



Գիրք Բ

Չպարտության, խոնարհության,  
փառամոլության և  
մարդահաճության մասին

Մտքի մասին



«Սուրբ եղեք, որովհետև սուրբ եմ ես» (Ա Պետ. 1:16):

**Ս**րբության այս կոչը Տերը ուղղել է բոլոր դարերի բոլոր քրիստոնյաներին:

Սրբության ճանապարհը հոգևոր անտեսանելի պատերազմի ուղի է, որտեղ Քրիստոսի զինվորի հակառակորդը մարդու վաղեմի թշնամին է՝ բանասարկուսատանան, որի նենգությանն ու խորամանկությանը սահման չկա, և որը գիշեր-ցերեկ «մռնչում է առյուծի պես, շրջում և փնտրում է, թե ում կուլ տա» (Ա Պետ. 5:8): Կուլ գնալ սատանային՝ նշանակում է շեղվել սրբության ճանապարհից, սիրել աշխարհը, ծառայել մեղքին, այսինքն՝ պարտվել բարի պատերազմում, ուրեմն՝ չհասնել Տիրոջ խոստմանը, որ ասում է. «Ով հաղթի, ես նրան թույլ կտամ ուտելու կյանքի ծառից, որ գտնվում է Աստծու դրախտի մեջ» (Հայտն. 2:7):

«Խրատանի ապաշխարության» մատենաշարի նպատակն է օգնել ընթերցողին հաղթելու հավատի բարի պատերազմում: Ընտրելով դեպի երկինք բարձրացող սանդուղքի որոշակի աստիճաններ, կամ այդ աստիճանին հասնելուն խանգարող որոշակի մոլորություններ, կազմողները տքնաջան աշխատասիրությամբ և աղոթքով Աստվածաշնչից, սուրբ հայրերի երկերից, «Հարանց վարքից» և այլ հոգևոր աղբյուրներից դուրս են գրել ընտրված գաղափարը շոշափող բազմաթիվ պատգամներ, հորդորներ, խրատներ ու վկայություններ, որոնք հուսով ենք, որ պիտի նպաստեն ընթերցողի հավատքի զորացմանը, նրա հոգևոր փորձառության աճին, Աստծու սիրո, ողորմության ու գթության հանդեպ նրա վստահության կայունացմանը, ու պիտի մղեն նրան Տիրոջ անսահման սիրուն սիրով պատասխանելու անհուն փափագին:

Աղոթում են, որ մատենաշարը յուրաքանչյուր ընթերցողի սրտում մեր երկնավոր Հոր նման սուրբ և կատարյալ լինելու բաղձանքն արմատավորի:

*Տեր Մինաս քահանա Մարտիրոսյան  
Ս. Առաքելոց եկեղեցու հոգևոր հովիվ*



**Նա, ով չի նորոգում և բարձրացնում նախնիների առաքինությունը՝ ամոթ ու նախատինք է իր պապերի համար և մի նոր անեծք:**



Սիրաք 20:28

**Հիշիր անցած օրերը, մտաբերիր անցած սերունդների տարիները, հարցրու քո հայրերին, և նրանք քեզ կասեն:**

Բ Օրինաց 32:7

# Նախաբան

«Խրատանի ապաշխարության» մատենաշարի այս 2-րդ գիրքն իր մեջ պարունակում է մի քանի քարոզներ, մեր դավանության մասին համառոտ բացատրություն, նաև «Հպարտության, խոնարհության, փառամոլության և մարդահաճության մասին» և «Մտքի մասին» խորագրեր:

Խորհուրդ ենք տալիս ամեն մի նոր համար կարդալուց առաջ վերընթերցել առաջին գրքի առաջաբանը, որպեսզի ջանաք գերծ մնալ հերթական համարների ընթերցանության ժամանակ հնարավոր հուսահատության, հպարտության և հեղձության մեջ ընկնելու վտանգից, որը կարող է առաջացնել թշնամին: Նաև լավ է, եթե ամեն մի համարն ընթերցվի մի քանի անգամ, ինչպես որ դեղն օգտագործում են մի որոշ ժամանակ անընդմեջ, որպեսզի բժշկվեն, նույնպես էլ և սա մեկ անգամ կարդալով ու մի կողմ դնելով քիչ օգուտ կարելի է ստանալ:

Մատենաշարը կազմելու ժամանակ ծաղկաբաղ է արվել տարբեր հոգեշահ գրքերից. «Գանձասար» աստվածաբանական կենտրոնի տպագրած գրքերից, նաև «Լուսավորիչ» թերթի հոդվածներից, թարգմանություն է արվել ռուսերենից՝ «Առաքինասիրություն», «Եփրեմ Ասորի», «Հովհան Ոսկեբերան», «Հովհաննես Սանդուղք», «Բարսիլիսկոս Մեծ և Հովհան մարգարե», «Հարանց վարք» և այլն: Նաև արևմտահայերենից թարգմանվել է «Բարսեղ Մաշկակորցի», «Սարգիս Շնորհալի», «Վարք սրբոց», «Հովհաննես Երզնկացի», «Թովմաս Գեմբացի», գրաբարից՝ «Պողոս Պատրիարք Ադրիանապոլսցի», «Հայելի վարուց», «Աղամա Գիրք», «Եփրեմ Ասորի» և այլն:

Հպարտությունը, փառամոլությունը և մարդահաճությունն այնպիսի հոգեւսպան կրքեր են, որ կարող են մարդու մեջ թագավորել թե հայտնապես և թե ծածուկ: Հուսով ենք, որ այս վերնագիրը շատերիս համար կարող է հանդիսանալ վերոհիշյալ կրքերը մեր մեջ հայտնաբերելու և, ինչու չէ, նաև Տիրոջ ողորմությանը ձերբազատվելու պատճառ:

Իսկ ինչ վերաբերում է մտքին, ապա սա պատերազմի մի ահավոր դաշտ է քրիստոնյաներիս համար: Սրանից են ծնվում բարի և չար գործերը: Մեր միտքը ցավոք, անվարժ է բարի պատերազմի համար, և երբ մենք ուզում ենք մեր միտքը սկեռել աղոթքի կամ հոգևոր ընթերցանության վրա, ապա այն իսկույն ապստամբում է և այս ու այն կողմ փախչելով՝ մեզ անպտուղ թողնում: Պատկերացրեք ձին, որի վրա դեռ ոչ մի մարդ չի նստել, ինչպես կպահի իրեն, երբ պետք լինի նրանով տեղ գնալ: Նա իր հեծյալին ամեն կերպ կաշխատի վայր նետել, որովհետև անվարժ է նստելու համար, դրա համար էլ և՛ անհնազանդ: Նույնն է նաև մեր միտքը, երբ գիշեր ու գօր թափառում է աշխարհական և մարմնավոր ցանկական ոլորտներում, և երբ պետք է լինում այն մի կարծ ժամանակով սանձել և սկեռել հոգևորի վրա, այդ ժամանակ նա մեզ էլ չի ենթարկվում, ինչպես որ անվարժ ձին:

Դրա համար է գրված. «Անձղ վարժեցրու աստվածապաշտության», այսինքն թե աշխատանքի, թե զբոսանքի, թե ուտելու և թե մյուս այլ իրավիճակներում ջանա միտքդ պահել ունայն ընթացքից և հնարավորին չափ աշխատիր այն սկեռել հոգևորի վրա: Այսպիսի վարժանքի դեպքում միտքը կամաց-կամաց կսկսի կայունանալ հոգևոր ընթերցանության և աղոթքի պահերին:

Այսօր, ինչպես և քրիստոնեության ծագման շրջանում, շատ քրիստոնյաներ հարձակում են կրել և կրում պիղծ դևից, որ մտային

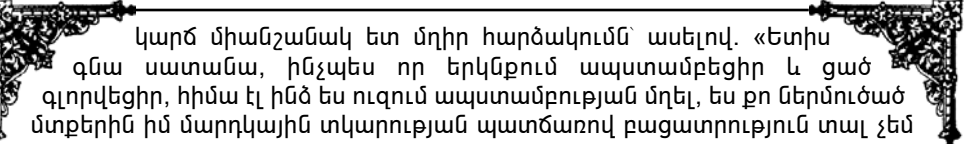
հայիոյանքներ է բերում քրիստոնյաների մտքին: Սա հայիոյուն է Աստծուն, Սրբերին, չի թողնում նայել սրբապատկերներին, կամ հոգևոր ֆիլմեր դիտել, զրկում է աղոթքից, Պատարագին մասնակցելուց, և այնպես թաքուն է բերում այդ պիղծ մտքերը, որ քրիստոնյան չկասկածի, թե դրանք իր՝ դևի ներմուծածն են, այլ ամեն ջանք թափում է, որ մտածել տա, թե դրանք իր՝ մարդու սեփական մտքերն են, նույնիսկ հոգևոր ընթերցանության, կամ երգերի բառերից էլ օգտվելով, հայիոյական մտքեր է հարուցում և ջանում քրիստոնյային զցել իր համագործակցի՝ հուսահատության գարշահոտ դևի ցանցը, որից փրկի մեզ Աստված: Այս բոլորից խուսափելու համար եկեղեցու սուրբ հայրերը, իրենց փորձառությունից ելնելով, ցույց են տալիս իրենց խրատներում այդ թշնամուն բացահայտելու և նրա պիղծ հարձակումները ետ մղելու միջոցները: Հուսով ենք, որ «Մտքի մասին» բաժինն Աստծո ողորմությամբ շատերի համար բժշկարար կլինի:

Բացի սրանից, մտքի միջոցով ուրիշ շատ խարդավանքներ է պատրաստում թշնամին, մեկը՝ թեկուզ և առանց հայիոյության, սակայն նորից շատ ծանր և տառապալի և նույնիսկ մահացու, եթե ժամանակին միջոցներ ձեռք չառնենք այն Տիրոջ ողորմությամբ ետ մղելու:

Այս հարձակումը նպատակ ունի քրիստոնյային ըմբոստացնել Աստծո դեմ, մղել ապստամբության և հակառակության: Երբ մենք ընկնում ենք մեղքի մեջ և տկարանում հավատքի կյանքում, այդժամ դևը, որ միշտ ջանում է, որ մենք մոռացության տանք դժոխքը, հավիտենական տառապանքները, այս անգամ մեծ ջանքով սկսում է մեզ հիշեցնել դրանց ահավորության մասին, բայց, ինքնըստիմյան, ոչ թե նպատակ ունենալով, որ մենք ապաշխարենք մեր չար գործերի համար, այլ որպեսզի ընկնենք հուսահատության մեջ և մի ամբարտավան դիրք գրավենք Արարչի նկատմամբ՝ մղելով մեզ հետևյալ մտածումներին. «Ահա ընկել ես մեղքերի մեջ և այդ թշվառ վիճակից էլ չես կարող դուրս գալ, իսկ սրա վերջն ինքնըստիմյան, գեհեմի հավիտենական տապն է, հանապազ այրվելն ու չվերջանալը, թունավոր չսատկող որդերը, շոշափելի մշտնջենավոր խավարը, ատամների կրճտոցը և անվերջ լացը: Բայց չէ՞ որ դա անարդար է: Մի՞թե դու ես ցանկացել մարդ ստեղծվել, մի՞թե Աստված քո համաձայնությունը ստացել է, որ քեզ ստեղծի այս կարճ կյանքի համար: Հէ՞ որ դու չես խնդրել, իսկ հիմա էլ կանգնել ես դժոխքի դարպասների մոտ և պիտի դատապարտվես հավիտենական լքման»:

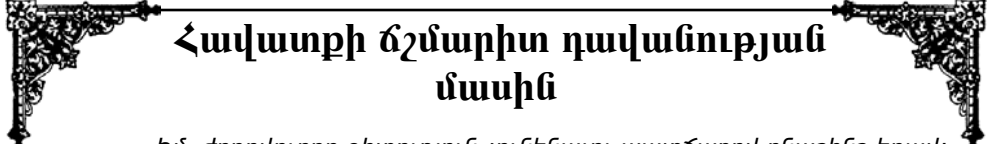
Եվ նմանօրինակ մտածումներ հարուցելով մեր մեջ, մղում է մեզ կասկածելու Աստծո արդարությանը, զցում մի ապստամբ դիրքի մեջ, որը և իրականում դեպի կորուստ է տանում, եթե չսթափվենք ժամանակին: «Եղբայրներ, տեսեք, ձեզանից որևէ մեկի մեջ թող երբեք չլինի չար ու անհավատ սիրտ և ապստամբի կենդանի Աստծո դեմ» (Եբրայ. 3:12): Իսկ ինչպե՞ս դիմակայել այս ահավոր հարձակմանը: Ինչո՞ւ ահավոր, որովհետև մեր մարդկային սահմանափակ միտքը միշտ չէ, որ կարող է այս դիվային հարձակումներին բացատրություն տալ, քանի որ մեր տկար միտքը չի կարող ամբողջովին պարզ տեսնել՝ գիտակցել և մեկնել աստվածային ճանապարհները և այս պարագաների համար է, որ ասվում է. «Հավատա ու պիտի փրկվես»:

Հավատա, որ Աստված արդար է և ողորմած, ու մի ընդունիր չար դևի բարբառանքները և ետ մղիր նրա հարուցած մտքերը՝ առանց նրա հետ վեճի բռնվելու, այսինքն՝ առանց քննելու և բացատրություն գտնելու, այլ



կարճ միանշանակ ետ մղիր հարձակումն՝ ասելով. «Ետիս գնա սատանա, ինչպես որ երկնքում ապստամբեցիր և ցած գլորվեցիր, հիմա էլ ինձ ես ուզում ապստամբության մղել, ես քո ներմուծած մտքերին իմ մարդկային տկարության պատճառով բացատրություն տալ չեմ կարող, բայց գիտեմ, որ Աստված Իր բոլոր գործերում արդար է, ճշմարիտ և ուղիղ, և Նրա կամքն էլ «բարի է, կատարյալ և հաճելի»: Չնայած ընկած վիճակի մեջ եմ, բայց գիտեմ, որ Նա իր ծառաներին կանգնեցնելու կարողություն ունի, դրանից ելնելով, չպիտի տեղիք տամ հուսահատությանը, այլ Իր անհուն ողորմության և մարդասիրության վրա հուսալով, պիտի ջանամ զղջալ, ապաշխարել, շտկվել և գտնել քավություն և թողություն մեղքերիս համար, քանի որ Նա իմ համար խաչը ելավ, իսկ դու մաս և բաժին չունես այս մեծ Փրկությունից: Դրա համար էլ նախանձից ուզում ես ինձ էլ քեզ հետ հավիտենական հրին ժառանգակից անել: Բայց իմ ժառանգությունը Տիրոջից է, թեկուզ և անարժան, բայց Նրա Սուրբ Արյան գինն եմ, և հավատով պիտի պաղատեմ Նրանից զորություն՝ քո պիղծ ստահող խորհուրդները ետ մղելու համար: Նա արագահաս օգնական է իմ պես ընկածներին, և Նրան փառք հավիտյանս. ամեն:

Պետք է հաշվի առնել, որ նման մտքեր առաջանում է միայն դարձի եկած քրիստոնյաների մեջ, ուստի կարելի է եզրակացնել, որ սրանք սովորական մարդուն բնորոշ մտքեր չեն, այլ թշնամական սատանայական ներմուծումներ: Չարը հիմնականում պատերազմ է մղում հավատավոր քրիստոնյաների դեմ, իսկ անհավատների և այլակրոնների դեմ՝ ոչ, այն խոսքի համեմատ, թե. «Մեռելները թող թաղեն իրենց մեռելներին»: Այսինքն՝ մեռած մեկի դեմ իմաստ չունի պատերազմել, և սրանից կարելի է եզրակացնել, որ նման հարձակումները մեր վրա ինչքան էլ որ դառն են և անտանելի, սակայն սրանք ապացույց են այն բանի, որ մենք թեկուզ և ընկած, գաղջ, բայց կենդանի ենք հավատի կյանքում և պատկանում ենք Աստծուն, որովհետև Իր Միածին Որդու Արյան գինն ենք: Այլապես մեռելի դեմ ինչու պիտի պատերազմեր: Այսպես մտածելով, այն մտքերը և խորհուրդները, որ մեզ պիտի մղեին հուսահատության, մեզ կմղեն հույսի հաստատման և հավատքի զորացման: Եվ եթե մենք ամենքս չէ, որ կարող ենք պատասխան գտնել Աստծու հանդեպ նմանօրինակ ապստամբեցնող մտքերին, ապա հիշենք, որ դրանց պատասխանը մենք կստանանք Երկնքում, բայց նրանց համար, ով տարվել է նման մտքերով և դրանք ետ չի մղել և ըմբոստ մի վիճակի մեջ է մնացել մինչև վերջ, չնայած որ նա էլ իրեն հուզող բոլոր հարցերի պատասխանը կստանա երկնքում և այնժամ իր բերանով կվկայի, որ Աստծո դատաստանները իսկապես արդար են, բայց դրանից օգուտ չի ստանա, այլ կմատնվի հավիտենական կորստի: Իսկ հավատքով և վստահությամբ նման խորհուրդներ այստեղ ետ մղողները կմտնեն Հավիտենական Փառքի մեջ: Սա է վկայում Հայտնության գրքի հետևյալ համարը. «Ալելուիա՛, փրկություն և փառք և պատիվ և զորություն մեր Աստծուն, որովհետև ճշմարիտ և արդար են Նրա դատաստանները... Ամեն. Ալելուիա» (Հայտն. 19:1-2):



## Հավատքի ճշմարիտ դավանության մասին

*Իմ ժողովուրդը գիտություն չունենալու պատճառով բնաջինջ եղավ: Որովհետև դու գիտությունը մերժեցիր, ես էլ քեզ պիտի մերժեմ (Օւկէ 4:6):*

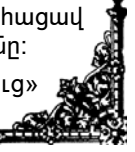
*Ամբողջ պատերազմը, որ մղվում է մեր և դևերի միջև, հանգում է Սուրբ Երրորդության ընկալմանը և ճանաչմանը: Նրանք ջանում են մեզ խանգարել գիտություն ձեռք բերելու, իսկ մենք ջանում ենք սովորել (Եվագր Պոնտացի):*



Երանելի Օգոստինոսը գիրք էր գրում Սուրբ Երրորդության մասին: Նա սովորություն ուներ աշխատանքները կատարելուց և հոգևոր գործերից հետո երեկոյան ժամերին ծովի եզերքին շրջել: Մի անգամ այսպես շրջում էր և տեսավ մի գեղեցիկ մանկան, որ ծովի եզերքին նստել, ավազի մեջ փոս էր փորել, ինչպես որ սովոր են անելու երեխաները խաղալիս, և արծաթյա գդալով ջուրը վերցնելով ծովից՝ լցնում էր փոսը: Այս տեսնելով՝ Օգոստինոսը մոտեցավ և հարցրեց մանկանը.

- Այդ ի՞նչ ես անում:
- Ուզում եմ ամբողջ ծովն այս փոսի մեջ լցնել:
- Որդյակ իմ, ինչպե՞ս կարող ես այդ անել, ծովը լայնատարած է, իսկ գդալդ ու փոսը՝ շատ փոքր:
- Ես կարծում եմ, թե ինձ համար ավելի հեշտ է այս անել, քան թե քեզ համար այն, ինչ որ մտքովդ անցկացրել ես:
- Ի՞նչ է այդ նշանակում:
- Դու մտադրվել ես մտքիդ սահմանափակ կարողությամբ փոքրիկ գրքի մեջ սահմանել անբաժանելի Սուրբ Երրորդության անձառելի խորհուրդը: Մինչ դու կկատարես այդ, ես ծովը կլցնեմ փոսի մեջ:
- Երբ մանուկն այս ասաց, իսկույն աներևույթ եղավ: Օգոստինոսը գոհացավ Քրիստոս Աստծուց և հասկացավ մանկան ասածի ճշմարտացիությունը:

«Հայելի Վարուց»



## Ուստի և սկսում ենք պարզ և հստակ խոսքերով ցույց տալ հավատքի ճշմարիտ դավանությունը:

Հարկ է և պատշաճ, որ Քրիստոսին երկրպագողները և Սուրբ Երրորդության անունով մկրտվածները խոստովանեն համագո Երեք Անձնավորություններին՝ Զորը, Որդուն և Սուրբ Հոգուն՝ որպես Մի Բնություն, Մի Աստվածություն և Մի Իշխանություն՝ համապատիվ և զուգափառ: Որը ոչ թե ուրիշից ստեղծված կամ հետո սկսած, ոչ էլ ցածրությունից՝ բարձրության կամ տկարությունից զորության հասած, այլ բոլոր հավիտյաններից առաջ էր, այժմ է և կլինի անվախճան հավիտյաններուն: Անեղ և անմահ էություն է՝ բնությամբ աներևույթ, սակայն արարածների համար՝ երևացող, ամեն ինչ տեսնող և ամենքից անտես:

Հայրն անսկիզբ է և անծին: Որդին ծնված է Զոր բնությունից, սակայն՝ անժամանակ, ոչ թե ըստ մարդկային ախտավոր ու անցավոր ծննդի, որը մտքով իսկ անցկացնելը հայիոյություն է, ուր մնաց թե՛ խոսքով բարբառելը: Այլ ինչպես լույսը լույսից է առաջանում, և կրակը՝ կրակից, և բաժանվելով չեն օտարանում միմյանցից, այլ մի են կրակի և լույսի, ծնածի և ծնողի ճառագայթն ու ջերմությունը, և երկուսի բնությունն էլ մի է, թեև անծով զանազանվում են իրարից:

Նույնպես էլ լույս Որդին լույս Զորից է առաջ եկել ծննդյամբ, և Որդու աստվածության կրակը Զոր աստվածության կրակից տարբեր չէ, այլ միևնույն է բնությամբ:

Իսկ Որդու ծննդյան օրինակը ոչ այլ ինչ է, եթե ոչ՝ խոսքի ծնունդը մարդկային մտքից, թեև այս օրինակը ևս ամբողջությամբ չի համապատասխանում ճշմարտությանը: Այս պատճառով էլ ասվում է Բան՝ ծնունդի անապական լինելու համար, իսկ Որդի՝ քանզի Զոր բնությունից է և ոչ՝ նրանից օտար կամ արարած ըստ Արիստի հայիոյության:

Եվ ամիմանալին իմանալու միակ միջոցը ոչ թե անքննելին քննելն է, այլ՝ հավատալը Սուրբ Գրքում ասվածներին, որոնք հաստատում են, որ աստվածային ծնունդն անհասանելի է մտքին և խոսքով՝ անճառելի:

Նույնպես և Սուրբ Հոգին, ասվում է, բխում է Զորից և փառակից է Որդուն, կատարյալ Աստված, ինչպես Հայրը և Որդին: Երեք Անձնավորությունները մի կամք ունեն, մի գործություն և մի արարչություն: Հայրը կամեցավ ստեղծել երևելի և աներևույթ արարածները, Որդին անգոյից գոյացրեց, և Սուրբ Հոգին նրանց իմաստությամբ զարդարեց:

Եվ նույն Ինքը Աստծո Բանն է, որ մարդուն Իր պատկերով ստեղծեց և հանցանքից հետո երևաց նրան և բոլոր առաջին արդարներին՝ Նոյին և Աբրահամին, Իսահակին և Հակոբին, Հոբին և Մովսեսին, Ահարոնին, Հեսուին և այլ մարգարեների, և խոսեց նրանց հետ, վերջին ժամանակներում Գաբրիել հրեշտակապետի ավետիսով իջավ Կույս Մարիամի որովայնը և նրա բնությունից մարմին, հոգի և միտք առնելով՝ նոր և անճառելի միավորությամբ Իր Աստվածությանը միացրեց և մանուկի պես ինն ամիս որովայնի մեջ աճելով՝ ծնվեց որպես կատարյալ Աստված և Մարդ՝ անշփոթ էությամբ և անբաժանելի միավորությամբ, մի Քրիստոս և մի անձնավորություն՝

միացյալ երկու բնությունից:

Կաթնասուն եղավ որպես մարդ և հրեշտակներից փառավորվեց որպես Աստված: Ամեն ինչի կատարիչն աշխարհի վրա շրջեց երեսուն տարի, մինչև մարդկային կատարյալ հասակին հասնելը, որպես մարդ մկրտվեց ծառայից և Զորից ու Սուրբ Հոգուց վկայվեց որպես Բարձրյալի Որդի: Որպես մարդ փորձվեց սատանայից և որպես Աստված հաղթեց փորձողին: Քաղցեց, ծարավեց, մեջեջեց, արտասվեց և հոգնեց որպես մարդ՝ մարմնի օրենքներին ենթարկվելով: Կատարեց նշաններ ու հրաշքներ և ցույց տվեց աստվածային գործությունը՝ որպես կատարյալ Աստված:

Կանովին չարչարվելով եկավ, և անչարչարելին մեր չարչարելի բնությամբ չարչարվեց Խաչի վրա, մահվանն անպարտականը մեռավ մեր մահկանացու մարմնով՝ կենդանացնելու մեր մեղքերով մեռած բնությունը: Աստվածությանը միացած մարդկային Իր հոգով գերեզման իջավ և կրկնակի ավերեց դժոխքը՝ դժոխքում գտնվողներին ազատություն շնորհելով, իսկ աստվածային մարմնի հարությանը՝ մեր մահկանացու բնությանը տալով մահվան ապականությունից հարություն առնելու հույսը: Երրորդ օրը իշխանաբար հարություն առավ մեռելներից և երևաց Իր աշակերտներից տասներկուսին, յոթանասունին, հինգ հարյուրին և շատերին, որոնք Իր վկաներն ու քարոզողներն եղան աշխարհում: Եվ քառասուն օրերի ընթացքում երևալով խոսում էր նրանց հետ:

Եվ քառասուներորդ օրը երկինք բարձրացավ և բարձունքներում մեր բնությամբ նստեց Զոր աջ կողմը, որից անբաժանելի էր Իր Աստվածությամբ և պիտի գա նույն մարմնով, Զոր և Իր Աստվածության փառքով՝ մեռելներին հարություն տալու և աշխարհը արդարությամբ դատելու համար՝ բարեգործներին տալով բարիքների ժառանգություն և անվախճան թագավորություն, իսկ չարագործներին՝ իրենց գործածի համեմատ հավիտենական անոթը և տանջանքը:

Եվ արդ, հավատքի այս ճշմարիտ դավանությունը մեր միջի աստվածային տաճարի հիմքն է: Իսկ բարի գործերը հիմքի վրա բարձրացած շինվածքն են, ինչպես որ Տերը Պետրոսի դավանությունը հաստատեց որպես վեմ՝ Իր Եկեղեցու իմանալի հիմք և Իրեն՝ որպես շինողի և բոլոր ազգերից Իր ընտրյալների կատարած բարեգործությունները՝ որպես շինանյութ՝ քարի, փայտի և այլ պետքերի փոխարեն:

