible. Sa isang taong may tunay na pagiging payak, walang kayabangan.

— Maaari bang magkunwaring payak ang isang tao sa panlabas na anyo gayong wala naman siyang tunay na pagkapayak?

— Oo, at sa pamamagitan ng pagpapanggap na payak, naabot nila ang kanilang layunin! Sa panlabas na pagiging payak ng isang taong nagpapanggap na payak upang makamit ang isang bagay, nakatago ang pinakabulagsamang katusuhan. Para itong isang matandang lalaki na magsuot ng medyas ng bata upang tuparin ng iba ang lahat ng kanyang kapritso, na para bang siya ay isang maliit na bata! Samantalang ang isang tunay na payak na tao ay taglay ang parehong pagiging tuwiran at matibay na paghuhusga.

Magkaiba ang pagiging payak at ang kapal ng mukha

— Minsan pakiramdam ko ay kumikilos ako nang payak, ngunit sinasabi ng iba na bastos ang asal ko. Geronda, paano matutukoy ang pagkakaiba ng pagiging payak at pagiging bastos?

— Magkaiba ang pagiging payak at ang kayabangan. Pinapayagan ng kayabangan ang isang tao na maging komportable sa makalupang paraan. Ang isang tao ay kumikilos nang may kayabangan at sa gayon ay pinapakabusog ang sarili niyang kasakiman. 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 magaan na pakiramdam sa puso.

¹⁷² Ang salitang "χαρίς" ay may dalawang kahulugan sa Griyego: "biyaya" at "ganda," kaya ang parirala ay maaari ring isalin bilang "biyaya sa kasimplehan." — *Tala ng tagasalin*

— Geronda, sinasabi sa akin ng mga tao na padalos-dalos ako, ngunit naniniwala pa rin ako na kumikilos ako nang may pagiging payak.

— Ang pag-uugali nang may kasimplehan ay hindi nangangahulugang kumilos nang hangal. Pinag-iisa mo ang dalawang bagay na ito. Nagsasalita ka nang hindi muna nag-iisip at inakala mong kumikilos ka nang may pagkasimple. May kaunting likas na pagkasimple sa iyo, ngunit kulang ka sa pag-iingat; bagaman hindi ka na bata sa pag-iisip, kumikilos ka na parang bata. Sa kabutihang-palad, kilala ka nang mabuti ng mga kapatid at hindi sila natitinag nito.

— Maaari bang maging simple ang isang tao, ngunit magdulot ng kahihyan sa iba dahil sa kanyang pag-uugali?

— Kung ang isang tao ay tunay na payak, kahit na magsabi o gumawa siya ng tila hindi angkop, hindi nasasaktan ang iba, sapagkat ang biyaya ng Diyos ay naninirahan sa isang payak na tao, at ang kanyang mga kilos ay hindi nakakasakit sa iba. Samantala, ang taong walang pagiging payak, kahit magsalita siya nang may makalupang kagandahang-asal, ay mas masahol pa sa iyo ang kanyang kagandahang-asal kaysa sa mapait na labanos.

Maging tulad ng mga bata¹⁷³

— Geronda, ano ang sangkap ng 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 niya ang lahat. Hindi niya pinag-iisipan kung bakit siya unang pinagalitan at saka binigyan ng laruan na kotse, sapagkat ang bata ay nakakaramdam ng lahat gamit ang puso, samantalang ang matanda ay nakakaramdam gamit ang isip.

— Geronda, may mga matatanda rin na payak sa kalikasan. Ang ganitong pagkapayak ba ay isang birtud?

— Oo, ngunit ang likas na kasimplehan, tulad ng lahat ng iba pang likas na birtud, ay kailangang linisin. Ang taong payak sa kalikasan ay may mabuting ugali at kabaitan, ngunit mayroon ding batang katusuhan sa loob nila. Maaaring, halimbawa, ay hindi nila ninanais na masaktan ang 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 pugon. Ibig sabihin, kailangang linisin ang kanyang puso mula sa lahat ng tusong pag-iisip, kasakiman, at iba pa; doon niya makakamtan ang ganap na pagiging payak.

Sa tunay na pag-ibig ni Kristo, na isang kalagayan ng pagiging payak at dalisay, ay sumisibol ang pagiging payak na parang bata, na hinihingi ni Kristo na kaming magkaroon. "Maging parang mga bata," wika Niya. Ngunit sa ating panahon, habang mas maraming makalupang kagandahang-asal ang mayroon ang mga tao, mas kaunting pagiging payak ang nananatili sa kanila, at mas kaunting tunay na kagalakan at natural na ngiti ang matatagpuan.

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 nakakalimutan ang lahat, lahat ng iyong problema, at lahat ay naglalaho. Isang nakatatanda, ngunit mukha siyang sanggol. Namumula 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

¹⁷³ Ihambing ang Mat. 18:3

Pasko ng Pagkabuhay. Kapag pumupunta siya sa kyriakon ng skete tuwing araw ng pista,¹⁷⁴ , hindi siya umuupo sa stasidia; palagi siyang nakatayo, kahit sa buong-gabiang pagbabantay, at inuulit-ulit ang Panalangin kay Hesus. Siya ay isang taong may malaking tapang at malalim na debosyon. Kung may magtatanong sa kanya, "Ama Pachomius, ano ang kanilang kinakanta ngayon?" sasagot siya, "Ang Awtaryo, binabasa ng mga ama ang Awtaryo." Tinatawag niya ang lahat na Awtaryo.

Siya ay isang napakasimpleng matanda at lubos na pinagpala. Malaya siya sa mga pagnanasa; parang batang walang masamang loob. Kung ang isang tao ay hindi nagpapawalang-bisa sa sarili ng makasariling pag-iisip ng bata, pagmamataas, at pagkamatarat mula sa murang edad, at nananatili sa ganoong batang kalagayan, sa katandaan ay magkakaroon siya ng parehong mga hinaing 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 kasamaan."¹⁷⁵

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. Laging mabuti ang iniisip niya tungkol sa iba. Hindi siya inosente; tiwala lang siya na pareho ang iniisip ng iba gaya niya.

— Geronda, maaari ka bang magbigay ng halimbawa?

— Hindi ba't nasabi ko na sa iyo si Ama Charalambos, 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 pinto ng aklatan. "Bakit mo kailangan ang lahat ng mga kandado at susi?" ang sabi 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, sapagkat mabuti ang iniisip niya sa lahat at itinuturing niyang mabuti ang bawat isa. Naalala ko ang isa pang matanda, si Ama Theoktist mula sa monasteryo ng Dionysiat—ang taglay niyang kasimplehan! Minsan, nanatili siyang magdamag kasama ang isa pang monghe sa bahay-monasteryo sa Karea. Sa kalagitnaan ng gabi, may kumatok sa pinto, at tumakbo si Ama Theoktist upang buksan ito. "Sige na," sabi ng monghe, "huwag mong buksan, hatinggabi na, oras na para magpahinga." — "Paano mo alam, Ama, kung sino iyon? Baka si Kristo iyon! Dapat natin itong buksan." At binuksan niya ito. Makikita mo, ang isang taong payak ay laging may mabubuting iniisip, at inaasahan niya lamang ang kabutihan.

Kapag may pagiging payak, nakararamdam ka ng kapanatagan

— Geronda, sa tingin ko ang pagiging payak ay kapag kumikilos ang isang tao ayon sa kanyang nararamdaman. Tama ba?

— Depende iyan sa kung saan sila nakatira. Para kumilos nang payak, 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 payak. 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 pambungad, pangwakas, mga paliwanag... Ganito nagiging isang paghihirap ang buhay. Ngunit kapag may kasimplehan, masasabi mo sa isang tao na 'lumuhod ka'

¹⁷⁴ Ang pangunahing simbahan ng skete, kung saan ginaganap ang mga paglilingkod para sa mga naninirahan sa skete tuwing Linggo at sa mga pangunahing pista. — *Tala ng tagapagsama-sama*

¹⁷⁵ 1 Cor. 14:20

¹⁷⁶ Tingnan si Elder Paisios ng Bundok Athos. Mga Ama ng Bundok Athos at mga Sulat ng Athonite. Thessaloniki, 2005. pp. 10–11.

— at luluhod siya, o 'hindi kita kailangan ngayon, umalis ka' — at aalis siya, at hindi ka matatakot na baka hindi ka niya maintindihan. Kapag may kasimplehan, nakahinga ka nang maluwag, ngunit kapag wala — mabigat ang pakiramdam.

— Geronda, ano ang ibig sabihin ng 'makamit ang kalayaan sa sariling buhay upang malaya sa bagyo'?¹⁷⁷

— Linangin ang pagiging payak sa iyong pakikitungo sa iba, upang hindi ka mapagod sa dami ng iniisip at hindi sumulpot ang kalituhan sa iyong isipan. Kapag tuwirang ipinapahayag ng isang tao ang kanyang nararamdaman, nararamdaman niyang malaya siya at pinapagaan niya ang buhay ng iba.

Noong isang beses, naglalakbay ako papuntang Athens sa kotse ng isang kaibigan; may isa pang tao sa amin. Nahihirapan akong maglakbay sa kotse, kaya binuksan ng drayber ang bintana. Medyo malamig. 'Hindi ba kayo nabababad?' 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 na kayo, at sasabihin ko rin kung bigla akong hindi maganda ang pakiramdam." At dahil dito, wala sa amin ang nakaramdam ng hiya. Pero kung ako ay hindi kumportable sa pakiramdam at nanahimik, o kung may iba pa na nanlalamig din 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 nairita 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 mahiyain o kayabangan?

— Minsan binibigyan ng Diyos ang isang tao ng labis na mahiyain 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 nito! Ikaw, gayunpaman, kailangan mong maging mas maingat at lubusang isuko ang iyong sarili sa kalooban ng Diyos. Hindi mo kailangang magpigil at pahiritin ang sarili, dahil may bahid ng kasakiman sa pag-iingat na ito ng tao. Tingnan mo ako: kumikilos ako nang natural, nang walang pinipilit. Minsan kumikilos ako na parang lolo, minsan na parang ama, minsan na parang kuya, at minsan na parang bata. Hindi ba ganoon?

— Palagi akong nag-aalala kung paano tutugon ang mga tao sa sinasabi ko, at natatakot akong baka hindi nila ako maintindihan.

— Pakiramdam mo'y nahihigpitan 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, humihingi ng tulong sa Diyos. Halimbawa, maaaring may magsabi sa iyo na kumilos kang pabaya. Sa susunod na katulad na sitwasyon, dapat mong isipin: 'Noong nakaraan sinabihan akong kumilos nang padalus-dalos; ngayon kailangan kong kumilos nang may pag-iingat.' Sa ganitong paraan, unti-unti kang magkakaroon ng karanasan, gagaling, uunlad, at lulago sa espirituwal. Kaya naman, natutuhan din ng kausap mo ang aral, gayundin ikaw, at mararamdaman mo ang kapayapaan sa iyong kaluluwa.

