

De virginitate

ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΠΕΡΙ ΠΑΡΘΕΝΙΑΣ ΗΤΟΙ ΠΕΡΙ ΑΣΚΗΣΕΩΣ.

Ἄρχῃ λόγου σωτηρίας πρὸς τὴν παρθένον.

1 Πρῶτον πάντων πίστευσον εἰς ἓνα θεὸν πατέρα παντοκράτορα, ὁρατῶν καὶ ἀοράτων ποιητὴν· καὶ εἰς τὸν μονογενῆ αὐτοῦ υἱὸν Ἰησοῦν Χριστὸν, τὸν ὄντα ἐκ τῆς οὐσίας τοῦ πατρὸς, κατὰ πάντα ἰσοδύναμον τῷ πατρί, τὸν πρὸ αἰώνων ὄντα· καὶ εἰς τὸ πνεῦμα τὸ ἅγιον τὸ ἐν πατρὶ καὶ υἱῷ ὄν, παρὰ τοῦ πατρὸς ἀποστελλόμενον, καὶ διὰ τοῦ υἱοῦ διδόμενον, πατὴρ καὶ υἱὸς καὶ ἅγιον πνεῦμα, τρεῖς ὑποστάσεις, μία θεότης, μία δύναμις, ἐν βάπτισμα. αὐτὸς γὰρ ὁ θεὸς ἡμῶν ὁ πατὴρ τῶν ὄλων ἐν ἑξ ἡμέραις ἐποίησε τὸν οὐρανὸν καὶ τὴν γῆν καὶ τὴν θάλασσαν, καὶ πάντα τὰ ἐν αὐτοῖς. αὐτὸς γὰρ διεκόσμησε τὸν οὐρανὸν ἐν ἡλίῳ καὶ σελήνῃ καὶ ἄστροις παγκάλως. καὶ τὴν γῆν εὐπρεπῶς ἐθεμελίωσεν ἐπάνω τῶν ὑδάτων, διακοσμήσας αὐτὴν ἐν φυτοῖς καὶ ζύλοις παντοδαποῖς· καὶ τῇ κελεύσει αὐτοῦ ἐκπορεύονται ποταμοὶ μελίρρυτοι καὶ πηγαὶ ἀέναοι. καὶ προσέταξε τῇ γῇ καὶ ἐπήγαγε σάρκα καὶ ἐποίησε πάντα τὰ θηρία τῆς γῆς κατὰ γένος καὶ τὰ πετεινὰ τοῦ οὐρανοῦ κατὰ γένος. ἐκέλευσε τοῖς ὕδασι, καὶ ἐξήγαγεν ἰχθύας καὶ ἐποίησε τὰ κήτη τὰ μεγάλα. ὕστερον δὲ πάντων ἐποίησε τὸν ἄνθρωπον καὶ πάντα παρέδωκεν αὐτῷ εἰς ὑπηρεσίαν. εἶπεν γὰρ κύριος ὁ θεὸς τῷ υἱῷ αὐτοῦ· «ποιήσωμεν ἄνθρωπον κατ' εἰκόνα ἡμετέραν καὶ καθ' ὁμοίωσιν· καὶ ἔπλασε κύριος ὁ θεὸς τὸν ἄνθρωπον λαβὼν χοῦν ἀπὸ τῆς γῆς καὶ ἔθετο αὐτὸν ἐν τῷ παραδείσῳ τῆς τρυφῆς ἔβαλε δὲ κύριος ὁ θεὸς ἐπὶ τὸν Ἀδὰμ ἕκστασιν, καὶ ὕπνωσε καὶ ἔλαβε μίαν τῶν πλευρῶν αὐτοῦ καὶ ἀνεπλήρωσε σάρκα ἀντ' αὐτῆς, καὶ ὠκοδόμησε τὴν πλευρὰν, ἣν ἔλαβεν, εἰς γυναῖκα, καὶ ἤγαγεν αὐτὴν πρὸς τὸν Ἀδὰμ καὶ εἶπεν Ἀδὰμ· αὕτη νῦν σὰρξ ἐκ τῆς σαρκός μου, καὶ ὀστοῦν ἐκ τῶν ὀστέων μου, αὕτη κληθήσεται γυνή, ὅτι ἐκ τοῦ ἀνδρὸς αὐτῆς ἐλήφθη. ἀντὶ τούτου καταλείψει ἄνθρωπος τὸν πατέρα αὐτοῦ καὶ τὴν μητέρα αὐτοῦ καὶ προσκολληθήσεται τῇ γυναικὶ αὐτοῦ καὶ ἔσονται οἱ δύο εἰς σάρκα μίαν.»

2 Ἄκουε, δούλη τοῦ Χριστοῦ καὶ πάντες, ὅσοι θέλουσι σωθῆναι, καὶ ἐνωτίζου τὰ ῥήματά μου· καὶ καταδεξάσθω τὰ ὦτά σου θεοπνεύστους λόγους. «τὸ μυστήριον γὰρ τοῦτο, φησί, μέγα ἐστί» καθὼς εἶπεν ὁ μακάριος Παῦλος, ὅτι πᾶς ὁ κολλώμενος τῇ γυναικὶ ἐν σῶμά εἰσιν ἀμφοτέροι. οὕτως πάλιν πᾶς ἀνὴρ ἢ γυνὴ κολλώμενος τῷ κυρίῳ ἐν πνευμᾷ ἐστίν. εἰ γὰρ οἱ τῷ κόσμῳ συναπτόμενοι καταλιμπάνουσι τὸν πατέρα καὶ τὴν μητέρα καὶ συνάπτονται ἀνθρώποις θνητοῖς, πόσω μᾶλλον ἢ παρθένος ἐγκρατευομένη ὀφείλει καταλιπεῖν τὰ γήϊνα πάντα καὶ τῷ κυρίῳ μόνῳ κολληθῆναι. μαρτυρεῖ δέ μοι τῷ λόγῳ καὶ αὐτὸς ὁ ἀπόστολος λέγων· «Ἡ γυνὴ ἢ ἄγαμος μεριμνᾷ τὰ τοῦ κυρίου, ἵνα ἢ ἁγία τῷ σώματι καὶ τῷ πνεύματι, ἢ δὲ γαμήσασα μεριμνᾷ τὰ τοῦ κόσμου, πῶς ἀρέσει τῷ ἀνδρὶ αὐτῆς, καὶ μεμέρισται.» τοῦτο οὖν λέγω, ὅτι πᾶσα παρθένος ἢ χήρα ἐγκρατευομένη, ἐὰν ἔχη φροντίδα ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ, αὕτη ἢ φροντὶς ἀνὴρ αὐτῆς ἐστίν· κἂν κτήματα, κἂν ὑπάρχοντα ἔχη, αὕτη ἢ μέριμνα μολύνει αὐτῆς τὴν διάνοιαν. ὥσπερ γὰρ διὰ τοῦ ἀνδρὸς τὸ σῶμα μολύνεται, οὕτως καὶ αἱ σχέσεις αἱ κοσμικαὶ τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα τῆς ἐγκρατευομένης μαινοῦσι, καὶ οὐκ ἔστιν ἁγία τῷ σώματι καὶ τῷ πνεύματι. ἢ δὲ φροντίζουσα τὸ ἔργον τοῦ Θεοῦ, νύμφιος αὐτῆς ὁ Χριστὸς ἐστίν. ἢ γὰρ ἀρμοζομένη ἀνδρὶ φθαρτῷ τὸ θέλημα τοῦ ἀνδρὸς αὐτῆς ποιεῖ· οὕτως γὰρ εἴρηται, ὅτι «ἡ γυνὴ τοῦ ἰδίου σώματος οὐκ ἐξουσιάζει, ἀλλ' ὁ ἀνὴρ.» καὶ πάλιν· «ὥσπερ ἡ ἐκκλησία

ὑποτάσσεται τῷ Κυρίῳ, οὕτως καὶ αἱ γυναῖκες τοῖς ἀνδράσιν ἐν παντί.» ἀπ' αὐτῶν γὰρ τῶν κοσμικῶν, ἐὰν θέλωμεν, καὶ τὰ ἄνω νοοῦμεν. ἡ δὲ συναπτομένη τῷ ἐπουρανίῳ νυμφίῳ τὸ θέλημα τοῦ νυμφίου ἑαυτῆς κατεργάζεται.