Սբ. Ներսես Շնորհալի  
Պատմության Ընդհանրական<sup>2</sup>





## Քարոզ՝ Սուրբ Հոգու գալստյան

*«Նրանց երևացին ինչպես կրակից բաժանված լեզուներ, և ամենքը լցվեցին Սուրբ Հոգով» (Գործք. 2:5-5):*

Սույն խոսքերի կապակցությամբ չորս բան կարելի է ասել: Նախ՝ թե ինչպես է մարդը լցված Հոգով, երկրորդ՝ ինչպե՞ս է նա լցվում Սուրբ Հոգով: Երրորդ՝ թե ինչպե՞ս առաքյալները լցվեցին, չորրորդ՝ թե ինչպե՞ս է, որ Սուրբ Հոգին կյանք է:

Առաջինի մասին պետք է ասել, թե ինչպե՞ս է իմացվում, որ մարդը լցված է Սուրբ Հոգով: Վարդապետներն ասում են հինգ նշան կա, որոնցով ճանաչում են, որ մարդը լցված է Սուրբ Հոգով. ինչպես որ զգալի հինգ նշաններով են իմանում՝ անոթը լիքն է, թե՛ դատարկ:

Առաջին նշան՝ եթե ամանը լիքն է, ապա ինչ էլ որ մեջը լցնում ես, չի տանում: Նմանապես էլ, եթե մարդը լցված է Սուրբ Հոգով, ապա նրա սրտում որևէ մարմնավոր ցանկություն չի հանգրվանում, և բացի Աստծուց ամեն ինչ խոտան է համարում: Իսկ եթե մարդն իր սրտում մեծ ազահություն ունի, նշան է՝ որ լցված չէ Սուրբ Հոգով:

Երկրորդ նշան՝ երբ հարվածում ես անոթին, ապա՝ եթե լիքն է, ձայն չի հանում, իսկ եթե դատարկ է՝ ձայն է տալիս: Այդպես էլ, եթե մարդը տանջվում է և չարչարվում է Քրիստոսի համար և չի տրտնջում, այլ համբերում է, նշան է, որ լցված է Սուրբ Հոգով:

Երրորդ նշան՝ եթե անոթը լիքն է, ապա երբ այն շրջում են՝ դատարկվում է: Այդպես էլ, երբ մարդն իրենից բխեցնում է Սուրբ Հոգու շնորհները, այսինքն՝ բերանից ելնում են օգտակար խոսքեր, սրտից՝ բարի խորհուրդներ, իսկ աչքերից՝ բարի նայվածքներ, ապա այս ամենը նշան է, որ լցված է Սուրբ Հոգով:

Չորրորդ նշան՝ երբ ամանը լիքն է, չի շարժվում, այլ կանգուն է մնում, իսկ երբ դատարկ է, հեշտությամբ շուռ է գալիս: Այդպես էլ նա, ով հաստատուն է աստվածային սիրո մեջ, նեղություններից և չարչարանքներից չի սասանվում, որը ցույց է տալիս, թե լցված է Սուրբ Հոգով: Ինչպես Պողոս առաքյալն է ասում. «Ո՞վ կարող է հեռացնել մեզ Քրիստոսի սիրուց. նեղությունը, անձկությունը, թե՛ վիշտը»: Իսկ նա, ով շուտով փորձություններից խարխվում է, հայտնի է, որ չունի Սուրբ Հոգի:

Հինգերորդ նշան՝ երբ անոթը լիքն է, այն իջնում է ծովի հատակը, իսկ դատարկը լողում է ջրի վրա: Այդպես էլ նա, ով լցված է Սուրբ Հոգով, խոնարհությամբ հույժ իջնում է, իսկ ով չունի Սուրբ Հոգու շնորհները, լողում է ջրի երեսին, այսինքն՝ ապրում է փառասիրությամբ և հպարտությամբ: Այսքանը առաջինի մասին:

Երկրորդ հարցն է՝ թե ինչպե՞ս են լցվում Սուրբ Հոգով:

Պատասխանում ենք՝ ինչպես որ նյութեղեն կարասը, որը լցնելու համար չորս բան է հարկավոր: Նախ՝ պարտ է, որ այն դատարկվի ներսում եղած գարշելի իրերից: Երկրորդ՝ պարտ է, որ լվացվի: Երրորդ՝ պարտ է, որ անվնաս լինի, իսկ եթե կոտրված է՝ ամուր կացվի: Չորրորդ՝ պարտ է, որ դրված լինի բերանը դեպի վեր: Այդպես էլ՝ ով լի է գարշելի մեղքերով և կամենում է լցվել Սուրբ Հոգով, նախ անհրաժեշտ է, որ խոստովանությամբ սիրտը դատարկի գարշելի մեղքերից: Ինչպես ոմն փիլիսոփա ասաց Ալեքսանդր Մակեդոնացուն. «Պատրաստ է Աստված հեղել իր իմաստությունը, քանզի չի խնայում, սակայն դու պատրաստ չես, քանի որ սիրտդ լցված է հպարտությամբ և աշխարհի փառքերով: Դատարկիր սիրտդ աշխարհիկ հոգսերից և կլցվես աստվածային իմաստությամբ»: Եվ ինչպես օձը, երբ ջուր է խմում, նախ թափում է թույնը և հետո՝ ըմպում, նույնպես և մեզ անհրաժեշտ է նախ սիրտը դատարկել նախանձից, ցանկություններից և ամենայն մեղքերից, նոր միայն ընդունել Սուրբ Հոգուն:

Երկրորդ՝ պարտ է, որ մարդն արտասուքներով, աղոթքներով և պահքով լվանա իր սիրտը:

Երրորդ՝ պարտ է, որ սիրտն անվնաս լինի, չլինի մեղքերի կամքը, քանի որ նա, ով գործերով հեռացել է մեղքերից, սակայն մտով դրանց հավանում է, նման է կոտրված ափսեի, որը չի պահում Սուրբ Հոգու շնորհները: Դարձյալ պարտ է, որ անվնաս լինի, այսինքն՝ կուսությամբ և ողջախոհությամբ իրեն անարատ պահի: Նաև պարտ է, որ հինգ զգայարանները կոծկի Աստծո երկյուղով: Երբ պատրաստում են կարասի նման մի փայտե անոթ՝ եզերքը եզերքին ձգված և փայտյա օղակապով ամրացված, նրա մեջ ինչ էլ որ լցնում են՝ պահում է: Այդպես էլ մենք պետք է մեր սրտերը ամրացնենք տասը զոտիներով, այսինքն՝ տասը պատվիրանների պահպանությամբ, որպեսզի լցվենք Սուրբ Հոգու ուրախարար գինով:

Չորրորդ՝ պարտ է, որ մեր սրտերը ուղիղ հաստատենք՝ դուռը դեպի վեր, այն է՝ մեր սրտերի փափագը առ Աստված ուղղենք, իսկ եթե սրտի դուռը դեպի ներքև լինի, այն է՝ սիրել աշխարհի հեշտությունները, այդ դեպքում մարդը չի լցվում Սուրբ Հոգով, այլ պիղծ ոգով: Այսքանը երկրորդի մասին:

Երրորդ հարցն է, թե ինչպե՞ս լցվեցին առաքյալները: Վարդապետները ասում են, որ առաքյալները վեց կերպով պատրաստվեցին Հոգուն:

Նախ՝ պատվիրանապահությամբ:

Երկրորդ՝ քանզի միմյանց հետ սիրով էին կապված, ինչպես որ առաքյալների գործերում է ասվում, թե՛ «Աշակերտները միասին էին»: «Աշակերտներ» ասելով ցույց է տալիս նրանց հնազանդությունը, իսկ «միմյանց հետ» ասելով՝ իրար հանդեպ ունեցած սերը, քանզի ամենքը միական և միախորհուրդ էին:

Երրորդ՝ պատրաստվեցին խոնարհությամբ, ինչպես որ Ղուկաս Ավետարանիչն է ասում, թե. «Նստեցեք երուսաղեմում, մինչև որ բարձունքներից զորություն հագնեմք»: «Նստել» խոնարհություն է նշանակում, քանզի Սուրբ Հոգին խոնարհներին է սիրում՝ ինչպես որ Եսայի մարգարեն է ասում. «Ո՞ւմ մոտ ես հանգրվանեցի, եթե ոչ՝ հեզերի և խոնարհների և նրանց, ովքեր դողում են իմ խոսքերից»:

Չորրորդ՝ պատրաստվեցին, քանզի խաղաղ վայրում էին, այսինքն՝ վերնատանը և ոչ թե դրսում և աղմուկի մեջ, քանի որ Սուրբ Հոգին աղմուկ և ամբոխ չի սիրում:

Հինգերորդ՝ քանզի Համբարձման օրից մինչև Պենտեկոստե՝

Սուրբ Յոզու գալստյան օրը, պահքի և աղոթքի մեջ էին, ինչպես որ առաքյալների գործերի մեջ է ասվում, թե՛ «Սրբերը հանապազ աղոթքի մեջ էին՝ կանանցով, Հիսուսի մայր Մարիամով և Նրա եղբայրներով հանդերձ»:

Վեցերորդ՝ հեշտությամբ և խաղաղությամբ պատրաստվեցին, քանզի Երուսաղեմում էին, որը թարգմանվում է «խաղաղություն»։ Եվ եթե մենք էլ նրանց նման այսպես պատրաստվենք, մենք էլ կընդունենք Սուրբ Յոզին:

Չորրորդ հարցն է, թե՛ ինչպե՞ս է դրոշմում Սուրբ Յոզին: Պետք է ասել, որ Սուրբ Յոզին հավատացյալներին տրվեց որպես կնիք, որպես գրավ և որպես օծություն: Առաջին երկուսի մասին Պողոս առաքյալն ասում է եփեսացիներին ուղղված թղթում, թե՛ «Առհավատչյա ժառանգության համար կնքվեցին Սուրբ Յոզով»: Եվ առաջինի մասին պետք է իմանալ, որ աննյութական այս կնիքը, որը սուրբ Յոզին է, երկու բան է կատարում:

Նախ՝ զատում է դժուր Աստծո որդիների և աստանայի որդիների միջև: Քանզի նա, ով մկրտված է Սուրբ Յոզով, Աստծո որդիներից և Քրիստոսի ոչխարներից է, իսկ ով այս դրոշմով կնքված չէ, աստանայի ոչխարներից է, ինչպես որ Պողոս առաքյալն է ասում. «Ով չունի Քրիստոսի Յոզին, նա Նրանը չէ»:

Երկրորդ՝ Սուրբ Յոզին խաղաղություն է շնորհում հավատացյալներին: Եվ ինչպես որ բեռնավորված վաճառականը, որն ունի թագավորի կնիքը, ճանապարհին իր խաղաղությամբ է գնում, այնպես էլ նա, ով ունի Սուրբ Յոզին, խաղաղությամբ է գնում Երկնային արքայություն: Իսկ ով չունի կնիքն այս, չպիտի ազատվի աստանայի և դևերի ձեռքից:

Իսկ երկրորդի մասին պետք է գիտենալ, որ Սուրբ Յոզին գրավական է Երկնային արքայության, քանզի, երբ գրավը թանկարժեք է լինում, գրավ վերցնողը չի անհանգստանում, որովհետև գիտի, որ փոխ տված իր ոսկին չի կորչի, քանի որ գրավի թանկարժեք լինելը տիրոջն ստիպում է, որ հետ վերցնի իր գրավը: Այսպես էլ հոգևորն է. երբ ճշմարիտ հավատքով և սուրբ սրտով բարիքներ ենք գործում, Աստված մեզ պարտական է լինում, քանզի Ինքն Իր կամքով մեզ Երկնային արքայություն խոստացավ: Եվ որպեսզի անտարբեր չլինենք, Աստված, որպես գրավ, տվեց Սուրբ Յոզուն: Եվ եթե գրավն այս պահենք, կժառանգենք Երկնային արքայությունը: Իսկ Սուրբ Յոզին հույժ պատվական է, քանզի Յոզի է Աստծո և Յոզի՝ Քրիստոսի: Ինչպես որ ամեն մարդու համար իր հոգին պատվական է: Դրա համար էլ Աստված կամենում է մեզ տալ խոստացված Արքայությունը: Իսկ ով գրավն այս կորցնում է՝ Երկնային արքայությունն է կորցնում, քանզի հայտնի է, որ Սուրբ Յոզին հավատացյալներին է տրվել որպես կնիք և որպես գրավ:

Սուրբ Յոզին տրվեց նաև որպես օծություն, ինչպես որ Յովհաննես առաքյալն է ասում ընդհանրական թղթերում. «Դուք օծված եք Սուրբ Յոզու կողմից, և օծությունը սովորեցնում է ձեզ ամեն ինչ»: Եվ պետք է գիտենալ, որ չորս նշաններով է երևում, որ մարդն օծված է Սուրբ Յոզով: Ինչպես որ և չորս նշանով է երևում, որ առարկան յուղված է:

Առաջին նշան՝ երբ փայտը ձեթով կամ յուղով է պատված, արագ է այրվում կրակի մեջ: Այդպես էլ նա, ով օծված է Սուրբ Յոզով՝ Աստծո պատվիրանները ջերմեռանդ սիրով է կատարում:

Երկրորդ նշան՝ եթե որևէ մեկն իր վրա ձեթ է քսած լինում, ապա հակառակորդի ձեռքը չի կարողանում բռնել նրան, այլ սահում է, ինչպես որ

անում են ըմբշամարտիկները: Այդպես էլ՝ եթե մարդը չի բռնվում աստանայի կողմից և փորձություններից չի պարտվում, նշանակում է, որ օծված է Սուրբ Յոզով:

Երրորդ նշան՝ եթե իրը յուղված է, ապա փայլվում է: Այդպես էլ, երբ մարդն օծված է Սուրբ Յոզով, միտքը նրա լուսավոր է և ճանաչել է տալիս բարին ու չարը:

Չորրորդ նշան՝ եթե սայլի սունին յուղված է, ապա թեպետ ծանր էլ բարձրված լինի, ծայր չի հանում, այլ հանդարտորեն ընթանում է: Իսկ երբ յուղված չէ, խիստ ճռնչում է: Այդպես էլ, եթե մարդն օծված է Սուրբ Յոզով, բոլոր ծանր բեռները, այսինքն՝ աղքատությունը և նեղությունները տանում է գոհությամբ և ոչ թե տրտնջալով: Իսկ եթե չի կատարում Աստծո պատվիրանները, ընկնում է աստանայի փորձությունների մեջ: Եվ կույր է նրա միտքը, քանզի բարին չար է տեսնում, իսկ չարը՝ բարի: Իսկ երբ վրա են հասնում նեղությունները, և մարդը դժվարությամբ և տրտնջալով է դրանք կրում, ապա նշան է, որ օծված չէ Սուրբ Յոզով: Այլ Ինքը՝ Սուրբ Յոզի Աստված, թող արժանի դարձնի մեզ օծման ողորմությամբ և Իր շնորհներին ու պարգևներին: Եվ Նրան փառք հավիտյանս հավիտենից: Ամեն:

Սբ. Գրիգոր Տաթևացի



## Նարեկ

Բան ԻԹ

Ահա ճշգրիտ պատկերն իրական  
Հանդիմանարժան վնասապարտիս.  
Տխուր կերպարանք, շիջած ճառագայթ,  
Իսպառ ցամաքած հյութալիություն,  
Չորացած շրթունք, անշքացած տիպ, վշտագնաց հոգի,  
Բնավ սխալված չէր լինի, եթե մեկն ասեր նա՝  
Անբարձրախոս միտք ու անհպարտ սիրտ,  
Պարզև խնդրելու անիրավասու երկչոտ տառապյալ,  
Աղերսանքների իրավունքից զուրկ ծարավատոջոր,  
Ինքնանարգելի հապաղկոտ, պղերգ,  
Արդարալուկ մերժված սովահար,  
Ինքնանահատակ մահապարտ մի հեգ,  
Արժանապատիժ մի վտարանդի,  
Անձնանեծ թշվառ:

Սրան օրինակ կարող են լինել  
Այն փարիսեցիներ, որն արդարագործ  
Համարեց իրեն, սակայն կշտամբվեց,  
Եվ մաքսավորն այն, որ ճանաչելով  
Իրեն մեղապարտ՝ բարեհռչակվեց:

Բան (ԻԱ)

(Եվ արդ) ինչպե՞ս համարեն ես ինքս ինձ մարդ,  
Երբ կարգն են դասված տմարդիների,  
Կամ ինչպե՞ս պիտի բանական կոչվեմ,  
Երբ անբանների կցորդ եմ դարձել իմ հիմարությամբ.  
Ինչպե՞ս կարող եմ անվանվել տեսնող,  
Ես, որ իմ ներքին լույսերն են մարել.  
Եվ ինչո՞ւ պիտի ունենամ համբավ զգայականի,  
Երբ իմացության դռներս են փակված.  
Ինչո՞վ կարող եմ ինձ ցույց տալ որպես անեղծի տիպար,  
Երբ անձնասպան եմ եղել հոգեպես:

Երբ ինչպե՞ս շարժուն ու շնչավորական  
Իրավունք չունեն ինքս ինձ կոչելու,  
Թող թե հոգևոր և կամ բանական,  
Անպետքագույնս անոթներից ողջ,  
Անարգագույնս որմնաքարերից,  
Արհամարհվածս կանչվածների մեջ,  
Կոչնականներից վատթարս տրուպ:  
Սուրբ Երեմիայի խոսքի համաձայն,  
Բռնված ցավերով ու տանջանքներով Երուսաղեմի՝  
Ահաբեկվել եմ ու սմբել եմ մահվան արհավիրքներով՝  
Բոլորից լքված ու անմխիթար.  
Օրերս հատնեցին հեծությամբ անվերջ,  
Իսկ տարիներս ընթացքն՝ անհատնում հառաչանքներից,  
Ըստ սաղմոսողի նվագերգության:  
Ձերթ ասվին՝ ցեցից ու փայտը՝ որդից,  
Ըստ իմաստունի, ես էլ հալվեցի խիթերից սրտիս.  
Ըստ հոգեբազմի, սարդոստայնի պես  
Մաշվեցի իսպառ ու դարձա խոտան.  
Ըստ մարգարեի,  
Ինչպես փութանցիկ առավոտվա ամպ  
Ու վաղորդյան ցող, անհետ ցնդեցի:  
Սակայն ես հույսն իմ ինչ-որ մի մարդու վրա չեմ

դրել,

Որ մարգարեի անեծքն ստացած՝ վհատվեմ անհույս,  
Այլ քեզ վրա լուկ, Տե՛ր իմ ոգեսեր,  
Որ անգամ խաչիդ բետեմած պահին,  
Առլեցուն սիրով բարեգթության,  
Չարչարողներիդ համար մինչևիսկ  
Քո բարձրյալ Հորից աղերսում էիր մեծ ողորմություն:  
Շնորհի՛ր նաև ինձ հույս քավության, կյա՛նք ու ապավեն,  
Որպեսզի թշվառ շունչս փչելիս  
Ստացած լինեմ քո բարի Հոգի:  
Եվ քեզ, Սուրբ Հոգով, բարձրյալ Հորդ հետ,  
Հաղթություն և փա՛ռք հավիտյանս. ամեն:

Սբ. Գրիգոր Նարեկացի



# Հպարտության, խոնարհության, փառամոլության և մարդահաճության մասին

Հիրավի, հպարտությունից կոռիվ է ծագում, բայց խրատին ականջ դնողների մոտ իմաստություն կա (Առակ. 13:10):



## Աստվածաշնչից

1. Կոտորածի առջևից՝ հպարտությունն ու կործանման առջևից անբարտավանության ոգին է գնում (Առակ. 16:18):
2. Մարդու հպարտությունն իրեն կկործանի (Առակ. 29:23):
3. Հիմարի բերանում հպարտության գավազան կա (Առակ. 14:3):
4. Տերը հպարտների տունը կկործանի (Առակ. 15:25):
5. Բոլոր սրտով հպարտները Տիրոջ առջև պիղծ են (Առակ. 16:5):
6. Երբ հպարտությունը գա, անարգությունն էլ կգա, բայց իմաստությունը խոնարհների հետ է (Առակ. 11:2):
7. Կոտորածից առաջ մարդու սիրտը հպարտանում է, բայց փառքի առջևից խոնարհությունն է գնում (Առակ. 18:12):
8. Մեծամիտը չի սիրում իրեն հանդիմանողին և չի հաղորդվում իմաստունների հետ (Առակ. 15:12):
9. Ահա ես քեզ դեմ եմ, ո՛վ հպարտ, ասում է Ջորությունների Տերը, քանզի քո օրը, քեզ պատուհասելու ժամանակը հասել է: Հպարտը գլորվելով պետք է ընկնի, ու մեկը չպիտի լինի, որ նրան բարձրացնի (Երեմ. 50:31-32):
10. Ջորությունների Տիրոջ օրը բոլոր հպարտների ու անբարտավանների վրա է, բոլոր մեծամիտների ու գոռոզների վրա, որոնք պիտի խոնարհվեն (Եսայի 2:12):
11. Քո ահավորությունը, քո սրտի հպարտությունը քեզ խաբեցին, ո՛վ վեմի խոռոչների մեջ բնակվող ու բարձր բլուրներից փակչող: Եթե քո բույնը արծվի պես բարձրերում էլ շինես, քեզ այնտեղից պիտի իջեցնեն, ասում է Տերը (Եսայի 49:16):
12. Սողոմի անօրենությունը այս էր... հպարտություն, հացի կշտություն ու անհոգ հանգստություն: Հպարտացան և իմ առջևս պղծություն արին (Եզեկ. 16:49-50):
13. Մի՛ հպարտացիր, այլ վախեցիր, որովհետև, եթե Աստված բուն ճյուղերին չխնայեց, գուցե երբեք քեզ էլ չխնայի (Հռոմ. 11:20 - 21):
14. Ի՞նչ ունես դու, որ չես առել. և եթե առել ես, ինչո՞ւ ես պարծե-

նում չառածի պես (Ա Կորնթ. 4:7):

15. Եթե պարծենալ պետք լինի, իմ տկարություններով կպարծեանամ (Բ Կորնթ. 11:30):
16. Գիտությունը հպարտացնում է, բայց սերը՝ հաստատում: Եթե մեկը կարծում է, թե բան գիտե, դեռ չգիտե իսկ ինչպես պետք է գիտենար: Բայց ով սիրում է Աստծուն, նա ճանաչված է Նրանից (Ա Կորնթ. 8:1-3):
17. Սերը երկայնամիտ է, քաղցր է. սերը չի նախանձում, սերը չի գոռոզանում, չի հպարտանում (Ա Կորնթ. 13:4):
18. Էլ սրանից հետո հպարտությունով մի՛ պարծեցեք ու ձեր բերանից անբարտավանություն թող դուրս չգա (Ա. Թագ. 2:3):

\*\*\*

19. Իմ լուծը ձեր վրա վերցրեք և սովորեցեք ինձանից, որ հեզ եմ ու սրտով խոնարհ. և ձեր համար հանգիստ պիտի գտնեք, որովհետև իմ լուծը քաղցր է և իմ բեռը՝ թեթև (Մատթ. 11:28-29):
20. Եշմարիտ եմ ասում ձեզ, եթե չդառնաք ու չլինեք մանուկների պես, երկընքի արքայություն չեք մտնի: Արդ, ով իր անձը խոնարհեցնում է, ինչպես այս մանուկը, երկընքի արքայության մեջ նա՛ է մեծ (Մատթ. 18:3-4):
21. Ով իր անձը բարձրացնում է, կխոնարհվի. և ով խոնարհեցնում է իր անձը՝ կբարձրանա (Մատթ. 23:12):
22. Եվ դաշտի բոլոր ծառերը պետք է իմանան, որ ես՝ Տերս եմ, որ խոնարհեցնում եմ բարձրացած ծառը կամ բարձրացնում խոնարհված ծառը, չորացնում եմ դալար ծառը կամ դալարեցնում չորացած ծառը: Ես՝ Տերս եմ ասել սա, և անելու եմ (Եզեկ. 17:24):
23. Համերաշխ եղեք միմյանց հետ. մի՛ մեծամտացեք, այլ խոնարհ եղեք խոնարհների հանդեպ: Դուք ձեզ իմաստունի տեղ մի՛ դրեք: Մեկին չարի փոխարեն չար մի՛ հատուցեք: Խորհեցեք բարին՝ բոլոր մարդկանց առաջ: Ինչ չափով հնարավոր է ձեզ համար, բոլոր մարդկանց հետ խաղաղություն պահեցեք (Հռոմ. 12:16-18):
24. Բոլորդ միմյանց հանդեպ խոնարհություն ունեցեք, քանի որ «Աստված հակառակ է անբարտավաններին, իսկ խոնարհներին տալիս է շնորհ»: Խոնարհվեցեք Աստծո հզոր ձեռքի տակ, որպեսզի ժամանակին Նա ձեզ բարձրացնի: Չեր բոլոր հոգսերը Նրա վրա ձգեցեք, որովհետև Նա է, որ հոգում է ձեր մասին (Ա Պետ. 5:5-6):
25. Կատարյալ խոնարհությամբ, հեզությամբ և համբերությամբ հանդուրժեցեք միմյանց սիրով, ջանացեք պահել Հոգու միությունը խաղաղության կապով (Եփես. 4:2-3):
26. Մի՛ արեք որևէ բան հակառակության ոգով, ոչ էլ որևէ բան՝ սնապարծությամբ, այլ խոնարհությամբ մեկը մյուսին ավելի լավ համարեցեք, քան ինքներդ ձեզ (Փիլիպ. 2:3):
27. Խոնարհի հոգին է պատարագն Աստծո, մաքուր սիրտն ու խոնարհի հոգին Աստված չի արհամարհում (Սաղմ. 50:19):
28. Տերը նրանց կողքին է, ովքեր սրտամաշ են եղել, և Նա փրկում է հոգով խոնարհներին (Սաղմ. 33:19):
29. Խոնարհեցրի իմ սիրտը, որպեսզի Քո կանոնները կատարեն հավիտյան՝ մինչև վերջ (Սաղմ. 119:112):

30. Բարձր է Տերը, Նա տեսնում է խոնարհներին, իսկ բարձրամիտներին՝ հեռվից ճանաչում (Սաղմ. 137:6):

31. Տերը հակառակ է ամբարտավաններին. Նա շնորհ է տալիս խոնարհներին (Առակ. 3:34):