Ang kasimplehan, kasabay ng birtud ng pag-ibig at pag-asa 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?

¹⁷⁷ Kinuha mula sa: *The Ascetic Sayings of Abba Isaac the Syrian*. Moscow, 1993. p. 279.

— Pakinggan mo ang sasabihin ko sa iyo: kung ang isang tao ay nagsusumikap sa espiritwal at nakakamit ang matatag na kalagayang espiritwal, 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 bundok-bundok na mga libro. Sa pamamagitan ng kanyang panloob na kadalisayan, nakikita niya nang mas malinaw, mas malayo at mas malalim, dahil iniwan niya ang makamundong orbit at gumagalaw sa isang espiritwal na orbit, sa saklaw ng hiwaga. Ang mga nakamit ang panloob na kasimplehan at kadalisayan ay tinitingnan kahit ang mga bagay na labis sa kalikasan nang napakasimple, bilang mga likas na bagay, dahil sa Diyos ang lahat ng bagay ay simple. Siya Mismo ay payak at ipinahayag ito sa atin sa lupa sa pamamagitan ng Kanyang Anak, sa Kanyang banal na pagkapayak. Hindi na Niya kailangan ng karagdang kapangyarihan upang magsagawa ng mga bagay na higit sa karaniwan; sapagkat para sa likas at sa higit sa karaniwan, iisa lamang ang Kanyang kapangyarihan.

— Geronda, paano malalaman ng isang tao, nang hindi nagbabasa ng maraming aklat, ang mga hiwaga ng Diyos?

— Kung taglay niya ang banal na kasimplehan, hindi lamang niya sila malalaman, kundi makibahagi rin sa mga hiwaga ng Diyos. Naalala mo ba ang kuwento ng napakasimpleng monghe na ipinagkalooban ng karapatang makipag-apunan kay Kristo? Bago siya naging monghe, siya ay isang pastol, at ang tanging bagay na kinahihiligan niya ay kung paano siya maliligtas. Isang araw, may isang eremita na dumaraan sa mga lugar na iyon at sinabi sa kanya, 'Kung nais mong maligtas, sundan mo ang tuwid na daan.' Tinanggap ng pastol ang kanyang 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 pinagbuntis bilang monghe at inatasan siyang maglingkod sa simbahan. Isang araw, habang nililinis niya ang simbahan, dumaan ang abbot at nagbigay sa kanya ng ilang tagubilin tungkol sa kanyang gawain. Pinigilan ng monghe ang kanyang mga salita at tinanong ang abbot, sabay turo sa larawan ng Krusipikong Panginoon: "Ama, sino ya sa itaas? Maraming araw na akong narito, at hindi pa siya kailanman bumaba para kumain o uminom ng tubig." Nagulat ang abbot sa kanyang pagiging simple at sinabi: "Pinarusahan ko siya dahil sa mahina niyang paggawa ng kanyang tungkulin." Tumimpo ang monghe nang hindi nagsalita. Nang gabi, kinuha niya ang kanyang bahagi ng pagkain mula sa refectory at sinarado ang sarili sa simbahan. Lumapit siya sa krusipiho at nagsabi nang may habag, 'Baba ka, kapatid, magsama tayo sa pagkain.' Pagkatapos ay bumaba si Kristo at kumain kasama ang payak na monghe. Nangako ang Panginoon na dadalhin Niya siya sa bahay ng Kaniyang Ama, kung saan siya magagalak magpakailanman. Sa katunayan, makalipas ang ilang araw, ang payak na mongheng ito ay payapang pumanaw patungo sa Panginoon. Makikita mo, siya ay lubos na analfabeto, ngunit ano ang natanggap niya para sa kaniyang dakilang pagiging payak at kadalisayan!

Upang manirahan ang Biyaya ng Diyos sa isang tao, dapat ay mayroong katapatan at kalinisan sa kanyang kalooban. Ipinahahayag ng Diyos ang Kanyang sarili sa mga nagpabanal 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 kaniya. Sa pamamagitan ng banal na kaliwanagan, madali niyang natatagpuan ang mga susi sa mga 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 tao na 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 ibang buhay, nagsusumikap siyang libutin ang mundo, sulitin ang buhay na ito nang lubos... ngunit ano ang kinalabasan? May patuloy na kawalan sa kanilang kalooban. Ngunit kung naniniwala sila sa Diyos, nakikilala nila ang Diyos, at makikilala naman sila ng Diyos,¹⁸⁰ at mararanasan nila ang katuparan.

— Kung iisipin ng mga tao na panandalian lamang ang buhay na ito, hindi ba sila magbabago?

— Depende sa tao. Kung, halimbawa, dumating ang katapusan ng mundo, ang isang hindi mananampalataya ay lalo pang maghihimagsik kaysa dati, at iaalay ang sarili sa kasamaan at kasalanan. Ang isang mananampalataya naman, sa kabilang banda, ay pipigilin ang sarili. "Bakit ako mag-aaksaya ng oras sa mga walang kabuluhan?" ang sasabihin niya. Mas mabuti pang alagaan ko ang aking kaluluwa, subukang mabuhay nang espiritwal, at gumawa ng mga gawaing kawanggawa."

Ang lahat ng kasamaan sa ngayon ay nagmumula sa kawalan ng pananampalataya. Noong nakaraan, naniwala ang mga tao, at kahit ang mga pinaka-walang pakialam ay nagkaroon ng pananampalataya sa kanilang mga puso, kahit na payak lang silang mga tao at hindi nila lubos na naintindihan ang anumang narinig nila sa simbahan. May ilan pa nga na hindi alam na apat lang ang mga Ebanghelyo; inakala nila na labindalawa. Ngunit ang laki ng pananampalataya ng mga tao noon, ang kanilang paggalang! At anong tapang ang taglay ng mga nars noon! Ilan sa kanila ang nagboluntaryong lumaban sa digmaan! May pananampalataya at pagkamapagkawanggawa sila; nakita mo naman kung paano nila tinulungan ang mga tao! At ngayon? May nagsabi sa akin na may isang pasyenteng nagsasabi ng 'Apostles' Creed', at nang marinig ito ng nars, sinuntok niya ito—akala niya sinisiraan siya! Hindi na nga alam ng mga tao ang Kredong Romano! Napakasama na ng kalagayan! Tatanungin mo ang mga kabataan: 'Ano ang pinaniniwalaan mo?' — 'Ewan ko, 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, pero sa mga bansang may totalitaryong rehimen, mas malala pa ang sitwasyon.

¹⁷⁸ Ihambing sa Mateo 15:18–19; Marcos 7:21–23.

¹⁷⁹ Mat. 5:8

¹⁸⁰ "Nakikilala niya ang Diyos, at nakikilala ng Diyos, ang taong palaging nagsusumikap na huwag mapaghiwalay sa Diyos," sabi ni San Antonio ng Dakila. — *Tala ng nagsama*. Hinango mula sa: Ang Pag-ibig sa Kabutihan. Bol. I. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1992. p. 92.

— 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 babae na matagal na akong nakakakilala ang lumapit sa akin at nagtanong: 'Papunta ka ba sa Athos na nakasuot ng dyaket na ito?' — 'Sa dyaket na ito,' ang sagot ko. Napuno ng luha ang kanyang mga mata; kinuha niya ang dyaket at, kawawa naman, hinalikan ito upang makakuha ng basbas." Makikita 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 pigilin ang spring; binibitawan niya ito, at bumabalik nang malakas 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 nagsisimulang makalimot at maaaring tuluyang manhid, hanggang sa hindi na siya maniwala sa kahit ano pa man.

— May nagsasabi na nanghihina ang kanilang pananampalataya kapag nakikita nilang naghihirap ang mga mabubuting tao.

— Kahit pa winawasak ng Diyos ang lahat ng mabubuting tao, hindi dapat mag-isip ng 'kaliwang' kaisipan ang isang tao, kundi dapat maniwala na anuman ang gawin ng Diyos, ginagawa Niya iyon mula sa pag-ibig. Alam ng Diyos ang Kanyang ginagawa. Kung pinayagan Niya na maganap ang kasamaan, 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 mang-aalinlangan? Labinsiyam na taong gulang si Santa Catalina, at sa kanyang kaalaman tungkol sa Diyos at karunungan ay napahamak niya ang dalawang daang pilosopo. Kahit ang mga Protestante ay itinuturing siyang patron ng agham.

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 tinutugunan ng Diyos ang lahat ng hinihiling ko. Ngayon, wala na akong pananampalatayang iyon. Ano ang dahilan nito?

¹⁸¹— Nasa iyong makalupang lohika ito. Pinapahina ng makalupang lohika ang pananampalataya. 'Kung mayroon kang pananampalataya at hindi nag-aalinlangan... anuman ang iyong hilingin sa panalangin nang may pananampalataya, tatanggapin mo,' sabi ng Panginoon. Ito ang pundasyon. Sa buhay na espiritwal, nasa saklaw tayo ng mga kababalaghan.

Ang isa at dalawa ay hindi laging katumbas ng tatlo; maaari itong maging limang libo, o kahit isang milyon! Kinakailangan ang mabuting kalooban at pag-ibig. Sapagkat kung ang isang tao ay walang mabuting kalooban, wala siyang nauunawaan. Kahit ang pagpapako kay Cristo sa krus ay inilarawan ng mga propeta nang napaka-detalye — pati na kung ano ang mangyayari sa Kanyang mga kasuotan,¹⁸² kung saan mapupunta ang perang matatanggap para sa pagtataksil, na gagamitin upang bilhin ang bukid ng mangingayayat para sa paglilibing ng mga dayuhan,¹⁸³ — gayunpaman ay hindi pa

¹⁸¹ Mat. 21:21-22

¹⁸² Tingnan ang Awit 21:19

¹⁸³ Tingnan ang Mat. 27:7-9; Jer. 18:2; 39:9.

rin ito naintindihan ng mga Hudyo. "Ngunit si Judas na taga-Iscariote, ang taong walang batas, ay ayaw mag-unawa."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 pagtawid sa Dagat Pula,¹⁸⁶ nagpalabas ng tubig para sa kanila mula sa bato sa Sinai,¹⁸⁷ pinakain sila ng manna,¹⁸⁸ at ipinakita sa kanila ang napakaraming himala, subalit nang muling magkaroon ng kakulangan sa tubig, nagsimulang magreklamo. At si Moises, nang inutusan siya ng Diyos na tumama sa bato upang dumaloy ang tubig, ay nagpakita ng kanyang kawalan ng pananampalataya. "Makakapagdalo ba ng tubig mula sa batong ito?" wika niya.¹⁸⁹ Kaya 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 na dati nang naghatid ang Diyos ng tubig mula sa bato para sa mga tao sa isang himalang paraan, 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 ba talaga ang dahilan kung bakit hindi ako nagtatagumpay?