3 Τοῦτο δὲ ἐστὶ τὸ θέλημα τοῦ Χριστοῦ· τὸν κολλώμενον αὐτῷ μηδὲν ὅλως περιφέρεισθαι τοῦ αἰῶνος τούτου, μηδὲν τῶν γηϊνῶν φροντίζειν, ἀλλὰ μόνον τὸν σταυρὸν τοῦ σταυρωθέντος ὑπὲρ αὐτοῦ βαστάζειν αὐτόν, καὶ ἔχειν φροντίδα καὶ μέριμναν νυκτὸς καὶ ἡμέρας ἀκαταπαύστοις ὕμνοις καὶ δοξολογίαις ὑμνεῖν αὐτόν, πεφωτισμένον ἔχειν τὸ ὄμμα τῆς διανοίας, εἰδέναι τὸ θέλημα αὐτοῦ καὶ ποιεῖν αὐτό, ἀπλήν ἔχειν τὴν καρδίαν, καθαρὸν τὸν νοῦν· ἐλεήμονα εἶναι, ἵνα, καθὼς αὐτὸς οἰκτίρων καὶ ἐλεήμων ἐστὶ, οὕτως καὶ ἡμεῖς ἐξακολουθῶμεν αὐτῷ· πρᾶον καὶ ἡσύχιον εἶναι, ἀνεξίκακον, μηδενὶ κακὸν ἀντὶ κακοῦ ἀποδιδόντα· ὕβρεων πολλῶν ἀνεχόμενον, καθὼς αὐτὸς ὑπὸ τῶν Ἰουδαίων ὑβρίσθη καὶ ὑπέμεινε πληγὰς καὶ βασάνους ὑποφέρειν· καὶ γὰρ αὐτὸς ταῦτα ἔπαθε· ῥαπισθεὶς γὰρ ὑπὸ τοῦ δούλου τοῦ ἀρχιερέως, οὐδὲν ἐποίησεν, ἀλλὰ μόνον εἶπεν· «εἰ κακῶς ἐλάλησα, μαρτύρησον περὶ τοῦ κακοῦ· εἰ δὲ καλῶς, τί με δέρεις;» οὐκ ἠδύνατο ὁ κελεύσας τῇ γῆ, ἵνα τοὺς Δαθᾶν καὶ Ἀβειρῶν ζῶντας καταπίῃ, καὶ τοῦτον τὸν ἐκτείναντα τὴν χεῖρα καὶ τύψαντα τὸν ἑαυτοῦ δημιουργὸν ζῶντα καταπιεῖν. ἀλλ' ὑπέμεινε, ἡμῖν ὑπολιμπάνων ὑπογραμμόν, ἵν' ἡμεῖς τοῖς ἐκείνου ἴχνεσιν ἐπακολουθήσωμεν. σὺ δέ, ἄνθρωπε, οὐ βαστάζεις ὑπὸ τοῦ ὁμογενοῦς σου ἀνθρώπου ὑβρίσθησαι; μίμησαι τὸν δεσπότην σου. εἰ γὰρ ἐκεῖνος Θεὸς ὢν ἐβάσταζε διὰ σέ ὑπὸ ἀνθρώπου ἀμαρτωλοῦ ῥαπισθῆναι, σὺ ἀγανακτεῖς ὅτι ὁμοίος σου ἀνθρώπος ἐλοιδόρησέ σε, καὶ ζητεῖς ἀνταποδοῦναι αὐτῷ; ὦ πολλῆς ἀνοίας καὶ ἀφροσύνης μεγάλης! διὰ τοῦτο καὶ κόλασις ἡμῖν ἡτοιμάσται, καὶ ἑαυτοῖς τὸ πῦρ ἐξάπτομεν· ὅτι καὶ λογικοὶ ὄντες τοῖς ἀλόγοις ζώοις ἑαυτοὺς εἰκάζομεν. ταπεινοφροσύνη πολλῇ εἰς τὸν κόσμον τοῦτον ἐλήλυθεν, καὶ πλούσιος ὢν ἐπτώχευσε δι' ἡμᾶς, ἵν' ἡμεῖς τῇ ἐκείνου πτωχείᾳ πλουτήσωμεν. καὶ Θεὸς ὢν γέγονεν ἀνθρώπος δι' ἡμᾶς, καὶ ἐγεννήθη ἐκ τῆς θεοτόκου Μαρίας, ἵνα ἐλευθερώσῃ ἡμᾶς ἐκ τῆς δυναστείας τοῦ διαβόλου.

4 Ὅθεν ὁ σωθῆναι θέλων ποιεῖ ἑαυτὸν μωρὸν ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ, ἵνα παρὰ τῷ Θεῷ ἀκούσῃ σοφός. οἱ γὰρ ἄνθρωποι τοὺς εἰδότας δοῦναι καὶ λαβεῖν καὶ ἀγοράζειν καὶ πωλεῖν, καὶ πραγματεύεσθαι καὶ ἀφυστερεῖν τὰ τοῦ πλησίου καὶ πλεονεκτεῖν καὶ δανερίζειν καὶ τὸν ἕνα ὀβλοδὸν ποιεῖν δύο, τούτους φρονίμους ἀποκαλοῦσιν· ὁ δὲ Θεὸς μωροὺς καὶ ἀσυνέτους καὶ ἀμαρτωλοὺς τοὺς τοιούτους καλεῖ. Ἦκουε γὰρ, φησὶ, τί αὐτὸς ὁ Θεὸς διὰ Ἰερεμίου τοῦ προφήτου εἶρηκεν· «ὁ λαὸς οὗτος υἱοὶ ἄφρονές εἰσι τοῦ κακοποιῆσαι· τὸ δὲ καλὸν ποιῆσαι οὐκ ἐπέγνωσαν.» καὶ ὁ μακάριος Παῦλος· «ἡ σοφία τοῦ κόσμου τούτου μωρία παρὰ τῷ Θεῷ ἐστὶ· καὶ ὁ θέλων σοφὸς γενέσθαι μωρὸς γενέσθω, ἵνα γένηται σοφός.» καὶ πάλιν ὁ αὐτὸς λέγει· «ἀδελφοί, μὴ παιδία γίνεσθε ταῖς φρεσίν, ἀλλὰ τῇ κακίᾳ νηπιάζετε.» ὁ γὰρ Θεὸς εἰς τὰ γῆινα θέλει μωροὺς εἶναι, εἰς δὲ τὰ ἐπουράνια φρονίμους· καὶ γὰρ αὐτὸς ὁ ἀντίδικος ἡμῶν διάβολος φρόνιμός ἐστι τῇ κακίᾳ, καὶ ἡμᾶς δεῖ αὐτῷ φρονίμως ἔρχεσθαι πρὸς τὸ νικῆσαι αὐτοῦ τὰς κακοτέχνους ἐπιβουλάς. λέγει γὰρ ὁ σωτὴρ ἐν τοῖς εὐαγγελίοις· «γίνεσθε φρόνιμοι ὡς οἱ ὄφεις καὶ ἀκέραιοι ὡς αἱ περιστεραί.» ὁ δὲ καλούμενος παρ' αὐτῷ φρόνιμος, οὗτός ἐστι σοφιζόμενος ποιῆσαι τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ, καὶ φυλάσσειν τὰς ἐντολάς αὐτοῦ.

5 Μέγα φάρμακόν ἐστι σωτηρίας ἡ ταπεινοφροσύνη· ὁ γὰρ σατανᾶς οὐχ ἔνεκεν πορνείας ἢ μοιχείας ἢ κλοπῆς κατηνέχθη ἐκ τῶν οὐρανῶν, ἀλλ' ἡ ὑπερηφανία αὐτὸν κατέβαλεν εἰς τὰ κατώτερα μέρη τῆς ἀβύσσου· οὕτως γὰρ εἶρηκεν· «ἀναβήσομαι, καὶ θήσομαι τὸν θρόνον μου ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, καὶ ἔσομαι ὅμοιος τῷ ὑψίστῳ» καὶ διὰ τοῦτον τὸν λόγον κατεβλήθη, καὶ ἐγένετο ἡ κληρονομία

αὐτοῦ τὸ πῦρ τὸ αἰώνιον. ἢ οὖν ὑπερηφανία ἐν τῷ διαβόλῳ ἐστίν, ἢ δὲ ταπεινοφροσύνη ἐν τῷ Χριστῷ· αὐτὸς γὰρ ὁ κύριος λέγει, ὅτι «ὁ θέλων ἐν ἡμῖν εἶναι μέγας ἔστω πάντων δούλος.» ὁ γὰρ Θεὸς τῶν ταπεινῶν ἐστίν.

6 Ἀγαπήσωμεν σφόδρα τὴν νηστείαν· μέγα γὰρ φυλακτὴ ριόν ἐστίν ἡ νηστεία καὶ ἡ προσευχὴ καὶ ἡ ἐλεημοσύνη· ἐκ θανάτου γὰρ ῥύονται τὸν ἄνθρωπον. ὡσπερ γὰρ διὰ βρώματος καὶ παρακοῆς ἐξεβλήθη ὁ Ἀδάμ ἐκ τοῦ παραδείσου, οὕτως πά λιν διὰ νηστείας καὶ ὑπακοῆς ὁ θέλων εἰσέρχεται εἰς τὸν παρά δεισον. ἐν ταύτῃ τῇ ἀρετῇ κόσμησόν σου τὸ σῶμα, ὧ παρθένε, καὶ ἀρέσεις τῷ ἐπουρανίῳ νυμφίῳ· αἱ γὰρ τῷ κόσμῳ συναπτόμεναι καὶ μύροις καὶ θυμιάμασι καὶ εὐωδίαις καὶ ἐν ἱματίοις πολυτελέσι καὶ χρυσῷ καλλωπίζουσαι τὰ σώματα ἐαυτῶν πρὸς τὸ ἀρέσαι τοῖς ἀνθρώποις Θεῷ ἀρέσαι οὐ δύνανται. ὁ δὲ Χριστὸς οὐδὲν τούτων χρήζει παρά σου, εἰ μὴ μόνον καρδίαν καὶ θαρὰν καὶ σῶμα ἀμόλυντον ὑπωπιαζόμενον ὑπὸ νηστείας. ἐὰν δὲ ἔρχωνταί τινες καὶ λέγῳσί σοι, ὅτι μὴ νήστευε πυκνά, εἰ δὲ μή γε, ἀσθενεστέρα γενήσῃ· οὐ πιστεύσεις αὐτοῖς οὐδ' οὐ μὴ ὑπακούσεις αὐτοῖς· ὁ γὰρ ἐχθρὸς αὐτοῦς ὑποβάλλει. μνήσθητι τὸ γεγραμμένον, ὅποτε οἱ τρεῖς παῖδες καὶ Δανιὴλ ἠχμαλωτεύθησαν ὑπὸ Ναβουχοδονόσορ βασιλέως Βαβυλῶνος καὶ ἄλλα παιδάκια μετ' αὐτῶν, καὶ ἔταξεν αὐτοῦς ὁ βασιλεὺς ἐσθίειν ἀπὸ τῆς τραπέζης αὐτοῦ καὶ πίνειν ἀπὸ τοῦ οἴνου αὐτοῦ· Δανιὴλ δὲ καὶ οἱ τρεῖς παῖδες οὐκ ἤθελον αὐτοὶ ἀλισγηθῆναι ἀπὸ τῆς τραπέζης τοῦ βασιλέως, ἀλλὰ λέγουσι τῷ εὐνοῦχῳ τῷ παραλαβόντι αὐτούς· «δὸς ἡμῖν ἀπὸ τῶν σπερμάτων τῆς γῆς, καὶ φαγόμεθα.» Καὶ λέγει αὐτοῖς ὁ εὐνοῦχος· φοβοῦμαι ἐγὼ τὴν βρῶσιν ὑμῶν καὶ τὴν πόσιν, μήποτε ὀφθῶσι τὰ πρόσωπα ὑμῶν σκυθρωπὰ ἐνώπιον τοῦ βασιλέως παρά πάντα τὰ παιδάκια τὰ ἐσθίοντα ἐκ τῆς τραπέζης τοῦ βασιλέως καὶ καταδικάσει με· εἶπον δὲ αὐτῷ πείρασον τοὺς δούλους σου ἡμέρας ὡσεὶ δέκα, καὶ δὸς ἡμῖν· καὶ ἔδωκεν αὐτοῖς ὄσπρια φαγεῖν καὶ ὕδωρ πιεῖν· καὶ εἰσήγαγεν αὐτοῦς ἐνώπιον τοῦ βασιλέως, καὶ ὠφθησαν αἱ ἰδέαι αὐτῶν ἐκλεκταὶ παρά τὰ παιδάκια τὰ ἐσθίοντα τὴν τράπεζαν τοῦ βασιλέως.