32. Խոնարհների բերանն իմաստություն է խորհում (Առակ. 11:2):

33. Խոնարհ մարդու բոլոր գործերը հայտնի են Տիրոջը, և Տերը դատում է հոգիները (Առակ. 16:2):

34. Ինչպիսի մեծության էլ հասնես, դու քեզ խոնարհ պահիր, և շնորհ կգտնես Տիրոջ առջև (Առակ. 16:3):

35. Ամեն մեծամիտ պիղծ է Տիրոջ առջև (Առակ. 16:5):

36. Փնտրեցե՛ք Տիրոջը, երկրի բոլոր խոնարհներ, իրավունք արեք, արդարություն որոնեցե՛ք (Սով. 2:3):

37. Ես ո՞ւմ եմ նայելու, եթե ոչ հեզերին ու խոնարհներին և նրանց, ովքեր դողում են Իմ խոսքից (Եսայի 66:2):

38 Միշտ խոնարհեցրու քո անձը, որովհետև ամբարշտի վրեժխնդրությունը կրակ ու որդ է (Սիրաք 7:18 -19):

39. Ինչքան մեծ լինես, այնքան խոնարհեցրու քո անձը, և շնորհ կգտնես Տիրոջ առջև, քանզի մեծ է Տիրոջ զորությունը, և Նա փառավորում է Իր կամքը կատարող խոնարհներին (Սիրաք 3:20):

40. Երանի հեզերին, որովհետև նրանք երկիրը պիտի ժառանգեն (Մատթ. 5:5):

41. Եթե մեկը ուզում է առաջինը լինել, բոլորից վերջինը և բոլորի սպասավորը պիտի լինի (Մարկ. 9:34):

42. Ամբարտավանների ծաղրն ու նախատինքը, նաև վրեժխնդրությունը առյուծի նման դարանակալ են նրանց: Որոգայթով կքռվեն նրանք, ովքեր ուրախանում են բարեպաշտների անկումով. իրենց մահից առաջ հեծությունը պիտի մաշի նրանց (Սիրաք 27:31-32):

43. Մարդու համար լավ է, եթե իր մանկությունից կրի խոնարհության լուծը: Միայնակ ու լռիկ նա կնստի իր տանը, որովհետև ինքն անձամբ հանձն առավ լուծը: Նա կխոնարհվի՝ իր բերանով համբուրելու հողը, որովհետև նրա համար հույս կա. իր ծնոտները դեմ կտա հարվածներին, կկրի նախատինքներ, բայց Տերը նրան ընդմիշտ չի մերժի: Նա, ով տառապանքներ տվեց նրան, Ինքն էլ Իր անսահման ողորմածությամբ կողորմի նրան (Ողբ Երեմ. 3:27 - 32):

\* \* \*

44. Ով ինքն իրենից է խոսում, իր համար է փառք փնտրում, իսկ ով փնտրում է Նրա՝ փառքը, Ով իրեն ուղարկել է, Նա ճշմարիտ է, և Նրա մեջ սուտ բան չկա (Յովհ. 7:18):

45. Դուք ինչպե՞ս կարող եք հավատալ, քանի որ իրարից եք փառք առնում և չեք որոնում այն փառքը, որ միակ Աստուծուց է գալիս (Յովհ. 5:44):

46. Մարդկանցից տրված փառքը ավելի սիրեցին, քան Աստուծուց տրված փառքը (Յովհ. 12:43):

47. Ինչպես որ լավ չէ շատ մեղր ուտելը, այնպես էլ հարկավոր է հարգել միայն պատվական խոսքերը: Առանց խորհրդի գործ անող մարդը նման է պարիսպները կործանված քաղաքի (Առակ. 25:27-28):

48. Թող քեզ քո ընկերը գովի և ոչ թե քո բերանը, օտարը և ոչ թե քո շուրթերը (Առակ. 27:2):

49. Եվ նրանց ասաց. «Դուք եք, որ մարդկանց առաջ ձեզ արդար եք ձևացնում, սակայն Աստված ձեր սրտերը գիտե. որովհետև այն, որ մարդկանց առաջ բարձր է, Աստուծու առաջ զազրելի է» (Ղուկ. 16:15):

50. Արդ՝ մարդկանց եմ ձգտում հաճոյացնել, թե՞ Աստուծու: Կամ մարդկանց հաճելի լինե՞լ եմ ուզում: Եթե ջանայի մարդկանց հաճելի լինել, ապա Քրիստոսին ծառա չէի լինի (Գաղ. 1:10):

51. Եվ փառք չփնտրեցինք մարդկանցից, ոչ ձեզանից և ոչ էլ ուրիշներից (Ա Թես. 2:6):

52. Ծառաներ, հնազանդ եղեք ձեր մարմնավոր տերերին՝ ահով և դողով և անկեղծ սրտով, ինչպես հնազանդ եք Քրիստոսին. ոչ թե հսկողության տակ ծառայելով, որպես մարդահաճո անձեր, այլ՝ որպես Քրիստոսի ծառաներ՝ կատարելու համար Աստուծու կամքը (Եփես. 6:5-6):

53. Մարդ կա, որ ամոթի պատճառով է հոգին կորցնում. նա կկորչի իր մարդահաճության համար: Մարդ էլ կա, որ ամոթի պատճառով է խոստում տալիս ընկերոջը և իզուր նրան թշնամի է դարձնում իրեն (Սիրաք 20:25-26):

1. Գործերդ, ինչպիսին էլ որ լինեն, մի հպարտացիր (Անտոն Անապատական):

2. Հպարտությունն ու մեծամտությունը սատանային երկնքից վտարեցին, իսկ խոնարհությունն ու հեզությունը մարդուն բարձրացնում են երկրից երկինք (Անտոն Անապատական):

3. Սրտի հպարտությունը ատելի է Աստուծու, հրեշտակներին ու սուրբերին: Հպարտության համար Աստված ստեղծեց դժոխքը (Անտոն Անապատական):

4. Ինքդ քեզ իմաստուն մի համարիր, ապա թե ոչ՝ մեջդ գլուխ կբարձրացնի հպարտության ոգին, և դու կընկնես քո թշնամիների ձեռքը (Անտոն Անապատական):

5. Հպարտությունը՝ ստորջրյա ժայռի է նման, որին բախվելով կործանվել են նույնիսկ նրանք, որոնք երկար ժամանակ դիմակայել են զանազան մոլությունների ու փորձությունների (Յովհան Ոսկեբերան):

6. Աստված Իրեն խոնարհեցրեց քեզ համար, իսկ դու քեզ համար չե՞ս ուզում խոնարհվել ու պարծենում ես հպարտանալով (Մակար Մեծ):

7. Հպարտության դևը պատճառ է հոգու դժբախտ անկման: Նա համոզում է, որպեսզի Աստուծուն՝ որպես իրեն օգնական չխոստովանեն և իրենց համարեն ուղղվելու պատճառ: Եվ բարձրացնում է մարդու անձը եղբայրների վրա, ինչպես տգետների: Հպարտությանը հետևում է բարկությունը և վերջին չարիքը՝ խելագարությունը, և օդի մեջ դևերի հայտնապես երևալը (Եվագր Պոնտացի):

8. Տերևի սոսափյունը սարսափեցնում է հպարտին, իսկ ջրի խշշոցը խոցում է նրա հոգին (Նեղոս Սինայեցի):

9. Հպարտությունը հոգու ուռուցք է՝ լեցուն աղտոտված արյամբ, եթե այն հատուճանա՝ դուրս պիտի ժայթքի (Նեղոս Սինայեցի):

10. Հպարտացած անձը վախի ստրուկն է, ինքն իր վրա հույս դնելով՝ վախենում է ձայներից և նույնիսկ սեփական ստվերից (Յովհաննես Սանդուղք):

11. Եթե հպարտության թույնը քեզ ուռճացնի, դիմիր Սուրբ Հաղորդությանը: Այդ օրհնյալ հացը, որի երևույթի տակ Աստված է աներևութացել՝ քեզ խոնարհվել կսովորեցնի (Կյուրեղ Երուսաղեմացի):

12. Անենահեշտը ինքն իրեն խաբելն է, հպարտանալ փուչ

փառքով, ինքն իրեն երևակայել, երբ իրականում ոչինչ  
ես (Գրիգոր Աստվածաբան):

13. Քրիստոս հեզերինն է և ոչ թե նրանցը, ովքեր իրենց բարձրացնում են  
Իր հոտի վրա: Աստծո մեծության գավազանը՝ մեր Տեր Հիսուս Քրիստոս,  
չեկավ պարծանքի և հպարտության փայլով, թեև կարող էր, այլ՝  
խոնարհությամբ (Կղեմես Հռովմեացի):

14. Նա, ով իրեն իմաստուն է համարում, գրկվում է Աստծո իմաստությունից  
(Իսահակ Ասորի):

15. Չհպարտանանք, քանի որ եթե Աստված Իր շնորհը վերցնի, մենք էլ Սողոմ-  
Քոնորին կնմանվենք (Թովմաս Ավվինացի):

16. Չկա ավելի մեծ մեղք, քան հպարտությունը՝ բոլոր չարիքների արմատը,  
որը մարդուն նմանեցնում է դևի («Հոգևոր Պատերազմ» գրքից):

17. Միշտ պետք է վախենալ հոգևոր հպարտությունից, քանի որ նա փուչ է  
դարձնում մեր բոլոր գործերը («Հոգևոր Պատերազմ» գրքից):

18. Երբ զգում ես, որ լցվում ես հպարտությամբ, ապա իմացի՛ր, որ դա ուրիշ-  
ներից ստացած գովեստների արդյունքն է (Հոգեշահ գրքերից):

19. Հայհոյող դևը չնայած հարձակվում է բոլորի վրա, բայց հպարտներն ավե-  
լի շատ են տառապում նրա հայհոյիչ մտքերից (Հոգեշահ գրքերից):

20. Պարծենկոտությունը ջնջում է բարի գործերը (Հոգեշահ գրքերից):

21. Հպարտների սրտում ծնվում են հայհոյական խոսքեր, իսկ խոնարհա-  
միտների հոգիներում երկնային հայտնություններ (Հոգեշահ գրքերից):

22. Առանց Աստծո օրհնության մեր բոլոր բարի և օգտակար գործերում  
հպարտություն կա, որը հակառակ է Աստծուն (Հոգեշահ գրքերից):

23. Հպարտն ուզում է ամեն բանի մեջ առաջին տեղը բռնել, մարդկանց հիաց-  
մունքին և ուշադրությանն արժանանալ, բոլորի սերն ու համակրանքը շահել,  
բայց իր բոլոր ջանքերին հակառակ՝ նա դառնում է շատերի համար ծաղրի  
առարկա (Տեր Գաբրիել քահանա):

24. Հպարտությունն ամենավեժն առաքինությունների մեջ էլ է խցկվում, և  
ամենազարմանալիս այն է, որ նույնիսկ խոնարհության մեջ էլ է ինքն իրեն  
հայտնում և սա կոչվում է հոգևոր հպարտություն: Մարմավոր հպարտության պես  
հոգևոր հպարտությունն էլ մեծ չարիքներ է առաջ բերում. մանավանդ չարիք-  
ներից ամենամեծը, քանի որ Աստծուն իրեն հակառակորդ և թշնամի է դարձնում,  
ինչպես Սուրբ Գիրքն էլ վկայում է. «Աստված հակառակ է ամբարտավաններին»,  
նաև՝ «Ահա ես քեզ դեմ եմ, ո՛վ հպարտ, ասում է Ջորությունների Տերը», իսկա-  
պես, Աստված բոլոր մոլություններից էլ զգվում է, բայց զոնե նրանց Իրեն թշնամի  
չի հայտարարում: Մարդ որքա՛ն ավելի պատճառ ունի ահ ու դողի մեջ լինելու,  
երբ Աստված իրեն որպես թշնամի ունենա: Ուրեմն պետք է հպարտության ամեն  
տեսակ դրսևորումները հաղթահարել և զգույշ լինել. թեպետ այս մեղքը  
պարտության մատնելը ոչուրին չէ: Շատ կարևոր է նրա դեմ գործածվող գեները  
ընտրել իմանանք, որ է՝ խոնարհության զենքը (Տեր Գաբրիել քահանա):

25. Հիշիր նաև վերջո, թե ինչպես հողից ստեղծված մարմինդ դարձյալ հողին  
պիտի դառնա ու փոշու պիտի վերածվի. վայե՞լ է արդյոք հպարտանալ հող ու  
մոխրին: Իսկ եթե կյանքդ բարի գործերով ու ծառայություններով լեցուն է, և  
սրանց համար ես հպարտանում, այդժամ Քրիստոսի պատվիրանի համեմատ  
պետք է ասես. «Անպիտան ծառա եմ, ինչ-որ պարտական էի անելու՝  
արեցի» (Տեր Գաբրիել քահանա):

26. Շողոքորթներն առավել խաբուն են հպարտ  
առաջնորդներին և նրանց զգում վտանգի մեջ: Նրանք չեն խոսում  
ճշմարիտը, որ գիտեն, այլ խոսում են այնպես, ինչպես որ հաճո է  
առաջնորդի կամքին, դրա համար էլ միշտ փոխում են և այլայլում ճշմարիտը,  
մանավանդ այն, ինչ վերաբերվում է առաջնորդին (հովվին) (Պողոս  
Պատրիարք):

27. Հպարտությունն ու նախանձն էր, որ սատանային աստվածանալու ցան-  
կությանը մղեց, և այժմ էլ ջանում է բոլոր մարդկանց կողմից երկրպագել  
(Գրիգոր Տաթևացի):

28. Խոնարհություն է, որ մարդ բոլոր դրժելի իրերից զարհուրում, զգուշանում  
և չի հպարտանում՝ ասելով. «Ո՞վ ինձ կհաղթի», որի մասին Սողոմոնն ասում է.  
«Սպառնալիքները փշրում են իմաստունների սրտերը, իսկ հպարտն ինքն  
ապավինելով, որոգայթի մեջ է ընկնում» (Անանիա Նարեկացի):

\* \* \*

29. Սովորեցրու լեզվիդ արտաբերել. «Ներիր ինձ», և կխոնարհվես, այդպիսի  
խոնարհությունը կքանդի սատանայի բոլոր խաղաղականքները (Անտոն Անապա-  
տական):

30. Սիրիր խոնարհություն, և նա կծածկի քո բոլոր մեղքերը (Անտոն Անա-  
պատական):

31. Քո ընթացքում հետևիր խոնարհությանը (Անտոն Անապատական):

32. Մի զարմացիր, երբ սիրելիներդ թշնամանում են քեզ հետ: Դա չարի  
հնարքներն են: Մի նեղացիր, երբ վատ կխոսեն քո մասին, դա չար ոգիների ազ-  
դեցությունն է, որոնք ջանում են արգելքներ դնել մարդու հոգևոր առաջադի-  
մությանը, որը ձեռք է բերվում հնազանդությամբ (Անտոն Անապատական):

33. Ամեն բանում խոնարհ եղիր՝ կեցվածքում, հանդերձանքում, նստելիս,  
կանգնելիս, անկողնում և տանդ (Անտոն Անապատական):

34. Ով առաքինություններով զիջում է քեզ, դու նրան համարիր քեզ հավա-  
սար, իսկ ով հավասար է քեզ՝ դու նրան համարիր քեզանից շատ անգամ ավելի  
բարձր (Անտոն Անապատական):

35. Մի նախանձիր նրանց, ովքեր վեր են բարձրանում, այլ ավելի լավ է, որ  
բոլոր մարդկանց համարես քեզանից բարձր, այնժամ Աստված կլինի քեզ հետ  
(Անտոն Անապատական):

36. Մի գնա հպարտների հետ, այլ նախընտրիր խոնարհներին (Անտոն Անա-  
պատական):

37. Սիրիր աշխատանքը, ենթարկվիր բոլորին, շուրթերդ միշտ փակ պահիր և  
կիսանես խոնարհության, իսկ խոնարհությունդ կթողնի քո բոլոր մեղքերը  
(Անտոն Անապատական):

38. Ամեն ինչից առաջ մի համարիր, թե ինչ-որ մի բան ես ներկայացնում  
քեզանից, քանի որ, եթե այդպես վարվես՝ դա քո մեջ խոնարհություն կծնի,  
խոնարհությունը կծնի գիտություն (փորձառություն և ողջախոհություն),  
գիտությունը կծնի հավատ, հավատն էլ իր հերթին կծնի ապավինություն,  
ապավինությունը կծնի սեր, իսկ սերն էլ իր հերթին կծնի հնազանդություն, իսկ  
հնազանդությունը կծնի անփոփոխ և մշտական ամրություն՝ բարին գործելու  
(Անտոն Անապատական):

39. Երբ կսկսեն գովել քեզ քո արած գործերի համար, դու մի

ուրախացիր դրանով, և թող այդ բանը քեզ հաճելի չթվա:

Թաքցրու քո գործերը, որքանով որ այդ հնարավոր է, թույլ մի տուր քեզ, որպեսզի ինչ-որ մեկին առիթ տաս դրանց մասին խոսելու և ամեն կերպ աշխատիր հասնել այն բանին, որ մարդիկ չգովեն քեզ (Անտոն Անապատական):

40. Եթե մեկը քեզ հանդիմանի մեղքի համար, որին դու անհաղորդ ես՝ խոնարհվիր քեզ հանդիմանողի առջև ու անապականության պսակ կստանաս (Անտոն Անապատական):

41. Եթե գովում են քեզ, ապա Աստծուց չես գովվի (Յովհան Ոսկեբերան):

42. Խոնարհվող մեղավորները առանց բարի գործերի էլ են արդարանում, իսկ արդարները, իրենց ձեռք բերածն էլ են կորցնում հպարտության պատճառով (Յովհան Ոսկեբերան):

43. Նա է իր մասին շատ իմանում, ով իրեն ոչինչ է համարում (Յովհան Ոսկեբերան):

44. Եղիր խոհեմ, լռությամբ փակիր չարախոսների բերանները: Մի նեղացիր, երբ որևէ մեկը չարախոսի քեզ, դա չար ոգիների ներգործությունն է, որոնք ջանում են արգելքներ դնել մարդու հոգևոր առաջընթացին (Յովհան Ոսկեբերան):

45. Եթե չես ասում, թե մեղավոր եմ, ուրեմն չես ասում անձո՞ւ, քանզի հենց միայն «մեղավոր չեմ» ասելով մեղանչում ես: Բայց մանավանդ ասա՛, թե մեղավորներից էլ ավելի հանցավոր եմ Աստծո պատվիրանների հանդեպ: Այսպես է պետք խորհել ամեն ժամ և ասել, թե անպիտան եմ, մաև միմյանց խոնարհությամբ ավելի մեծարել, քան սեփական անձերը: Այսուհետև երկյուղով և խոնարհությամբ մոտեցիր Աստծուն, իսկ երբ մատուցես խոնարհության խոսքը, ասա՝ «Գոհանում եմ Քեզանից, Տեր, քանզի երկայնամտությամբ ներեցիր ինձ և ցայժմ առանց տանջանքների պահեցիր, քանզի, Տեր, ես արժանի էի մեծ պատուհաս կրելու և Քո կողմից արհամարհվելու: Իսկ Քո անոխակալ մարդափրությունը ներողամիտ գտնվեց իմ հանդեպ: Գոհանում եմ քեզանից, թեպետ արժանի չեմ երկայնամտությամբ գովությանը»: Եվ երբ երկուսն էլ՝ փառաբանությունն ու խոնարհությունը կատարես, այնժամ խնդրի՛ր այն, ինչ որ պետք է խնդրեիր (Բարսեղ Կեսարացի):

46. Ոչ ոքի մի՛ հարցրու բաների մասին, որ քեզ պետք չեն: Սովորի՛ր ամեն մարդու մասին բարին խոսել, իսկ քեզ նվաստացնել, դրանում մեծ խոնարհություն կա, որ հոգին դժոխքից բարձրացնում և հատում է կրքերը, սա մեծ հաղթանակ և զենք է սատանայի դեմ (Եփրեմ Ասորի):

47. Ով ուզում է տեղաշարժել քարը, նա ոչ թե վերևից է դնում լծակը, այլ ներքևից և հեշտությամբ շրջում է այն: Սա խոնարհության օրինակ է (Եփրեմ Ասորի):

48. Հիշիր գորավորների անկումը և խոնարհվիր առաքինություններիդ մեջ (Եփրեմ Ասորի):

49. Եթե ուզում ես ճշմարիտ խոնարհություն ձեռք բերել, ապա քաջաբար համբերի՛ր ուրիշների կողմից հասցրած վիրավորանքներին (Յայր Սրապիոն):

50. Խոնարհի աղոթքը խոնարհեցնում է Աստծուն, իսկ հպարտի խնդրանքը վիրավորում է Նրան (Նեղոս Սինայեցի):

51. Ճշմարիտ խոնարհությունն այն է, որ խոնարհվենք բոլորի առջև, քանզի եթե խոնարհվում ենք ոմանց առջև, նշանակում է

խոնարհությունը կեղծ է (Նեղոս Սինայեցի):

52. Եթե ինքը քեզ չափում ես փոքր չափով, քեզ ուրիշի հետ չես չափի (Նեղոս Սինայեցի):

53. Անարգված Դավիթը ոչ մի հակառակ բան չասաց, այլ կանգնեցրեց նույնիսկ Աբեսայի վրեժխնդրությունը (Բ Թագ. 16:10): Դու էլ, երբ ենթարկվում ես անարգանքների, ոչ միայն մի պատասխանիր այդ լուտանքներին, այլ սամձիր մաև նրան, ով ուզում է վրեժխնդիր լինել քո փոխարեն (Նեղոս Սինայեցի):

54. Հանդարտ ծովը հաճելի տեսարան է, բայց ավելի հաճելի է հոգու անդորրը (Նեղոս Սինայեցի):

55. Եթե ուզում ես խոնարհվել և փշրված սիրտ ձեռք բերել, մի կարդա աշխարհիկ գրականություն (ոչ պատմական, ոչ էլ այլ բովանդակության), մի ծանրացիր նույնիսկ Հին Ուխտի գրքերի վրա, այլ կարդա «Նոր Կտակարանը», հայրերի տառապալից վարքը, և այս ամենից մեծ օգուտ ձեռք կբերես (Նեղոս Սինայեցի):



### Հայրեր

56. Խոնարհություն ձեռք բերելու համար անհրաժեշտ է կարդալ և հիշել սրբերի վարքը ու նրանց կյանքը համեմատել մեր կյանքի հետ (Նեղոս Սինայեցի):

57. Կապանքներ դնելով ծնոտներիդ, դու զգալի ցավ կպատճառես քեզ սպառնացողին ու անարգողին (Նեղոս Սինայեցի):

58. Չսպասենք, որ մեզ առաջինը բարևեն, և ապա նոր մենք պատասխանենք, դա գոռոզամտության և անմտության նշան է, ընդհակառակը, միշտ առաջինը պետք է բարևել թե՛ բարեկամներին, թե՛ թշնամիներին (Նեղոս Սինայեցի):

59. Առաքինությունները բախում են Աստծո սրտի դռները, բայց խոնարհությունն է բացում այն (Օգոստինոս Երանելի):

60. Հոգու խոնարհությունը անպարտելի զենք է (Եվագր Պոնտացի):

61. Չարին չարով մի պատասխանիր և վիրավորանքով՝ վիրավորողին, քանի որ դրանցով Աստված խոնարհեցնում է քեզ՝ տեսնելով, որ դու ինքը չես ուզում խոնարհվել (Եվագր Պոնտացի):

62. Ամենից շատ, ինչպես գեհեմի կրակներից, պետք է զգուշանալ այն մտքից, որ մենք աստվածահաճո կյանքով ենք ապրում (Աբբա Դորոթեոս):

63. Ինքն իրեն դատելը խոնարհություն է: Քրիստոնեական խոնարհության առաջին աստիճանը եղբորն ավելի խելացի և ամեն ինչում քեզնից առավել համարելն է, մի խոսքով, ինչպես ասել են սուրբ հայրերը, համարես ինքը քեզ ամենից ցածրը: Խոնարհության երկրորդ աստիճանը բոլոր հոգևոր հաղթանակների Աստծուն վերագրելն է: Սա է սրբերի խոնարհությունը և կատարելությունը (Աբբա Դորոթեոս):

64. Ավելի ջանա չտեսնելու և չլսելու այլոց մեղքերը (Աբբա Դորոթեոս):

65. Մեզ համար սովորական է դարձել «ես մեղավոր եմ» ասելը, սա հաճելի է Աստծուն, բայց հոգանք, որ միայն բերանի խոսք չլինի, այլ սրտից բխած (Աբբա Դորոթեոս):

66. Պատահում է, որ մարդ իրեն խոնարհեցնում է, բայց իր փառքի համար (Աբբա Դորոթեոս):

67. Խոնարհությունը ոչ ոքի վրա չի բարկանում և ոչ ոքի չի բարկացնում (Աբբա Դորոթեոս):

68. Ամբարտավան ու հպարտացող անձի դեմ միայն խոնարհությամբ կարելի է պատերազմել ու հաղթել (Աբբա Դորոթեոս):

69. Հոգին, երբ խոնարհվում է, միայն այնժամ է պտղաբերում (Աբբա Դորոթեոս):

70. Քեզ միշտ այնպես պահիր, որպես թե հեռու ես ամեն առաքինությունից և Աստծո պատվիրաններից. անարգ, քան ամեն մարդ, և մեղավորներից ամենամեղավորը համարիր քեզ: «Եվ եթե համեմատվեմ քրիստոնյայի հետ, հող և մոխիր լինելով՝ ստվերի պես է իմ ողջ արդարությունը, եթե Աստծո մեծ ողորմությունը և շնորհը չունենամ: Այլ ըստ Գրքի ճշմարտության՝ չեմ ակնկալում ապրել, այլ միայն ընկնել հավիտենական տանջանքների մեջ, եթե կամենա ինձ դատել՝ ըստ իմ մեղքերի կամ ըստ կասկածելի իմ բարության: Չեմ կարող վեր նայել, քանզի լի եմ անարգանքով» (Հայր Սրապիոն):

71. Ով երկնչում է չար ոգիների հարձակումից, ցույց է տալիս իր անհավատությունը Աստծու հանդեպ, իսկ եթե իրեն խոնարհեցնի Քրիստոսի առջև, նրանցից ավելի հզոր կլինի (Հայր Սրապիոն):

72. Եթե ուզում ես ձեռք բերել ճշմարիտ խոնարհություն, ապա սովորիր քաջաբար համբերել ուրիշի կողմից հասցվող վիրավորանքների (Հայր Սրապիոն):