— 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 nakatigil ka sa tubig, walang pag-usad. Kung nagkaroon ka man lang ng kaunting pananampalataya, halos ganap nang magbabago ang buhay mo, at kung nagkaroon ka ng kaunting 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. Humiling ka kay Kristo ng pananampalataya — "paramiin ang aming pananampalataya"¹⁹¹ — at linangin ang kababaang-loob. Sapagkat kahit naniniwala ang isang tao ngunit puno ng kayabangan, ang pananampalatayang iyon ay walang bisa.

Alalahanin ang senturiyon na nabanggit sa Ebanghelyo. Wala siyang mapagmataas na iniisip, at ang kanyang pananampalataya ay tunay na malakas! "Hindi ako karapat-dapat," wika niya kay Cristo, "na pumasok Ka sa bahay ko; sabihin Mo lamang ang salita, at gagaling ang aking alipin." At hindi niya pinayagang lumapit Siya sa bahay niya. Kaya't sinabi ni Cristo: "Sa Israel, wala akong nakitang ganitong pananampalataya."¹⁹²

¹⁸⁴ Mga Salita ng ikatlong antiphona mula sa paglilingkod ng Banal at Mapagliligtas na Pagsubok ng ating Panginoong Jesucristo noong Biyernes Santo.

¹⁸⁵ Tingnan Bilang 20:1-13; Deuteronomio 32:48-52.

¹⁸⁶ Tingnan Ex. 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.

¹⁹¹ Lucas 17:5

¹⁹² Mateo 8:10

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 dapat naming gawin? Marumi ang kapaligiran. Ngunit huwag kayong matakot. Gumawa kayo ng tanda ng krus at huwag matakot. May kilala akong mga taong ginagawang paghihirap ang kanilang buhay dahil natatakot sila sa lahat ng bagay — at sila ay mga Kristiyano, binyagan, pinahiran ng banal na langis, tumatanggap ng komunyong, nagbabasa ng Ebanghelyo, at kabisado ang iba't ibang kasabihan mula rito. Hindi ba nila nakikita ang kapangyarihan ng Biyaya ng Diyos? "Kung uminom ka ng anumang nakamamatay, hindi ka nito mapapahamak,"¹⁹³ — sabi ni Cristo, at saka: "Binibigyan ko kayo ng kapangyarihan na tumapak sa mga ahas at alikabok, at wala'y makapahamak sa inyo."¹⁹⁴

Kung ang Grasya ng Diyos ay nananahan sa isang tao, wala siyang dapat ikatakot. Kaya, palagi nating hingin ang Grasya ng Diyos, sa pamamagitan ng paggawa ng tanda ng krus. Naalala mo ba ang kuwento sa Lavsaika? Isang monghe ang pumunta upang kumuha ng tubig mula sa balon at nang makita niya ang isang ahas doon,¹⁹⁵ ay tumakas siya nang may takot nang hindi kumuha ng kahit isang timba ng tubig. "Nawala tayo, Abba," sabi niya sa kanyang nakatatanda, "may ahas sa balon natin!" — "Siyanga nga," 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, doon walang magagawa ang kasamaan ni Satanas."¹⁹⁶

— Ngunit nararamdaman ko ang takot sa loob ko.

— Ang iyong takot ay biyaya mula sa Diyos, ang Pangangalaga ng Diyos, upang palagi kang lumapit sa Kanya sa panalangin. 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 hindi ka matatakot sa anumang bagay. Hindi ba't inaawit natin sa Dakilang Vespers: "Hindi tayo matatakot sa iyong takot, ni mag-aalala: sapagkat ang Diyos ay sumasaatin?"¹⁹⁷

"Nakita ko ang Panginoon na nakatayo sa harap ko"¹⁹⁸

— Geronda, anong uri ng takot ang naramdaman ng propetang Daniel nang makita niya ang Anghel?¹⁹⁹

— Ito ay isang uri ng pagkamangha, panginginig, isang banal na takot. Lumuhod si Daniel upang sambahin ang Anghel, ngunit sinabi sa kanya ng Anghel: "Tumayo ka, Daniel, at huwag kang matakot; dininig ng Diyos ang iyong panalangin."²⁰⁰

Ang takot sa Diyos ay isang dakilang paggalang, isang pakiramdam ng pagkamangha, isang uri ng espirituwal na pagkabahala na nagmumula sa malalim na pag-ibig sa Diyos. Tulad ng pakiramdam ng pagkabahala ng isang tao sa presensya ng isang iginagalang na tao, gayundin ang isang taong may takot sa Diyos ay nakararanas ng parehong pakiramdam saan man siya naroroon, dahil nararamdaman niya

¹⁹³ Ihambing ang Marcos 16:18

¹⁹⁴ Ihambing sa Lucas 10:19

¹⁹⁵ Asp – isang nakalalasong ahas. – *Tala ng tagapag-ayos*.

¹⁹⁶ Kinuha mula sa: *Palladius, Obispo ng Helenopolis*. Lavsaik. Kolomna, walang petsa. p. 6.

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.

ang presensya ng Diyos sa lahat ng dako. Hindi ba't nasusulat: "Nakatayo sa takot sa harap ng mga kerubin?"²⁰¹ Ang ganitong paggalang at takot ay naglalaman ng kapayapaan at kagalakan; hindi ito nagdudulot ng sakit sa isang tao. "Maglingkod sa Panginoon nang may takot, at magsaya sa harap Niya nang may panginingig,"²⁰² — sabi ng salmista.

— Geronda, ang kapanatagan ng 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 marumihan 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.

— Mayroon kang pasasalamat sa Diyos, ngunit walang buhay na paggalaw. Mas marami kang nararamdamang pasasalamat sa isang tao dahil nararamdaman mo ang kanilang presensya. Nangangailangan ng espiritwal na pagsisikap upang masimulang maramdaman nang malinaw ang presensya ng Diyos. Kung nararamdaman mo ang presensya ng Diyos, nararamdaman mo rin ang mas malaking pasasalamat sa Kanya. Ngayon, sinasabi mo ang 'Ama Namin' at wala kang nararamdaman. Ngunit kung tunay mong nararamdaman na ang Diyos ang iyong Ama, hindi ka maaaring manatiling walang pakiramdam sa mga salitang ito.

Ang isang tao ay dapat palaging may pakiramdam ng presensya ng Diyos. Kapag nararamdaman ng isang tao ang presensya ng Diyos, ng mga Anghel at ng mga santo, nagsisilbi itong mabuting puwersang pumipigil sa kanila, na pumipigil sa kanila na magkamali. "Nakita ko ang Panginoon sa aking harapan; hindi ako mangingimi,"²⁰³ — sabi ni David. Kung, habang gumagawa tayo ng anumang bagay, iniisip natin na nakikita tayo ng Diyos, na pinangangalagaan Niya tayo, magkakaroon tayo ng katiyakan sa ating ginagawa.

— Geronda, paano ang intelektwal na persepsyon ng Diyos ay nagiging usapin ng 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, nauna ang paggawa nang may pag-ibig at mapagmahal na paglapit; saka sumusunod ang taos-pusong pakiramdam ng Diyos.

Pag-asa sa Diyos at pagtitiwala sa Diyos — ang pinakasiguro 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 nagdurusang ka. Ang pagtitiwala sa Diyos at kababaang-loob ang naglulutas sa lahat ng problema. Gawin mo ang kaya mong gawin, at pagkatapos ay ipagkatiwala mo ang sarili mo sa Banal na Paggabay at sa 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 — iginagalang ko ang santang ito dahil mula pagkabata ay nagpupunta ako upang manalangin sa Simbahan

²⁰¹ Mula sa Troparion ng ika-6 na tono. Irmologion. Bol. I. Moscow, 1997. p. 130.

²⁰² Awit 2:11

²⁰³ Awit 15:8

ni Santa Barbara. "Hayaan mo akong harapin ang panganib sa digmaan, ngunit sa kondisyon na hindi ako kailangang pumatay ng sinuman," ang hiling ko. At kung paano nga ba inayos ng Mabuting Panginoon ang lahat! Ang mga mas mataas ang pinag-aralan kaysa sa akin ay ipinadala sa harapan bilang mga ordinaryong sundalo, samantalang ako, na may batayang edukasyon lamang, ay na-assign bilang signalman! Sinabi nila sa akin: "May makapangyarihang patron ka." — "Anong patron ang meron ako?" ang sagot ko, "Wala pa nga akong kakilala rito." — "Sige na, tama na ang biro. Sabihin mo sa amin, sino ang mayroon ka sa General Staff?" Dahil patuloy silang nangungulit, sumagot ako: "Nasa General Staff ko si Kristo." At dahil doon, hindi ako kailanman nakahawak ng armas.

— Geronda, paano lumalago ang pagtitiis ng kaluluwa?

— Sa pamamagitan ng pag-asa at tiwala sa Diyos. Binibigyan nila ang isang tao ng malaking lakas. Dapat lubos na magtiwala sa Diyos ang isang tao at tingnan ang bawat pagsubok bilang isang kaloob na ipinadala ng pag-ibig ng Diyos. Ang taong may malaking tiwala sa Diyos ay nagagalak sa lahat ng bagay. Maysakit man siya, o nagugutom, o inaapi nang hindi makatarungan, o... o... palagi niyang pinaniniwalaan na pinahintulutan ito ng Diyos, umaasa 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 una 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 taong mapagmahal, nauuna ang pag-ibig sa Diyos bago ang pananampalataya. Mukhang napakaliit na hilingin muna sa Diyos na ipahayag Niya ang Kanyang sarili sa iyo upang maniwala ka sa Kanya, at saka mo Siya mahalin. Minamahal 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. Minamahal ko ang lahat ng tao, sapagkat sila ay larawan ng Diyos, at pati na ang lahat ng hayop at ibon, at ang buong nilikha, dahil ito ay nilikha ng Diyos.

— Geronda, maaari bang magkaroon ng pag-ibig ang isang tao nang wala ang tunay na pananampalataya?

— Maaaring akala ng isang tao na mayroon siyang pag-ibig, ngunit sa katotohanan ay wala siya. Sa dogmang Orthodox, natatagpuan ng tao ang tunay na pag-ibig. Noong isang beses, dalawang Katoliko ang dumating sa aking selda; isa ay isang mamamahayag, ang isa naman ay isang sekretarya sa Vatican. "Una, basahin muna natin ang 'Ama Namin'," sabi nila. — "Para mabasa ang 'Ama Namin'," sabi ko, "kailangang sumang-ayon sa dogma, ngunit may malaking bangin sa pagitan natin at ninyo." — "Kung ganoon," sabi ng isa, "ang mga Orthodox lamang ba ang maliligtas? Nasa piling ng lahat ng tao ang Diyos." "Tama," ang sagot ko, "ngunit masasabi mo ba sa akin kung ilang tao ang kasama ng Diyos?" "Magpakita tayo ng pag-ibig," ang sabi nila pagkatapos. "At naging uso na ang kasalanan," ang sabi ko. "At bahagi rin iyon ng pag-ibig," sabi nila. — "Lahat ay nagsasalita tungkol sa pag-ibig, kapayapaan at pagkakaisa," sabi ko sa kanila sa pagtatapos ng pag-uusap, "at lahat ay nabubuhay sa alitan sa kanilang sarili at sa iba; kaya't gumagawa sila ng mas malalaking bomba."