7 Ὅραξ τί ποιεῖ ἡ νηστεία· καὶ νόσους θεραπεύει καὶ ρεῦματα σωματικὰ ξηραίνει καὶ δαίμονας ἐκβάλλει καὶ λογισμοὺς πονηροὺς ἀποδιώκει καὶ τὸν νοῦν λαμπρότερον ποιεῖ καὶ καρδίαν καθαρὰν καὶ σῶμα ἡγιασμένον καὶ τῷ θρόνῳ τοῦ Θεοῦ παρίστησι τὸν ἄνθρωπον· καὶ, ἵνα μὴ νομίσης, ὅτι ταῦτα ἀπλῶς λέγονται, ἔχεις μαρτυρίαν ἐν τοῖς εὐαγγελίοις παρά τοῦ σωτῆρος εἰρημένην· ἠρώτησαν αὐτὸν οἱ μαθηταὶ αὐτοῦ λέγοντες· κύριε, δεῖξον ἡμῖν, ποίῳ τρόπῳ τὰ ἀκάθαρτα πνεύματα φυγαδεύονται. εἶπεν δὲ ὁ κύριος· «τοῦτο τὸ γένος οὐκ ἐκβάλλεται, εἰ μὴ ἐν νηστείαις καὶ προσευχαῖς.» πᾶς οὖν ὁ ὑπὸ πνεύματος ἀκαθάρτου ὀχλούμενος, ἐὰν νοήσῃ καὶ χρήσῃ τῷ φαρμάκῳ τούτῳ, λέγω δὴ τῇ νηστείᾳ, εὐθύς τὸ πνεῦμα τὸ πονηρὸν στενοχωρούμενον ἀναχωρεῖ, φοβούμενον τὴν νηστείαν. πάνυ γὰρ τέρπονται οἱ δαίμονες τῇ κραιπάλῃ καὶ τῇ ἀναπαύσει τοῦ σώματος. μεγάλη δύναμις νηστεία, καὶ μεγάλα κατορθώματα γίνεται δι' αὐτῆς, ἐπεὶ πόθεν καὶ οἱ ἄνθρωποι μεγάλας δυνάμεις ἐπιτελοῦσι, καὶ σημεῖα δι' αὐτῶν γίνεται, καὶ ἰάματα τοῖς κάμνουσι δι' αὐτῶν δωρεῖται ὁ Θεός, εἰ μὴ πάντως δι' ἀσκήσεως καὶ ταπεινοφροσύνης καὶ πολιτείας ἀγαθῆς; νηστεία γὰρ ἀγγέλων βίος ἐστίν, καὶ ὁ χρώμενος αὐτῇ ἀγγελικὴν τάξιν ἔχει. καὶ μὴ νομίσης, ἀγαπητέ, ὅτι οὕτως ἀπλῶς ἐστίν ἡ νηστεία· οὐ γὰρ ὁ νηστεύων ἀπὸ βρωμάτων μόνον ἐκεῖνος κατώρθωσεν, ἀλλ' ὁ ἀπεχόμενος ἀπὸ παντὸς πονηροῦ πράγματος, τούτῳ λογίζεται ἡ νηστεία· ἐὰν γὰρ νηστεύσῃς καὶ μὴ τηρήσῃς τὸ στόμα σου λαλῆσαι λόγον πονηρὸν ἢ ὀξύχολίαν ἢ κεῦδος ἢ ἐπιὸρκίαν ἢ καταλαλήσῃς κατὰ τοῦ πλησίον σου· ἐὰν ταῦτα ἐξέλθῃ ἐκ τοῦ στόματος τοῦ νηστεύοντος, οὐδὲν ὠφέλησεν, ἀλλὰ καὶ ὄλον τὸν κόπον αὐτοῦ

ἀπώλεσε. σὺ οὖν, δούλη τοῦ Χριστοῦ. καὶ πάντες ὅσοι θέλουσι σωθῆναι, ἐὰν νηστεύσης, ἄγνισον σε αὐτὴν ἀπὸ πάσης φιλαργυρίας· ὅτι ὁ ἀγαπῶν ἀργύριον οὐ δύναται τὸν Θεὸν ἀγαπᾶν. «ρίζα γὰρ πάντων τῶν κακῶν ἐστὶν ἡ φιλαργυρία.»

8 Τὴν κενοδοξίαν καὶ τὴν ἀλαζονεῖαν ἰσχυρῶς φεῦγε. ἐὰν ὑποβάλη σοι λογισμὸς, ὅτι μεγάλη γέγονας καὶ καλή, προβεβηκυῖα τῇ ἀρετῇ, μὴ πιστεύσης αὐτῷ· ὁ ἐχθρὸς γὰρ ἐστὶν ὁ ἐμποδίζων καὶ κενοδοξίαν ὑποβάλλων· οὐκ ἀνέξῃ οὖν τοῦ λογισμοῦ ἐπαινοῦντός σε· ἐὰν δὲ ὑποβάλη σοι ὁ λογισμὸς λέγων, ὅτι μὴ θέλε κοπιᾶν οὕτως δυσκόλως, δύνασαι σωθῆναι, οὐκ ἀκούσεις αὐτοῦ· ὁ ἐχθρὸς γὰρ ἐστὶν ὁ ὑποβάλλων χαύνωσιν καὶ ὀλιγωρίαν, ἵνα σε καταβάλη ἀπὸ τῆς ἐναρέτου σου πολιτείας· πολλὰ γὰρ ἐστὶ μηχανήματα ἐκ τοῦ ἐχθροῦ γινόμενα τοῖς δούλοις τοῦ Θεοῦ· ὑποβάλλει γὰρ τοῖς ἀνθρώποις ἔρχεσθαι καὶ ἐπαινεῖν λόγους πρὸς τὸ ὑψωθῆναι τὴν καρδίαν αὐτοῦ. σὺ δὲ μὴ καταδέξῃ ἔπαινον ἀνθρώπων· ἐὰν δέ τις σοι εἴπῃ «μακάριος εἶ», λέγε αὐτῷ, ἐὰν ἐξέλθω ἐκ τοῦ σώματος τούτου καλῶς τελειώσας, τότε μακαρισθήσομαι· ἄρτι γὰρ οὐ πιστεύω ἐμαυτῷ ὅτι μακάριος εἰμί· οἱ γὰρ ἄνθρωποι ὡς ἄνεμος οὕτω μεταβαλλόμεθα. πολλάκις δὲ ὑποβάλλει σοι ἐξουθενεῖν τοὺς ἐσθίοντάς· μὴ πιστεύσης αὐτῷ· ἀλλότριος γὰρ ἐστὶ πάντων γὰρ ἐλαχιστότερον σεαυτὸν λογίζου, ἵνα πολλοὺς προάξῃς εἰς τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν, καὶ παρὰ Θεῷ ὑψωθῆσῃ· ὑποβάλλει δὲ ὁ ἐχθρὸς καὶ ἄσκησιν μεγάλην, ἵνα τὸ σῶμα ἀσθενὲς καὶ ἀχρήσιμον ποιήσῃ. σοῦ οὖν ὁ νηστεία μέτρον ἐχέτω· νήστευσον ὅλον τὸν ἐνιαυτὸν χωρὶς πάσης ἀνάγκης· ὥρα δὲ ἐνάτη τῆς ἡμέρας, ἐν ὕμνοις καὶ προσευχαῖς διατελέσασα, μεταλάμβανε τὸν ἄρτον σου ἐν λαχάνῳ ἀναπεποιημένῳ ἐλαίῳ· πάντα ἀγνὰ ὅσα ἄψυχα.

9 Σὺ δὲ, ὦ παρθένε, μηδεὶς καταμανθανέτω τὴν ἄσκησίν σου μηδὲ αὐτῶν τῶν ἰδίων σου συγγενῶν· ἀλλ' εἴ τι ποιεῖς, ἐν κρυπτῷ ποιεῖ· καὶ ὁ πατήρ σου ὁ οὐράνιος ὁ βλέπων ἐν τῷ κρυπτῷ, ἀποδώσει σοι· ἐὰν δὲ φανερώσης σου τὸν βίον, κενοδοξία σοι τίκτεται καὶ ζημιοῖ· ἐὰν δὲ εὐρύης ψυχὴν ὁμοσύμφωνον πονοῦσαν τῷ Θεῷ, ὡς καὶ σύ, ταύτη μόνῃ ἀποκάλυψον ἐν μυστηρίῳ· ἐκεῖ οὐκ ἔστι κενοδοξία· ἐλάλησας γὰρ, ἵνα σωθῇ ψυχὴ· πολὺν μισθὸν λήψῃ, ἐὰν σωθῇ διὰ σοῦ ψυχὴ. τοῖς ἔχουσι πόθον ἀκούειν λάλει τὰ συμφέροντα. ἐὰν δὲ ἀκούῃ καὶ μὴ ποιῇ, μηδὲν λάλει. λέγει γὰρ ὁ κύριος· «μὴ δῶτε τὰ ἅγια τοῖς κυσί, μηδὲ βάλῃτε τοὺς μαργαρίτας ὑμῶν ἔμ προσθεν τῶν χοίρων»· κύνας γὰρ καὶ χοίρους ἀποκαλεῖ ὁ Θεὸς τοὺς ἐν ἀτίμῳ βίῳ διάγοντας· μαργαρίται γὰρ τίμιοί εἰσιν οἱ τοῦ Θεοῦ λόγοι τοῖς ἀξίοις μόνοις διδόμενοι.