73. Շատերը փրկության արժանացան առանց մարգարեության, առանց նշանների ու հրաշքների, բայց առանց խոնարհության ոչ ոք չի տեսնի երկնային օթևանները (Հովհաննես Սանդուղք):

74. Ջանասիրաբար խմիր անարգանքները, ինչպես կիսմեղի կենաց ջուրը՝ ամեն մեկի ձեռքից, ով կցանկանա քեզ խմեցնել այդ դեղամիջոցից, քանզի այն կմաքրի քեզ շնության կրթից և խորունկ մաքրություն կփայլատակի անձի մեջ, և Աստծո լույսը չի մարի քո սրտում (Հովհաննես Սանդուղք):

75. Մի փոքր կրակը կակղեցնում է մոմի մեծ քանակություն: Շատ հաճախ, մի փոքր անպատվությունը, որ հասցվում է մեզ, հանկարծ կակղեցնում ու ոչնչացնում է մեր մեջ եղող բոլոր վայրագությունները ու անզգամությունները և սրտի կարծրացումը (Հովհաննես Սանդուղք):

76. Սնդիկը, եղբայրներ, մեզ համար կարող է հնազանդության հոյակապ օրինակ ծառայել. բոլոր հեղուկներից ավելի ցած է իջնում և երբեք չի խառնվում անմաքուր նյութերի հետ (Հովհաննես Սանդուղք):

77. Երանելի եմ այն աչքերը, որոնք մարդը խոնարհության պատճառով չի համարձակվում Աստծուն բարձրացնել (Աբբա Եսայի):

78. Եթե մեկը խոնարհությամբ ասի. ների՛ր ինձ, դրանով նա կայրի դեերին (Աբբա Եսայի):

79. Խոնարհությունն այն է, երբ մարդ իրեն Աստծո առջև միշտ

մեղավոր է ճանաչում, և համարում է, որ ինքը ոչ մի բարի գործ չի արել Աստծո համար (Աբբա Եսայի):

80. Ինքնաանարգանքն այն տեղն է, որտեղ ձեռք է բերվում հանդարտությունը (Աբբա Եսայի):

81. Հեզությունն ի հայտ է գալիս համբերության մեջ (Աբբա Եսայի):

82. Ուն սիրտը մաքուր է, նա բոլոր մարդկանց մաքուր է համարում, բայց ուն սիրտը պղծված է մոլություններով, նա ոչ ոքի մաքուր չի համարում և բոլորին իր նման է տեսնում (Աբբա Եսայի):

83. Որքան կարող ես նվաստացրու քեզ, այսինքն հանդիմանիր, մեղադրիր ինքդ քեզ մեղքերիդ համար, հարկադրելով քեզ տեսնել բոլոր մարդկանցից ցածր: Սա է ճշմարիտ ճանապարհը, այլ ճանապարհ չկա (Բարսիլիսկոս Մեծ):

84. Չունե՞ս խոնարհություն. խոնարհության գործեր արա: Եթե հակաճառում եմ՝ զիջիր, եթե վրադ գայրանում եմ՝ լռիր և քեզ մեղադրիր, իսկ առավել աղոթիր նրա համար՝ ասելով «Փրկիր նրան, Տեր, և ողորմիր: Նրա սուրբ աղոթքներով շնորհիր ինձ խոնարհություն և համբերություն» (Բարսիլիսկոս Մեծ):

85. Երբ քեզ չեն պարզևատրում, երբ քո աշխատությունները չեն նկատում և քեզ վերջինն են համարում, այս ամենը համարիր քեզ համար հոգեշահ, քանի որ քեզ համար լավ առիթ է խոնարհվելու համար (Բարսիլիսկոս Մեծ):

86. Միշտ ցանկացիր նախանձախնդրությամբ, մեծ ջանքով և Աստծո օգնությամբ անձդ խոնարհեցնել եղբայրների առջև և նրանց համար հրաժարվել սեփական ցանկություններից (Բարսիլիսկոս Մեծ):

87. Համբերությամբ կրե՛նք ուրիշների անմտությունը, անհասկացողությունը, անարգանքը, բարկությունը և անհոգությունը (Բարսիլիսկոս Մեծ):

88. Հարց. -Ես դոգմատիկ գրականություն ունեմ: Եվ երբ կարդում եմ, միտքս կրքոտ խորհուրդներից տեղափոխվում է դոգմատիկ ոլորտը: Երբեմն մերթիմ մի ձայն արգելում է ինձ կարդալ այդ գրքերը, ես ինչպե՞ս վարվեմ:

Պատ. -Զի ցանկանա նման գրականություն կարդայիր, որովետև դրանք տառապանք են տալիս մտքին: Ավելի լավ է հայրերի խրատները լսես, որոնք միտքը սանձում են խոնարհեցնելով: Ես սա ասացի ոչ թե դոգմատիկ գրականությունը թերագնահատելու պատճառով, այլ այդ քեզ եմ խորհուրդ տալիս, քանզի բազմապիսի է կերակուրը (Բարսիլիսկոս Մեծ):

89. Հարց. -Եթե ակնհայտ դառնա, որ ես որևէ մեկի դեմ չեմ մեղանչել, այլ ընդհակառակը, իմ դեմ են մեղանչել, ինչպե՞ս կարող եմ հանդիմանել ինքս ինձ: Օրինակ, եթե ճանապարհին ինձ մի մարդ պատահի, որին երբեք չեմ ճանաչել, և հանդիպելիս ոչ մի բառ չարտաբերած, նա ինձ հարվածի, ինչպե՞ս կարող եմ ինքս ինձ մեղադրել:

Պատ. -Կարող ես ասել՝ ես եմ մեղավոր, եթե չզնայի այդ ճանապարհով, չէի հանդիպի այդ մարդուն, և նա չէր խփի ինձ: Տեսնո՞ւմ ես, անզամ այս դեպքում կարող ես քեզ մեղադրել (Բարսիլիսկոս Մեծ):

90. Հարց. -Երբ որևէ մեկի հետ զրուցում եմ Սուրբ Հայրերի կյանքի վերաբերյալ կամ նրանց պատասխաններն եմ քննում, սիրտս ամբարտավան է դառնում: Ասա ինձ, ինչպե՞ս կարող եմ հեզ ու իմաստուն վարել զրույցը: Ո՞վ կարող է խոսել նրանց մասին և ի՞նչ նպատակով:

Պատ. -Երբ դու Սուրբ Հայրերի կյանքի կամ նրանց տված պատասխանների մասին ես խոսում, պետք է դատես ինքդ քեզ, ասելով՝ վայ ինձ, որ խոսում եմ առաքինություններից, սակայն ինքս ոչ մի բան չունեմ և չեմ

վաստակել: Եվ ապրում եմ ուրիշներին սովորեցնելու համար՝ նրանց իսկ օգուտի համար. հանկարծ ես էլ առաքյալի ասածը չդառնամ. «Դու, որ ուսուցանում ես ընկերոջդ, ինքդ քեզ չե՞ս ուսուցանում» (Հռոմ. 2:21): Եվ երբ այսպես ասես, սիրտդ կհնազանդվի, իսկ խոսքդ խոնարհությամբ կհնչի: Սակայն դու պետք է հաշվի առնես, թե ում ես ասում: Երբ գիտես, որ լսողը օգուտ է քաղում, ապա խոսիր, այլապես չարժե անգամ զրուցել, քանզի գրված է. «Պայծառ շարված սարդիոն և ոսկի գինդեր են իմաստուն խոսքերը լսող ականջների համար» (Առակ. 25:12), որ այնպես չլինի թե. «Մի տվեք սրբությունը շներին. և ձեր մարգարիտները խոզերի առաջ մի գցեք» (Մատթ. 7:6): Տերը թող քեզ պահպանի, եղբայր, որպեսզի խոնարհությամբ անցնես ճանփաղ (Բարսիլիսկոս Մեծ):

91. Կա արարք և հակավածություն, որն առաջնորդում է խոնարհության՝ լռակյացությունը, իր մասին խոնարհ կարծիքը, խոնարհաբար խոսելը, համեստ հագնվելը, ինքնամվաստացումը, փշրված հոգին և իրեն միշտ վերջինը համարելը (Հարանց Վարք):

92. Քո մշտական մտածումների առարկան թող լինի մահը (Հարանց Վարք):

93. Սովորեցրու սրտիդ կամաց-կամաց ամեն եղբոր համար ասել. «Իսկապես նա ինձանից լավն է», այսպիսով կամաց-կամաց կսովորես քեզ բոլորից մեղավոր համարել (Հարանց Վարք):

94. Երբ պատերազմներ չունենք, մեզ առավել է պետք խոնարհվել, որովհետև Աստված տեսավ մեր տկարությունը ու մեզ առանց պատերազմի թողեց: Իսկ եթե պարծենում ենք, վերցնում է Իր օգնությունը ու կործանվում ենք (Հայր Քսաֆոթս):

95. Հավատացյալի զարդը խոնարհությունն է, ինչպես լեռները երբեք շուռ չեն գալիս, նույնպես խոնարհը երբեք չի բարկանում և չի բարկացնում ոչ ոքի (Հայր Քսաֆոթս):

96. Նա, որ խոնարհ է, խոնարհեցնում է դևերին, իսկ նա որ խոնարհ չէ, ինքն է խոնարհվում դևերին (Հայր Մովսես):

97. Ինչպես առանց աղի է ամեն կերակուր անհամ, այդպես էլ առանց խոնարհության՝ յուրաքանչյուր առաքինություն (Իսահակ Ասորի):

98. Քո հանդեպ արված բարեգործությունները գրիր քարի վրա, իսկ վիրավորանքները՝ քրի (Հայր Իսիդոր):

99. Մեծ է բարձունքը խոնարհության, խորն է անդունդը մեծամտության, և սրա համար էլ խորհուրդ եմ տալիս ձեզ. սիրեցեք առաջինը, որպեսզի չընկնեք երկրորդի մեջ (Հայր Իսիդոր):

100. Խոնարհությունը մեր մեջ կյանք չի դառնա, եթե նախ դուրս չնետենք մեր հոգիները սպանող բեռը՝ անբարտավանությունը (Հայր Հելասիոս):

101. Խոնարհություն է չնեղանալ մարդկանցից, որոնք մեզ թերություններ ու մեղքեր են վերագրում («Հոգևոր Պատերազմ» գրքից):

102. Խոնարհություն է ինքն իրեն Աստծո առջև նվաստացնելը, որպես թե մեկը, որը որևէ բարի բան չի գործում: Խոնարհություն է չվիճելը, աչքի առջև մահն ունենալը, դեկավարին չհակաճառելը, բոլոր գործերում ջանալը, չզայրացնելը և չնախանձելը ոչ ոքի («Հոգևոր Պատերազմ»):

103. Խոնարհություն է սովորելու մշտական ձգտումը («Հոգևոր պատերազմ»):

104. Բոլոր դեպքերում ասա. «Ես ո՞վ եմ» և մի դատիր ոչ մեկին: Քո

մասին երբեք ոչ մի լավ բան մի ասա («Հոգևոր Պատերազմ»):

105. Խոնարհության երեք խոսքերն են՝ ներիր, օրհնիր և աղոթիր ինձ համար («Հոգևոր Պատերազմ»):

106. Չարը բռնում է այն հոգուն, որը սիրում է հիշել իր բարի գործերը, հպարտանալով ուրիշների առջև և ինքն իր առջև, դրանով իսկ կորցնում է իր ծառայությունը Տիրոջ առջև («Հոգևոր Պատերազմ»):

107. Եթե որևէ մեկը բարկանա քեզ վրա, ասա նրան. «Մեղանչեցի, ներիր հանուն Աստծու»: Եթե այս այբուբենը չսովորես, ոչ մի տեղ հանգիստ չես լինի (Հոգեշահ գրքերից):

108. Խորհուրդ եմ տալիս աղոթքների մեջ հիշել այն մարդկանց, որոնք ձեզ թշնամացած են թվում (Հոգեշահ գրքերից):

109. Ե՞րբ և ինչպե՞ս արտասանել «Ներիր» բառը: Ամեն խոսքի և գործի ժամանակ պետք է ասել՝ ներիր, ոչ ստիպողաբար, այլ ապաշխարությամբ և խոնարհությամբ (Հոգեշահ գրքերից):

110. Պետք է անձը խոնարհեցնես քեզ վրա իշխանություն բանեցնել ցանկացողի առջև (Հոգեշահ գրքերից):

111. Անհրաժեշտ է ներողություն խնդրել կատարած մեղքի համար, եթե մեղքը մեծ է՝ խոնարհվիր, եթե փոքր է, ասա բերանով և սրտի զղջմամբ. «Ներիր ինձ, եղբայր» (Հոգեշահ գրքերից):

112. Խոնարհության համար անհրաժեշտ է մտածել մեղքերի մասին, բայց չխորանալ մանրամասնությունների մեջ (Հոգեշահ գրքերից):

113. Վախեցեք ձեզ համարել պահք պահող, երբեմն համտես արեք ինչ-որ համեղ բան, որպեսզի ձեզ պահեցող չհամարեք (Հոգեշահ գրքերից):

114. Պետք է քեզ համարես անմիտ, ցածրագույնը և ընդհանրապես ոչինչ չնշանակող մեկը (Հոգեշահ գրքերից):

115. Արդեն որքան է, որ դու քրիստոնյա ես, բայց մինչև հիմա խոնարհություն ձեռք չես բերել, միշտ արդարացնում ես քեզ, և չես կարողանում մեղքդ գիտակցել և ասել դիմացինին. «Ներիր և Աստված կների» (Հոգեշահ գրքերից):

116. Ինչպիսի վիշտ էլ քեզ պատահի, բացի քեզանից ոչ ոքի մի՛ մեղադրիր, այլ ասա՝ այս ինձ պատահեց իմ մեղքերի պատճառով (Հոգեշահ գրքերից):

117. Խոնարհությունն առանց ջանքերի շատերին է փրկել: Իսկ ջանքերն առանց խոնարհության զուր են, նրանք կործանում են մարդուն (Հոգեշահ գրքերից):

118. Ավելի գերադասում եմ պարտությունը խոնարհությամբ, քան հաղթանակը՝ հպարտությամբ (Հոգեշահ գրքերից):

119. Քո հանդեպ եղող չարախոսությունները և թյուրիմացություններն Աստծո թույլատու կամքով են լինում՝ քեզ համբերությամբ օժտելու համար, և դու շատ մի՛ արդարացիր, որպեսզի չզրկվես վարձքից և նախկին մեղքերիցդ էլ մաքրվես (Հոգեշահ գրքերից):

120. Ինչպե՞ս վերաբերվել ինքնաարդարացմանը: Ինքնաարդարացումը մարդուն դժոխք է տանում, հրաժարումը ինքնաարդարացումից սովորեցնում է խոնարհություն (Հոգեշահ գրքերից):

121. -Ուզում եմ խոնարհ լինել:  
-Եթե իսկապես ցանկանում ես խոնարհ լինել, ապա ցանկացիր ամեն տեսակի վիրավորանքներ, նեղություններ, ինչպես որ քաղցածն

ուտելիք է ցանկանում (Յոզեֆի գրքերից):

122. Շատ դժվար է զիջել ուրիշներին: Սա կարող են անել միայն գորեղները, իսկ թույլերը պնդում են իրենցը (Յոզեֆի գրքերից):

123. Ամենակարևոր և օգտակար գիտությունն ինքնաճանաչողությունն է և սեփական «եսն» արհամարհելը (Թովմաս Գեմբացի):

124. Ոչ մի լավ բան սեփական անձին չվերագրելը, ուրիշների մասին բարին խորհելը իմաստություն է վսեմ և մեծագույն կատարելություն (Թովմաս Գեմբացի):

125. Երբ տեսնես եղբայրդ բացեփբաց հանցանք է գործում, մի կարծիր, թե դու իրենից լավն ես, որովհետև չգիտես, թե որքան ժամանակ ես հարատևելու բարու մեջ: Մենք բոլորս էլ տկար ենք: Սակայն մտածիր, որ դու ես բոլորից տկարը (Թովմաս Գեմբացի):

126. Դատաստանի օրը մեզ չեն հարցնելու, թե ինչ ենք կարդացել, այլ՝ ինչ ենք արել: Ոչ էլ կհարցնեն, թե ինչպես խոսեցինք, այլ՝ ապրեցի՞նք արդյոք անբասիր կյանքով (Թովմաս Գեմբացի):

127. Իրոք, մեծ է նա, ով եղբայրասեր է: Արդարև մեծ է նա, ով իր աչքին փոքր է երևում և ում համար աշխարհի պատիվն ունայն է (Թովմաս Գեմբացի):

128. Մի վստահիր քո գիտելիքներին և կամ ճարպկությանը, այլ վստահիր Աստծու շնորհին, որն օգնում է խոնարհներին և խոնարհեցնում է ամբարտավաններին (Թովմաս Գեմբացի):

129. Դու քեզ ուրիշներից ավելի լավը մի համարիր, գուցե թե Աստծու աչքին ամենամբարտավան մարդն ես, որովհետև միայն Աստված գիտի, թե ինչ է թաքնված մարդու սրտում (Թովմաս Գեմբացի):

130. Մի հպարտացիր բարի գործերովդ, որովհետև Աստծու դատաստանը տարբերվում է մարդու դատաստանից, և ինչը հաճելի է մարդկանց, հաճախ տհաճ է Աստծուն (Թովմաս Գեմբացի):

131. Եթե քո մեջ բարություն կա, համոզված եղիր, որ ուրիշներն ավելի բարի են, և սա քեզ կօգնի միշտ խոնարհ լինել (Թովմաս Գեմբացի):

132. Ոչ մի բան վտանգի չես ենթարկում, եթե քեզ թերագնահատում ես, սակայն մեծ վնասներ կկրես, եթե գերադասես քեզ ուրիշներից (Թովմաս Գեմբացի):

133. Խոնարհ մարդն անխռով խաղաղություն ունի: Բարկությունն ու նախանձը կրծում են ամբարտավանի սիրտը (Թովմաս Գեմբացի):

134. Դու մի շողջորթիր հարուստներին և մի ցանկացիր աշխարհի հզորների կողքին կանգնել:

Խոնարհներին, պարզերին և աստվածապաշտ անձանց ընկերակցիր՝ զարդարված բարի վարքով, զրույցներդ կենտրոնացրու շահեկան նյութերի շուրջ (Թովմաս Գեմբացի):

135. Որպեսզի մենք միշտ խոնարհ լինենք, հաճախ ավելի օգտակար է, որ ուրիշները տեսնեն մեր թերություններն ու հանդիմանեն մեզ (Թովմաս Գեմբացի):

136. Որոյակ, թե շնորհը քեզ բարեպաշտության ձգտում ներշնչի, քեզ համար լավ է և ապահով ծածուկ պահել այն, չհպարտանալ, քիչ խոսել այդ մասին, չգերագնահատել այն, այլ ընդհակառակը՝ մնալ համեստ և դողալ ստացած շնորհի համար, որին գուցե թե արժանի չէիր (Թովմաս Գեմբացի):

137. Մեր բնությունը սարսափում է խոնարհեցումներից ու արհամարհանքից: Շնորհն, ընդհակառակը, վայելում է «Հիսուսի անվան

համար ընդունված նախատիքները» (Գործք. 5:41)

(Թովմաս Գեմբացի):

138. Սիրիր հարցեր տալ: Լռությամբ ունկնդրիր սրբերի խոսքը, մի արհամարհիր ծերերի մեկնությունները: Դրանք զուր չեն ասվել (Թովմաս Գեմբացի):

139. Եղբայր, անպտուղ երազանքների մեջ չմսխենք մեր օրերը, այլ ձգտենք արտասովախառն ողբով ստանալ երանություն և աշխատենք հասնել աղբատների ու հեզերի վիճակին (Թովմաս Գեմբացի):

140. Առանց խոնարհության բարեգործությունները փոշու են մման, որ թեթև սյուլը հօդս է ցնդեցնում (Ներսես Լամբրոնացի):

141. Արդ, ինչպես ասում է առաքյալը. «Ամենայն խոնարհությամբ միմյանց պետք է ավելի լավ համարել, քան ինքներդ ձեզ»: Արդ, «ամենայն» ասելով՝ հայտնում է, որ խոնարհության մասերը շատ են. կան ոմանք, որ խոնարհությունից քիչ մաս ունեն, ոմանք՝ շատ, և մյուսները՝ ամբողջը (Անանիա Նարեկացի):

142. Խոնարհություն է, երբ մարդ համբերում է եղբոր բարկության ժամին և իրեն է հանցավոր համարում, քանզի գայրտանալը և ընդդիմանալը հպարտություն է, ինչպես ասում է Սողոմոնը. «Ամբարտավան մարդը նախատիքների չի համբերում» (Անանիա Նարեկացի):

143. Խոնարհություն է լռությունը, երբ մարդ իրեն արժան չի համարում առաջ գալ և բազմության առջև խոսել, ինչպես ասում է Տերը. «Ով իր անձից է խոսում, իր անձի փառքն է որոնում» (Անանիա Նարեկացի):

144. Խոնարհություն է, երբ մեծարում են ընկերոջդ և քեզ անտեսում, դու չես տրտմում, այլ այսպես ես ասում, թե. «Սրան էլ արժանի չեմ, ինչ ունեմ», ինչպես ասում է Սողոմոնը. «Մեծամեծներին մի ձգտիր, այլ չափի մեջ պահիր քո անձը և Տիրոջ առջև շնորհներ կգտնես» (Անանիա Նարեկացի):

145. Խոնարհություն է, երբ ընկերոջը ծառա չի պահում, այլ ինքն է նրան ծառայում, ինչպես ասում է Տերը. «Մարդու Որդին չեկավ ծառայություն ընդունելու, այլ ծառայելու» (Անանիա Նարեկացի):

146. Խոնարհություն է, երբ տեսնում ես որևէ մեկի հանցանքը և չես բանբասում և ոչ էլ դատում նրան, այլ այսպես ասում, թե. «Ես ինքս հանցավոր եմ, ուրիշ մեկին ինչպե՞ս դատեմ», որի մասին Տերն ասում է. «Մի դատեք, որպեսզի չդատվեք» (Անանիա Նարեկացի):

147. Հպարտն արժանի չի համարում եղբոր առջև խոնարհվելու, այլ իրեն բոլորից վեր է համարում: Այս մասին գրված է, թե. «Խոնարհությունը որպես աղ համեմիչ է ողջ առաքինության, և ուր սեր և խոնարհություն չկա, առաքինությունը նեխած է և անարգ»: Խոնարհություն է, երբ ինչ առաքինություն էլ գործում ես, չես խորհում այդ մասին և հպարտանում, ինչպես փարիսեցին, այլ խորհում ես մեղանչածներիդ մասին և խոնարհեցնում միտքդ, ինչպես առաքյալն էր իրեն հանցավոր համարում և ասում. «Հայիոյիչ էի և հալածիչ և ողորմություն գտա». և դարձյալ, թե. «Մոռացել եմ հետևում մնացած առաքինությունները և ձգտում եմ դեպի առջևումս եղածները» (Անանիա Նարեկացի):

148. Խոնարհություն է, երբ մարդիկ քեզ փառաբանում են և պարզներ տալիս, սակայն դու քո անձի արժանիքներին չես վերագրում, այլ Աստծուն ես փառաբանում, Աստծուց գոհանում և ասում, թե՝ այն Քո ողորմությունից է և ոչ ըստ իմ արժանիքների, ինչպես ասում է Սողոմոնը. «Որչափ մեծության էլ հասնես, քեզ խոնարհ պահիր և շնորհ և ողորմություն կգտնես Աստծո

առջև»: Խոնարհություն է, երբ վշտի ես հանդիպում, և նեղություն է քեզ վրա հասնում, դու չես տրտմում, այլ գոհանում Աստծուց. «Ըստ իմ մեղքերի ես ոչ միայն այսչափ, այլև բազում պատիժների եմ արժանի, և օրհնյալ է Աստված, որ այս անցավոր կյանքում և մահկանացու մարմնի մեջ ինձ վշտի արժանացրեց», ինչպես ասում է առաքյալը. «Չոժար եմ նեղությունների, վշտերի, չարչարանքների, որովհետև երբ տկարանում եմ, այդժամ զորանում եմ» (Անանիա Նարեկացի):

149. Խոնարհություն է, երբ օրը խաղաղությամբ է անցնում, հասնում ես երեկոյին և գոհանում Աստծուց, թե՛ «Մարդկանցից և սուրբերից շատերն իսկ անհանգիստ և կարոտ են, իսկ ինձ, որ անարժան եմ, հաց և կերակուր տվեցիր և օրս խաղաղությամբ անցկացրեցիր, այդ Քո ողորմությունից է և ոչ ըստ իմ արժանիքների», որի մասին մարգարեն ասում էր. «Ով եմ ես, Տեր իմ, Տեր, և իմ ազգականի տունն ինչ է, որ այդչափ սիրեցիր ինձ»: Խոնարհություն է, երբ կամենում ես առաքինություններ գործել, սկսելու և ավարտելու համար քեզ բավարար չես համարում, այլ Աստծուց ես առաքինություն և օգնականություն խնդրում, թե՛ «Օգնիր իմ տկարությանը, որ կարողանամ կատարել Քո կամքը», ինչպես և Տերն է ասում. «Ով հաստատված է Իմ մեջ, և ես՝ նրա մեջ, նա շատ պտուղ է տալիս, որովհետև առանց Ինձ ոչինչ անել չէք կարող» (Անանիա Նարեկացի):

150. Խոնարհություն է, երբ սիրում ես ոչ միայն նրանց, որ փառավորված են մարդկանցից, այլ խոնարհվում ես աղքատների առջև և մխիթարում պանդուխտներին, ինչպես Տերն էր անում: Պիղատոսը խոսում էր, և Նա պատասխան չէր տալիս, իսկ ավագակի հետ զբառատությամբ խոսում և պարզակներ էր տալիս. երբ կույրերն աղաղակում էին, կանգ առավ և դիպչելով նրանց աչքերին՝ բացեց: Խոնարհություն է, երբ միշտ քո կամքով չես գործում, այլ վարդապետներից և առաջնորդներից խրատ ես վերցնում, ինչպես Մովսեսը, որ չամտեսեց Չոթորի խրատները, այլ ընդունեց և բոլորը կատարեց (Անանիա Նարեկացի):