Marami sa mga nagsasalita ng kapayapaan at pagkakaisa ay hindi maninirahan 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 namumuhay nang malapit sa Diyos. Pagkatapos ay sumisilay ang 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 pagkakilala ng katotohanan,"²⁰⁴ at sa gayon ay maging ating kapatid sa espiritu rin. Amen.

Kabanata 3. **Kaligtasan sa pamamagitan ng Pagkatiis**

"Mapalad ang taong nagtatagal sa tukso"²⁰⁵

— Geronda, paano nga ba matiis ng isang tao ang tukso o isang malaking pagsubok?

— Magtiyaga. Ang pagtitiis ang pinakamalakas na gamot na nagpapagaling sa matitinding at matagal nang paghihirap. Karamihan sa mga paghihirap ay nalalampasan lamang sa pamamagitan ng pagtitiis. Ang dakilang pagtitiis ang nagluluwag 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 ikinalulugod ng Diyos kapag ang isang tao, na dumaranas ng pagsubok, ay tinitiiis ito nang walang pagrereklamo, at niluluwalhati ang Kanyang banal na pangalan.

"Mapalad ang taong nagtatag sa tukso," sabi ng banal na Apostol Santiago. Kaya, manalangin tayo na ipagkaloob sa atin ng Mabuting Diyos ang pagtitiis, upang matiis natin ang lahat ng bagay nang walang reklamo, kundi may papuri.

Ang ating buhay sa mundong ito ay isang patuloy na pakikibaka, at bawat isa sa atin ay may kanya-kanyang pakikibaka. Isipin lamang kung ano ang tiniis ni Kristo sa Kanyang buhay sa lupa! Ang Kanyang tinamo sa mga kamay ng mga Hudyo, at gayon pa man ay wala Siyang sinabi! At gaano kalaking pasensya ang ipinakita ni Apostol Pablo! Bagaman nagkaroon siya ng rebelasyon mula sa Diyos na siya ay mapupunta sa Roma,²⁰⁶ nanatili siya sa bilangguan nang dalawang taon dahil ipinagpaliban ng gobernador ang paglilitis.²⁰⁷ At ano naman ang tiniis ni San Juan na Teologo! Dahil sa isang maliit na reklamo, kinailangan niyang makaligtas sa isang pagkalunod ng barko...²⁰⁸ Nakikita mo, pinapayagan ng Diyos ang mga santo na magtiis ng mga pagsubok sa kahit na pinakamaliit na dahilan, upang magkaroon tayo ng halimbawa na susundan, upang matanggap natin ang mga pagsubok nang may pasensya, sa panalangin at may kagalakan.

Upang magtiis sa ibang tao, dapat mong mahalín sila

— Paano nakakamit ang pasensya, Geronda?

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 nakaposas sa Caesarea, dahil ipinagpaliban ng Romanong gobernador na si Felix ang paglilitis sa pag-asang makatanggap ng suhol. Pagkatapos, si Festo, ang kahalili ni Felix, ay nagpadala kay 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 iginiit na siya ay litisin sa Roma. — *Tala ng nag-ayos*.

²⁰⁸ Nang si San Juan na Teologo ay mapili sa pamamagitan ng kapalaran upang ipangaral ang Ebanghelyo sa Asya Menor, siya ay nalunod sa kawalan ng pag-asa at nagreklamo, sapagkat ang mga naninirahan doon ay lubog sa kadiliman ng pagka-pagdidigma. Dahil sa kanyang pagrereklamo, pinayagan siya ng Diyos na matukso. Sa daan patungong Asya Menor, ang barkong sinasakyan ng apostol ay nalunod, ngunit si Juan mismo ay nailigtas matapos ang apatnapung araw na pakikipaglapan sa mga alon. — *Tala ng tagapagsama*.

— Ang saligan ng pagtitiis ay ang pag-ibig. "Ang pag-ibig... ay nagtitiis ng lahat," sabi ng Apostol (209). Upang maging matiisin sa iba, kailangan mong mahalín sila at makiramáy sa kanila. Kung hindi ka makikiramáy sa ibang tao, pagsasawain ka nila.

— Geronda, maaari ko bang ikuwento sa inyo ang isang kahirapan na nararanasan ko, o mas mabuti bang manahimik na lang?

— Kung hindi mo sasabihin ang iyong suliranin dahil sa pag-ibig, upang hindi maipasok sa mahirap na kalagayan ang iba, mapapanatili mo ang kapayapaan sa iyong kaluluwa. Ang sulubling ito ay magdudulot ng pagpapala ng Diyos. Mas mabuti pang maging mahirap ito para sa iyo kaysa sa iba 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 aking selda; gusto niyang manatili sa akin magdamag. Iniwan niya ang kanyang maleta sa ibaba dahil hindi niya ito kayang buhatin pataas. Ipinaliwanag ko sa kanya na wala akong maipaputuluyan sa kanya ngayong gabi, binuhat ko ang maleta niya sa balikat ko at dinala ko siya sa isang hotel, na kalahating oras na pag-akyat, at binigyan ko pa siya ng limang daang drachma para sa mga gastusin. Kinailangan kong tiisin ang kaunting abala, pero pagkatapos ay naging payapa ang loob ko, dahil komportable ang lalaki.

— Kapag ang isang kapatid na kasama kong naglilingkod sa pagsunod ay kumikilos nang hindi mabait, naaawa ako sa kanya at tinitii ko siya. Nagpapakita ba ako ng pag-ibig sa ganitong pagkakataon?

— Paano mo nalaman na hindi ikaw ang dahilan ng kanyang pagiging hindi magiliw? Baka siya pa ang nagtitiis sa iyo? Kung sa tingin mo ay mas mabuti ang iyong kalagayang espiritwal 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, "kasalanan ko ito; huwag mo akong isalang-alang, itabi mo ako at tulungan mo ang iba." Ito ang tamang saloobin, na sumasagisag ng malaking kababaang-loob, at sa ganitong pagkakataon ay bukas-palad na tinatanggap ng isang tao ang Grasya ng Diyos. Mananalangin ako na maging isang espiritwal na skimm ka,²¹⁰ na parang mga leon na tanso na may kandelabro sa kanilang mga balikat sa simbahan; hindi sila kumukwestiyon, hindi nakakarinig at hindi nagsasalita, kundi basta't binabata ang bigat sa kanilang mga balikat. Amen.

Itinayo ni Kristo ang kaligtasan ng tao sa pamamagitan ng pagtitiis

Sa pamamagitan ng kaunting pagtitiis na ipinapakita sa isang mahirap na sandali, makakamtan ng isang tao ang Banal na Grasya. Wala nang ibang landas patungo sa kaligtasan ang ibinigay sa atin ni Kristo kundi ang pagtitiis. Itinayo Niya ang kaligtasan ng tao sa pagtitiis. "Ang magtitiyaga hanggang wakas ay maliligtas."²¹¹ Hindi Niya sinabi: "Ang magtitiyaga hanggang... tag-init!" Madaling 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 makakamit ninyo ang inyong mga kaluluwa,"²¹² — gaya ng nakasulat sa Ebanghelyo.

²⁰⁹ 1 Cor. 13:4–7

²¹⁰ León (Maluwalhati). – *Tala ng tagasalin*

²¹¹ Mat. 10:22. Mar. 13:13

²¹² Lucas 21:19

Narinig ko ang tungkol sa pagtitiis ng isang babae. Siya, bukod sa gantimpala sa langit, ay ginantimpalaan din ng Diyos nang daang beses sa buhay na ito.²¹³ Ang kanyang asawa ay isang doktor; mayroon silang tatlong anak. Bilang doktor, mahusay ang kanyang asawa, ngunit bilang tao ay hindi, sapagkat, sa kasamaang palad, siya ay pinamumugaran ng makalupang pagnanasa. Dinadala niya ang mga batang babae sa kaniyang bahay, kunwari'y magtatrabaho bilang mga nars. Isa sa mga nars na ito ang nagdulot ng paghahati sa mag-asawa at nagtagumpay na paalisin ang ligít na asawa at ang kaniyang tatlong anak sa kalye, habang siya mismo ay nagsimulang manirahan kasama ang doktor sa kaniyang bahay. Napilitan ang ina at ang kanyang tatlong anak na bumalik sa bahay ng kanyang mga magulang at magtrabaho upang matustusan ang kanilang sarili at ang mga bata. Marami siyang dasal at tiniis ang lahat nang may pasensya. Nagkaroon pa ang kerida ng doktor ng tatlong anak. Ngunit ano ang nangyari pagkatapos? Pagkapanganak ng ikatlong anak, nabighani ang doktor sa 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. Nakikita ninyo, ito ang takbo ng mga espirítwal na batas: kaya naman pinagbayaran niya ang kanyang paglabag at naranasan niya ang parehong sakit na tiniis ng ligít na asawa dahil sa kanya. Hindi naglaon, nagkasakit ang doktor at na-confine sa kanyang kama sa bahay. Nanatili sa kanya ang dalaga hangga't may pera siya, ngunit namuhay nang magulo. Nag-iipon siya ng mga kaibigan sa bahay, na nagsasabing hindi siya makalalabas dahil kailangan niyang alagaan ang maysakit. Labis na naiinggit ang doktor sa kanya at naghirap dahil nakikita niya ang magulong pamumuhay nito. Sa huli, nang maubos ang pera, iniwan siya nito. Ang kanyang tunay na asawa, nang malaman ang kalagayan ng kanyang asawa, ay tumulong sa kanya. Nilinis 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 karelasyon ng doktor, na minsan ding itinakwil nito, ay hindi lamang tumanggap tumulong sa kanya kundi ayaw na ring makarinig tungkol sa kanya. Tanging ang kanyang tunay na asawa lamang ang sumuporta sa kanya sa kanyang oras ng kagipitan. Sa huli, nais ng doktor na ikumpisal ang kanyang mga kasalanan at ginugol niya ang natitirang bahagi ng kanyang buhay sa pagsisisi. Ang Maykapal, nang makita ang debosyon ng mabait na babae at asawang ito—kung paanong siya ay nagtitiis sa loob ng napakaraming taon, namuhay nang marangal at nagsikap nang husto, na sumusuporta sa isang asawang napakasama at napakabastos sa kanya—ay ginantimpalaan siya. Ano ang nangyari? Isang mayamang kamag-anak ng kanyang asawa ang namatay sa Amerika, at nagmana sila ng malaking yaman mula sa kanya. Ang buong kayamanan ay napunta sa mabuting asawa at ina. Nagawa niyang mabigyan nang maayos ang kanyang mga anak, makatulong sa maraming mahihirap, at siya mismo ay namuhay nang komportable hanggang sa katapusan ng kanyang mga araw. Bagaman dati siyang mahirap, siya ay naging mayaman, dahil taglay niya ang kayamanang espirítwal—at at iyon ang pinakamahalaga.