10 Ὡ μακαρία ψυχὴ, ἡ ἀκούσασα τούτους τοὺς λόγους τοὺς γεγραμμένους ἐν τῷ βιβλίῳ τούτῳ καὶ ποιούσα! μαρτύρομαι παντὶ ἀκούοντι τὰ ῥήματα ταῦτα καὶ ποιούντι, ὅτι τὸ ὄνομα αὐτοῦ γραφήσεται ἐν τῇ βίβλῳ τῆς ζωῆς, καὶ ἐν τῷ τρίτῳ τάγματι τῶν ἀγγέλων εὐρεθήσεται. ἐὰν προσεύχῃ ἢ ψάλλῃς ἢ ἀναγινώσκῃς, κατ' ἰδίαν κάθου· μηδεὶς ἀκουέτω, εἰ μὴ σὺ μόνῃ. καὶ ἐὰν ἔχῃς ὁμοψύχους μίαν ἢ δύο παρθένους· λέγει γὰρ ὁ Χριστός· «ὅπου δύο ἢ τρεῖς εἰσι συνηγμένοι ἐν τῷ ὀνόματί μου, ἐκεῖ εἰμι ἐν μέσῳ αὐτῶν.» ἀπόθου τὸ γυ ναικεῖον φρόνημα καὶ λάβε θάρσος καὶ ἀνδρείαν. ἐν γὰρ τῇ βασιλείᾳ τῶν οὐρανῶν οὐκ ἔστιν ἄρσεν καὶ θῆλυ, ἀλλὰ πᾶσαι αἱ εὐαρεστήσασαι γυναῖκες ἀνδρῶν τάξιν λαμβάνουσιν. ἐπιλαθοῦ τὰ νεωτερικὰ σχήματα, ἵνα λάβῃς τιμὴν τῆς καλῆς χήρας. λέγει γὰρ ὁ ἅγιος Παῦλος· «τίμα χήρας, τὰς ὄντως χήρας· ἡ δὲ ὄντως χήρα καὶ μεμονωμένη ἠλπικεν ἐπὶ Θεὸν καὶ προσμένει ταῖς δεήσεσι καὶ ταῖς προσευχαῖς νυκτὸς καὶ ἡμέρας. ἡ δὲ σπαταλῶσα ζῶσα τέθνηκε. χήρα καταλεγέσθω μὴ ἔλαττον ἐτῶν ἐξήκοντα, γεγонуῖα ἐνδὸς ἀνδρὸς γυνή, εἰ ἐτεκνοτρόφησεν, εἰ ἐξενοδόχησεν, εἰ ἀγίων πόδας ἔνιψεν, εἰ θλιβομένοις ἐπήρκεσεν, εἰ παντὶ ἔργῳ ἀγαθῷ ἐπηκολούθησε. νεωτέρας δὲ χήρας παραι τοῦ· ὅταν γὰρ

καταστρηνιάσωσι τοῦ Χριστοῦ, γαμεῖν θέλουσιν, ἔχουσαι κρίμα ὅτι τὴν πρώτην πίστιν ἠθέτησαν.»

11 Σὺ δέ, εἰ μὲν οὐ ποιεῖς τὰ νεωτερικὰ σχήματα, οὐκ ἀκούεις νεωτέρα, ἀλλὰ καὶ πρεσβύτερα ἀποκαλῆ καὶ τιμὴν ἔχεις ὡς πρεσβύτερα· ἢ ὑπόστασις τῶν ἱματίων σου μὴ ἦτω πολυτίμος. Ὁ ἐπενδύτης σου μέλας. μὴ βεβαμμένος ἐν βαφῇ, ἀλλ' αὐτοφυῆς ἰδιόχρους ἢ ὄνυχίζων· καὶ τὸ μαφόριον ἄκροσσον, ὡσαύτως τῆς αὐτῆς χροᾶς· καὶ χειρίδια ἐρεᾶ περικαλύπτοντα τοὺς βραχίονας ἕως τῶν δακτύλων τῶν χειρῶν, τὰς τρίχας τῆς κεφαλῆς περικεκομμένας καὶ κεφαλοδέσμιον ἐρεοῦν, περισφίγγον τὴν κεφαλὴν καὶ κουκούλιον καὶ ἐπώμιον ἄκροσσον. ἔὰν δὲ συναντᾷς ἄνθρωπον, τὸ πρόσωπον κατακεκαλυμμένον ἔστω, κάτω νεῦον, καὶ οὐκ ἐπάρης ἄνθρωπον τὸ πρόσωπόν σου, εἰ μὴ μόνον τῷ Θεῷ σου. Ὅταν στῆς εἰς προσευχὴν τοὺς πόδας σου περικεκαλυμμένους ἔχε ἐν ὑποδήμασιν· αὐτὸς γὰρ ὁ στολισμὸς ἱεροπρεπὴς ἐστίν· οὐκ ἐκδύση γυμνή· νυκτὸς δὲ καὶ ἡμέρας τὸ ἱμάτιόν σου ἔστω καλύπτον τὴν σάρκα σου. οὐ μὴ ἴδη ἄλλη γυνὴ τὸ σῶμά σου γυμνὸν ἄνευ πάσης ἀνάγκης· ἀλλ' οὐδὲ αὐτὴ κατανοήσεις ἀποκεκαλυμμένη τῷ σώματι. ἐξότου γὰρ ἐτάξω τῷ Θεῷ ἐγκρατεύεσθαι, τὸ σῶμά σου ἡγιασμένον ἐστὶ καὶ ναὸς Θεοῦ. οὐ χρὴ οὖν τὸν ναὸν τοῦ Θεοῦ ἀποκαλύπτεσθαι ὑπότινος. οὐ πορεύση εἰς βαλανεῖον ὑγιαίνουσα ἄνευ πάσης ἀνάγκης, οὐ μὴ βάψης ὄλον τὸ σῶμά σου εἰς ὕδωρ, ὅτι ἀγία εἶ κυρίως τῷ Θεῷ· καὶ οὐ μιανεῖς τὴν σάρκα σου ἐν οὐδενὶ κοσμικῷ, ἀλλὰ μόνον τὸ πρόσωπόν σου νίψαι, καὶ τὰς χεῖρας καὶ τοὺς πόδας· ὅταν νίψης τὸ πρόσωπόν σου, οὐ νίψη ταῖς δύο χερσὶν οὐδὲ μὴ ἐκτρίψῃ τὰ μῆλα τῆς ὄψεώς σου οὐδὲ μὴ βάλῃς πόαν οὐδὲ νίτρον οὐδὲ τὰ ὅμοια τούτοις. αἱ κοσμικαὶ γὰρ ταῦτα ποιοῦσιν· ἀλλ' ἐν ὕδατι καθαρῷ νίψη.

12 Οὐκ ἐπιχρίση τὸ σῶμά σου μύρω πολυτελεῖ, οὐδὲ ἐπιβαλεῖς ἐπὶ τὰ ἱμάτια σου ἀρώματα πολυτίμα. Ἐὰν δὲ τὸ σῶμά σου ἀσθενέστερον γένηται, χρῆσαι οἴνω ὀλίγῳ διὰ τὸν στόμαχον. ἔὰν δέ, ὃ μὴ γένοιτο, εἰς κάκωσιν ἐμπέσης, σεαυτῆς ἐπιμελοῦ· μὴ δῶς τόπον τοῖς ἀνθρώποις λέγειν, ὅτι ἐκ τῆς ἀσκήσεως αὐτῆς συνέβη αὕτη ἢ κάκωσις, ἀλλὰ πρὶν ἢ τινα εἰπεῖν σοι, σὺ σεαυτῆς φρόντισον, ἕως ἂν ταχὺ ἀναστῆς, καὶ πάλιν τὸν κανόνα σου ἐλκύσης. ὄλον τὸν χρόνον τῆς ζωῆς σου ἐν νηστεῖαις καὶ προσευχαῖς καὶ ἐλεημοσύναις διατέλει. μακάριος ὁ ἀκούων ταῦτα. νυκτὸς καὶ ἡμέρας μὴ ἀποστήτω ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ ἐκ τοῦ στόματός σου. ἦτω δὲ τὸ ἔργον σου διαπαντὸς μελέτη τῶν θείων γραφῶν. ψαλτήριον ἔχε καὶ τοὺς ψαλμοὺς μάνθανε. ἀνατέλλων ὁ ἥλιος βλέπετω τὸ βιβλίον ἐν ταῖς χερσὶ σου, καὶ μετὰ τρίτην ὥραν συνάξεις ἐπιτέλει, ὅτι ταύτῃ τῇ ὥρᾳ ἐπάγη τὸ ξύλον τοῦ σταυροῦ· ἔκτη ὥρᾳ ἐπιτέλει τὰς προσευχὰς μετὰ ψαλμῶν καὶ κλαυθμοῦ καὶ δεήσεως, ὅτι ἐν αὐτῇ τῇ ὥρᾳ ἐκρεμάσθη ὁ υἱὸς τοῦ Θεοῦ ἐπὶ σταυροῦ· ἐνάτῃ ὥρᾳ πάλιν ἐν ὕμνοις καὶ δοξολογίαις μετὰ δακρύων ἐξομολογουμένη τὰ παραπτώματά σου, τὸν Θεὸν ἰκέτευε, ὅτι ἐν αὐτῇ τῇ ὥρᾳ ὁ κύριος κρεμάμενος ἐπὶ σταυροῦ ἀπέδωκε τὸ πνεῦμα. καὶ μετὰ τὴν σύναξιν τῆς ἐνάτης ἔσθιε τὸν ἄρτον σου, εὐχαριστήσασα τῷ Θεῷ ἐπὶ τῆς τραπέζης σου οὕτως· εὐλογητὸς ὁ Θεὸς ὁ τρέφων με ἐκ νεότητος μου, «ὁ δίδους τροφήν πάσῃ σαρκί»· πλήρωσον χαρᾶς καὶ εὐφροσύνης τὴν καρδίαν μου, ἵνα πάντοτε πᾶσαν αὐτάρκειαν ἔχοντες περισσεύωμεν εἰς πᾶν ἔργον ἀγαθὸν ἐν Χριστῷ Ἰησοῦ τῷ κυρίῳ ἡμῶν, μεθ' οὗ σοι δόξα, τιμὴ, κράτος σὺν ἀγίῳ πνεύματι εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων, ἀμήν.