151. Խոնարհություն է՝ երբ առաքինություն ես կատարում, չես խորհում, թե՛ «Իմ անձով և զորությամբ կատարեցի, այլ՝ Աստծու օգնականությամբ», ինչպես ասում է առաքյալը. «Ոչ ես, այլ Աստծու շնորհը, որ իմ մեջ է»: Խոնարհություն է՝ որ առաջ չես ձգտում և ունեցածիցդ ավելի բարձր աստիճան չես վերցնում, այլ առաջնորդների կողմից կանչվելով ես ընդունում, ինչպես ասում է առաքյալը. «Ոչ թե նա է ընտրյալ, ով ինքն է իրեն գովում, այլ ում Աստված է գովում» (Անանիա Նարեկացի):

152. Արդ, ողջ առաքինության հիմքը խոնարհությունն է, և բոլոր սրբերը խոնարհությամբ են հաճո եղել Աստծուն: Ինչպես Աբրահամն էր խոնարհվում և ասում. «Ես հող եմ ու մոխիր», դրա համար նահապետների գլուխ եղավ: Այսպես և Դավիթն էր ասում. «Ես որդի եմ ոչ մարդ, նախատինքն եմ մարդկանց համար», դրա համար Աստծուց մարգարեության շնորհ ստացավ և կանչվեց ժողովրդին թագավորելու: Այսպես և Եսային էր ասում. «Վա՛յ ինձ, որովհետև պիղծ շուրթեր ունեմ», դրա համար աստվածաբան կոչվեց մարգարեների մեջ: Այսպես և Կարապետն էր ասում. «Արժանի չեմ արձակելու Նրա կոչիկների կապերը», դրա համար արժանի եղավ Քրիստոսին մկրտելու: Այսպես և Պետրոսն էր ասում. «Չեռու գնա ինձանից, Տեր, որովհետև մեղավոր եմ ես», դրա համար երկնքի արքայության բանալիներն ստացավ և Եկեղեցու Չիմք եղավ: Այսպես և Պողոսն էր ասում. «Արժանի չեմ առաքյալ կոչվելու», դրա համար

երկինք ելավ և դրախտը տեսավ (Անանիա Նարեկացի):

153. Արդ խոնարհությունն է ողջ առաքինության գլուխը: Եվ վարդապետներից անթիվ վկայություններ կան խոնարհության մասին, քանզի ոչ ոք Աստծուն այնպես սիրելի չէ, ինչպես նա, ով խոնարհ է և իրեն ետին է համարում հանուն Քրիստոսի, որովհետև Նրան վայել է փառք և իշխանություն այժմ և հավիտյանս. ամեն (Անանիա Նարեկացի):

\* \* \*

154. Մի եղիր փառասեր և սրտիդ մեջ մի պահիր ինքնագովություն, ասելով. «Ես այս և այն բաները արեցի, և առաջադիմեցի այս և այն բաների մեջ»: Այսպիսի մտածումները շնչում են փառամոլությամբ, և ով որ բտված է նրանցով, նա դարձել է չար ոգիների բնակատեղի (Անտոն Անապատական):

155. Երբ տրվում ես հոգևոր սխրանքների, մի գովաբանվիր դրանցով (Անտոն Անապատական):

156. Երբ որևէ առաքինի գործ ես կատարում, մի մեծամտացիր, ասելով. «Մա ես ինքս արեցի»: Այդպես վարվելով իմաստուն չես լինի (Անտոն Անապատական):

157. Յուրաքանչյուր խոսք, որ արտասանում ես քեզ գովաբանելով, վնասակար համարիր (Չովհան Ոսկեբերան):

158. Չոգու հիվանդությունը՝ փառամոլ վարքն է (Եվագր Պոնտացի):

159. Փառամոլ հոգին՝ անջուր հոր է (Եվագր Պոնտացի):

160. Դժվար է խուսափել փառամոլության ոգուց, քանի որ, ինչ-որ ձեռնարկես նրան քշելու համար, հենց այդ բանն էլ սկսում է դառնալ սկիզբը մի նոր սնափառության: Մեր ամեն մի ուղիղ մտքին հակառակում են դևերը, բայց որոշներ այդ չար զազանները ողջունում են, սակայն նպատակ ունենալով դրանով իսկ խաբել մեզ (Եվագր Պոնտացի):

161. Ինչպես որ ծակ պարկը չի կարող պահել իր միջի պարունակությունը, այնպես էլ սնափառն է ոչնչացնում իր առաքինությունների վարձը (Նեղոս Սինայեցի):

162. Փառասիրությունը ստորջրյա խութի է նման. եթե բախվես նրան, ապա ամբողջ ունեցած բեռդ կարող ես կորցնել (Նեղոս Սինայեցի):

163. Ողջամիտ այրը թաքցնում է զանձերը, իսկ ուղղամիտը՝ առաքինության գործերը (Նեղոս Սինայեցի):

164. Եթե ուզում ես հաղթահարել փառասիրությունը՝ մի սիրիր գովաբանություններ, ոչ մեծարանք, ոչ լավ հագուստ, ոչ առաջին աթոռներ, ոչ նախապատվություն, այլ ընդհակառակը, սիրիր, որ կշտամբեն և անպատվեն, մեղադրանքները քեզ վրա բարդիր ու կշտամբիր ինքդ քեզ, համարելով, որ դու մեղավոր ես յուրաքանչյուր մեղավորից (Եփրեմ Ասորի):

165. Փառասիրությունը հոգևոր հիվանդություն է և անիրավ կիրք (Եփրեմ Ասորի):

166. Փառամոլության դևը ուրախանում է՝ տեսնելով մեր առաքինությունների բազմապատկվելը, որքան որ շատ են մեր հաջողությունները հոգևոր կյանքում, այնքան ավելի է մեծանում հավանականությունը փառամոլության մեջ ընկնելու (Չովհաննես Սանդուղթ):

167. Արեցի՞ր ինչ-որ բան փառասիրությամբ՝ սպասիր անփառունակության (Չոգեշահ գրքերից):



168. Չի կարելի գովել որևէ մեկին առերես: Դրանով

կարող ես մեծ վնաս հասցնել այդ մարդու հոգուն (Հոգեշահ գրքերից):

169. Հաճախ Տերը անպատվաբեր դիպվածներով բժշկում է փառաձուլիկ փառասիրությունից (Հոգեշահ գրքերից):

170. Մեծ գործ է, երբ հեռացնում ես անձից մարդկային գովասանքները, բայց ավելի մեծ է, երբ հեռացնում ես քեզանից դիվային գովքը (Հոգեշահ գրքերից):

171. Մեծ մարդկանց համար բնական է վիրավորանքներ կրել արժանապատվությամբ և ուրախությամբ, իսկ սրբերի համար լսել գովասանքներ՝ առանց վնասվելու (Հոգեշահ գրքերից):

172. Ով չի ծիծաղի փառասերի վրա, երբ այս կիրքը ստիպում է նրան ծիծաղել, իսկ երբեմն էլ լացել բոլորի առջև՝ սաղմոսերգության կամ աղոթքի պահին (Հոգեշահ գրքերից):

173. Երբ թշնամին մտքումդ սկսի գովել քեզ քո կողմից արված որևէ գործի համար, դու նրան պատասխանիր. «Ոչ, թշնամի, հիմա ինձ մի գովիր, այլ այն ժամանակ գովիր, երբ Դրախտ կմտնեմ», և նա կանհետանա («Հոգևոր Պատերազմ»):

174. Չկա ավելի չար մտածում, քան ինքնահավանությունը և մեծամտությունը: Սա ուղիղ հարձակվում է կոտրած սրտի վրա և սառեցնում է այն («Հոգևոր Պատերազմ»):

175. Երբ մոտենա թշնամին և սկսի փող հարել ձեր սրտերում, ձեր առջև, որ դուք այնպիսին չեք, ինչ ուրիշները, այս և այն բանը շատ անգամ ավելի լավ եք անում մյուսներից, այնժամ վերցրեք ինքներդ ձեզ և սկսեք մտովի ման տալ բոլոր այն մեղքերի և սխալների մեջ, որոնք դուք գործել եք և դարձյալ մտովի ասեք, իսկ այս մե՞կն ով է արել, իսկ այս մյո՞ւսը, իսկ սրա մասին ի՞նչ կասեք («Հոգևոր Պատերազմ»):

176. Թող մեզ Աստված գովի և ոչ թե մենք, քանզի Աստված ատում է նրանց, ովքեր իրենք իրենց են փառաբանում: Թող մեր բարի վարքի վկայությունը տրվի ուրիշների կողմից, ինչպես որ այն տրվեց մեր արդար հայրերին: Լկտիությունը, գոռոզությունն ու հանդգնությունը հատուկ են Աստծուց անիծվածներին, իսկ չափավորությունը, խոնարհամտությունն ու համեստությունը՝ Աստծուց օրհնվածներին (Կղեմես Հռովմեացի):

177. Բոլոր առաքինությունների գլուխը խոնարհությունն է, իսկ աստերի գլուխը փառասիրությունը (Հովհան Մանդակունի):

178. Ոմանք փնտրում են Աստծո արքայությունը, բայց չեն գտնում: Սրանք սնափառներն են ու մարդահաճները, որոնք պերճանում են փառասիրության հողմով. բարիք են գործում, սակայն փառամոլության պատճառով կորցնում են իրենց վարձը. մարմնով մեռնում են, սակայն հոգով չեն ապրում. չարչարվում են, սակայն չեն հանգստանում. տանջվում են, բայց պասկի չեն արժանանում, քանզի այդ իսկ է նրանց վարձը: Սրանց մասին է ասում Տերը. «Միմյանցից եք փառք ստանում, իսկ Միակ Աստծուց փառք չեք փնտրում»: Սրանց մասին ասում է Դավիթ մարգարեն. «Տերը կցրի մարդահաճների ոսկորները» (Գրիգոր Տաթևացի):

\*\*\*

179. Մի՛ աշխատիր դուր գալ որևէ մեկին, բացի

Քրիստոսից, և ոչ մի բանից մի՛ սարսափիր, բացի Աստծո բարկությունից (Անտոն Անապատական):

180. Գործերը, որ դրված են մեր վրա Աստծուց, չի կարելի հետաձգել մարդկանց դուր գալու համար (Անտոն Անապատական):

181. Մարդկանց հանդեպ ունեցած հարգանքից ելնելով Աստծո պատվիրանները մի խախտիր (Անտոն Անապատական):

182. Ոչ միայն մարդկանց առջև արդար երևա, այլ ինքդ քո մեջ եղիր իմաստուն, հեզ, բարեհոգի, համբերատար, նախանձախնդիր (բարին գործելու մեջ) և մարդասեր (Անտոն Անապատական):

183. Մի՛ թող Աստծո կամքը՝ մարդկանց կամքը կատարելու համար (Անտոն Անապատական):

184. Մի եղիր կեղծավոր կամ երեսպաշտ, մանավանդ՝ ստախոս (Անտոն Անապատական):

185. Երբ մեծ մեկի առջև ես ներկայանում, ապա հիշիր, որ Ամենակարողը տեսնում է ամեն բան, ինչ կատարվում է և աշխատիր ավելի հաճո լինել Նրան, քան մյուսին (Անտոն Անապատական):

186. Որքան էլ քարը ուժեղ նետես երկինք, այն տեղ չի հասնի, այնպես էլ մարդահաճի աղոթքը չի հասնի իր նպատակին (Նեղոս Սինայեցի):

187. Մարդահաճությունը թուլացնում է կրոնավորի զորությունը: Մարդիկ կայուն չեն. այսօր կգովեն, վաղը կզլորեն (Պողոս Պատրիարք):

188. Մարդահաճները սովոր են հիմնականում գովել չարերին, քան բարիների, քանզի գիտեն, որ պետք է ավելի շատ վախենալ չարերից, քան բարիներից (Պողոս Պատրիարք):

189. Շատ նեմզավորներ շողոքոթ քաղցրությամբ սիրելի են դառնում, իսկ մարդասեր և շատ առաքինի մարդիկ իրենց անաչառ և խիստ վարքով ատելի են լինում, իբրև դաժանաբարո և անպիտան (Պողոս Պատրիարք):

190. Զծնողներն այնքան գեղջուկներին չեն գցում իրենց ցանցը, որքան իշխանավորներին: Որևէ իշխան, որ այդպիսինին չի վնդդում և չի սիրում ճշմարտախոսին, իր ձեռքով իր կորուստն է նախապատրաստում (Պողոս Պատրիարք):

191. Մեծամեծ խռովությունները շատ անգամ առաջանում են չնչին պատճառներից, ինչպես մեծ հրդեհները՝ փոքրիկ կայծերից: Ով կամենում է ամենքի հետ հաշտ և անխռով ապրել, նրբանկատ թող լինի, մինչև իսկ փոքրերի նկատմամբ, որպեսզի խռովություն չծագի իրար մեջ (Պողոս Պատրիարք):

192. Կուռքեր են նաև փառասիրությունն ու մարդահաճությունը, որոնք հավածում են մարդու միջից նույնիսկ հավատը, համաձայն Տիրոջ դատաստանի, որ ասում է. «Ինչպե՞ս կարող եք դուք հավատալ, երբ իրարից փառք եք փնտրում (Հովհ. 5:44) (Սարգիս Շնորհալի):

193. Փառասիրության կուռքը խորտակեմք նվաստությամբ, մարդահաճությանը՝ անաչառությամբ, սնապարծությանը՝ ճշմարտությամբ, իսկ ամբարտավանության կուռքը՝ խոնարհությամբ: Մեր մտքերից բոլորովին ջնջեմք կռպաշտությունը՝ հեզությամբ, բոլոր մարդկանցից հետինը նկատելով մեզ և հանցավոր՝ բյուրապատիկ պատժի արժանի (Սարգիս Շնորհալի):

194. Անձի համար մարդկանցից փառք փնտրելը ոչ միայն հակառակ է Աստծո փառքին, ինչպես ասաց Տերը ոմանց մասին, թե՛ «Մարդկանց փառքն ավելի սիրեցին, քան Աստծո փառքը» (Հովհ. 12:43), այլև

պատճառ է դառնում, որ նրանց առեւտրային գովողներն իսկ իրենց անարգեն որպես ախտավորի, երբ տեսնում են նրանց՝ գովասանքի և փառքի հետամուտ լինելը (Ներսես Շնորհալի):

195. Վերջին ռամիկին դուր գալու համար ընկա աչքից մեծ Թագավորի (Գրիգոր Նարեկացի):

196. Մեզանից ոչ ոք չի ուզում հողեղեն ու մահկանացու մարդուց արժանալ պատվի, որը ուտիճն ու ցեցն են ապականում և գողն էլ տանում է մի ակնբարբուն (Ղևոնդ Երեց):



## Հայրերի վարքից

1. Մի ծեր եղբայրների հետ գնում էր անապատով: Հանկարծ նրանք մի վիշապ տեսնելով՝ փախան, և երբ կանգնեցին, մի եղբայր հարցրեց ծերին. «Հայր, դո՞ւ էլ վախեցար դրանից»: Պատասխանեց ծերը. «Չվախեցա, որոյակ, ուղղակի, եթե չփախչեի, չէի կարողանա հոգուցս հանել հպարտությունը» (Հարանց Վարք):

2. Մի դիվահարի բերեցին վանք: Վանահայրը եկավ նրա մոտ մի մեծանուն կրոնավորի հետ, որը ճանաչված էր իր ամարատությանը և մաքրությանը: Եվ վանահայրը ասաց դևին. «Եթե այս կրոնավորը քեզ հրաման տա դուրս գալ, ինչպե՞ս կարող ես հակառակվել»: Իսկ դևը պատասխանեց. «Չեմ վախենում դրանից, քանի որ թեպետև անարատ, բայց հպարտ է» (Հայելի Վարուց):

3. Պատմում են հայր Արսենի և հայր Թեոդորոս Փիբացու մասին, թե բոլոր մեղքերից առավել ատում էին մարդկանց կողմից գովաբանվելը: Հայր Արսենը երբեք մարդկանց հետ հանդիպման չէր գնում, իսկ հայր Թեոդորոսը թեև հանդիպում էր, սակայն ինչպես մերկացյալ սրի հետ (Հարանց Վարք):

4. Մի անգամ Փիբայում մի ծերի մոտ այցելուներ եկան: Նրանց հետ մի դիվահար կար, որին բերել էին, որ ծերը բժշկի: Երկար համոզեցին ծերին, և նա ասաց դևին. «Դուրս արի՝ Աստծո արարածից»: Իսկ դևն ասաց. «Դուրս կգամ, բայց նախ պատասխանիր իմ հարցին. ովքե՞ր են այծերը և ովքե՞ր են ոչխարները»: Ծերը պատասխանեց. «Այծերն իմ նմաններն են, իսկ ովքեր են ոչխարները՝ այդ միայն Աստված գիտի»: Դևը լսելով այդ, բարձր ձայնով բացականչեց. «Դուրս եմ գալիս քո խոնարհության պատճառով»: Եվ անմիջապես դուրս եկավ (Հարանց Վարք):

5. Հայր Անտոնիոսն ասաց հայր Պիմենին. «Սարդու մեծ առաքինությունն այն է, որ միշտ թվի իր հանցանքները, դնի դրանք Աստծո առաջ, դիմանա փորձություններին մինչև իր շունչը փչելու վերջին օրը, քանզի առանց փորձությունների ոչ ոք չի կարող մտնել Աստծո արքայություն: Քանզի ես տեսա թշնամու բոլոր ցանցերն ու որոզայթները՝ երկրի վրա սփռված, եւ հառաչելով ասացի. «Ով կարող է ազատվել սրանցից»: Եվ ձայն լսեցի երկնքից, որ ասում էր. «Խոնարհությունը կփրկի և գերծ կպահի այդ ամենից» (Հարանց Վարք):

6. Մի անգամ երանելի Անտոն Անապատականը աղոթում էր իր խցում և ձայն լսեց, որն ասում էր. «Անտոնիոս, դու դեռ չես հասել կաշեգործի մակարդակին, որն ապրում է Ալեքսանդրիայում»:

Ծերը, լսելով, վեր կացավ առավոտ կանուխ, վերցրեց ձեռնափայտը և շտապ գնաց Ալեքսանդրիա: Երբ հասավ կաշեգործի մոտ, վերջինս

չափազանց զարմացավ, տեսնելով իր տանը անապատի զարդ հայր Անտոնին:

Ծերը կաշեգործին ասաց. «Պատմիր ինձ քո հոգևոր սխրանքների մասին, քանի որ դրա համար թողել եմ անապատը և եկել հասել եմ այստեղ»:

Կաշեգործը պատասխանեց. «Չեմ հիշում, որ ես երբևիցե որևէ լավ բան արած լինեմ, և այդ պատճառով էլ առավոտյան արթնանալով մինչ գործի գնալս ինքս ինձ ասում եմ. «Այս քաղաքի բոլոր բնակիչները՝ մեծից փոքր, կմտնեն Երկնքի Արքայություն՝ իրենց կատարած բարի գործերի համար, և միայն ես կմատնվեմ հավիտենական տանջանքների՝ իմ գործած բազում մեղքերի համար»: Եվ այս խոսքերը կրկնում եմ նաև քնելուց առաջ»:

Լսելով այս՝ երանելի հայր Անտոնն ասաց. «Որոյակ իմ, դու նման ես վարպետ ոսկերիչի, որը տանը նստած կերտում է իր համար Աստծո Արքայությունը: Ես չնայած իմ ամբողջ կյանքս անց եմ կացրել անապատում, սակայն դեռևս ձեռք չեմ բերել այն հոգևոր իմաստությունը և չեմ հասել գիտակցության այն աստիճանին, որ դու արտահայտում ես քո խոսքերում» (Հարանց Վարք):

7. Մեծապատիվ և ազնվատոհմ մի իշխան Քրիստոսի սիրո համար դարձավ կրոնավոր և հրաժարվեց իր ամեն ունեցվածքից: Նա ցանկանում էր վանքի շինությանը օգտակար լինել. տնետուն էր ընկնում, եղբայրների ու արհեստավորների համար կաթ մուրում: Մի օր կաթով լի սափորը ձեռքին, փողոցում հանդիպում է իր որդիներին, որոնք շքեղ տեսքով, առոք-փառոք հեծած ձիերը՝ գալիս էին դեմ-հանդիման: Քանի որ խուսափելու էլ տեղ չուներ, սկսեց ամոթ զգալ և շառագունել: Բայց քիչ հետո զայրանալով մտքում իր վրա, սրտապնդվեց և նրանց աչքի առջև վերցրեց սափորը և շրջեց իր գլխին և ամբողջ մարմինը թրջեց կաթով: Եվ ասաց ինքն իրեն. «Ով անամոթ, ամոթ համարեցիր Քրիստոսի աղքատությունը՝ որ կաթը ձեռքիդ էր: Հիմա կաթը գլխիդ թափված ներկայացիր որդիներիդ»:

Ո՞վ չի զարմանա այսպիսի ազնվական մարդու քաջության, խոնարհության և համբերության վրա (Հայելի Վարուց):

8. Մի եղբայր հարցրեց հայր Քրոնին. «Ի՞նչ գործերով է մարդը հասնում խոնարհամտության»: Ծերը պատասխանեց. «Աստծո վախով»: Եղբայրը նորից հարցրեց. «Իսկ ի՞նչ գործերով է մարդը հասնում Աստծո վախին»: Ծերը պատասխանեց. «Իմ կարծիքով նա պետք է հրաժարվի ամեն բանից, իր վրա մարմնավոր տքնություններ դնի և ամեն կերպ իր մտքում պահի մարմնից հոգու ելքի հիշողությունը» (Հարանց Վարք):

9. Հայր Արսենը վանք հասնելով, երեցներին հայտնեց իր կուսակրոն դառնալու որոշման մասին: Նրան տարան Սուրբ Հոգով լեցուն ծերի՝ Հովհաննես Կոլովի մոտ: Ծերը կամեցավ Արսենին փորձության ենթարկել: Երբ նրանք նստեցին հաց ուտելու, ծերը չհրավիրեց Արսենին, այլ թողեց կանգնած: Նա էլ աչքերը գետնին հառած խորհում էր, որ Աստծո ներկայության մեջ է կանգնած, Նրա հրեշտակների առջև: Երբ սկսեցին ուտել, ծերը մի կտոր չոր հաց զցեց Արսենին: Նա այդ տեսնելով՝ ծերի արարքի մասին մտածեց, որ ծերը նման է Աստծո հրեշտակին և իմացավ, որ ես նման եմ մի շան, նույնիսկ ավելի վատն եմ: Այդ պատճառով նա այդ ձևով հացը տվեց, ուրեմն ես էլ հացը ուտեմ, ինչպես շներն են ուտում: Այդպես խորհելուց հետո Արսենը ծնկների ու թաթերի վրա իջավ և այսպես մոտեցավ հացի կտորին, բերանով վերցնելով մի անկյուն տարավ ու այնտեղ կերավ: Ծերը տեսնելով նրա մեծ խոնարհությունը, ասաց երեցներին. «Նրանից հմուտ վանական կլինի» (Հարանց Վարք):

10. Մի եղբայր հարցրեց ծերին. «Ինչպե՞ս է, հայր, որ ոմանք ասում են, թե իրեշտակներ են տեսնում»: Ծերը հոգոց հանելով ասաց. «Երանի՛ նրանց, զավակս, ովքեր իրենց մեղքերն են տեսնում» (Հարանց Վարք):



## Աղոթք

Բժշկի՛ր ինձ, Տե՛ր, հպարտությունից և անբարտավանությունից, սնամիառությունից, մարդահաճությունից և ռիսակալությունից, նախանձից և ատելությունից և բոլոր չարիքներից:

Բխեցրո՛ւ, Տե՛ր, իմ գլխում վտակների աղբյուրը և ոռոգի՛ր իմ մտքերի անդաստանը, լվա՛ իմ հանցանքների աղտերը և սրբի՛ր իմ վերքերի թարախը, հանի՛ր իմ մեղքերի փուշը և տնկի՛ր կենաց բույսը: Աճեցրո՛ւ, Տե՛ր, արդարությունը և նվաստացրո՛ւ անօրենությունը, մեռցրո՛ւ մարմնի ցանկությունը և նորոգի՛ր հոգուս կենդանությունը:

Կանչի՛ր, Տե՛ր, իմ մեղանշած անձը Քեզ մոտ, քանզի չեմ համարձակվում մերձենալ Քեզ, պատկառում եմ անոթից և զարհուրում եմ իմ գործերից, չունեմ համարձակություն Քո առջև, քանզի ես ինքս եմ ինձ կորստյան մատնել: Հեռացա Քո սուրբ պատվիրաններից և մերկացա Քո փառքից, բայց Դու, Տե՛ր, գթա՛ ինձ, ողորմի՛ր, քանզի Քո անարատ ձեռքերի ստեղծածն եմ:

Փնտրի՛ր, Տե՛ր, Քո եղծյալ ու կորուսյալ պատկերիս, որ մեղքերի աղբի և տիղմի մեջ եմ ծածկվել, դուրս բեր Քո շնորհի ավելով և դի՛ր նախկին գանձանակի մեջ, որից ընկա:

Ապրեցրո՛ւ ինձ, Տե՛ր, երկյուղով և հառաչանքներով, սիրով և սրբությամբ, շնորհներով և ճշմարտությամբ, գիտությամբ և բոլոր առաքինություններով:

Փրկի՛ր ինձ, Տե՛ր, մարդկային գովեստից, փառքից ու մեծարումներից, քանզի լույս կարծելով խավարիս՝ բարին եմ համբավում իմ եղկելիս ու ողորմելիս մասին: Ինձ առաքինի եմ համբավում, մինչդեռ ես ողբալի եմ և անթիվ մեղքերով լի: Ծածկի՛ր ինձ, Տե՛ր, սուտ գովեստների և երանիների լույսից, քանզի չգիտեմ իմ մեղքերը: Ինձ սուրբ եմ ցույց տալիս և լի եմ աղտեղությամբ, կերպարանվում եմ առաքինությամբ և անառակությամբ ապրում, փայլում եմ երկյուղածությամբ և ընթանում մարդահաճությամբ, ճանաչում եմ ճշմարտությունը և սուտ խոսում, գիտեմ արդարությունը և անօրենությունն եմ գործում:

Չեմ կարող, Տե՛ր, անհույս լինել, քանզի ողորմած ես և գթած, և անճառ փառք խոստացար դարձի եկած մեղավորին, սակայն ես զարհուրում ու դողում եմ և երկնչում եմ իմ բազում և անթիվ մեղքերից, քանզի պարտվելով խաբվեցի որսողից և արդ, ի՞նչ կլինեմ եղկելիս, որ տարակուսած եմ կյանքից:

Քո առջև եմ ընկնում և թողություն հայցում իմ մեղքերին. ընդունի՛ր իմ պաղատանքները և քավի՛չ եղի՛ր հանցանքներիս, պայծառացրո՛ւ և լուսավորի՛ր իմ խորհուրդներն ու միտքը, կարող դարձրու իմ մարմինը՝ անդադար Քո սուրբ անվան փառաբանության մեջ մնալու:

Հաղորդ դարձրու ինձ, Տե՛ր, Քո աստվածային սիրուն՝ սիրելու Քո պատվիրանները և գալու Քո ճանապարհով, չարչարվելու մինչ ի մահ Քո անվան համար, մտնելու փառքի մեջ, դասվելու Քո սուրբերի շարքը և միշտ ուրախանալու Քո կամարարների հետ:

Շնորհի՛ր ինձ, Տե՛ր, աչքերի լաց, արցունքների հոսում, մեղքերի սուգ, սրտի երկյուղ, ոսկորների սարսափ և դող տանջանքների ահից, կենաց ճանապարհ և անդադար պաղատանքներ: Փրկի՛ր երևացող և աներևույթ թշնամուց և արժանավորի՛ր գոհությամբ փառավորել Քեզ, Հոր և Սուրբ Հոգուդ հետ, այժմ և միշտ և հավիտյանս հավիտենից: Ամեն:

Եփրեմ Ասորի

## Հետուի եւ Աքարի մասին

*«Կամ ծառը բարի արեք և նրա պտուղը՝ բարի, կամ ծառը չար արեք ու նրա պտուղը՝ չար, որովհետև ծառը պտղից է ճանաչվում» (Մատթ. 12:33):*

Երբ Իսրայելը Հետուի առաջնորդությամբ փայլուն հաղթանակներով գրավում էր այն քաղաքները, որոնք Աստված տվել էր նրա ձեռքը, հրաշքով երիթովը գրավելուց հետո հանկարծ Գայի կոչված փոքրիկ քաղաքի վրա գրոհելիս պարտվեցին և մեծ վախի ու խռովքի մեջ ընկան: «Ուստի ժողովրդի սիրտը հավլեց և ջրի պես եղավ» (Հետու 7:5):

Հետուն, իր հանդերձները պատռելով, ընկավ Տիրոջ առջև և մինչև երեկո լաց եղավ, քանի որ չգիտեր պարտության պատճառը: Չէ՞ որ Աստված ասել էր, որ ամբողջ Քանանի երկիրը իր ձեռքը պետք է տա: Սակայն Աստված երիթովի մեջ ամեն բան նզովել էր և հրամայել, որ ոչինչ չվերցնեն, և պարզվեց, որ հրամանը զանց էր առնված, և մեկը ինչ որ բան գաղտնաբար գողացել և թաքցրել էր կարասի մեջ, որի պատճառով ողջ Իսրայելը նզովքի տակ էր ընկել:

Սակայն Հետուն անտեղյակ էր կատարվածին, և Տեր Աստված ասաց Հետուին. «Վեր կաց, քանի որ նզովք կա Իսրայելի վրա, և ես հեռացել եմ, և մինչև չհայտնաբերեք նզովվածը և բնաջինջ չանեք՝ բանակից դուրս հանելով, ես ձեզ հետ չեմ գնա, և դուք չեք կարող կանգնել ձեր թշնամիների առջև, քանի որ նզովված եղաք»: Տիրոջ հրահանգով ամբողջ Իսրայելից վիճակով բռնվեց Հուդայի ցեղը: Հուդայի ազգատոհմից Ջարայի տոհմը բռնվեց, Ջարայի տոհմից Ջարդի տունը բռնվեց և նրա տանից էլ իր որդի Քարմիի որդին՝ Աքարը բռնվեց: Երբ հայտնաբերվեց նզովվածը՝ Աքարը, նրան իր ընտանիքով՝ որդիներով, աղջիկներով, ունեցվածքով և անասուններով դուրս հանեցին բանակից, քարկոծեցին, որից հետո այրեցին. հետո նրանց վրա մեծ քարակույտ դիզեցին:

Եվ Աստծո բարկությունն անցավ, ու Տերը նորից Իսրայելի մեջ վերադարձավ: Եվ Իսրայելը Տիրոջ գորությամբ սկսեց իր հաղթարշավը և գրավեց Քանանի երկիրը:

Ցանկացած քրիստոնյա կարող է իր մեջ կրել թե Հետուին և թե Աքարին: Ինչպե՞ս մենք պետք է հասնենք երկնային Քանան, եթե մենք ունենք բազում թշնամիներ՝ սատանան, աշխարհը և մեղքը, ինչպե՞ս մենք պիտի հաղթահարենք սրանց առանց Աստծո գորության: Իսկ ինչո՞ւ առանց Աստծո գորության. որովհետև Տերը և Աքարը մի բանակի մեջ ապրել չեն կարող, քանի որ գրված է, թե՛ երկու տիրոջ չես կարող ծառայել. մեկին կատես

և մյուսին կհարես, կամ հակառակը: Նույն աղբյուրից դառը և քաղցր ջուր միաժամանակ չի կարող բխել: Կամ ի՞նչ ընդհանուր բան ունի խավարը լույսի հետ, կամ Բելիարը՝ Քրիստոսի հետ:

Աստված չի բնակվում աղտեղությամբ լցված անոթների մեջ, ինչպես որ Իսրայելի մեջ չբնակվեց, քանի դեռ այնտեղ նզովք կար: Եվ երբ տեսնում ենք, որ պարտվում ենք փոքր Գայիից, պետք է լրջորեն մտահոգվենք, թե ինչն էր պարտության պատճառը, և Յեսուի պես ընկնենք Տիրոջ առջև արտասվելով և սգալով, մինչև որ Տերը Յեսուի պես մեզ էլ այցելի և հայտնի մեր պարտության պատճառը, և ոչ թե անտարբեր նստենք և ենթադրություններ անենք: Փոքր Գայիից պարտություն կրելն այն է, որ մենք մի փոքր վիրավորանքից իսկույն նեղվում ենք, մի փոքր արհամարհանքից՝ խռովվում, մեր կարծիքին դեմ լինելուց՝ բարկանում, աշխարհային ցանկություններից գայթակղվում, եղբոր բարի գործերից չար նախանձով բռնկվում, աղոթքից՝ ձանձրանում, ծուլանում՝ Սուրբ Գիրքը կարդալուց, գովասանքից՝ փառավորվում, հպարտանում և սկսում ենք բոլորին վերևից նայել, մխիթարվում արտաքին բաներով, նեղության պահին հույսներս կտրում Տիրոջից և ապավինում մեզ կամ ուրիշին: Եվ այսպիսի բազում բաներ:

Եվ երբ սրանք մեր մեջ ի հայտ գան, ուրեմն պետք է քննենք մեր անձերը և աշխատենք դրանց պատճառները գտնել ու վերացնել, ինչպես որ վարվեց Յեսու: Մենք էլ մեր ներսի Աքարին հայտնաբերելու համար պետք է Յեսուի պես Տիրոջ առջև ընկնենք, աղոթքով աղաչելով խնդրենք Իր օրհնությունը՝ նրան հայտնաբերելու և բնաջնջելու, ինչպես որ պատգամեց Պողոս առաքյալը. «Հին մարդը կրքերով հանդերձ խաչը հանեք»:

Այս գիրքն էլ, եթե աղոթքով կարդանք, ապա նա էլ կարող է պատճառ լինել մեր միջի Աքարի հայտնաբերման համար: Եվ երբ Աքարին մեր մեջ հայտնաբերենք՝ հպարտության կամ փառամոլության տեսքով, որկրամոլության և արծաթասիրության (դրամապաշտության) տեսքով կամ այլևայլ կրքերի տեսքով, ապա մենք Յեսուի և ողջ Իսրայելի պես առանց խղճի խայթի դուրս հանենք դրանք մեր միջից և քարկոծելով ոչնչացնենք: Եվ քանի որ Աքարին ոչնչացրին ոչ թե սրով կամ կախելով կամ մի ուրիշ ձևով, այլ, հատկապես, քարկոծելով, մենք էլ պետք է դիմենք նույն օրինակին:

Երբ մեր մեջ կտեսնենք հպարտություն, ապա այս Աքարին ոչնչացնենք այն քարերով, որ մեզ վրա կգան վիրավորանքի, արհամարհանքի, հիվանդությունների, այլ նեղությունների և վշտերի տեսքով: Չխուսափենք այս քարերից, այլ գոհությամբ Տիրոջ ձեռքից ընդունենք որպես բուժիչ դեղ՝ թեկուզ դառը և ցավոտ: Իսկ եթե չենք կարողանում, ապա խնդրենք Տիրոջը՝ ասելով. «Ո՛վ Տեր, շնորհի՛ր զորություն, որպեսզի այն բոլոր բաները, որ ինձ ցավ են պատճառում, գոհունակությամբ օրհնյալ ձեռքից ընդունեն, քանզի Դու ուն որ սիրում ես, նրան էլ խրատում ես»:

Եթե մեր մեջ նկատենք որկրամոլության Աքարին, ապա նրան պետք է քարկոծենք պահքով և ժուժկալությամբ, արծաթասիրությանը՝ մահվան և դժոխքի հիշողությամբ: Եվ մնացած բոլորին էլ համարել քարեր, այսինքն՝ դեղերը կգտնվեն այս գրքի համապատասխան վերնագրերում, եթե աղոթքով այն փնտրենք:

Պետք չէ վշտանալ, եթե Աքարը միանգամից չի մահանում մեր մեջ. Յեսուի ժամանակ էլ նրան միանգամից չզլխատեցին, այլ

հազարավոր քարերով քարկոծեցին: Ուրեմն մենք էլ այդ հազարավոր քարերը, որ գալիս են մեզ վրա, որպես գանձ ընդունենք և ոչ թե՛ պատիժ:

Այնժամ օրեցօր աքարները մեր միջից կվերանան, և Յեսուն, այսինքն՝ նոր մարդը, Քրիստոսով, Աստծո զորությամբ կպատերազմի բարի պատերազմը և կհասնի խոստացված լուսե պսակին: Երբ մի ամրոցի դեմ բազմաթիվ թշնամիներ են դուրս գալիս, որպեսզի գրավեն այն, այդ ամրոցի մարդկանց համար կրկնակի դժվար կլինի պատերազմելը, երբ պարզվի, որ իրենց մեջ դավաճան կա, որը դաշնակից է դրսի թշնամու հետ. և առաջին գործը ինքնըստինքյան պետք է լինի այն, որ հայտնաբերեն և ոչնչացնեն ներքին թշնամուն, որպեսզի կարողանան արտաքին թշնամուն դիմակայել և հաղթել: Բայց այդ թշնամուց՝ հին մարդուց, ազատվելն էլ առանց Տիրոջ օգնության չի լինում: Ուրեմն, երբ մեր մեջ եղող հին մարդը՝ մեզ պարտության մատնող կրքերը, կքարկոծենք, այնժամ մենք նրանց վրա քարեր պիտի դիզենք, որպեսզի նորից չկենդանանան և գլուխ չբարձրացնեն մեր դեմ: Այսինքն՝ առավել սիրենք արհամարհանքը, քան փառքը, պահքը, քան ճոխ ուտելիքների տենչանքը, Քրիստոսով աղքատանալը, քան այս աշխարհի սերն ու արծաթասիրությունը, և այլ և այլ շատ բաներ:

Երբ մենք ազատվենք այս նզովքներից, այնժամ, վերստին նորոգվելով, կարժանանանք Սուրբ Հոգու տաճար լինելուն, Տիրոջ զորությամբ և առաջնորդությամբ կարժանանանք մտնելու երկնային Քանան և պատճառ կդառնանք շատերի համար ևս այդ ճանապարհով գնալու:

Հիշենք, թե ինչ ասաց Իսրայելի ժողովուրդը Յեսուին, երբ նա նոր սկսում էր դեկավարել Իսրայելին Մովսեսի փոխարեն. «Մենք կզանք քեզ հետ, եթե քո Տեր Աստված քեզ հետ լինի»: Մենք էլ ջանանք ապրել այնպիսի կյանքով, որ կարողանանք Պողոս առաքյալի պես ասել. «Այլևս ոչ թե ես, այլ Քրիստոս իմ մեջ»:

Եվ այդ ժամանակ, քանի որ պատերազմը մերը չէ, այլ Աստծունը, ապա Աստված էլ կհաղթի մեր բոլոր թշնամիներին, քանի որ ասվում է. «Եթե Աստված մեզ հետ է, ապա ո՞վ է, որ մեր դեմ է» (Հռոմ. 8:31): Ուրեմն, փնտրենք և կտոնենք, դուռը թակենք, և կբացվի, խնդրենք, և կտրվի: Այնժամ, լինելով ճշմարտապես լուսո որդիներ, կարժանանանք Հոգով և ճշմարտությամբ փառավորելու Հորը, Որդուն և Սուրբ Հոգուն այժմ և միշտ և հավիտյանս հավիտենից: Ամեն:



## Նարեկ

Բան (Ե)

Թեպետ շատ անգամ հոգածու ձեռքդ կարկառելով ինձ՝  
 Ուզեցիր ձգել դեպի քեզ, սակայն ես չցանկացա,  
 Իսրայելի պես, ըստ մարգարեի ամբաստանության.  
 Թեև խոստացա քեզ հաճո լինել,  
 Սակայն այդ ուխտը նույնպես դրժեցի.  
 Նույն չարիքները նյութեցի դարձյալ,  
 Վերադառնալով նախկին կենցաղիս:  
 Անդաստանները սրտիս հերկեցի  
 Միայն մեղքերի փշերի համար,  
 Որ դրոմն այնտեղ արգասավորվի:  
 Ինձ եմ պատշաճում առակները ողջ  
 Աստվածարյալ սուրբ մարգարեների.  
 Քանզի դու ինձնից հուսացիր խաղող,  
 Փոխարենը ես ընծյուղեցի փուշ.  
 Խորթացած այգիս դառն ու անախորժ պտուղներ տվի:  
 Ապավիհների անհաստատ հողմին,  
 Որից հարածուփ տատանումներով  
 Այս ու այն կողմ եմ միշտ տարուբերվում:  
 Ըստ Չոբի խոսքի, գնացի անդարձ իմ ճանապարհով.  
 Հիմարի նման շենքս շինեցի ավազի վրա.  
 Խաբված՝ կարծեցի լայն արահետով  
 Կարող եմ հասնել անձկալի կյանքին.  
 Ինքս փակեցի ելքը ճամփեքիս.  
 Կամովին բացի վիհս կորստյան:  
 Իմ լսելիքի պատուհանները խցեցի ամուր,  
 Որ կենդանարար խորհուրդ չլսեմ.  
 Գոցեցի նայվածքն հոգուս աչքերի,  
 Որ չնկատեմ դեղս փրկության.  
 Վեր չցատկեցի մտքիս լքումից ու թմրությունից՝  
 Ի լուր պատգամիդ ահավոր փողի.  
 Մեծ դատաստանի հրափորձ օրվա  
 Գուժաբեր ձայնից չաչալրջացա.  
 Չարթնացա երբեք կորստի տանող մահաբեր քնից:  
 Հանգիստ չտվի Հոգուդ մարմնեղեն տաղավարիս մեջ.

Բանական շնչիս հետ չխառնեցի  
 Մասը՝ պարզևած քո շնորհների.  
 Ըստ առակողի, ինքս իմ ձեռքով կանչեցի կորուստ  
 Կենդանի հոգիս մատնելու մահվան:  
 Բայց ինձ ի՞նչ օգուտ այս նվազ, խղճուկ ու կսկծալի  
 Չափաբերականն իզուր ոգելուց,  
 Երբ որ ամեն չափ անցել է արդեն,  
 Ու անհնար է որևէ բուժում:  
 Արդ, դու կարող ես լոկ կյանք ընձեռել հոգով մեռածիս  
 Եվ անոխակալ ձեռքդ կարկառել  
 Դատապարտյալիս օգնելու համար,  
 Որդի՝ կենսատու Աստծո, քեզ փա՛ռք հավիտյանս. ամեն:

Սբ. Գրիգոր Նարեկացի

# ՄՏՔԻ ՄԱՍԻՆ

Քո սիրտը խրատի տուր ու ականջներդ՝ գիտության խոսքին:  
Ճշմարտությունը ծախու առ և այն մի՛ վաճառիր: Նմանապես իմաստությունը,  
խրատն ու հանճարը (Առակ.23:12-13):



## Աստվածաշնչից

1. Սիրելիներ, գրում եմ ձեզ այս երկրորդ թուղթը, որով ձեր մաքուր մտքերն են արթնացնում հիշեցման համար (Բ Պետ. 3:1):
2. Հիմարություն մտածելը մեղք է (Առակ. 24:9):
3. Տիրոջը զգվելի են չար մտածումները (Առակ. 15:26):
4. Բոլոր ուսուցիչներիցս ավելի իմաստուն եղա, քանզի քո վկայություններն իմ խոհերն էին (Սաղմ. 118: 99):
5. Քո խոսքերի հայտնությունը լուսավորում է պարզամիտներին (Սաղմ. 118:130):
6. Ամբարիշտի մտքի մեջ բոլորովին Աստված չկա (Սաղմ. 10:4):
7. Տերը սրտերն է քննում ու ամեն մտքերի խորհուրդները ճանաչում է (Ա Մնաց. 28:9):
8. Մինչև ե՞րբ մտքիս մեջ հոգսեր պիտի ունենամ (Սաղմ. 12:2):
9. Ես, Տերս, միտքն եմ քննում, սրտերն եմ փորձում, որպեսզի մարդուն իր ճանապարհների համեմատ ու իր գործերի պտղի համեմատ հատուցում անեն (Երեմ. 17:10):
10. Հաստատ միտքը կատարյալ խաղաղության մեջ ես պահում, քանի որ Քեզ է ապավինում (Եսայի 26:3):
11. Ո՞վ կապանք կղներ իմ մտքերի վրա և իմաստության խրատ՝ իմ սրտի վրա, որպեսզի դրանք չխնայեն իմ տգիտությանը և թույլ չտան, որ մեղք գործեմ, որպեսզի չծանրանամ իմ զանցանքները և չմեծանամ իմ մեղքերը, որպեսզի չընկնեմ հակառակորդների առջև, և իմ թշնամին ինձ ոտնատակ չանի (Սիրաք 23:2-3):
12. Արդարև, շատերին մոլորեցրեց իրենց մասին մեծ կարծիք ունենալը, և դրանով չար մտածումը սողոսկեց նրանց միտքը (Սիրաք 3:26):
13. Ինչպես որ ձեր մտքերով շեղվեցիք Աստծուց, այդպես էլ դուք տասնապատիկ պիտի դառնաք ու փնտրեք Նրան, որովհետև ով ձեզ վրա չարիք բերեց, Նա էլ հավիտենական ուրախություն պիտի բերի ձեզ՝ ձեր հավիտենական բարեկեցությամբ հանդերձ (Բարուք 4:28-29):
14. Դու քո մտքում անգամ մի՛ նզովիր թագավորին և քո ննջարանում էլ մի՛ անհիծիր մեծավորին (Ժող. 10:20):
15. Նորոգվեցե՛ք ձեր մտքի նորոգությամբ, որպեսզի դուք քննեք լավը, և թե ի՞նչ է Աստծո կամքը՝ բարին և հաճելին և կատարյալը (Յոհն. 12:2):
16. Եվ Հիսուս նրանց ասաց. «Պիտի սիրես քո Տեր Աստծուն քո ամբողջ սրտով, քո ամբողջ հոգով ու քո ամբողջ մտքով» (Մատթ. 22:37):

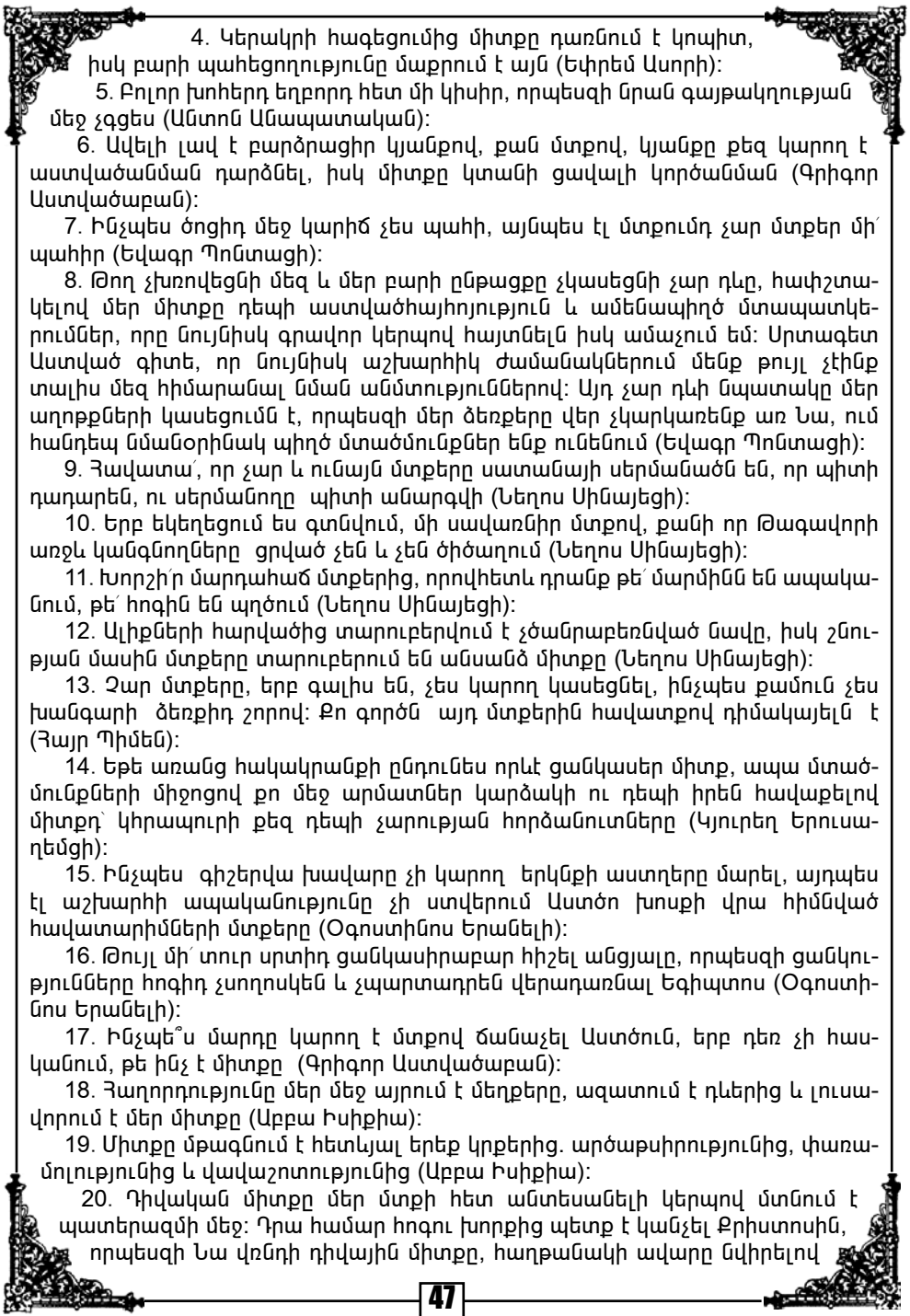
17. Եղբայրներ, մտքով տղա մի՛ եղեք, այլ եղե՛ք երեխա՝ չարություն գործելու մեջ, բայց մտքով եղե՛ք չափահաս (Ա Կորնթ.14:20):

18. Քանզում ենք գաղտնի մտածումները, Աստծու գիտության դեմ գոռոզացած ամեն ծառացուն և գերելով բոլոր մտքերը՝ հնազանդեցնում ենք Քրիստոսին (Բ Կորնթ. 10:5):
19. Բայց երկյուղ եմ կրում, թե միգուցե, ինչպես օձն իր խորամանկությամբ խաբեց Եվային, ձեր միտքը ապականվի ու շեղվի Քրիստոսի հանդեպ ձեր ունեցած անկեղծ ու մաքուր նվիրումից (Բ Կորնթ.11:3):
20. Թող ձեզ չխաբի ոչ ոք, որին հաճելի է, խոնարհ ձևանալով, հրեշտակներին պաշտամունք մատուցելով, դեռ չտեսած բաներին միջամուխ լինելով, անտեղի հպարտանալ՝ մարմնական մտածումներով (Կողոս. 2:18):
21. Եթե հարություն առաք Քրիստոսի հետ, ապա փնտրեցե՛ք վերին բաներն. այնտեղ, ուր Քրիստոս նստած է Աստծո աջ կողմը: Վերին բաների մասին խորհեցե՛ք և ո՛չ թե այն, որ այստեղ՝ երկրի վրա է, քանզի մեռած եք, և ձեր կյանքը պահված է Քրիստոսի հետ՝ Աստծու մոտ: Իսկ երբ Քրիստոս՝ ձեր կյանքը, հայտնվի, այն ժամանակ դուք էլ նրա հետ կհայտնվեք փառքով (Կողոս. 3:1-4):
22. Քանի որ Քրիստոս մարմնով չարչարվեց մեզ համար, դուք ևս զինվեցե՛ք նույն մտքով. որովհետև ով մարմնով չարչարվում է, դադարում է մեղանշելուց (Ա Պետ. 4:1):
23. Մենք բոլորս մի ժամանակ ապրում էինք մեր մարմնի կրքերով և կատարում մարմնի ու մտքի ցանկությունները և իսկապես Աստծու բարկության արժանի մարդիկ էինք ուրիշների նման (Եփես. 2:3):
24. Ուստի, գոտեպնդելով ձեր միտքը, զգաստ, կատարյալ հույսով սպասեցե՛ք Հիսուս Քրիստոսի հայտնության ժամանակ ձեզ հասանելիք շնորհին (Ա Պետ. 1:13):



## Հայրեր

1. Ա՛խ, իմ հոգի, ինչու՞ ես անհոգ կյանքիդ հանդեպ, ինչու՞ ես մտացրիվ անցկացնում քո սակավ օրերը. չգիտե՞ս արդյոք, ահա ուր որ է կկանչեն քեզ (Եփրեմ Ասորի):
2. Ծովի մեջ եղող կղզին կարո՞ղ է արդյոք կանգնեցնել ալիքները, որպեսզի չհարվածեն ափերին, բոլոր դեպքերում կղզին դիմադրում է ալիքներին: Այդպես էլ մենք չենք կարող կանգնեցնել մտածումները, բայց կարող ենք դիմադրել դրանց (Եփրեմ Ասորի):
3. Կրակի սնունդը փայտն է, իսկ գայրույթի սնունդը՝ մտածումները (Եփրեմ Ասորի):



4. Կերակրի հագեցումից միտքը դառնում է կոպիտ,

իսկ բարի պահեցողությունը մաքրում է այն (Եփրեմ Ասորի):