Sa taglamig ay nagtitiis tayo sa pag-asang darating ang tagsibol

— Geronda, nakikita kong hindi ako nagkakaroon ng espirítwal na pag-unlad, at ikinagagalit ako nito.

— Noong unang panahon, may isang lalaki na nagtanim ng baging. Hindi pa man lubos na tumatagos ang ugat nito, hinihintay na ng lalaki ang bunga upang gawing alak, inumin, at ikagalak. Ganoon din ang sa iyo. Nag-tanim ka ng isang baging at gusto mong agad makainom ng alak. Hindi ganoon ang takbo nito. Hindi mo maaaring magtanim ng ubas ngayon at uminom ng alak bukas. Pagkalipas ng isang taon, marahil matitikman mo ang dalawa o tatlong bungkos. Pagkalipas ng dalawang taon, makakakolekta ka ng isang basket ng ubas, at pagkalipas ng limang taon ay iinom ka na

²¹³ Tingnan ang Mat. 19:29. Mar. 10:30

ng alak. Pagsikapan mo 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 nito ang pasensya at matalinong pag-iisip. Madalas, naghihintay ang isang tao ng isa o dalawang oras para maluto ang kanyang pagkain, pero hindi na niya matiis ang 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 Santa Pasensya. Pinadalhan ako ng tatlong ikon, dalawa ay naglalarawan sa mga santo at isa kay Santa Pasensya: Ibinigay ko ang mga iyon bilang mga pagpapala, ngunit pinanatili ko ang kay Santa Pasensya...

— Geronda, may dinala ka bang 'mga halamang-gamot'²¹⁴ mula sa Athos?

— Sa panahong ito ng taon, walang 'halamang-gamot' sa nasasakupan ng Ina ng Diyos... Dapat munang 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 pasensya.

— Geronda, pakiramdam ko ay ang puso ko ay nasa kalagayan ng espirituwal na taglamig.

— Kung nais mong magbago ang panahon, upang maging malinaw at maaraw, upang ikaw ay mamulaklak at magbunga—ang bunga ng birtud—kanita, dapat kang magalak sa hamog na nagyelo at sa maaraw na mga araw, sapagkat pareho ay para sa kabutihan. Mapagpasensya nating hinihintay ang paglipas ng espirituwal na taglamig, at ang pasensya ay nagmumula sa pag-asa ng isang espirituwal na tagsibol. Pagkatapos, sa tag-init, napapahalagahan natin ang mga biyaya ng taglamig, na nagpuno sa mga imbakan ng tubig at winasak ang lahat ng mikrobyo sa pamamagitan ng hamog na nagyelo.

Ang mabuting Diyos ay maingat na inayos ang lahat 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

Ang Ina ng Diyos ay nagdala ng kagalakan sa mundo

— Geronda, maaari mo bang kantahin para sa amin ang himno na isinulat mo bilang parangal sa Ina ng Diyos?²¹⁵

— Kanta natin ito nang sama-sama. "Ikaw ay nagkamit ng malaking biyaya sa Diyos, Ina ng Panginoon, Puno ng Biyaya, tunay na Puno ng Biyaya, gaya ng ipinahayag ni Gabriel, Reyna ng mga Anghel, protektahan Mo ang Iyong mga lingkod." At ngayon pakinggan ang dogmatiko: "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 karaniwan, lampas sa pang-unawa. Nawa'y

²¹⁴ Sa pamamagitan ng "halamang-gamot", tinutukoy ng kapatid na babae ang salita ng espirituwal na gabay, na iniisip ang liham ni Elder Paisios na "Mga Espirituwal na Halamang-gamot", na ipinadala niya sa monasteryo noong ika-13 ng Enero 1971. (Tingnan si Elder Paisios ng Bundok Athos. Mga Liham. Souroti, Thessaloniki, 2005. pp. 151–162). — *Tala ng tagapagsama*.

²¹⁵ Sinulat ni Nanak na Paisios ang himnong ito at ipinadala ito sa monasteryo sa araw ng pangalan ng isang madre na nanggangalang Panagia, upang kanyang awitin ito sa kanyang selda. — *Tala ng tagapagsama-sama*.

ipagkaloob sa inyo ng Ina ng Diyos ang kagalakan ng Pagpapahayag, at nawa'y pagpalain kayo ng Anghel, upang kayo'y umunlad sa espiritwal. Amen.

— Geronda, isang troparion ang umaawit: "Magalak ka, O kagalakan ni Eva, sapagkat sa pamamagitan ng Iyong Kapanganakan ay naglaho ang kanyang dalamhati, O Ikaw na Walang Sala."²¹⁶

— Anumang mabuti ang masasabi ng tao tungkol sa Ina ng Diyos, hindi nila mailalarawan ang Kanyang kadakilaan. Sa pamamagitan ng Kanyang pagsunod, muling binuksan ng Ina ng Diyos para sa atin ang paraiso na isinara ng pagsuway ni Eba. Pinutol ni Eba ang ugnayan na nag-uugnay sa atin sa Diyos at dinala ang kalungkutan at sakit sa mundo.²¹⁷ Muling pinag-uugnay ng Ina ng Diyos ang ugnayang iyon at dinala ang langitnang kagalakan sa mundo. Pinag-isa Niya tayo sa Diyos, sapagkat si Cristo ay Diyos-tao.

Dinala ng Arkanghel Gabriel sa mundo ang masayang balita na, dahil sa Ina ng Diyos, ang mga tao ay nakatagpo ng 'pabor sa Diyos.' Nagagalak ang Lubos na Banal 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: "Nag-aalay ang disyerto ng sabsaban kay Kristo, at tayo, ang bayan, ay nag-aalay ng Ina Niya, ang Ina ng Diyos."²¹⁸

Kung nasaan si Kristo, naroroon ang tunay na kagalakan

— Geronda, minsan hindi ko magawang magsaya, at naiisip ko na baka hindi para sa akin ang kagalakan.

— Ano'ng sinasabi mo? Hindi para sa'yo ang kagalakan? Sino pa nga ba ito para sa? Para sa isang tangalashka? Ano'ng pinag-uusapan mo? Ang kagalakan ay para sa mga tao! Hindi nagdala ang Diyos ng kalungkutan; nagdala lamang Siya ng kagalakan.

— 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 patuloy na abala sa trabaho at mga alalahanin sa mundo, at iyan ang dahilan kung bakit humihinto ang iyong espiritwal na makina. Magsimula kang manalangin at mag-chanting nang tahimik, at lilipad kang pasulong, umiikot kay Cristo na parang isang bituin.

Sa pamamagitan lamang ni Kristo natatagpuan ng tao ang tunay at taos na kagalakan, sapagkat si Kristo lamang ang nagbibigay ng kagalakan at espirituwal na kaaliwan. Kung nasaan si Kristo, 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 tuwang ito ay materyal, panlipunan, at ang tuwang panlipunan ay hindi nakakasapat sa kaluluwa, at ang isang tao ay naiwan na may kawalan sa kanyang puso. Alam mo ba ang sinasabi ni Solomon? 'Nagtayo ako ng mga bahay, nagtanim ng mga ubasan, naglatag ng mga hardin, nangolekta ng ginto, nakuha ang lahat ng hinahangad ng aking puso, ngunit sa huli ay napagtanto kong ang lahat ng ito ay kabalatungan.'²¹⁹

Ang kagalakang makamundo ay nag-aalok ng pansamantala, na kaaya-aya lamang sa sandaling iyon; hindi nito iniaalok ang iniaalok ng kagalakang espiritwal. Ang kagalakang espiritwal ay isang buhay na makalangit. Ang mga dumaan sa Krus at muling nabuhay nang espiritwal ay namumuhay sa

²¹⁶ Kinuha mula sa: Triodion ng Kwaresma. Bahagi I. Moscow, 2002. Folio 196.

²¹⁷ Tingnan ang Genesis 3:16

²¹⁸ Tingnan ang ika-apat na stichera sa bisperas ng Kapanganakan ni Cristo. Menaion. Disyembre. Moscow, 1997. p. 493.

²¹⁹ Tingnan ang Eccl. 2:4-11

kagalakang Paskwal. "Pascha, ang Pascha ng Panginoon!"²²⁰ At pagkatapos ay dumarating ang Pentekostes! At kapag naabot na ng tao ang Pentekostes at ang dila ng apoy, ang Banal na Espiritu, ay bumaba sa kaniya, doon nagtatapos ang lahat...²²¹

Ang espirituwal na kagalakan ay nagmumula sa espirituwal na paggawa

— Geronda, ikwento mo sa amin ang tungkol sa langitnang kagalakan.

— May langit na kagalakan at langit na ligaya kahit sa buhay na ito, at nagtatanong ang tao kung mayroon pa bang mas dakila sa susunod na buhay kaysa sa nararanasan nila rito. 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: kumilos 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 ako! Marahil ay hindi ako nasa tamang pag-iisip? Ano itong nararamdaman ko?' Ganyan ang iyong ligayang tila pagkabaliw!

— Geronda, kailangang nasa mabuting kalagayan ba ang isang tao upang maranasan ang espirituwal na kagalakan?

— Kailan sa tingin mo nakakaranas ang isang tao ng espirituwal na kagalakan? Kapag may kaguluhan sa loob niya? Ang panloob na kagalakan ay dumarating pagkatapos maitatag ang kaayusan sa loob. Binibigyan nito ang kaluluwa ng pakpak. Hanggang 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 katatagan sa sarili, pagiging mulat, pagtuturo at panalangin — ay nagpapainit sa kaluluwa; nagsisimula ang makina, at umuusad nang mabilis ang sasakyan. Pagkatapos, hindi na pinapansin ng tao ang mga panlabas at sumusulong siya sa buhay-espirituwal nang may malalaking hakbang.

— At hindi na ba naaapektuhan ng hindi kanais-nais na kapaligiran ang tao?

— Hindi, hindi nito naaapektuhan, dahil namumuhay siya sa ibang mundo, sa labas ng kapaligiran ito. At dahil namumuhay siya sa ibang mundo, hindi siya nababahala ng mundong ito. Ang mga tao sa paligid niya ay tila nagsasalita ng ibang wika, isang hindi niya alam, kaya hindi niya maintindihan ang sinasabi nila. At mabuti na hindi niya maintindihan, dahil kung maintindihan niya kahit kaunti, maaabala ang kanyang pansin ng 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-angat? Alin sa hanay ng mga anghel ang may pakpak? Ang mga Kerubin o ang mga Serapim? "Anim na pakpak,"²²² na binanggit 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-angat. Doon, ang buhay ay isang malaking kagalakan. Ngunit nakakabit ka pa rin sa iyong sarili, hindi mo pa napapalaya ang

²²⁰ Mula sa irmos ng unang ode ng Kanon ng Pagkabuhay. — *Tala ng tagapagsama*.