13 Καὶ ὅταν καθεσθῆς ἐπὶ τῆς τραπέζης καὶ ἔρχῃ κλᾶσαι τὸν ἄρτον, σφραγίσασα αὐτὸν τρίτον, οὕτως εὐχαριστοῦσα λέγε· εὐχαριστοῦμέν σοι πάτερ ἡμῶν ὑπὲρ τῆς ἀγίας ἀναστάσεώς σου· διὰ γὰρ Ἰησοῦ τοῦ παιδός σου ἐγνώρισας ἡμῖν αὐτήν· καὶ καθὼς ὁ ἄρτος οὗτος ἐσκορπισμένος ὑπάρχει ὁ ἐπάνω ταύτης τῆς τραπέζης καὶ συναχθεὶς ἐγένετο ἓν, οὕτως ἐπισυναχθήτω σου ἡ ἐκκλησία ἀπὸ τῶν περάτων τῆς γῆς εἰς τὴν βασιλείαν σου, ὅτι σοῦ ἐστὶν ἡ δύναμις καὶ ἡ δόξα εἰς τοὺς

αἰώνας τῶν αἰώνων, ἀμήν. Ἐὰν δὲ συμπαρῶσι μετὰ σοῦ δύο ἢ τρεῖς παρθένοι εὐχαριστήσωσαν ἐπὶ τὸν προκείμενον ἄρτον καὶ συνευχέσθωσαν. ἐὰν δὲ εὐρεθῇ κατηχουμένη ἐν τῇ τραπέζῃ, μὴ συνευχέσθω μετὰ τῶν πιστῶν, οὐδὲ μὴ καθίσης φαγεῖν τὸν ἄρτον σου μετ' αὐτῆς οὐδὲ πάλιν καθίσεις φαγεῖν τὸν ψωμόν σου μετὰ γυναικῶν ἀμελεστέρων καὶ γελοιαστριῶν ἄνευ ἀνάγκης· σὺ γὰρ ἀγία εἶ κυρίῳ τῷ Θεῷ, καὶ τὸ βρῶμά σου καὶ τὸ πόμα σου ἡγιασμένον ἐστί· διὰ γὰρ τῶν προσευχῶν καὶ τῶν ἀγίων ῥημάτων ἀγιάζεται. παρθένοι εὐλαβεῖς καὶ θεοσεβεῖς συμφάγονταί σοι· οὐ συνδειπνήσεις μετὰ γυναικῶν ὑπερηφάνων, οὐδ' οὐ μὴ κτήση φίλην γυναῖκα ἀλαζόνα. λέγει γὰρ ἡ θεία γραφή· «ὁ ἀπτόμενος πίσης μολυνθήσεται, καὶ ὁ κοινωνῶν ὑπερὶ φάνῳ ὁμοιωθήσεται αὐτῷ.» καθεζομένης πλουσίας μετὰ σου ἐπὶ τῆς τραπέζης, ἐὰν ἴδῃς γυναῖκα πενιχρὰν, καλέσεις αὐτήν εἰς τὸ φαγεῖν καὶ οὐκ αἰσχυνθήσῃ εἰς τὴν πλουσίαν. μὴ ἀγαπήσῃς τὴν δόξαν τῶν ἀνθρώπων ὑπὲρ τὴν δόξαν τοῦ Θεοῦ· ὁ γὰρ Θεὸς τῶν πτωχῶν καὶ τῶν ἐξουδενωμένων ἐστί. μακαρία ψυχὴ ἢ φυλάσσουσα ταῦτα.

14 Οὐκ ἀγαθὸν νεωτέραν συναναστρέφεσθαι μετὰ νεωτέρας· εἰ δὲ μὴ γε, οὐδὲν καλὸν πράττουσι· μία γὰρ τῆς μιᾶς παρακούει καὶ μία τῆς μιᾶς καταφρονεῖ. ἀλλὰ ὑπὸ πρεσβύτιδα εἶναι ἀγαθόν. ἡ γὰρ πρεσβύτις οὐ συγκαταβαίνει τοῖς θελήμασι τῆς νεωτέρας, οὐαὶ παρθένῳ τῇ μὴ οὔσῃ ὑπὸ κακόν. ἔστι γὰρ ὡς πλοῖον τὸν κυβερνῶντα μὴ ἔχον. κεκλασμένων γὰρ τῶν ἀυχένων μὴ ἔχον τὸν ὁδηγὸν ῥίπτεται ὑπὸ τῶν κυμάτων ὧδε κάκεισε, ἕως προσκρούει πρὸς πέτραν καὶ εὐθύς ἀπόλλυται· οὕτως ἐστί πᾶσα παρθένος μὴ ἔχουσα, ὃν φοβεῖται. μακαρία παρθένος ἢ οὔσα ὑπὸ κακόν· ἔσται γὰρ ὡς ἄμπελος ἐν παραδείσῳ καρποφόρος· καὶ ἐλθὼν ὁ γεωργὸς αὐτῆς διακαθαίρει τὰ κλήματα αὐτῆς καὶ ποτίζει καὶ κνίζει τὰς σαπρὰς βοτάνας τὰς κύκλω αὐτῆς. ἐκεῖνη δὲ ἔχουσα τὸν ποτῆν ἀποδίδωσι τίμιον τὸν καρπὸν αὐτῆς ἐν καιρῷ εὐθέτῳ. φύλασσε δὲ καὶ ποιεῖ τὰς δοξολογίας τὰς ἐπὶ τῆς τραπέζης, καὶ ἔσται σοι τὸ βρῶμα καὶ τὸ πόμα ἡγιασμένον· ὅταν οὖν ἀναστῆς ἐκ τῆς τραπέζης, πάλιν εὐχαριστοῦσα λέγε ἐπὶ τρίς· «ἐλεήμων καὶ οἰκτίρμων ὁ κύριος, τροφήν ἔδωκε τοῖς φοβουμένοις αὐτόν. δόξα πατρὶ καὶ υἱῷ καὶ ἀγίῳ πνεύματι». καὶ μετὰ τὴν δοξολογίαν πάλιν τὴν εὐχὴν πλήρωσον λέγουσα οὕτως· «Ὁ Θεὸς ὁ παντοκράτωρ καὶ κύριος ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστὸς, τὸ ὄνομα τὸ ὑπὲρ πάντων ὄνομα, εὐχαριστοῦμέν σοι καὶ αἰνοῦμέν σε, ὅτι κατηξίωσας ἡμᾶς μετὰ λαβεῖν τῶν ἀγαθῶν τῶν σῶν, τῶν σαρκικῶν τροφῶν. δεόμεθα καὶ παρακαλοῦμέν σε, κύριε, ἵνα καὶ τὰς ἐπουρανίους τροφὰς ἡμῖν δωρήσῃ· καὶ δὸς ἡμῖν τρέμειν καὶ φοβεῖσθαι τὸ φρικτὸν καὶ ἔντιμον ὄνομά σου, καὶ μὴ παρακούειν τῶν ἐντολῶν σου· τὸν νόμον σου καὶ τὰ δικαιώματά σου ἐγκατάθου ἐν ταῖς καρδίαις ἡμῶν, ἀγίασον δὲ ἡμῶν τὸ πνεῦμα καὶ τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα διὰ τοῦ ἡγαπημένου σου παιδός, τοῦ κυρίου ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστοῦ, μεθ' οὗ σοι δόξα, τιμὴ, κράτος εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων, ἀμήν.»

15 Εἰσὶ γὰρ πλείονες τῶν κοσμικῶν, οἵτινες εἰσιν ἀνόητοι καὶ ὡς τὰ ἄλογα ζῶα τρεφόμενοι, ἀνιστάμενοι πρῶτ' καὶ ζητοῦντες, τίνα πλεονεκτήσουσι, τίνα καταδυναστεύσουσιν, ἵνα ἐμπλήσωσι τὴν αἰσχρὰν αὐτῶν γαστέρα· οὗτοι οὐκ οἶδασιν τὸν Θεὸν δοξάζειν ἐπὶ τῆς τραπέζης. ἐπὶ τούτων εἶπεν ὁ θεσπέσιος Παῦλος· «οὗτοί εἰσιν οἱ ἐχθροὶ τοῦ σταυροῦ τοῦ Χριστοῦ, ὧν τὸ τέλος ἀπώλεια, ὧν ὁ Θεὸς ἡ κοιλία, καὶ ἡ δόξα ἐν τῇ αἰσχύνῃ αὐτῶν, οἱ τὰ ἐπίγεια φρονοῦντες· ἡμῶν δὲ τὸ πολίτευμα ἐν οὐρανοῖς ὑπάρχει.» οὗτοι χείρονες καὶ τῶν θηρίων καὶ τῶν κτηνῶν εἰσι· τὰ γὰρ κτήνη καὶ τὰ θηρία οἶδασιν τὸν ποιήσαντα αὐτοὺς Θεὸν, καὶ εὐλογοῦσιν αὐτόν· οἱ δὲ ἄνθρωποι, οἱ ὑπὸ τῶν χειρῶν αὐτοῦ πλασθέντες καὶ εἰκόνα αὐτοῦ φοροῦντες, οὐκ οἶδασιν τὸν ποιήσαντα αὐτοὺς· ἀλλ' ὁμολογοῦσιν αὐτόν μὲν ἐν τῷ στόματι αὐτῶν, τοῖς δὲ ἔργοις ἀρνοῦνται αὐτόν· «σὺ πιστεύεις ὅτι ἔστι Θεός; καλῶς ποιεῖς, καὶ τὰ