5. Բոլոր խոհերը եղբորդ հետ մի կիսիր, որպեսզի նրան գայթակղության մեջ չզգես (Անտոն Անապատական):

6. Ավելի լավ է բարձրացիր կյանքով, քան մտքով, կյանքը քեզ կարող է աստվածանման դարձնել, իսկ միտքը կտանի ցավալի կործանման (Գրիգոր Աստվածաբան):

7. Ինչպես ծոցիդ մեջ կարիճ չես պահի, այնպես էլ մտքումդ չար մտքեր մի պահիր (Եվագր Պոնտացի):

8. Թող չխռովեցնի մեզ և մեր բարի ընթացքը չկասեցնի չար դևը, հափշտակելով մեր միտքը դեպի աստվածհայտնություն և անենապիղծ մտապատկերումներ, որը նույնիսկ գրավոր կերպով հայտնելն իսկ ամաչում են: Սրտագետ Աստված գիտե, որ նույնիսկ աշխարհիկ ժամանակներում մենք թույլ չէինք ստալիս մեզ հիմարանալ նման անմտություններով: Այդ չար դևի նպատակը մեր աղոթքների կասեցումն է, որպեսզի մեր ձեռքերը վեր չկարկառենք առ Նա, ում հանդես նմանօրինակ պիղծ մտածումներ ենք ունենում (Եվագր Պոնտացի):

9. Հավատա՛, որ չար և ունայն մտքերը սատանայի սերմանածն են, որ պիտի դադարեն, ու սերմանողը պիտի անարգվի (Նեղոս Սինայեցի):

10. Երբ եկեղեցում ես գտնվում, մի սավառնիր մտքով, քանի որ Թագավորի առջև կանգնողները ցրված չեն և չեն ծիծաղում (Նեղոս Սինայեցի):

11. Խորշի՛ր մարդահաճ մտքերից, որովհետև դրանք թե՛ մարմինն են ապակաճում, թե՛ հոգին են պղծում (Նեղոս Սինայեցի):

12. Ալիքների հարվածից տարուբերվում է չծանրաբեռնված նավը, իսկ շնության մասին մտքերը տարուբերում են անսանձ միտքը (Նեղոս Սինայեցի):

13. Չար մտքերը, երբ գալիս են, չես կարող կասեցնել, ինչպես քանոն չես խանգարի ձեռքիդ շորով: Քո գործն այդ մտքերին հավատքով դիմակայելն է (Հայր Պիմեն):

14. Եթե առանց հակակրանքի ընդունես որևէ ցանկասեր միտք, ապա մտածումներդ միջոցով քո մեջ արմատներ կարծակի ու դեպի իրեն հավաքելով միտքդ՝ կիրապուրի քեզ դեպի չարության հորձանուտները (Կյուրեղ Երուսաղեմցի):

15. Ինչպես գիշերվա խավարը չի կարող երկնքի աստղերը մարել, այդպես էլ աշխարհի ապականությունը չի ստվերում Աստծո խոսքի վրա հիմնված հավատարիմների մտքերը (Օգոստինոս Երանելի):

16. Թույլ մի՛ տուր սրտիդ ցանկասիրաբար հիշել անցյալը, որպեսզի ցանկությունները հոգիդ չսողոսկեն և չպարտադրեն վերադառնալ Եգիպտոս (Օգոստինոս Երանելի):

17. Ինչպես՞ մարդը կարող է մտքով ճանաչել Աստծուն, երբ դեռ չի հասկանում, թե ինչ է միտքը (Գրիգոր Աստվածաբան):

18. Հաղորդությունը մեր մեջ այրում է մեղքերը, ազատում է դևերից և լուսավորում է մեր միտքը (Աբբա Իսիդոր):

19. Միտքը մթազնում է հետևյալ երեք կրքերից. արծաթսիրությունից, փառամոլությունից և վավաշոտությունից (Աբբա Իսիդոր):

20. Դիվական միտքը մեր մտքի հետ անտեսանելի կերպով մտնում է պատերազմի մեջ: Դրա համար հոգու խորքից պետք է կանչել Քրիստոսին, որպեսզի Նա վճռի դիվային միտքը, հաղթանակի ավարը նվիրելով



մեզ որպես մարդասեր (Աբբա Իսիդոր):

21. Տես, շատ մի երևակայիր ինքդ քեզ և պատերազմի ժամանակ մի գործածիր սեփական ինքնահնար միջոցներ, նմանվելով հին Իսրայելին, հակառակ դեպքում դու կմատնվես մտային թշնամիներին: Քանի որ նա Իսրայելը, Աստծո կողմից ազատված լինելով բազում միջոցներով, իր համար որպես օգնական ձուլածո կուռք սարքեց (Աբբա Իսիդոր):

22. Մոտեցող ամպը մթազնում է արևը, իսկ հիշաչարության խորհուրդները մթազնում են միտքը (Աբբա Իսիդոր):

23. Մեզ պետք է մտքի սրատես ու կենտրոնացած հայացքով նայել մեր ներսը, որպեսզի ճանաչենք այնտեղ մտնողներին. ճանաչելով էլ անհապաղ հակադրվենք, ջախջախելով օձի գլուխը, միաժամանակ հառաչանքով կանչենք Տեր Հիսուսին: Այդժամ կստանանք Աստվածային աջակցությունը (Աբբա Իսիդոր):

24. Հարց. -Հայր իմ, աստվածհայտնական մտքերով են բռնվել, ներքի ինձ, ի սեր Աստծու և աղոթիր, որպեսզի բժշկվեմ:

Պատ. -Սթափվիր քեզ պատած բերկրաթմբիրից և քեզնից թշնամու խլած զգացումներդ ետ բեր, քանի որ Քրիստոսի ուսմունքը պատվիրում է քեզ նախևառաջ մարել ցասումը և դյուրաբորբոքությունը, քաջ գիտակցելով, որ դրանք մարդուն առաջնորդում են դեպի աստվածհայտնություն: Չեռք բեր հեզություն, որը բաց է անում Աստծու Որդու ճանապարհը դեպի մարդու հոգին: Հավատ, որը փրկում է մարդուն, Հույս, որն ամոթով չի թողնի, Սեր, որը թույլ չի տա մարդուն Աստծուց հեռանալ: Սակայն դու քիչ ես հոգացել այս առաքինությունների մասին, այլ ընդհակառակը, ընկել ես գայրույթի, ցասման և դյուրաբորբոքության մեջ, որը տանում է լիակատար կորստի, ըստ վերը հիշատակված աստվածհայտնության (Բարսիլիսկոս Մեծ):

25. Հարց. -Պատահում է, երբ զրուցում են ինչ-որ մեկի հետ, ապա հանկարծ այնպես մտացրիվ են դառնում, որ թվում է ես իմ մեջ չեմ, և չեն հիշում, թե ինչի մասին էինք զրուցում: Եվ նույնիսկ միտքս այդ պահին կողմնակի որևէ մի բանի վրա էլ կենտրոնացած չի լինում և այս պատճառով էլ խռովվում են: Սա ի՞նչ է նշանակում, հայր իմ, և ի՞նչ անեն ես: Սրա համար շատ են ողբում:

Պատ. -Այդ պատերազմը դիվային է: Չարն ուզում է մարդուն ուրիշների առաջ ամոթահար անել:

Եթե մարդկանց անկեղծորեն ասես. ներեցեք ինձ, դևն իմ միտքը հափշտակեց, ապա դևն ամոթահար կլինի, և այս պատերազմը կդադարի: Այդուհետ ուշադրությունդ սևեռիր: Սա գուցե թե անշշան բան թվա, բայց չիմացողը կարող է ամաչել: Իսկ Աստծու անունը կանչելով չարը կհալածվի, և մենք կամրապնդվենք (Բարսիլիսկոս Մեծ):

26. Անընդմեջ պայքարիր մտքերիդ դեմ, և երբ միտքդ շաղ գա, հավաքիր այն նորից, քանի որ սկսնակներից Աստված չի պահանջում աղոթք՝ առանց մտքի սավառնման: Ուրեմն, մի վշտացիր, երբ միտքդ հափշտակվում է, այլ ջանա և անընդմեջ մտքերդ հավաքելու ետևից եղիր, քանի որ միտքը միայն հրեշտակների մոտ չի հափշտակվում (Հովհաննես Սամուղթ):

27. Չար ոգիների մեջ կա մի դև, որը նախահարձակ է կոչվում, որը մեր արթնանալու իսկ պահին մոտենում է մեզ փորձության մեջ զցելու և պղծելու մեր առաջին մտքերը:

Նվիրաբերիր օրվա սկիզբը Տիրոջը, քանի որ ում առաջինը տաս քո մտքերը, նրան էլ կպատկանի օրը: Մի հանճարեղ այդ այս պարագայի

համար ասաց ինձ. «Առավոտյան արթնանալիս ես արդեն իմանում եմ իմ ամբողջ օրվա ընթացքը» (Հովհաննես Սանդուղք):

28. Կա նաև մի դև, որը մոտենում է մեզ այն պահին, երբ մենք անկողին ենք մտնում, և սկսում է մեզ նետահարել անօրեն և անմաքուր մտածումներով, որպեսզի մենք այդ պահին ծուլանալով, նրանց դեմ չզինվենք աղոթքով և քնելով պղծված մտքերով, հետո էլ ընկնենք պիղծ երազների մեջ (Հովհաննես Սանդուղք):

29. Ինչո՞ւ են երբեմն հայհոյական մտքեր լինում Աստծո, Աստվածամոր և սրբությունների դեմ: Դադարեցնենք դատել և դատապարտել մերձավորին և չենք վախենա հայհոյական մտքերից. ոչ ոք չպետք է մտածի, որ ինքն է մեղավոր հայհոյական մտքերի համար. եթե դրանք չի կամենում և չի համաձայնում դրանց հետ՝ պետք է վերագրի դեներին (Հովհաննես Սանդուղք):

30. Պիղծ ոգիները ոչ միայն Աստծուն են հայհոյում, այլև աստվածայինը ու գարշելի և անարգ են խոսում մեր մեջ, որպեսզի կամ մենք աղոթքը թողնենք, կամ ընկնենք հուսահատության մեջ (Հովհաննես Սանդուղք):

31. Ուն տանջում է հայհոյիչ ու պիղծ ոգին, և ով ուզում է դրանցից ազատվել, թող նախ անպայման իմանա, որ իր հոգին չէ, որ մեղավոր է դրանում, այլ պիղծ ոգին, որն ասել է մեր Տիրոջը. այս բոլորը քեզ կտամ, եթե ինձ երկրպագես (Մատթ. 4:9): Այդ պատճառով մենք ևս ոչինչ համարելով նրանց ներշնչումները նույնպես ասենք. ետի՛ս գնա սատանա: Միայն իմ Տեր Աստծուն պիտի երկրպագեմ ու նրան ծառայեմ, իսկ քո գարշելի խոսքերն ու հիվանդությունները քո գլխին գան, իսկ բռնությունդ՝ քո գագաթին իջնի և այս և հավիտենական դարերում (Սաղմ. 7:16) (Հովհաննես Սանդուղք):

32. Երբ աղոթքի ենք կանգնում, անարտաբերելի պիղծ մտքերը ապստամբում են մեր դեմ, իսկ աղոթքը ավարտելուց հետո՝ հեռանում են, քանզի նրանք սովորություն չունեն պայքարել նրանց դեմ, ուլքեր իրենց դեմ չեն զինվում (Հովհաննես Սանդուղք):

33. Հսկման մեջ հարատևող աչքը սրբում է միտքը, իսկ երկար քունը կարծրացնում է անձը (Հովհաննես Սանդուղք):

34. Երբեմն սուրբ և անմահ պատարագի ժամանակ ամենասահավոր ընկերներ, երբ կատարվում է սուրբ խորհուրդը, պիղծ հայհոյական մտքեր են առաջանում Աստծու և պատարագվող սուրբ Ձոհի հասցեին: Այստեղից պարզ երևում է, որ այս պիղծ, անըմբռնելի և անարտաբերելի հայհոյական մտքերը մեր անձը չէ, որ ասում է, այլ աստվածատյաց դևը, որ երկնքից ցած նետվեց, որովհետև այնտեղ էլ համարձակվեց պիղծ խոսքեր բարբառել:

Իսկ եթե իմն են այս անամոթ և անտրամաբանական բարբառանքները, ուրեմն ինչպե՞ս են ես երկնային նվերն ընդունելով սիրով և գոհունակությամբ, խոնարհվում Տիրոջ առջև: Մի՞թե հնարավոր է միաժամանակ և օրինաբանել և չարախոսել (Հովհաննես Սանդուղք):

35. Շատ հաճախ հոգեկրծան այս հայհոյող դևը շատերին հասցնում է մտային խանգարման: Ոչ մի բան այնքան դժվար չէ խոստովանել, ինչպես սա: Եվ այս պատճառով սա շատերի մոտ հարատևում է մինչև խոր ծերություն, քանի որ ոչինչ այնպես չի զորացնում մեր դեմ դեներին և չար մտքերը, ինչպես այս երեվույթը չխոստովանելն ու սրտում պահելն ու սնելը (Հովհաննես Սանդուղք):

36. Ով արհամարհում է այս թշնամուն, ազատվում է նրա հալածանքներից, իսկ ով ուրիշ եղանակով է ուզում պատերազմել, դրանից չարը

առավելություն է ստանում (Հովհաննես Սանդուղք):

37. Այս անօրեն և անմարդկային հալածիչը շատերին է շեղել աղոթքից, շատերին հեռացրել է սուրբ հաղորդությունից, շատերին հյուծել է ծոնով և պահեքով, չտալով նրանց մի փոքր իսկ հանգստություն (Հովհաննես Սանդուղք):

38. Աստված ոչ միայն արտաքին գործերի, այլև ներքին մտքերի դատավոր է (Աբբա Դորոթեոս):

39. Տիրոջը հավատացողը վախենում է հավիտենական պատժից, պատժից վախեցողը դիմակայում է մոլություններին, մոլություններին դիմակայողը համբերությամբ է տանում նեղությունները, նեղությունները համբերությամբ տանողը՝ հույսը դնում է Աստծո վրա, Աստծուն հուսացողը մտքով հրաժարվում է ամեն երկրային ակնկալիքներից, իսկ դրանցից զերծ միտքը լցվում է սիրով առ Աստված (Մաքսիմոս Վանական):

40. Մի՛ ապականիր միտքը ցանկասիրության և բարկության խորհուրդներով, այլապես զրկվելով վայելուչ աղոթքից՝ կմատնվես հուսահատության ոգուն (Մաքսիմոս Վանական):

41. Միտքը այն ժամանակ է Աստծո հետ հոգեշահ հարաբերություններից զրկվում, երբ զրուցակից է դառնում նենգ և պիղծ խորհուրդներին: Անկեղծորեն Աստծուն սիրողը խորասուզվում է աղոթքի մեջ, իսկ խորասուզված աղոթողը անտարակույս անկեղծորեն սիրում է Աստծուն: Սակայն նա, ուն միտքը գամված է որևէ երկրավոր բանի, չի կարող խորասուզված աղոթել: Ուրեմն և չի կարող Աստծուն սիրել մեկը, ուն միտքը գերված է երկրավոր որևէ բանով (Մաքսիմոս Վանական):

42. Տարբեր բաներ են իրը, մտածումը և կիրքը: Օրինակ, իրեր են՝ տղամարդը, կինը, ոսկին և այլն: Մտածում է կոչվում նշված իրերի մասին պարզապես հիշելը: Իսկ կիրքը չափազանց սերն է, կամ էլ կույր ատելությունը նրանց հանդեպ: Պատերազմել պետք է միայն կրքերի դեմ (Մաքսիմոս Վանական):

43. Հայհոյության դևը հարձակվում է Աստծո սիրո մեջ առաջադիմող մտքի վրա, հեղեղելով այնպիսի խորհուրդներով, որոնք մարդը չի կարող հորինել, այլ միայն դևերի հայրը՝ սատանան: Նա անում է այդ աստվածասեր մարդու հանդեպ նախանձից դրդված, որպեսզի վհատվելով իրեն պաշարած պիղծ մտքերի առկայությունից, չհանդգնի այլևս աղոթելով վեր սլանալ Աստծո մոտ: Սակայն անօրենը ոչ մի օգուտ չի քաղում և իր նպատակին չի հասնում, այլ ընդհակառակը, ավելի է ամրացնում մեզ, որովհետև մարտնչելով թշնամու դեմ և նրա գրոհները ետ մղելով, փորձությունների մեջ կոփվելով, էլ ավելի անկեղծ սիրով ենք կապվում մեր Աստծո հետ: «Բայց իրենց սուրն իրենց սրտի մեջ կմտնի և նրանց աղեղները կփշրվեն» (Սաղմ. 37:15) (Մաքսիմոս Վանական):

44. Երբ դևերը բռնի կերպով անջատում են միտքդ ողջախոհությունից և ներշնչում անառակության խորհուրդներ, արցունքով աղաղակիր Ամենակալին. «Ինձ նեղողները պատել են ինձ, ազատիր ինձ իմ նեղիչներից» (Սաղմ. 17:11, 32:7) և կազապվես (Մաքսիմոս Վանական):

45. Երբ նկատում ես, որ միտքդ հաճույքով զբաղվում է նյութական բաներով, իմացիր, որ սիրում ես դրանք Աստծուց ավելի: «Որովհետև, որտեղ ձեր գանձն է, ասում է Տերը, այնտեղ էլ կլինի ձեր սիրտը» (Մատթ. 6:21) (Մաքսիմոս Վանական):

46. Այն միտքը, որը միաձուլվում է Աստծուն աղոթքով ու սիրով և



հանդարտվում Նրա մեջ, դառնում է իմաստուն, բարի, գորավոր, մարդասեր, գթառատ և երկայնամիտ: Կարելի է ասել, պարունակում է իր մեջ համարյա բոլոր աստվածային հատկությունները: Իսկ հեռանալով Աստուծուց և հանձնվելով նյութականին՝ միտքը դառնում է կրքոտ, անասնային, զազանային, ընդհարվելով մարդկանց հետ նյութեղենի համար (Մաքսիմոս Վանական):

47. Դևերը պատերազմում են մեզ հետ կամ իրերի, կամ այդ իրերի մասին մոլեգին մտածումներ ներշնչելու միջոցով: Իրերի միջոցով նրանք պատերազմում են այն մարդկանց հետ, որոնք սուզված են նյութական աշխարհի մեջ, իսկ մտածումներով նրանց հետ, ովքեր ներքուստ հեռացել են իրերից (Մաքսիմոս Վանական):

48. Որքան հեշտ է մեղանչել մտքով, քան գործով, այնքան ավելի դժվար է վարել մտքի պատերազմը իրերի միջոցով մղվող պատերազմի համեմատ (Մաքսիմոս Վանական):

49. Իրերը գտնվում են մտքից դուրս, իսկ նրանց մասին մտածումները գտնվում են մտքից ներս: Ահա թե ինչու է մտքից կախված, ինչպես կօգտագործվեն այդ մտածումները, ճի՞շտ, թե՞ սխալ, քանի որ իրերի չարաշահումը հաջորդում է իրերի մեղսալից օգտագործմանը (Մաքսիմոս Վանական):

50. Մտածումների և իրերի խելացի օգտագործումը բերում է ողջախոհության, սիրո և աստվածօգիտության, իսկ ոչ խելացի օգտագործումը՝ սանձարձակության, ատելության և տգիտության (Մաքսիմոս Վանական):

51. Երբ միտքը ձգտում է դեպի Աստված, նա իր մարմնի հետ վարվում է որպես ծառայի և թույլ չի տալիս նրան ավելին, քան անհրաժեշտ է կենսունակության համար: Իսկ մարմնականին հակվելու դեպքում գերվում է կրքերից և մարմնի մասին հոգածությունը միշտ վերածվում է վավաշոտության (Մաքսիմոս Վանական):

52. Մեր միտքը գտնվում է երկու գորությունների ազդեցությունների միջև, որոնցից յուրաքանչյուրը առաջացնում է այն, ինչ հատուկ է իրեն: Ես նկատի ունեմ առաքինությունը և փստը, այսինքն հրեշտակին կամ դևին: Բայց միտքը իշխանություն ունի ընտրելու, և գորություն՝ հետևելու կամ դիմադրելու ծագած ցանկություններին (Մաքսիմոս Վանական):

53. Անուշադրության մի՞ մատնիր կրքերը, եթե ուզում ես հաղթահարել խորհուրդները և դրա շնորհիվ հեշտությամբ վանես մտքից: Օրինակ, շնության դեպքում պահք պահիր, հսկիր, զբաղվիր աշխատանքով և առանձնացիր: Բարկության և տրտմության դեպքում՝ արհամարհիր փառքը, անպատվությունը և նյութական իրերը: Հիշաչարության դեպքում աղոթիր քեզ վիրավորողի համար և կազատվես այդ մոլությունից (Մաքսիմոս Վանական):

54. Ինչպես քաղցածի միտքը երազում է հացի մասին, ծարավինը՝ ջրի, այնպես էլ որկրամոլի միտքը երազում է տարբեր ուտեստեղենների մասին, արծաթներից՝ շահույթի, հիշաչարինը՝ վրեժի, նախանձողինը՝ այն դժբախտությունների, որոնք կպատեն նրան, ում ինքը նախանձում է: Նույնը վերաբերվում է և մյուս կրքերին: Քանի որ կրքերին անձնատուր եղող միտքը ընկալում է չար խորհուրդները մարմնի թե՛ արթուն, թե՛ քնած ժամանակ (Մաքսիմոս Վանական):

55. Բոլոր առաքինությունները աջակցում են մտքին Աստծո հանդեպ սեր տածելու հարցում, բայց ամենից շատ դրան նպաստում է սուրբ

աղոթքը: Աղոթքի շնորհիվ իրողությունները մի կողմ դնելով միտքը՝ սլանում է դեպի Աստված (Մաքսիմոս Վանական):

56. Հայիոյիչ մտքերը մերժիր, ուշադրություն չդարձնելով դրանց վրա ու կփախչեն քեզանից: Դրանք անհանգստացնում են միայն իրենցից վախեցողներին (Հայր Եղիսե):

57. Ողջ ուշադրությունդ ուղղիր, որ գերծ մնաս ապականող մտքերից (Հայր Լոգին):

58. Հայիոյիչ մտքերն առաջանում են դևերի ներգործությունից: Հոգևոր կյանքում առաջադիմողներից ոմանք, տանջվելով հայիոյիչ մտքերից, ընկել են հուսահատության մեջ, դրանցից ազատվելու համար նրանք իրենց վրա դրել են մեծ պահքեր և ծոմեր, դադարել են հաճախել Եկեղեցի, ինքնըստինքյան դադարելով հաղորդվել Քրիստոսի կենարար Մարմնի և Արյան հետ, համարելով իրենց անարժան, և մխրձվել են աստանայի ցանցի մեջ: Եվ այս բոլորը դևերի ներգործության հետևանքով (Թեոփիլոս Եպիսկոպոս):

59. Հայիոյիչ մտքերն առաջանում են, երբ մեկն իրեն առաքինասեր է համարում, կամ մտածում է, որ աղոթքի մեջ մեծ առաջադիմության է հասել, իսկ մյուսներին դատում է: Սրա համար էլ թույլ է տրվում այս հարձակումը («Հոգևոր Պատերազմ»):

60. Մեղսալից մտածումների հարձակումը մեզ վրա թույլատրվում է մեր իսկ օգուտի համար, որովհետև այն մեզ բերում է խոնարհության, փորձով ճանաչելու մեր անկումը և մեղսավորությունը: Հայրերը մեղսալից մտածումների հարձակումը աղոթողի վրա համարում էին լավ նշան, որովհետև մեղսալից մտածումների դեմ պայքարից ստացվում է գործնական միտք և հոգու ամրություն:

Մեղսալից մտածումներին պետք է դիմադրել, իսկ նրանցով տարվելու դեպքում իսկույն բժշկվել ապաշխարությամբ: Մեղսալից մտածումները և զգացումները չպետք է ուսումնասիրվեն, որպեսզի նրանք չսողոսկեն մեր հոգին և չվարակեն մեզ: Դրանք պետք է անմիջապես մերժել, իսկ մենք պետք է նետվենք Աստծո ողորմության անհուն հորձանուտի մեջ («Հոգևոր Պատերազմ»):

61. Ի՞նչ է նշանակում լինել հոգեպես անփույթ: Նշանակում է ծուլորեն աղոթել, անուշադիր լինել սրտի հանդեպ, չարտասվել մեղքերի համար, չդիմադրել չար մտքերին և զգացումներին («Հոգևոր Պատերազմ»):

62. Ցանկացած միտք, որը հեռացնում է քեզ Աստծուց, մանավանդ պիղծ մարմնավոր մտքերը, արագ վտարիր սրտիցդ, ինչպես կայծը կթոթափեիր հագուստիդ վրայից (Հոգեշահ գրքերից):

63. Հարց. -Ինչպե՞ս կարելի է ավելի հեշտությամբ հաղթել մեղքին:  
-Սուրբ հայրերն ասում են, որ ավելի հեշտ է հաղթել մեղքին՝ սկսելով մտքից: Եվ աստվածահաճո դիրքը և ծառայությունը հիմնավորվում է մտածումներում (Հոգեշահ գրքերից):

64. Հարկավոր է սրտով համոզվել, որ առանց Աստծո օգնության նույնիսկ բարին մտածել չես կարող (Հոգեշահ գրքերից):

65. Քշի՞ր մտածումներդ և մի թող, որ դրանք սողոսկեն սիրտդ, որովհետև այնտեղ ցանկասիրական մտածումներ կենդանացնելով՝ կրքերը կսպանեն միտքը: Դրա համար հենց որ հայտնվում է մտքումդ շտապիր դրանք խցել աղոթքի նետերով (Ֆեոլիտ):

66. Նա մեր մտքերն ու ցանկությունները Քննողն է. Նրա շունչը մեր մեջ է, և երբ կամենա կվերցնի այն (Կղենես Հռովմեացի):

67. Խորհե՛ք, թե որքան մոտ է Լա մեզ, և որ մեր մտքերից ու խորհուրդներից ոչ մեկը ծածուկ չէ Իրենից: Ուրեմն, արդարացի է, որ մենք չհեռանանք Նրա կամքից: Ավելի լավ է դիմակայենք հիմարներին ու անմիտներին, մեծամիտներին ու իրենց ամբարտապան խոսքերով պարծեցող մարդկանց, քան թե Աստծուն (Կղեմես Զոովմեացի):