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 naging kalahok ng nagdidiyos na biyaya ng Banal na Espiritu, kaniya ngang nararating ang kalagayan ng pagdidiyos, na siyang 'walang hanggang kaganapan.' — *Tala ng tagapagsama-sama*.

²²² Isa. 6:2

iyong sarili mula sa iyong 'ako', kaya hindi malaya ang puso at hindi nito maabot ang kalagayang nanginingig sa tuwa. Tikman mo muna ang ligayang ito, at pagkatapos bumalik ka, at mag-uusap tayo!

Ang banal na kagalakan ay dumarating kapag iniaalay mo ang iyong sarili

— Geronda, ba bawat taong namumuhay ayon sa Diyos ay nakararanas ng espirituwal na kagalakan?

— Siyempre! Para magkaroon ang isang tao ng tunay, espirituwal na kagalakan, dapat siyang umibig, at para umibig, dapat siyang maniwala. Hindi naniniwala ang mga tao, kaya hindi sila umiibig, hindi sila nag-aayun, at wala silang kagalakan. Kung naniwala sila, umibig sila, mag-aayun sila para sa iba, at doon sila magkakaroon ng kagalakan. Ang pinakadakilang kagalakan ay nagmumula sa pag-aayun sa sarili.

— Nagsasaya ba ang isang tao kapag umiibig siya?

— Siyempre! Kapag umiibig sila, nagagalak sila. At kapag dumarami ang pag-ibig, hindi na hinahanap ng tao ang kaligayahan para sa sarili, kundi nawa'y magalak ang iba.

— Ibig bang sabihin nito ay ang kagalakan ay nagmumula sa isang bagay, samantalang ang pag-ibig ay umiiral nang kusa?

— Oo, ganoon nga talaga. Ang pag-ibig ay may sariling pag-iral, samantalang ang kagalakan ay nagmumula sa pag-ibig. Kapag nagbibigay ka ng pag-ibig, sumusunod ang kagalakan. Ang isang tao ay nagbibigay ng pag-ibig at tumatanggap ng kagalakan; ginagantimpalaan sila sa kanilang pag-ibig sa pamamagitan ng kagalakang kanilang nararanasan. Halimbawa, binigyan ang isang tao ng isang bagay; kinukuha niya ang bagay na iyon at nagagalak sa iisang iyon. Ang isa namang tao ay nagbibigay ng lahat at hindi nagagalak sa isang bagay, kundi sa lahat. Ang tuwang nararamdaman ng isang tao kapag tumatanggap siya ay tuwang pantao. Ngunit ang tuwang nararamdaman niya kapag nagbibigay siya ay banal, diyos-diyosan. Ang banal na tuwa ay dumarating 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 sila ay napagkasundo sa Diyos.

— Ngunit maaari bang maramdaman ng isang tao na siya ay napagkasundo sa Diyos nang hindi nakakaranas ng kagalakan at banal na aliw?

— Hindi, hindi nila magagawa iyon; makakaramdam pa rin sila ng isang bagay. Marahil nararanasan nila noon ang matinding aliw, ngunit humina ito, at iyon ang dahilan kung bakit tila hindi na nila nararamdaman ang Banal na aliw.

— Geronda, bakit minsan ay nasa mabuting kalagayang espirituwal ka at nakararamdam ng kagalakan, ngunit bigla mo na lang itong nawawala?

— Nagpapadala sa iyo ang Diyos ng espirituwal na kagalakan, at ikaw ay nagagalak. Pagkatapos ay kinukuha Niya ito, at nagsisimula kang hanapin ito, magpunyagi nang higit, at umunlad nang higit sa espirituwal.

— Geronda, bakit ako nakararamdam ng ganoong kagalakan? Marahil ay hindi ko ba namamalayan ang aking sariling kasalanan?

— Hindi, hindi naman! Ang Diyos ang nagpapasaya sa iyo gamit ang isang matamis. Ngayon, matatamis, at mamaya ay alak, na parang iyan ang iniinom nila sa paraiso. Alam mo ba kung gaano katamis ang alak doon? Oo! Kung makakita ang Diyos ng 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... kardiyo-hista, kahit pa ang pinakamahusay. Kapag nararamdaman mo ang tuwang ito, subukang panatilihin ito nang kasingtagal ng 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 Kristo 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. Sapagkat ang Ama ay hindi binabayaran ang Kanyang mga anak para sa kanilang paggawa, dahil ang lahat ng Kanyang kayamanan ay pag-aari na nila. Iba naman ang usapin tungkol sa mga banal na kaloob na ipinagkaloob 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 haharapin niya ang lahat nang may espirituwal na saloobin, hindi siya matatanggalan ng kagalakan kahit pa sa pagkakasakit at mga pagsubok.

— Hindi ba kailangang unang alisin ng isang tao ang kanyang mga pagnanasa upang lapitan nang espirituwal ang mga pagsubok?

— Kahit na hindi pa nalilinis ng isang tao ang kanyang mga hilig, maaari pa rin siyang makaramdam ng kagalakan kapag dumating ang mga pagsubok at kalungkutan. Kung isasaalang-alang 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 magkakasundo ang kagalakan at sakit?

— 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 pagdurusa, ang kanyang puso 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 mayaman ang kanyang gantimpala ng banal na kagalakan. Ang sakit ay kagalakan, ang sakit ay kagalakan. At habang siya ay nagdurusa nang higit, lalo pang lumalaki ang kagalakang nararanasan niya. Pakiramdam niya ay banayad na hinahaplos ni Cristo ang kanyang ulo at sinasabi: "Huwag kang mag-alala tungkol sa Akin."

Sinabi ng isang madre: "Hindi ko kailangan ng kagalakan; nais kong magluksa para sa kapakanan ni Kristo. Pinako si Cristo para sa akin; paano ako magagalak? Bakit nagbibigay sa akin ng kagalakan si Cristo?" Nararanasan niya ang mga espirituwal na estado, at habang mas nakikibahagi siya sa Paghihirap ni Cristo at nararamdaman ang mapagmahal na dalamhati, mas lalo siyang pinagkakalooban ni Cristo ng kagalakan. Inalisan siya ni Cristo ng kaniyang katinuan sa pinakamabuting kahulugan!

Ang pagpapako sa krus ay laging nauna sa Pagkabuhay Muling Mula at nagdudulot ng tagumpay. Nagdadala ng kaluwalhatian ang Krus. Si Cristo, matapos umakyat kasama ang Krus sa Gólgota at matapos ipako sa krus, ay umakyat sa Ama. Ang ipinako sa krus na Cristo ang nagpapatamis sa kapaitan ng mga tao, at ang ipinako sa krus na tao ay ginagaya ang Diyos-taong si Jesus.

Ang Mabuting 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 nagbitiw sa kanilang lumang pagkatao, at sa kanino ngayon ay namumuhay si Cristo. Ang ganitong tao ay nakararanas ng bahagi ng langit na kagalakan 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 ganitong 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.

Paggamit ng isip — ang korona ng mga birtud

Ang ating espirituwal na kalagayan ay sumasalamin sa ating paghuhusga

— Geronda, bakit sinasabi ng mga banal na ama na ang birtud ng matalinong 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—ang paghuhusga—ay magiging gawa rin sa papel. Kung ang ating mga birtud ay tanso, ang korona ay magiging tanso. Kung ginto ang mga ito, ang korona ay magiging ginto. Kung may mga diamante sa ating mga birtud, magkakaroon din ng mga 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.

— Ani San Juan Climacus: 'Sa ating dalawang mata nakikita natin ang pisikal, ngunit sa pamamagitan ng paghuhusga nakikita natin ang espirituwal.'²²⁵

— Ganoon nga. Tingnan mo, kung malusog ang ating mga mata, maganda ang ating paningin, ngunit kung may sakit ang mga ito, mahina ang ating paningin. Ang talas ng ating paningin ay nakasalalay sa kalusugan ng ating mga mata. Ganoon din ang nangyayari sa buhay na espirituwal. Ang ating espirituwal na paningin, ang ating paghuhusga, ay nakasalalay sa kung gaano tayo kalusog sa espirituwal.

— Geronda, paano nabubuksan ang mga espirituwal na mata?

— Hindi ba binuksan ni Cristo ang mga mata ng bulag sa pamamagitan ng paghipo?²²⁶ Ngunit upang mabuksan ang mga mata ng ating kaluluwa, kailangan nating alisin ang alikabok, ang dumi, ang mantsa ng kasalanan. Hindi ba't nasabi: 'Hindi mo ba inalis ang lapok sa mata ng matalino?'²²⁷ Kung

²²³ Lucas 17:21

²²⁴ Nina Juan ng Damasco, isa sa mga Banal na Ama. Isang talumpating nakapagpapakinabang sa kaluluwa at kamangha-mangha. Philokalia ng mga Banal na Ama ng Neptic. Tomo II. Athens, 1975. p. 237.

²²⁵ Juan ng Sinai. Ang Tanggasan. Athens, 1970. p. 145.

²²⁶ Tingnan Juan 9:6

²²⁷ Mula sa irmos ng unang ode ng iambic canon ng Pentekostes. — *Tala ng nagsama.*

hindi natin isusuko ang ating 'sarili' at palalayain ang ating sarili mula sa ating lumang kalikasan, at 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 espirituwal, mas lalo pang nabubuksan 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; nagpapakumbaba siya, nagsisisi nang taimtim sa puso — at ang Grasya ng Diyos, ang Banal na kaliwanagan, ay dumarating nang kusa, at nagkakaroon siya ng paghuhusga. Sa gayon, sa bawat sitwasyon, malinaw nilang nakikita kung ano ang kalooban ng Diyos at hindi sila natitiosod sa kanilang espirituwal na landas. Sapagkat ang paghuhusga ay ang manibela na ligtas na gumagabay sa kanila, na pumipigil sa kanila na lumihis mula sa tuwid na landas, sa kanan man o sa kaliwa.

— Geronda, kapag ang isang tao ay nagsimulang gumawa ng mabuti nang kusang-loob, ngunit pagkatapos ay sumosobra 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, sikaping mabuhay nang may panloob na pagkaalerto at kababaang-loob, na nagtatrabaho nang hindi pinapansin, upang magkaroon ka ng banal na kaliwanagan. Ang isang taong namumuhay nang may panloob na buhay nang may kababaang-loob ay nalalampasan ang maliliit na pag-iisip ng tao, ang fanatismo, at iba pa, at nagiging isang masigasig, isang mainit-pusong tagapagtanggol, sa pinakamagandang kahulugan ng salita.