δαιμόνια πιστεύουσι καὶ φρίττου σιν· ἡ πίστις χωρὶς τῶν ἔργων νεκρά ἐστὶ.» τί γὰρ ὠφελεῖται ἄνθρωπος ὁμολογῶν, ὅτι ἐνὶ Θεοῦ, τοῖς δὲ ἔργοις αὐτοῦ τοῖς πονηροῖς ἀρνεῖται αὐτόν; πῶς ὁμολογεῖ δεσπότην ἔχειν, μὴ δουλεύων αὐτῷ; διὰ τοῦτο γὰρ ἀκούει τοῦ κυρίου αὐτοῦ καὶ οἱ δούλοι οἶδασι τοὺς ἀγοράσαντας αὐτούς καὶ τιμῶσιν αὐτούς, καὶ ἡμεῖς ὀφείλομεν τιμᾶν αὐτόν, οὐ λόγῳ μόνον ἀλλὰ καὶ ἔργῳ· αὐτὸς γὰρ ὁ κύριος ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστὸς ἐν τῷ εὐαγγελίῳ ἐμαρτύρησε λέγων· «οὐ πᾶς ὁ λέγων μοι κύριε, κύριε, εἰσελεύσεται εἰς τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν.» καὶ πάλιν· «οὐ μὴ λήψῃ τὸ ὄνομα κυρίου τοῦ Θεοῦ σου ἐπὶ ματαίῳ.» καὶ πάλιν προσέταξεν ἡμῖν λέγων· «ἀποστήτω ἀπὸ ἀδικίας πᾶς ὁ ὀνομάζων τὸ ὄνομα κυρίου.» θέλεις δὲ γνῶναι, ὅτι τὰ θηρία καὶ τὰ κτήνη οἶδασι τὸν Θεόν, καὶ εὐλογοῦσιν αὐτόν; ἄκουε τοῦ ἁγίου πνεύματος προστάττοντος αὐτοῖς ἐν ὕμνοις· «εὐλογεῖτε τὰ θηρία καὶ πάντα τὰ κτήνη τὸν κύριον.» εἰ μὴ εὐλόγουν, οὐκ ἂν αὐτοῖς προσέταττεν. οὐκ αὐτὰ δὲ μόνον εὐλογοῦσι τὸν Θεόν, ἀλλὰ καὶ πᾶσα ἡ κτίσις ἡ φαινομένη καὶ ὄρωμένη τὰ ἀμφοτέρα αὐτὸν ἀκαταπαύστως ὁμολογεῖ.

16 Καὶ σὺ οὖν δούλη τοῦ Θεοῦ, εἴτε ἐγειρή, εἴτε καθέζη, εἴτε ἔργον τι ποιεῖς, εἴτε ἐσθίεις, εἴτε ἐπὶ τῆς κοίτης σου ἔρχῃ πρὸς ὕπνον, εἴτε ἀνισταμένη, μὴ ἀποστήτω ὁ ὕμνος τοῦ Θεοῦ ἀπὸ τῶν χειλέων σου. μακάρια τὰ ὦτα τὰ δεχόμενα τοὺς λόγους τούτους. ἐὰν δὲ εἰσέλθῃ ἡ δωδεκάτη ὥρα, μὲν ζοτέραν καὶ μακροτέραν ἐπιτελέσεις τὴν σύναξιν μετὰ τῶν ὁμοψύχων σου παρθένων· ἐὰν δὲ μὴ ἔχῃς ὁμόψυχον, μόνη ἐπιτέλει τοῦ Θεοῦ συνόντος καὶ ἀκούοντος. καλὸν τὸ ἐκχέειν δάκρυον ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ. μνημόνευε τὴν δωδεκάτην ὥραν, ὅτι ἐν αὐτῇ καταβέβηκεν ὁ κύριος ἡμῶν εἰς τὸν ἄδην· καὶ ἰδὼν αὐτὸν ἔφριξε καὶ ἐξέστη λέγων· τίς ἐστὶν οὗτος, ὁ ἐν ἐξουσίᾳ καὶ μεγάλῃ δυνάμει κατελθὼν; τίς οὗτος ὁ τὰς πύλας τοῦ ἄδου τὰς χαλκὰς συντριβῶν καὶ τοὺς μοχλοὺς τοὺς ἀδαμαντίνους συνθλάσας; τίς οὗτος ὁ ἐξ οὐρανῶν κατελθὼν καὶ σταυρωθεὶς καὶ ὑπ' ἐμοῦ τοῦ θανάτου μὴ κρατούμενος; τίς οὗτος ὁ λύων τὰ δεσμὰ τῶν ὑπ' ἐμοῦ κρατουμένων; τίς οὗτος ὁ τῷ ἰδίῳ θανάτῳ ἐμὲ τὸν θάνατον καταλύων;

17 Διὰ τοῦτο ὀφείλομεν ἑαυτοῖς προσέχειν ἐν τῇ ὥρᾳ ἐκείνῃ, καὶ ἐν δάκρυσιν ἐν νυκτὶ παρακαλεῖν τὸν κύριον· μεγάλη γὰρ ἀρετὴ ἐστὶ τὸ δάκρυον, μέγα κατόρθωμα, μεγάλα ἁμαρτία καὶ ἀνομία διὰ δακρῶν ἀπαλείφονται, μαρτυρεῖ δὲ μοι τὸ ἅγιον εὐαγγέλιον· ὅτε γὰρ ὁ σωτὴρ παρεδόθη τοῖς Ἰουδαίοις, ὁ Πέτρος μεθ' ὄρκου τρίτον αὐτὸν ἠρνήσατο πρὶν ἀλέκτορα φωνῆσαι. ὁ δὲ κύριος στραφεὶς ἐνέβλεψε τῷ Πέτρῳ, καὶ ὑπεμνήσθη ὁ Πέτρος τοῦ ῥήματος τοῦ κυρίου, ὡς εἶπεν αὐτῷ· «πρὶν ἀλέκτορα φωνῆσαι, τρίς ἀπαρνήσῃ με, καὶ ἐξελθὼν ἔξω ἔκλαυσε πικρῶς.» ὄρας τὸ φάρμακον τῶν δακρῶν, ἐθεάσω οἷαν ἀνομίαν ἐξήλειψε. τί γὰρ χειρὸν τοῦ κακοῦ τούτου, ὅτι τρίτον μεθ' ὄρκου τὸν δεσπότην ἑαυτοῦ ἠρνήσατο, καὶ τὴν τηλικαύτην ἀνομίαν διὰ δακρῶν ἐξήλειψεν. ὄρας ἡλικὴν δύναμιν ἔχουσι τὰ δάκρυα. ἐκεῖνα γὰρ ἐγράφη εἰς τὴν ἡμετέραν νοθεσίαν, ἵνα ἡμεῖς ἐπακολουθήσαντες ζωὴν αἰώνιον κληρονομήσωμεν. οὐχ οἱ πολλοὶ ἔχουσι τὸ χάρισμα τῶν δακρῶν, ἀλλ' ὅσοι τὸν νοῦν ἔχουσιν ἄνω, ὅσοι τῶν γηϊνῶν ἐπιλανθάνονται, ὅσοι τῆς σαρκὸς πρόνοιαν οὐ ποιοῦσιν, οἵτινες οὐκ ἐπίστανται ὄλως, εἰ ἐνὶ κόσμῳ, οἵτινες ἐνέκρωσαν τὰ μέλη τὰ ἐπὶ τῆς γῆς· τούτοις μόνοις δίδεται πένθος δακρῶν. καὶ θαρδὸν γὰρ ἔχοντες τὸν νοῦν καὶ ὀξύδορκον τὸ βλέμμα τῆς διανοίας ἔτι ὄντες ἐπὶ τῆς γῆς βλέπουσι τὰς κολάσεις τὰς ἐν τῷ ἄδῃ καὶ τὰς βασάνους τὰς αἰώνιους, ἐν αἷς οἱ ἁμαρτωλοὶ κολάζονται καὶ τὸ πῦρ τὸ αἰώνιον καὶ τὸ σκότος τὸ ἐξώτερον, ὁ κλαυθμὸς καὶ ὁ βρυγμὸς τῶν ὀδόντων. βλέπουσι δὲ καὶ τὰ ἐπουράνια χαρίσματα, ἃ ἔχαρίσατο ὁ Θεὸς τοῖς ἁγίοις καὶ τὰς δόξας καὶ τοὺς στεφάνους καὶ τὰς στολὰς τὰς ἀγίας καὶ τὰ βασιλικά ἐνδύματα καὶ τὰ φωτεινά

ταμεία καὶ τὰς τρυφὰς τὰς ἀνεκδιηγίτους καὶ τὴν ζωὴν τὴν αἰώνιον, καὶ τί ἔτι λέγω; καὶ τὸ μείζον πάντων θαῦμα, ὅτι ὁ ἔχων καθαρὸν τὸν νοῦν καὶ αὐτὸν τὸν Θεὸν ἐν τοῖς ἔνδον ὀφθαλμοῖς καθορᾶ. πῶς οὖν οὐ θέλεις κλαῦσαι καὶ πενθῆσαι ὁ ταῦτα βλέπων; κλαίει μὲν γὰρ καὶ ὀδύρεται, ὅπως ῥυσθῆ ἀπὸ τῶν δεινῶν κολάσεων· καὶ πάλιν κλαίει καὶ ἀξιοῖ δεόμενος, ὅπως ἀξιωθῆ τῶν ἔπου ρανίων ἐκείνων ἀγαθῶν.