68. Հայր, ի՞նչ են նշանակում սաղմոսի այս խոսքերը. «Քաբելոնի աղջիկ, երանի նրան, ով որ քո երեխաներին կառնի և քարին կգարկի»:

Ծերը պատասխանեց. «Քաբելոնի աղջիկը սատանան է, իսկ երեխաները՝ նրա մատուցած չար խորհուրդներն ու մտքերն են: Իսկ երանին նրանն է, ով այդ մտքերը վանում է, որպես թե քարին խփելով ու ոչնչացնելով» (Հարանց Վարք):

69. Հավատքը մտքի դեմ չէ, այլ մտքից վեր է (Թովմաս Ավվինացի):

70. Ցանկացած փորձություն սկսվում է հեղիեղուկ մտքից և Աստծու հանդեպ վստահության պակասից (Թովմաս Գեմբացի):

71. Մտքի կեղծ ազատությունը և սեփական անծի հանդեպ վստահությունը երկնային այցելությունը խոչընդոտող արգելք են հանդիսանում (Թովմաս Գեմբացի):

72. Միայն նրան՝ չարին վերագրիր հանցապարտ և անոթալից մտածմունքներդ, որոնք ներշնչում են քեզ: Ասա նրան՝ Հեռացի՛ր, պիղծ ոգի, անոթ քեզ, թշվառական, դու չափազանց գարշելի ես, այսպիսի գազրախոսություններ ալկանջիս շշնջալու համար:

Հեռացիր ինձանից, ապականված մուկրեցնող, դու ինձ հետ բաժին չունես:

Բայց Հիսուսը պիտի կողքիս լինի՝ իբրև ահարկու ռազմիկ, և դու պիտի պարտության մատնվես:

Ավելի շուտ նախընտրում են մեռնել, չարչարվել, քան քո թելադրածին հավանություն տալ:

Դու լռի՛ր, ուրեմն, այլևս ինձ հետ մի խոսիր, այլևս քեզ չեն ունկնդրի, ինչ էլ կամենաս անել՝ ինձ վրդովելու համար: «Տերն է իմ լույսն ու փրկությունը, ես ունի՞ց եմ վախենում» (Սաղմ. 26:3) (Թովմաս Գեմբացի):

73. Մարդը պետք է ջանասիրաբար հսկի իր մտքերի մաքրությանը, քանի որ իր միտքը նույնպես պատկանում է Աստծուն: Ինչպես որ մենք հոգ ենք տանում մեր սրտերի մաքրությանը, որպեսզի Աստված բնակվի նրանց մեջ, նույնպես մենք պետք է ուշադիր լինենք մեր մտքերի հանդեպ:

Մեկը, որ թույլ է տալիս իր սիրտը մեղքով կլանվի, ապացուցում է, որ Աստված չի ապրում իր սրտի մեջ, քանի որ մտքերը ծագում են սրտի միջից: Սուրբ Գիրքն ասում է. «Բարի մարդը իր սրտի բարի գանձերից բարի բաներ է հանում, իսկ չար մարդը իր սրտի չար գանձերից հանում է չար բաներ» (Մարկ. 12:30) (Շենուդա Գ):

74. Օրենքը հաշվի չի առնում ձեր մտքերը, սակայն Աստված դատում է ձեզ ձեր մտքերի համաձայն: Մրանից է, որ խիղճն ավելի գորեղ և խորն է, քան օրենքը, քանի որ նա, ով ջանում է մտքով մեղք չգործել՝ կոժվարանա սխալ անել գործով կամ արարքով: Այսպիսով, մտքի մաքրությունը միջոց է դառնում մարդուն ամբողջապես մաքրվելու (Շենուդա Գ):

75. Եթե դուք ուզում եք մաքուր միտք ունենալ, հեռու մնացեք այն միջոցներից, որոնք քայքայում են միտքը: Հեռու մնացեք այն բոլոր բաներից, որոնք ձեր գիտակցության մեջ ներմուծում են մեղավոր մտքեր: Այդպիսի մտքերը կարող են ծագել որպես հետևանք անառողջ ընթերցանության, չար խոսքերի, որոնց ականջալուր եք եղել, վատ շրջապատի կամ չար ընկերակցության:

Չար միտքը կարող է ծագել մեկ այլ չար մտքից: Հեռու պահեք ձեզ

այս ամենից, որպեսզի ձեր մտքերը մաքուր մնան: Չար մտքերը կարող են առաջանալ սրտի ցանկություններից կամ չար կրքից: Ըստ եւթյան, ցանկությունները և մտքերը համագործակցում են, յուրաքանչյուրը կարող է լինել պատճառ և հետևանք: Չար միտքը կարող է առաջացնել չար կրքեր, և չար կիրքը կարող է ծնունդ տալ հոռի մտքերի: Շատ դեպքերում ձեր մտքերը կարող են ձեր ցանկությունների արտահայտիչը լինել: Փորձեք սրբել ձեր սիրտը չար ցանկություններից, և ձեր մտքերն էլ կմաքրվեն (Շենուդա Գ):

76. Որոշ դեպքերում չար մտքերը կարող են պարզապես դևերի կողմից պատերազմի արդյունք լինել՝ ձեր սրտի հանդարտությունը և ձեր ներքին խաղաղությունը խանգարելու համար: Ոչ բոլոր չար մտքերն են պատճառ դիվային հարձակման. մեծ տարբերություն կա մտային պատերազմի և մտքով պարտվելու մեջ: Երբ չար միտքը սոսկ դիվային հարձակման արդյունք է՝ ձեր սիրտը կապստամբի այդ մտքի դեմ, և դուք կփորձեք ամենայն վճռականությամբ հեռու վանել այն, ազատվել դրանից և ամենևին չընդունել: Մտքով ընկած լինելու դեպքում, սակայն, մարդը հաշտվում է չար մտքի հետ կամ վայելում է այն: Եթե կարող է նույնիսկ ապաստան տալ այդ մտքին երկար ժամանակով և կարող է վրդովվել, երբ որևէ բան խանգարում է դրան (Շենուդա Գ):

77. Իմ խորհուրդն է դիմադրել չար մտքերին և խուսափել դրանցից: Երբ մի չար միտք հարձակվում է ձեր վրա փորձեք ձեր միտքը զբաղեցնել որևէ այլ բանով կամ փախչել դրանից: Կարող եք մտածել որևէ այլ բանի մասին, ինչն ավելի խորն է, դրանով շրջելով ձեր մտքերի ընթացքը: Դուք կարող եք զբաղեցնել ձեզ, կարդալով կամ որևէ հետաքրքիր բանով, որպեսզի ձեր մտքերը շրջվեն այդ չար նյութից դեպի ընթերցանության նյութը: Դուք կարող եք ծածուկ աղոթել և ձեր սիրտը բացել Աստծո առաջ՝ չար միտքը ձեզանից հեռու պահելու համար կամ, եթե այս եղանակներն ազդեցիկ չեն, դուք կարող եք զբաղեցնել ձեզ որևէ ձեռքի աշխատանքով կամ գրուցել որևէ մեկի հետ, չար միտքը հեռու վանելու համար (Շենուդա Գ):

78. Ձգույշ եղեք, չհաշտվեք չար մտքերի հետ, քանի որ դա դավաճանություն է Աստծո հանդեպ: Չար մտքից խուսափելը շատ ավելի հեշտ է ձեզ համար, երբ այն դեռ նոր է գալիս ձեր մեջ: Ավելի դժվար է հեռանալ նրանից, երբ դուք արդեն բավականին ժամանակ պահել եք այն ձեր մեջ, որովհետև, քանի դեռ միտքը ձեր ուղեղում է, օգտագործելու է իր իշխանությունը՝ իշխելու է ձեզ, ենթարկելու է ձեր կամքն իրեն, մինչև դառնաք նրա ստրուկը և կատարեք կամքը:

Եթե միտքը շարունակում է ապրել ձեր մեջ, այն կարող է փոխարկվել զգացմունքի, ցանկության կամ կրքի, այն կարող է վերածվել իրագործելի փորձի և այսպիսով, դուք կարող եք մտային մեղքից ընկել գործողության մեղքի մեջ (Շենուդա Գ):

79. Մի սպասեք, մինչև չար միտքը գա ձեր ուղեղի մեջ, և դուք դժվարանաք դիմադրել, այլ դուք պետք է նախաձեռնություն հանդես բերեք և զբաղեցնեք ձեր մտքերը արդար գործերով: Ձգտեք ձեռք բերել սուրբ խոկումներ և աստվածային մտքերի գանձ, առ Աստված ունեցած սիրո գանձը, որ ձեր գիտակցությունը ամաչի այն մտքերից և զգացմունքներից, եթե դևը ուզում է աղտոտել այն կամ մղել անկման: Միշտ զբաղվեք օգտակար բաներով և հիշեք, որ Աստված կարդում և քննում է ձեր մտքերը: Ուստի դուք պետք է ամաչեք ձեզանից, երբ տեղ եք տալիս մեղսալից մտքերի: Եվ երբ դուք ընկնեք չար

մտքերի մեջ, մի հուսահատվեք կամ պահեք այդ միտքը, այլ սբափվեք շուտով և կարգավորեք ձեր մտքերը (Շենուդա Գ):

80. Ես խորհուրդ եմ տալիս ձեզ անել առաջին քայլը. դուք պետք է շտկեք ձեր մտքերը և թույլ չտաք նրանց իշխելու և կառավարելու ձեզ: Միտքը կարող է զենք լինել ձեր ձեռքին և կարող է զենք դառնալ ձեր դեմ. թող այն ձեր ընկերը լինի և ոչ թե՛ թշնամին: Պետք է գիտենալ, որ ամենանշանակալի և օգտակար նախածեռնությունները նախապես գաղափար են եղել և բոլոր համամարդկային գործերը ծնունդ են առել գաղափարներից: Թող ձեր գաղափարները գանձ լինեն թե՛ ձեր, թե՛ ուրիշների համար: Թող ձեր մտքերը օրհնություն լինեն այն հասարակության համար, որտեղ ապրում եք: Եթե դուք չեք կարող ձեր մտքերն օգուտի աղբյուր դարձնել ձեր և ուրիշների համար, զոհե՛ք թույլ մի տվեք, որ այն ձեր սրտի մաքրության և հավիտենականության կորստյան պատճառ դառնա (Շենուդա Գ):

81. Թող Աստված ձեզ հետ լինի, շնորհելով ձեզ մտքի մաքրություն որպես մի սուրբ գանձ (Շենուդա Գ):

82. Աստծու ամենատես աչքի առջև են բոլոր մտածումներդ, և չե՞ս ամաչում ու չե՞ս վախենում Նրանից (Տեր Գաբրիել քահանա):

83. Ինչպես որ ամպերը իրար շփվելով էլեկտրականություն են առաջ բերում, այնպես էլ մարդու միտքը Աստվածային մտածումների հետ շփվելով ջերմեռանդություն է ծնում: Այս մտածումները պետք է լինեն մահվան, դատաստանի, դժոխքի ու հավիտենականության, նաև՝ Քրիստոսի կյանքի և Իր սուրբ չարչարանքների շուրջը, որպեսզի սրտներս փշրվի, և նոր սկսեմք աղոթել (Տեր Գաբրիել քահանա):

84. Մտքի դիտավորությունը եթե չի ընկերանում աղոթքին, ունայնաբար են շարժվում լեզուն և շուրթերը, քանզի աղոթքի մեջ առանց մտադրության մնալն անպտուղ աշխատություն է (Պողոս Պատրիարք):

85. Կույր է միտքը, եթե չի խոսում Աստծու մասին, համր է, եթե չի աղոթում, խուլ է, եթե չի լսում Աստծու պատվիրանները, մեռած է, եթե չի սիրում Աստծուն, թշնամի է Աստծուն, եթե սիրում է այն, ինչ ատում է Աստված. ամբարշտություն է՝ խնդրել Աստծուց այն, ինչ Նա չի կամենում (Պողոս Պատրիարք):

86. Հոգին թույլ և մեղկ շնչի մեջ հանձն չի առնում բնակվել, այլ պետք է շատ պինդ և հաստատուն լինի, որպեսզի միտքը հրով հրդեհվի, և ամեն տեսակ հոգևոր գործերի մեջ պրկված լինի: Ինչպես որ, երբ աղոթում ենք, մեր մտքերը դեպի երկինք պետք է պարզենք ոչ թե պարանո՞վ, այլ հորդառատ հոժարությամբ: Եվ երբ ողորմություն ենք տալիս, մեր միտքը դարձյալ պետք է մաքրենք, որպեսզի չլինի թե տան հոգսերը, մարմնի խնամքն ու աղքատանալու կասկածը մեր մեջ մտնելով՝ մեր կամքը թուլացնեն: Իսկ երբ մեր միտքն ու մարմինը հանդերձալի հույսով զորացնենք, Հոգու ազդեցությունը կարող ենք լավապես ընդունել և այն ժամանակ ժամանակավոր և անպիտան բաներից ոչ մի բան մրրիկի նման չի կարող մեր մեջ նուրբ գործել. նույնիսկ, եթե մտնի, ոչինչ չի վնասի, այլ բարին հարվածվածի պես կընկնի ու կփշրվի (Սարգիս Շնորհալի):

87. Արդ, բոլոր խաբեություններից ավելի ողորմելի է մտքի խաբեությունը՝ իբրև կարգավոր՝ անկարգության մեջ լինի, լույսով՝ խավարի մեջ և սրբությամբ՝ պղծության մեջ: Ուրիշ բոլոր խաբեությունների մեջ գտնվողների համար հույս կա, իսկ նա, որ հոգեպես հիվանդ է և ինքն իրեն առողջ է կարծում, մանավանդ ուրիշներին բժշկելու համար դեղ է մատուցում,

անկարելի է, որ նա առողջանա: Ես անձնապես փորձառություն ունեմ, դրա համար էլ գրում եմ վստահությամբ (Սարգիս Շնորհալի):

88. Արդ, նախ, ամենից առաջ, հոգա խորհուրդների մաքրության համար, որի մասին ասում է մարգարեն. «Աստված փառավորված է իր սրբերի խորհուրդներում»: Ինչպես որ ծառան սպասում է իր տիրոջ հրամանին, այնպես էլ բոլոր զգայարանները կառավարվում են խորհուրդների միջոցով, քանզի բարին նախ խորհում են և ապա գործում, ինչպես դարձյալ ասում է մարգարեն. «Հղացավ ցավեր և ծնեց անօրենություն» (Անանիա Նարեկացի):

89. Երբ քեզ զսպում են մարմնավոր խորհուրդներից, այնժամ հարատևում ես հոգևորի մեջ, և միտքդ լուսավորվում է: Երբ խորհուրդները գալիս են, դու զարհուրիր, մարտնչիր, խոստովանիր և ապաշխարիր, որ նրանց չընտելանաս ու սովորես, այլ հաղթես (Անանիա Նարեկացի):

90. Փոքր մի համարի խորհուրդների հանցանքները, քանզի հպարտությունը, նախանձն ու ատելությունը խորհուրդներով են լինում և սրանք մեծամեծ մեղքեր են: Ինչպես որ քանի դեռ թշնամին ամրոցից հեռու է, դյուրավ կարելի է զգուշանալ նրանից, իսկ երբ հարձակվելով գրավի ամրոցը և ներս մտնի, այնժամ դժվար է այնտեղից նրան հանել, այդպես և դու, քանի դեռ խորհուրդների պատերազմը մտքիդ ամրոցից հեռու է, զգուշացիր նրանից, իսկ երբ հարձակվելով գրավի ամրոցը և ներս մտնի, այնժամ առավել նեղություն կպատճառի քեզ: Ուստի դու զորացիր ու խորհուրդներդ միշտ աստվածահաճո պահիր, որպեսզի Սուրբ Հոգու տաճար դառնաս, քանզի Նրան վայել է փառք, իշխանություն և պատիվ այժմ և հավիտյանս. ամեն (Անանիա Նարեկացի):

91. Ժուժկալ պետք է լինել ամեն բանի մեջ, որոնցից աստվածային օրենքները հրամայում են հրաժարվել: Ամենից առաջ մտքում տեղ չտալ վատթար խորհուրդների, այլ ժուժկալությամբ դիմադրել և սրտից հալածել դրանք, որպեսզի դրանց չհետևի նաև կատարումը (Ներսես Շնորհալի):

92. Եվ եթե չհասցնեք (այս) ամբողջը կատարել բարի ժամանակների ծնեռ լինելու պատճառով, զոհե՛ք մեծ մասը գործով կատարեցե՛ք, պակասի հանդեպ կամքի հոժարություն ցույց տվեք և զղջուն ու տրտմություն՝ թերացումի համար: Քանզի, եթե ձեր միտքն այսպիսի բաների մեջ հաստատեք, բարու հակառակորդ չարը տեղ չի կարող գտնել ձեր հոգիներում: Ուստի և մենք աղաչում ենք Տիրոջը, որ հաջողություն տա առաջնորդներիդ և առաջնորդվողներիդ՝ երկնային ճանապարհով ընթանալու մեզ հետ, որպեսզի բոլորս էլ արժանի լինենք խոստացած բարիքներին, որոնք մեր Տիրոջ՝ Հիսուս Քրիստոսի մեջ են (Ներսես Շնորհալի):

93. Սրտի սրբությունն առավել է բոլոր բարձրաձայն բարբառող աղոթքներից: Եվ հստակված մտքին խառնված լռությունն առավել է մեկի բարձրաձայն աղաղակից (Հակոբ Մծբնա Հայրապետ):

94. Մի քանի պատճառով է մթազմում միտքը՝ երբ նեղացնում ես ընկերոջդ, անարգում, նախատում և չարախոսում նրան (Հովհան Մանդակունի):

95. Աղոթքի միջոցով հանենք քեզն և ոխը մեր մտքերից, և հետո միայն Աստծուց կարող ենք թողություն խնդրել մեր հանցանքներին: Արդ, սա՛ է ընդունելի աղոթքը, որը հաճելի է Աստծո կամքին (Վարդան Այգեկցի):



## Հայրերի վարքից

1. Եղբայրը հարցրեց ծերին. «Ի՞նչ անեն ես, պիղծ մտքերը սպանում են ինձ»: Ծերը պատասխանեց. «Երբ կինն ուզում է իր երեխային կրծքից կտրել, ապա պտուկներին որևէ դառը բան է քսում: Երբ երեխան սովորության համաձայն դեպի կրոնքն է ձգտում, դառնությունը զգալով՝ հրաժարվում է դրանից: Դու էլ քո մտածումներին դառնություն խառնիր»: Եղբայրը հարցրեց. «Ո՞րն է այդ դառնությունը, որ ես պետք է խառնեմ»: Ծերը պատասխանեց. «Մահվան ու այն չարչարանքների մասին հիշողությունը, որ պատրաստված է մեղավորների համար» (Հարանց վարք):

2. Մի ջանադիր վանական հարձակման ենթարկվելով հայիոյիչ մտքեր հարուցող դեհից, քսան տարի տանջանքների ենթարկեց իր մարմինը պահքով և հսկումներով, բայց ոչ մի օգուտ չստացավ դրանցից, այդ ժամանակ գրելով այս փորձությունները թղթի վրա, գնաց մի սուրբ ճգնավորի մոտ, որպեսզի նրանից բժշկություն ստանա: Եվ հանձնելով թուղթը, խոնարհվեց մինչև գետին, չհամարձակվելով նայել նրան: Ծերը կարդալով գրվածը, ժպտաց և բարձրացնելով եղբորն ասաց. «Դիր ձեռքդ, որդյակս, պարանոցիս», և երբ եղբայրն արեց այդ, ծերն ասաց նրան. «Քոնը չէ այս մեղքը, եղբայր իմ, քանի տարի էլ որ դա շարունակվեր, բայց էլ չի շարունակվի, միայն թե դու դրանց բանի տեղ մի դիր»:

Այս բանից հետո վանականը հավատացնում էր. «Դեռ չէի հասցրել դուրս գալ ծերի խցից, երբ այս կիրքը իսկույն հեռացավ ինձանից» (Հարանց վարք):

3. Հայր Եսային հարցրեց հայր Պիմենին շնության, անառակ մտածումներին մասին: Պատասխանեց նրան հայր Պիմենը. «Եթե հագուստով լի սնդուկը մի տարի թողնեն առանց հետևելու, ապա այնտեղ եղած շորերը կփտեն ու կփչանան: Այդպես էլ մտածումների հետ է լինում: Եթե չարի ներշնչած մտքերը իրականում չկատարենք, ապա դրանք ժամանակի ընթացքում կթուլանան ու կոչնչանան» (Հարանց վարք):

4. Մի եղբայր, որ ճգնում էր իր խցում, եկավ հայրերից մեկի մոտ և խոստովանեց իր պարտությունը զանազան մտածումներից: Ծերն ասաց նրան. «Դու վայր ես դրել մի զորավոր զենք՝ Աստծո վախը, և ձեռքդ ես վերցրել մի թույլ եղեգ՝ մեղավոր մտածումներին հակաճառելը: Թող այդ և զինվիր հրեղեն սրով՝ Աստծո վախով, և երբ մոտենան քեզ մեղավոր մտքերը, ապա Աստծո վախի կրակը կայրի դրանց, ինչպես հարր: Ովքեր Աստծո վախն ունեն, ցանկությունները չեն այրի նրանց» (Հարանց վարք):

5. Մի վանահայր գիշերեց անապատի վանքից մի ծերի մոտ: Տեսնելով ծերի և նրա աշակերտների ճգնողական վարքը հարցրեց. «Դուք ունե՞ք որևէ հայտնություն Աստծուց»:

«Չունենք», - պատասխանում է ծերը: Այնժամ վանահայրն ասաց. «Մենք անցկացնում ենք ոչ այդքան երկար աղոթակարգ, ինչպես դուք, բայց Աստված բացում է մեզ համար բոլոր գաղտնիքները: Դուք այդպիսի հսկմամբ, պահեցողությամբ և լռակյացությամբ սխրանք եք կատարում և դեռ ասում եք, որ Աստված ոչ մի գաղտնիք չի բացում ձեզ: Դա նրանից է, որ դուք ձեր սրտերի մեջ ընդունում եք մեղավոր մտքեր, որոնք հեռացնում են ձեզ Աստծուց, և Աստված ձեզ չի բացում իր գաղտնիքները»:

Հայրերը լսելով այս, զարմացան և միմյանց ասացին. «Այո, պիղծ մտքերը հեռացնում են Աստծուց» (Հարանց վարք):



## Աղոթք

Փրկի՛ր ինձ, Տե՛ր, սատանայի գաղտնածիզ նետերից, որ բազում մեքենայություններով պատելով պաշարում է ինձ, հափշտակելով իմ միտքը՝ տանում է մեղքերի ցանկության գերության թշնամական ծաղր ու ծանակի ենթարկելով:

Դադարեցրու՛ ինձ, Տե՛ր, իմ չարաչար խորհուրդներից և իմ մտքի և մարմնի կամքը գործելուց, Քո Գալստյան ահեղ Օրը պատկերի՛ր իմ աչքերի առջև, Տե՛ր, որ դողամ և սարսեմ Քո Դատաստանից:

Գթա՛, Տե՛ր, մեղանչած և եղկելի անձիս, խափանիր իմ անառակ ցանկությունները, սրբի՛ր մեղքերի աղտեղությունները և քավիր իմ անօրենությունները, բժշկի՛ր վիրավորված հոգիս և առողջացրու՛ իմ հիվանդացած մարմինը, ցրի՛ր ինձանից չարը, ժողովիր բարին և լցրու՛ իմ պակասությունները:

Մեկնիր ինձ, Տե՛ր, Քո ձեռքը նավաբեկյալիս, որ ընկղմված եմ չարիքների խորքերում, փրկի՛ր ինձ իմ մեղքերի ալիքների սաստիկ ծովածուխ բռնությունից: Սանձիր, Տե՛ր, և դադարեցրու իմ անսանձ միտքը կենցաղի զբաղմունքներից և ունայնություններից:

Ջնջիր, Տե՛ր, իմ մեղքերի բազմությունը և թոթափիր իմ հանցանքների դառը մրուրը, պարուրիր իմ սիրտը Սուրբ Հոգուդ արբեցմամբ և իմ փշաբեր մարմինը լցրու՛ շնորհներով, զարգացրու և պտղաբեր դարձրու:

Մի՛ մերժիր ինձ Քո բազմագույն ողորմությունից, Քեզ ապավինածիս անրացրու՛ աներկյուղ պահելով սատանայի բոլոր որոգայթներից, որպեսզի գերեվարելով չտանի իմ միտքը զբաղմունքի և չար ծառայության:

Փջի՛ր, Տե՛ր, Սուրբ Հոգուդ շնչի հարավային քաղցր զեփյուռն իմ խստացած և թանձրացած սրտի վրա և Քո որոտընդոստ փայլատակմամբ զարթեցրու՛ իմ սառած և ցամաքած միտքը:

Տո՛ւյց տուր, Տե՛ր, Քո շնորհները՝ Քո գուլթն ու ողորմությունը Քո ծառային և տաճարացրու՛ ինձ՝ Ամենասուրբ Հոգուդ բնակարան լինելու, այլևս մի՛ թող, որ ծառայեմ մեղքի և ապականության:

Առաքիր, Տե՛ր, Քո լույսը և լուսավորիր իմ միտքն ու իմ խորհուրդները Քո գիտության լույսով, հալածիր իմ մտքի խավարը և իմ անձի տկարությունը կակղեցրու՛ իմ հոգու ջանքերով ու վաստակներով:

Լսիր, Տե՛ր, իմ աղաչանքները և ընդունիր իմ պաղատանքները, քավիր իմ հանցանքները և կատարիր իմ խնդրվածքները, արձակիր իմ կապանքները և բժշկիր իմ հոգին, առողջացրու՛ իմ մարմինը և ուղղիր իմ ընթացքը, արագացրու՛ ինձ ժամանել Քո սրբերի օթևանը:

Տո՛ւր ինձ, Տե՛ր, սուգ և արտասուքներով զորացրու՛ իմ մարմինը, կակղեցրու՛ իմ քարացած սիրտը և հավաքիր մտքերս դեպի Քեզ: Ջնջիր իմ հանցանքների բազմությունը և շնորհիր ինձ իմ հոգու շահը: Ընդունիր և մի՛ անտեսիր իմ սրտի հառաչանքները, որպեսզի առաքինության պտուղներ ստանալով արժանի լինեմ Քեզանից օրհնություններ ընդունել և երկնքի սրբերիդ հետ վայելել անճառ բարիքներն ու զոհությամբ փառաբանել Ամենագոր Արքայությունդ, հավիտյանս հավիտենից: Ամեն:

Եփրեմ Ասորի