— Geronda, nahihirapan akong matukoy kung ano ang tama sa bawat partikular na kaso.

— Kailangan mo ng paglilinis upang sumibol ang kalinawan ng iyong espirituwal na persepsyon. Basahin mo ang 'Lavsaik', 'Limonari', 'Mga Nakakaalalang Kwento', at si Abba Varsonofius; basahin mo ang mga ito kaugnay sa iyong sarili upang mapaunlad ang iyong espirituwal na intuwisyon. Pagkatapos, magagawa mong pag-ibahin ang ginto at tanso, at magiging tunay kang hiyaseo sa mga usaping espirituwal.

Sa bawat birtud, kinakailangan ang paghuhusga.

— Geronda, isinulat ni Abba Isaac: 'Inaakda ng Diyos ang birtud²²⁸ sa pamamagitan ng paghuhusga.'

— Ganoon nga. Bawat gawa natin, kung nais itong magustuhan ng Diyos, at bawat birtud, kung tunay nga itong birtud, ay nangangailangan ng paghuhusga. Ang paghuhusga ang asin ng mga birtud. Kaya sinasabi ni Cristo sa Ebanghelyo: 'Ang bawat hain ay dapat timplahan ng asin.'²²⁹ Halimbawa, gaano karaming paghuhusga ang kailangan pagdating sa pag-aascetismo! Dapat isaalang-alang ng isang tao ang kanyang sariling lakas, ang kanyang kalagayang espirituwal, at iba pa. Kung lalabis sila, matutuklasan nilang hindi na nila magagawa ang anumang bagay, at ito ay makasasama sa kanilang buong buhay na espirituwal. Iyan ang dahilan kung bakit sinasabi ng mga Ama: "Ang anumang lampas sa sukatan ay nagmumula sa diyablo."²³⁰ Para kay Paissios ang Dakila, halimbawa, na kayang

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

²³⁰ Tingnan ang Mga Kapanapanabik na Kwento ng Pagkamasigasig ng mga Banal at Pinagpalang Ama. Holy Trinity St Sergius Lavra, 1993. p. 152.

manatiling walang pagkain nang dalawampung araw, hindi na magiging labis kung palagi siyang mag-aayuno ng tatlong araw. Ngunit para sa isang taong nanginginig ang mga binti sa kahinaan at nahihirapang mag-ayuno ng tatlong araw kahit isang beses sa isang taon,²³¹ ang patuloy na pagpapatupad ng ganoong pag-aayuno sa sarili ay magiging labis, at ang mga labis, gaya ng ating nasabi, ay nagmumula sa diyablo.

— Geronda, naiintindihan ko na kailangan ang paghuhusga sa pag-aascetismo, ngunit nahihirapan akong maunawaan kung bakit kailangan ito sa iba pang mga birtud. Maaari ka bang magbigay sa amin ng isang halimbawa?

— Kumuha ka, halimbawa. May puso kang parang ina, at... Ipagpapatuloy ko pa ba?

— Ipagpatuloy mo, Geronda.

— At ang mga asal... ay parang masamang madrasta. Napakaraming pag-aalay sa sarili sa iyo, napakaraming pagtangga sa sarili, napakaraming 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, kundi nagsisimula kang umikot-ikot sa paligid nila na parang tansan. 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 ang paghuhusga sa pag-ibig

— Sabi ni Abba Pimen: "Alamin kung ano ang gusto ng iyong kapatid at gawin siyang komportable."²³² Ano nga ba talaga ang ibig niyang sabihin noon?

— 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, sapagkat 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 matatamis, pag-ibig ba iyon?

— Geronda, paano mahihigugma ng isang tao ang lahat nang pantay-pantay at gayon pa man ay magmamahal 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 malayo, dahil kailangang panatilihin malayo ang taong iyon, at ang isa naman ay malapitan: kung ano 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 saktan ang iba habang nagpapakita ng pag-ibig?

— 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, kung ipapakita mo sa kanya ang labis na pag-ibig, ay lalo pang nagiging mayabang, dahil ang labis na pag-ibig ay nagpapalala sa pagiging mapagmahal ng nagmamahal, at sa

²³¹ 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.

pagiging mayabang ng mayabang. Kaya, kapag nakita mong hindi nakakatulong ang iyong pag-ibig, binawasan mo ito nang may paghuhusga, ngunit ginagawa mo rin ito dahil sa pag-ibig.

— Geronda, maaari bang mangyari na gumawa ako ng sakripisyo nang may dalisay na hangarin at sa huli ay magdamdam ako?

— Oo, kaya ang paghahain ay dapat gawin nang may pag-iingat. 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, at may magsabi sa iyo, 'Wala ka pang nagawa mula pa kaninang umaga,' maaaring isipin mo, 'Ang taksil na tao!' Nagtrabaho ako nang walang tigil mula pa kaninang umaga, tapos sasabihin niyang wala akong nagawa!' At dahil dito, mawawala ang saysay ng lahat ng iyong pagsisikap.

— Kung sa loob ng isang sandali ay magagalit ako, at agad kong maisip na nangyari iyon dahil hindi ako kumilos nang may malinis na hangarin, mawawalan ba ako ng lahat pati noon?

— Sa kasong iyon, itinutulak ka ng tangalashka, at sumagot ka ng isang sampal. Kaya nakuha ng tangalashka ang sampal at tumakbo.

Walang limitasyon o patakaran sa paghuhusga

— Geronda, mayroon bang sukatan para sa paghuhusga?

— Hindi, walang tiyak na sukatan sa paghuhusga, walang hangganan at walang patakaran. May 'oo', may 'hindi', may 'marami', may 'kaunti'. Ang isang kapatid na babae na may paghuhusga ay hindi na kailangang sabihan kung ano ang gagawin o sasabihin. Palagi siyang kumikilos nang tama, dahil palagi siyang humuhusga nang espiritwal. Siya ay pinaliwanagan ng Banal na liwanag at taglay ang espiritwal na intuwisyon.

— Geronda, minsan sinabi mong makitid ako ng pag-iisip. Ano ang ibig mong sabihin noon?

— Nakikitid ang pananaw mo sa mga bagay: ang iniintindi mo lang ay ang kaayusan at wala kang interes sa mismong tao. Sa serbisyo, 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 tingnan kung saan at paano ipatutupad ang 'dapat' o 'kailangang', at saka mo lang puwedeng igiit na gawin ito. Kulang ka sa paghuhusga, kaya't nilalapitan mo ang lahat nang napakatu-yo at pormal.

Upang maipamisa 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 'nagpapamatay'.²³³ May nagsasabi sa iyo: 'Nakasulat sa Kormcha²³⁴,' at kung paano nila ito nakikita sa aklat, ganoon din nila ito inilalapat nang literal, samantalang dapat nilang suriin nang paisa-isa ang bawat kaso. Gaya ng nakita ko sa praktika, ang isang kaso ay maaaring magtago ng libu-libong iba pa. Ang penitensya, halimbawa, ay dapat naaangkop sa tao, sa kanyang kalagayan, sa kasalanang nagawa niya, sa pagsisising ipinakita niya, at isinasaalang-alang ang napakaraming iba pang salik. Walang iisang pormula, walang iisang tuntunin para sa lahat ng sitwasyon sa buhay.

Sa lahat ng kaso, ang pinakamahalaga ay ang matalinong paghuhusga, ang banal na kaliwanagan. Kaya palagi akong nananalangin na magpadala ang Diyos ng kaliwanagan sa mga tao. "Kristong ako,"

²³³ 2 Cor. 3:6

²³⁴ Ang Rudder (sa Griyego Πηδάλιον — *Tala ng Tagasalin*) — isang koleksyon ng mga kanon ng Simbahang Orthodox, na naglalaman ng mga banal na kanon ng mga Ekumenikal na Konsilyo, ang mga kanon ng mga banal na apostol, pati na rin ang mga kanon ng mga banal na ama ng Simbahan, na sinamahan ng maiikling komentaryo. Ang koleksyong ito ay inihanda noong 1793 nina San Nicodemus ng Banal na Bundok at ng mongheng si Agapios. — *Tala ng tagapagsama*.

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, papasok sa atin ang isang mabuting agitatang-loob. Sa kalaunan, dadalhin ng agitatang-loob na ito ang ating kaluluwa sa espirituwal na kaharian, kung saan makakakita ito ng saganang oksiheno, muling mabubuhay, at lilipad nang mataas."

Mabuting pagkabagabag — isang mabuting pagmamalasakit para sa 'mabuting gawain'²³⁵

— Geronda, ano ang mabuting kawalang-kapayapaan?

— Ang mabuting pagkabalising-loob ay isang mabuting pagmamalasakit para sa isang 'mabuting gawa.' Nagsusumikap ang isang tao, 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 sitwasyon ay nagpakita sila ng kayabangan, agad nilang naiisip: 'Paano mapagtatagumpayan ang kayabangan? Sa pamamagitan ng kababaang-loob. Kaya, kailangan ang kababaang-loob.' Agad-agad, tinatabas nila ang kayabangan na parang pinuputol ng palakol. Sa madaling salita, hinahangad ng isang tao ang espirituwal na pag-unlad at nakikibahagi sa espirituwal na gawain. Halimbawa, matapos ng isang mag-aaral ang unang taon sa elementarya, susunod ang ikalawa, matatapos ang elementarya, papasok sa sekondarya, sa sixth form, at iba pa. Kung nahihirapan sila sa pag-aaral, hihingi sila ng tulong o kukuha ng ekstrang leksyon kung gusto nilang makapasok sa unibersidad. Pagkatapos ay nagsusumikap sila para makuha ang kanilang degree. Pagkatapos noon, maaari silang mag-enroll sa isang master's programme, pagkatapos ay sa isang PhD 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-espirituwal, na isang agham-espirituwal, dapat magmalasakit ang isang tao sa kanyang espirituwal na pag-unlad!

Ang mabuting pagmamalasakit ay isang pagsabog ng enerhiya at hangarin. Binibigyan nito ang kaluluwa ng tapang at sigla; hindi ito nagdudulot ng takot at kalungkutan, kundi ng aliw. Hindi ito tensiyon o pagkabahala, kundi sigasig para sa gawain. Paminsan-minsan ay nakakaranas ka ng isang uri ng pagkaantala. Sinasabi mo: "Nagsusumikap ako nang ganito, nasa ganitong kalagayan ako" — at nananatili ka kung saan ka noon. Ngunit paano kikilos ang isang santo sa ganitong pagkakataon? Wala sa'yo ang pwersang iyon, ang pagnanasang iyon. Walang panloob na pagbabago sa loob mo, dahil hindi pa naiuudyok sa loob mo ang puwersa ng mabuting pagkabagabag upang ilipat ka mula sa kinaroroonan mo.