18 Διὰ τοῦτο οἱ ἅγιοι ἐμίσησαν τὸν κόσμον τοῦτον, εἰδότες, ὅποια ἀγαθὰ μέλλουσι κληρονομεῖν. ὥστε οὖν ὁ ἔχων ἀνάπαυσιν ἐν τῷ κόσμῳ τὴν αἰώνιον ἀνάπαυσιν μὴ ἐλπίζετω λαβεῖν· ἡ βασιλεία γὰρ τῶν οὐρανῶν οὐκ ἔστι τῶν ἀναπαυομένων ἐνθάδε ἀλλ' ἐκείνων ἐστὶ τῶν ἐν θλίψει πολλῇ καὶ στενοχωρίᾳ διαζάντων τὸν βίον τοῦτον· οὐ γὰρ ἔλαβον αὐτὴν δωρεάν, ἀλλὰ μετὰ μεγάλου μόχθου καὶ γενναίων ἰδρώτων αὐτὴν ἐκτήσαντο οἱ καταξιωθέντες, οὐ μέλει αὐτοῖς, ὅσον ἐὰν κοπιᾶσωσιν ὧδε· εἰσελθόντες γὰρ ἐκεῖ ἐπιλανθάνονται τῶν πόνων καὶ τῶν ὀδυνῶν, ὅσα ἔπαθον ἐν τῷ ματαίῳ κόσμῳ τούτῳ ἀπὸ τῆς πολλῆς καὶ ἀνεκδιηγίτου ἀναπαύσεως τῆς δεδομένης αὐτοῖς, τί λέγεις, ἄνθρωπε; ἰδοὺ δύο ὁδοὶ παρετέθησαν ἐνώπιόν σου, ἡ ζωὴ καὶ ὁ θάνατος· ὅπου ἐὰν θέλῃς, πορεύου. καὶ ἰδοὺ πῦρ καὶ ὕδωρ· ὅπου ἐὰν θέλῃς, ἔκτεινον τὴν χεῖρά σου· ἐπὶ σοὶ ἐστὶν, ἐὰν θέλῃς κτήσασθαι τὴν ζωὴν, καὶ ἐπὶ σοὶ ἐστὶν, ἐὰν θέλῃς κτήσασθαι τὸν θάνατον. ὁ οὖν θάνατός ἐστὶν ὁ κόσμος, ἡ δὲ ζωὴ ἐστὶν ἡ δικαιοσύνη. μακρὰν οὖν ὁ κόσμος ἀπὸ τῆς δικαιοσύνης, καθ' ὅσον ὁ θάνατος ἀπὸ τῆς ζωῆς· ἐὰν οὖν πορεύῃ ἐν τῷ κόσμῳ, ἐν τῷ θανάτῳ πορεύῃ καὶ ἐκτὸς τοῦ Θεοῦ γίνῃ κατὰ τὴν θείαν γραφήν. ἐὰν τῇ δικαιοσύνῃ πορεύῃ, ἐν τῇ ζωῇ πεπόρευσαι, καὶ οὐ μὴ ἄψηταί σου θάνατος· οὐκ ἔστι γὰρ παρὰ τοῖς δικαίοις θάνατος, ἀλλὰ μετὰ θεοῖς μετατίθεται γὰρ ἐκ τοῦ κόσμου τούτου εἰς τὴν αἰώνιον ἀνάπαυσιν· καὶ ὡσπερ τις ἀπὸ φυλακῆς ἐξέλθοι, οὕτως καὶ οἱ ἅγιοι ἐξέρχονται ἀπὸ τοῦ μοχθηροῦ βίου τούτου εἰς τὰ ἀγαθὰ τὰ ἡτοιμασμένα αὐτοῖς· «ἂ ὀφθαλμὸς οὐκ εἶδε καὶ οὐκ ἤκουσε, καὶ ἐπὶ καρδίαν ἀνθρώπου οὐκ ἀνέβη, ἃ ἤτοίμασεν ὁ Θεὸς τοῖς ἀγαπῶσιν αὐτόν.» οἱ δὲ ἁμαρτωλοὶ καὶ ὧδε κακῶς μοχθοῦσι καὶ ἐκεῖ πάλιν τὸ πῦρ αὐτοὺς μένει· καὶ τοὺς τοιοῦτους διπλῶς δεῖ κλαῦσαι, ὅτι καὶ ὧδε ἐν στενοχωρίᾳ εἰσὶ καὶ ἐκεῖ τὴν εὐρυχωρίαν οὐκ ἀπολαμβάνουσι. διὰ τοῦτο εἶρηκεν ἡ θεία γραφή· «ὅπου ἐὰν στραφῆ ὁ ἀσεβὴς ἀφανίζεται.» στενὰ γὰρ αὐτῷ πάντοθεν· καὶ ἐκεῖ ὀδύνας, καὶ ὧδε θλίψεις· οὐκ ἔστι γὰρ ἄνθρωπος ὁ μὴ κοπιῶν ἐν τῷ μοχθηρῷ βίῳ τούτῳ· καὶ ὁ πτωχὸς καὶ ὁ πλούσιος καὶ ὁ δοῦλος καὶ ὁ ἐλεύθερος καὶ ὁ ἁμαρτωλὸς καὶ ὁ δίκαιος, πάντες ὁμοίως κοπιῶσι, καὶ ἐν συνάντημα τοῖς πᾶσι συμβήσεται καὶ τῷ ἁμαρτωλῷ καὶ τῷ δικαίῳ ὧδε ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ.

19 Ἐκεῖ δὲ οὐκ ἔστιν οὕτως, ἀλλὰ ἄλλη καὶ ἄλλη τάξις· ἄλλος γὰρ ὁ κόπος τοῦ δικαίου ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ, καὶ ἄλλος τοῦ ἁμαρτωλοῦ. ὁ μὲν γὰρ δίκαιος κοπιᾷ, οὐχ ἵνα πλήσῃ γαστέρα, οὐδὲ γὰρ ὅλως τῆς σαρκὸς πρόνοιαν ποιεῖται, οὐδὲ λογίζεται. ὅτι σάρκα φορεῖ· ἀλλὰ κοπιᾷ νυκτὸς καὶ ἡμέρας ζητῶν τὸν Θεόν, πολλὰ τοῦ ὕπνου μὴ χορταζόμενος, ἄρτου καὶ ὕδατος μὴ ἐμπιπλῶν τὴν ψυχὴν, ἐπὶ ἐρήμοις πλανώμενος, ὑπωπιάζων τὸ σῶμα ἐν κακοπαθείᾳ πολλῇ, ἕως οὗ ἀπολάβῃ τὸν ἀμαράντινον στέφανον τὸν ἀποκείμενον αὐτῷ. ὁ δὲ ἁμαρτωλὸς κοπιᾷ καὶ μοχθεῖ οὐχ ἕνεκεν δικαιοσύνης, ἀλλ' ἕνεκεν τῆς ταλαιπώρου σαρκὸς ταύτης, ἕνεκεν τῆς αἰσχροῦς γυναικὸς, ἄλλως καὶ ἄλλως μοχθῶν, μὴ ἀρκούμενος τοῖς παροῦσι, ἐν κακίᾳ καὶ φθόνῳ διατρίβων. ἀλλὰ τούτων οὐδὲν ἐπίστανται οἱ ἄφρονες· ἀπετύφλωσεν γὰρ αὐτοὺς ἡ ὕλη καὶ αἱ πολλαὶ φροντίδες τοῦ κόσμου, καὶ πλανῶνται, ἕως ἀποσταλῆναι ἐπ' αὐτοὺς ὁ ἀπότομος στρατιώτης. ὅστις οὐ θαυμάζει πρόσωπα οὐδ' οὐ μὴ λάβῃ δῶρα. ἀχθήσονται γὰρ αἱ ψυχαὶ αὐτῶν μετὰ βίας ὑπὸ ἀγγέλων ἀνελεημόνων καὶ λήψονται τὴν ἀπόφασιν αὐτῶν παρὰ τοῦ Θεοῦ. κενοὶ γὰρ ὄντες εἰς κενὰ καὶ

ἐμόχθησαν ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ· τὰ τῆς γῆς εἰργάσαντο, διὰ τοῦτο καὶ αὐτοὶ εἰς ἀπώλειαν ἐχώρησαν. οὐ γὰρ ἐμνήσθησαν τοῦ Θεοῦ ἐπὶ τῆς γῆς ὄντες, οὐδὲ ἐμέλησεν αὐτοὺς μνησθῆναι τοῦ φόβου τοῦ Θεοῦ· διὰ τοῦτο οὐδὲ αὐτῶ μέλει περὶ αὐτῶν. δίκαιος γὰρ ὁ Θεὸς, καὶ δικαία ἡ κρίσις αὐτοῦ· ὅταν γὰρ ἔλθῃ κρῖναι τὸν κόσμον, τότε ἀποδώσει ἐκάστῳ κατὰ τὰ ἔργα αὐτοῦ. μακαρία ἡ καρδία ἡ δεχομένη ταῦτα.

20 Μεσονύκτιον ἐγερθήσῃ, καὶ ὑμνήσεις κύριον τὸν Θεόν σου· ἐν αὐτῇ γὰρ τῇ ὥρᾳ ἀνέστη ὁ κύριος ἡμῶν ἐκ νεκρῶν καὶ ὑμνησε τὸν πατέρα· διὰ τοῦτο ἐν αὐτῇ τῇ ὥρᾳ προσετάγη ἡμῖν ὑμνεῖν τὸν Θεόν. ἀνισταμένη δὲ πρῶτον τοῦτον τὸν στίχον εἶπον· «μεσονύκτιον ἐξεγειρόμην τοῦ ἐξομολογεῖσθαι σοὶ ἐπὶ τὰ κρίματα τῆς δικαιοσύνης σου» καὶ εὗξαι, καὶ ἄρξαι λέγειν τὸν πεντηκοστὸν ὅλον ψαλμὸν, ἕως ἂν τελέσῃς, καὶ ταῦτα ἔστωσάν σοι καθ' ἐκάστην ἡμέραν τεταγμένα. τοσοῦτους δὲ ψαλμοὺς εἶπέ, ὅσους δύνῃ στήκουσα εἰπεῖν· καὶ κατὰ ψαλμὸν εὐχή καὶ γονυκλισία ἐπιτελείσθω, μετὰ δακρύων ἐξαγορεύουσα κυρίῳ τὰς ἁμαρτίας σου καὶ ἀξιούσα, ἵνα ἀφεθῶσί σοι. μετὰ δὲ τρεῖς ψαλμοὺς λέγε τὸ ἀλληλουῖα. ἐὰν δὲ καὶ παρθένοι εἰσὶ μετὰ σοῦ, καὶ αὐταὶ ψαλλέτωσαν καὶ μία παρὰ μίαν τὴν εὐχὴν ἐπιτελεῖτε. πρὸς ὄρθρον δὲ τὸν ψαλμὸν τοῦτον λέγετε· «ὁ Θεὸς ὁ Θεός μου, πρὸς σὲ ὀρθρίζω· ἐδίψησέ σε ἡ ψυχὴ μου» διάφανμα δέ· «εὐλογεῖτε πάντα τὰ ἔργα κυρίου τὸν κύριον, ὑμνεῖτε· δόξα ἐν ὑψίστοις Θεῶ» καὶ τὰ ἐξῆς.