²³⁵ Tingnan ang 1 Tim. 6:12

Dalhin natin nang malalim sa puso ang tanong ng kaligtasan ng ating kaluluwa

— Sa Buhay ni Matanda Hagi-Georgios, isinulat mo: "Ang interes sa kaligtasan ng kaluluwa ay nagpapakumbaba sa katawan at pinapatay ang mga pagnanasa."²³⁶ Wala akong interes na ito...

— Ang pinakamahalaga ay hindi nakatuon ang iyong isip at puso rito. Dapat palaging nakatutok ang isip at puso sa kung paano marating ang huling layunin, na siyang Kaharian ng Langit. Kapag ang puso ay sumasakit para sa kaligtasan ng kaluluwa, sinusundan ng isip kung saan naroroon ang kirot ng puso. Lahat ay tungkol sa kirot. Kapag ikaw ay nasasaktan, ayaw mong kumain o matulog. Ang mga may mabuting uri ng pagkabahala ay sineseryoso ang lahat. Tila hindi mo pa itinakda ang Langit bilang iyong layunin; ang iyong layunin ay ang lupa. Hindi mo pa sineseryoso ang tanong tungkol sa kaligtasan ng iyong kaluluwa. Ngunit kung hindi mo sineseryoso ang tanong na 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 iniisip ito, mananatili tayong nakakabit sa mga bagay sa lupa at palagi tayong nasa kalagayan ng pagka-stagnante. Kung hindi natin kakalingwin na ang ating layunin sa lupa ay hanapin ang Kaharian ng Diyos, sasakupin tayo ng isang malusog na pagkabagabag. Sa kalaunan, dadalhin ng pagkabagabag na ito ang ating kaluluwa sa espirituwal na kaharian, kung saan makakakita ito ng saganang oksiheno, muling mabubuhay, at lilipad nang mataas.

Binigyan ng Diyos ang tao ng isip hindi upang palagi niyang maisip kung paano mahanap ang pinakamabilis na paraan mula sa isang punto ng liwanag patungo sa isa pa, kundi upang higit sa lahat, maisip niya kung ano ang pinakamahalaga: kung paano maabot ang panghuling layunin — ang lumapit sa Diyos, maabot ang tunay na lupain, ang paraiso.

"Bigyan mo ng alak ang pantas, at lalo pa siyang magiging pantas"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 ay gustong sumulong. Ngunit kung ayaw niya, mapupuno siya ng sugat, tulad ng baka na tinutusok ng latigo para mapabilis ang paglakad, ngunit hindi ito gumagalaw; natatakpan ito ng sugat mula sa latigo, ngunit walang silbi.

— Geronda, kung ang isang tao ay may mabuting kalooban at itulak mo siya, hindi ba tutulungan siya ng Diyos na makamit ang isang bagay?

— Oo, tutulungan ng Diyos, ngunit dapat siyang tumakbo palayo sa pagtulak. Kung hindi, napapagod din ang nagtutulak. Kapag ang isang tao ay paikot-ikot lang sa tubig dahil ayaw niyang umunlad, nakakapagod ito sa sinumang sumusubok na tumulong sa kanya.

Kung ang isang tao ay hindi nakararamdam ng matinding pangangailangang 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-ugoy ito, tapos hihinto. Itulak mo uli, umusad ito nang biglaan, tapos humihinto. Posible bang maglakbay nang ganoon? Kung mahaba ang daan sa unahan, matatawid ba iyon sa pamamagitan ng pagtulak? At ang landas ng espirituwal ay mahaba: hindi isang daan o dalawang daang metro.

— Geronda, paano nabubuo ang mabuting pakiramdam ng 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 gusto kong malaman

²³⁶ Elder Paisios ng Bundok Athos. Elder Hatzigeorgis na Athonite. Souroti, Thessaloniki, 1986. p. 34.

²³⁷ Kaw. 9:9

kung anong uri ito, kaya sinusuri 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, tinatanong ko ang sarili ko kung maayos ko ba itong ipinatutupad. 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, isang tinderero ang bumalot ng isang hilaw na isda para sa akin gamit ang pahina mula sa magasin na *Svyatogorskaya Biblioteka*. Nang binuksan ko ito, napadako ang tingin ko sa teksto na nakalimbag sa papel. Mula ito kay San Isaac. Kinuha ko ang papel, pinatuyo ko sa araw, binasa ko, at labis akong naantig. Isang taon ko inilaan sa pagbabasang iyon: paulit-ulit kong binasa ang talata at labis kong napamahal kay San Isaac. Nangyari noon, nagtanong ako sa sarili, may libro kaya siya? Hinanap ko ito at natakot akong mahanap at mahawakan ang librong ito sa aking mga kamay. At marami ka namang binabasa; tiyak na wala namang nakaka-impress sa'yo sa mga binabasa mo? Isulat mo ang mga bagay na talagang tumatak sa isip mo. Kung isusulat mo ito at palagi mong iisip-isipin, 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 mga mata ng mga tao. Sinusulat nila sa isang piraso ng papel ang naririnig nila, isinasagawa ito, at nagpapatuloy sila. Hindi ba't sinabi ni Solomon: 'Bigyan mo ng alak ang matalino, at ang pinakamatalino ay lalo pang magiging matalino?'²³⁸ Ngunit ang iba, kahit na marami na silang narinig at natanggap, ay wala silang ginagawa, dahil hindi pa pumapasok sa kanila ang mabuting pagkabalisa. Dumarating sila at simpleng inilalahad sa akin ang kanilang kalagayan, na walang mabuting pagkabalisa tungkol sa gawaing iyon. Napaka-superfisyal na saloobin. Hindi ko maintindihan! Talaga bang malinaw sa kanila ang lahat sa buhay espirituwal? Wala ba talaga silang kahit isang tanong?

Sa sandaling maramdaman ng isang tao ang makatarungang pag-aalala, sinisimulan niyang suriin kung ano ang kanyang kulang, tanungin kung paano niya ito makakamtan, at makakuha ng espirituwal na benepisyo. Paano malalaman ng isang tao nang hindi nagtatanong? Noong isang beses, naglalakbay ako kasama ang isang mag-asawa; may dalit sila ng munting anak. Hindi iniwan ng bata ang kanyang ama sa buong biyahe, sunod-sunod ang kanyang mga tanong: "Daddy, ano iyan? "Tatay, bakit ganoon?" — "Hayaan mo siya, pinapahirapan mo si Tatay," sasabihin ng kanyang ina sa kanya. — "Hayaan mong magtanong," sasabihin ng ama, "paano niya malalaman kung hindi siya magtatanong?" Ganoon din sa mga bagay na espirituwal.

Upang mas makatulong sa iyo na maunawaan ang buhay-espiritwal ng isang taong may mabuting pagkabalising-loob, kailangan kong ikuwento sa iyo ang mga tanong na nasa isip ng isa sa mga madre rito. Tinitingnan ko siya at nagagalak ako. Ang pagsagot kahit sa isa sa mga tanong na itinanong niya sa akin dahil sa mabuting pagkabalising-loob, at hindi dahil sa walang-saysay na kuryosidad, ay mangangailangan ng pagsusulat sa isang buong kuwaderno. Malaki at mabuti ang kanyang pag-aalala; marami ang kanyang nauunawaan, masigasig siyang nagsusumikap, at dahil dito ay tumatanggap siya ng malaking biyaya. Kapag nagsusumikap ang isang tao na matuklasan 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 pagkabahala ay hindi kailanman humihinto

- Geronda, nag-aalala ako na hindi ko nagagawa ang pagsisikap na nararapat.
- Nakakaramdam ka ba ng takot?
- Hindi, pero bakit ako may ganitong pagkabalisa?

²³⁸ Kaw. 9:9

— Mahal ko, mayroon isang kalmadong pagkabahala at isang walang-kapayapang katahimikan. Dapat ay laging mayroon tayong mabuting pagkabahala; kung hindi, mawawala ang takot. Kung ang isang tao ay nagsusumikap nang tama, hindi siya kailanman nasisiyahan sa sarili; laging may isang pagkabahala 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 pagkabagabag na ito?

— Hindi, dahil ang malusog na pagkabalising-loob 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 linawin ito, hayaan ninyo akong magbigay ng isang halimbawa: ang isang mabuting aso na amoy ang bakas ng kuneho ay hindi nananatili sa tabi ng mangangaso, kundi agad kumikilos, tumatakbo at hinahanap ang kuneho. Tumatakbo ito, saka sandaling humihinto, inaamoy ang hangin, at muling tumatakbo. Hindi ito maaaring manatiling nakatigil. Ang isip nito ay nakatuon sa paghahanap sa kuneho. Hindi ito basta-bastang lumilingon-lingon. Para sa kanya, mas malaking kagalakan ang tumakbo kaysa manatili nang nakatayo. Ang buhay para sa kanya ay nasa pagtakbo at paghahanap.

Ganito ang uri ng kalinawan na kailangan nating magkaroon. Ang ating isipan ay dapat patuloy na magsikap patungo kay Kristo, sapagkat Siya ang ating layunin. At tayo, kahit na natunton na natin ang landas, kahit na alam natin ang daan, alam kung saan pupunta upang makasama si Kristo, ay madalas na nakatigil lamang, at walang anumang pag-usad. Kung hindi natin alam ang daan, maaaring mapatawad ang ating pagiging nakatigil.

Naalala kong ang aking ama sa Konitsa ay may dalawang mahusay na sinanay na greyhound. Noong isang beses, humiling sa kanya si Prodromos Kortsinoglou, ang kantór ng Simbahan ni San Arsenius, ng isang tuta ng parehong lahi upang bantayan ang 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 Kortzinoglu ay isang masugid na mangangaso, ngunit nagkasakit ang aso niya, at labis siyang nalungkot dahil hindi siya makapangaso. 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 Eznipedis."²⁴⁰ Natulungan ang kapitbahay, kinuha ang aso at nangaso. Pagdating niya sa gubat, pinagwagayway niya ang kanyang kamay gaya ng karaniwang ginagawa ng mga mangangaso para utusan ang aso na maghanap, ngunit sa halip na tumakbo, nagsimulang umikot-ikot ang aso sa paligid niya, dinidilaan ang kanyang mga binti at tinutulak ang kanyang mga palad, naghahanap ng tinapay! Kita mo, mabuting pedigree na aso iyon, pero hindi sanay manghuli ng kuneho, kaya paikot-ikot lang ito sa mangangaso.

Ngunit ikaw, sa palagay ko, ay nahuli na ang amoy; tatakbo ka nang walang humpay, hinahanap si Cristo, hanggang ang puso mo ay mapuno Niya nang husto na hindi na makapaghawak pa ng iba, at sisimulan mong manalangin: "Diyos ko, sapat na, hindi ko na kaya pa."

²³⁹ 1 Cor. 9:24

²⁴⁰ Ang apelyido ng ama ni Elder Paisios. – *Tala ng tagapagsama-sama.*