21 Τὴν δὲ ἀγάπην φυλάζωμεν τὴν πάντων μείζονα. «ἀγαπήσεις κύριον τὸν Θεόν σου ἐξ ὅλης τῆς καρδίας σου, καὶ ἐξ ὅλης τῆς ψυχῆς σου, καὶ τὸν πλησίον σου, ὡς ἑαυτόν· ἐν ταύταις ταῖς δυσὶν ἐντολαῖς ὅλος ὁ νόμος καὶ οἱ προφῆται·» ὁ Θεὸς ἀγάπη ἐστὶ καὶ αὐτὸς πρῶτος ἠγάπησε τὸν ἄνθρωπον, καὶ ἑαυτὸν παρέδωκεν ὑπὲρ ἡμῶν, ἵνα ἡμᾶς λυτρώσῃ ἀπὸ πάσης ἀνομίας. εἰ οὖν αὐτὸς ὁ κύριος ἡμῶν ἀπέθανεν ὑπὲρ ἡμῶν. καὶ ἡμεῖς ὀφείλομεν ὑπὲρ ἀλλήλων τὰς ψυχὰς ἡμῶν θείναι. ὁ Θεὸς ἀγάπη ἐστὶ, καὶ ὁ ἔχων τὴν ἀγάπην τὸν Θεὸν ἔχει. αὐτὸς γὰρ εἴρηκεν· ἐν τούτῳ γινώσκονται πάντες ὅτι ἐμοὶ μαθηταὶ ἐστε, ἐὰν ἀγαπάτε ἀλλήλους·» ὅσον γὰρ ἐὰν κοπιάσῃ ἄνθρωπος καὶ μὴ ἔχῃ τὴν ἀγάπην εἰς τὸν πλησίον, εἰς μάτην ἐκοπίασεν. οὕτως δὲ δείξεις τὴν ἀγάπην εἰς τὸν πλησίον, οὐ λόγῳ μόνον ἀλλὰ καὶ ἔργῳ. οὐ κρατήσεις κακίαν τινὸς εἰς τὴν καρδίαν σου· εἰ δὲ μή γε, οὐκ ἀνέρχεται ἡ εὐχή σου καθαρὰ· «οὐκ ἐπιδύσεται γὰρ ὁ ἥλιος ἐπὶ τῷ παροργισμῷ ὑμῶν» πραότητα ἔχε, ὑπομονὴν ἔχε, μακροθυμίαν, νηπιότητα. λέγει γὰρ ὁ κύριος· «ἐὰν μὴ στραφῆτε, καὶ γέννησθε ὡς τὰ παιδιά, οὐ μὴ εἰσέλθητε εἰς τὴν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν.»

22 Οὐ μὴ λυπηθήσῃ χαλεποῦ τινος συμβαίνοντός σοι, οὔτε ἐπὶ ζημίᾳ λυπηθήσῃ, οὔτε ἐπὶ ὕβρει· «ἡ λύπη γὰρ τοῦ κόσμου τούτου θάνατον κατεργάζεται.» ὑπὲρ τῶν ἁμαρτιῶν σου μόνον λυπηθήσῃ, ὑπὲρ ἄλλου δὲ πράγματος μικροῦ οὐ λυπηθήσῃ. μὴ ὑψώσῃς τὴν φωνὴν σου ὀργιζομένη πρὸς τινά· δούλην γὰρ κυρίου οὐ δεῖ μάχεσθαι. οὐκ ἐξελεύσεται κατάρα ἐκ τοῦ στόματός σου, οὐχ ὕβρις, οὐ κακολογία. τὸ στόμα σου γὰρ ἡγιασμένον ἐστὶν ἐν τοῖς ὕμνοις καὶ δοξολογίαις τοῦ Θεοῦ. οὐκ ἔστι καλὸν τὸ προέρχεσθαι σε χωρὶς ἀνάγκης μεγάλης. τὴν ἡσυχίαν ἀγάπα ὅσον δύνασαι. τῶν δούλων τοῦ Θεοῦ μὴ ἐπιλάθῃ, μηδὲ ἀπαλειφθήτωσαν ἐκ τῆς καρδίας σου. ἐὰν ἅγιος ἔλθῃ εἰς τὴν οἰκίαν σου, οὕτως αὐτὸν πρόσδεξαι ὡς τὸν υἱὸν τοῦ Θεοῦ· λέγει γὰρ ὁ κύριος ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστὸς· «ὁ δεχόμενος ὑμᾶς, ἐμὲ δέχεται.» ἐὰν εἰσέλθῃ ἀνὴρ δίκαιος εἰς τὸν οἶκόν σου, μετὰ φόβου καὶ τρόμου ἀπαντήσεις αὐτῷ, καὶ προσκυνήσεις ἐνώπιον τῶν ποδῶν αὐτοῦ ἐπὶ τὴν γῆν· οὐ γὰρ αὐτὸν προσκυνήσεις, ἀλλὰ τὸν Θεὸν τὸν ἀποστείλαντα αὐτόν. λήψῃ δὲ ὕδωρ καὶ νίψῃς τοὺς πόδας αὐτοῦ καὶ μετὰ πάσης εὐλαβείας ἀκούσεις τῶν λόγων αὐτοῦ. οὐ μὴ θαρρήσῃς ἐπὶ τῇ σωφροσύνῃ σου, ἵνα μὴ πέσῃς· ἀλλὰ φοβοῦ· ἐφ' ὅσον γὰρ φοβῆ, οὐδέποτε πίπτεις. συμφέρει τῇ ἐγκρατευομένη καταμόνας τὸν ἑαυτῆς ἄρτον ἐσθίειν.

ἐὰν καθίσῃς μετὰ παρθένων ἐπὶ τραπέζης, πᾶν τὸ παρατιθέμενον ἔσθιε μετ' αὐτῶν· ἐὰν γὰρ μὴ φάγῃς, εὐρίσκη ὡς κατακρίνουσα αὐτάς. οὐκ ἀναγγελεῖς τὴν ἄσκησίν σου. ἐὰν δὲ καὶ οἶνον πίνωσι, καὶ οὐ πίνῃς, δι' αὐτάς πίε ὀλίγον. ἐὰν δὲ εἴσι μεγάλαι πρεσβύτιδες καὶ ἀναγκάζωσί σε πιεῖν περισσόν, μὴ ἀκούσης αὐτῶν, ἀλλὰ λέγε αὐταῖς· ὑμεῖς κατετρίψατε τὴν νεότητά ὑμῶν ἐν ἀσκήσει πολλῇ· ἐγὼ δὲ οὐπὼ ἔφθασα οὐδὲ εἰς πρῶτον βαθμόν. περὶ τῆς φιλοξενίας καὶ τῆς ἐλεημοσύνης οὐ χρεῖαν ἔχεις νοθετεῖσθαι. ἀπὸ σεαυτῆς γὰρ ποιήσεις.

23 Ἐν ἐκκλησίᾳ σιώπα, καὶ μηδὲν λάλει, ἀλλὰ τῇ ἀναγνώσει μόνον πρόσεχε. ἐὰν ἐπαναβῇ εἰς τὴν καρδίαν σου λογισμός, ἵνα ποιήσῃς πρᾶγμα τι, μὴ προπετῶς αὐτὸ ποίει, ἵνα μὴ ἐμπαίξῃ σοι ὁ ἐχθρός. μετὰ βουλής τῶν μειζοτέρων σου πάντα ποίει. ὅταν ψάλλῃς ἢ ὅταν προσεύχῃ, μὴ ἄφιε ξένους λογισμοὺς εἰσιέναι εἰς τὴν καρδίαν σου. παρακαλῶ σε, ἀγαπητῆ, πρόσεχε καὶ ἄκουε τῶν ἐντολῶν τούτων τῶν γεγραμμένων ἐν τῷ βιβλίῳ τούτῳ· καὶ μὴ μόνον τοῖς ὀφθαλμοῖς τοῖς φαινομένοις κατανοεῖ τὰ γεγραμμένα, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἔνδοθεν. καὶ πρόσεχε μιᾷ ἐκάστη ἐντολῇ, καὶ ποίει αὐτήν. ἐὰν γὰρ φυλάξῃς ταῦτα, καταξιωθήσῃ τοῦ νυμφῶνος τοῦ βασιλικοῦ· μὴ εἴπῃς ἐν τῇ καρδίᾳ σου, ὅτι, πῶς δύναμαι ποιῆσαι ταῦτα; μὴ δειλίαν λάβῃ ὁ λογισμός σου· ἀλλὰ μετὰ πάσης προθυμίας φυλάξῃς αὐτάς· τοῖς φοβουμένοις γὰρ τὸν Θεὸν αἱ ἐντολαὶ τοῦ Θεοῦ οὐκ εἰσὶ βαρεῖαι. πάση ὥρᾳ μὴ λειψάτω ἔλαιον τῇ λαμπάδι σου, μὴ ποτε ἔλθῃ ὁ νυμφίος καὶ εὕρῃ αὐτήν σβεσθεῖσαν. οὐκ οἶδας γὰρ πότε ἔρχεται ἢ πρωτοῦπνιον ἢ πρωῖ. γενοῦ οὖν ἔτοιμος· ἵνα, ὅταν ἔλθῃ, μετὰ τῶν φρονίμων ἀπαντήσῃς αὐτῷ ἔχουσα τὸ ἔλαιον ἐν τῇ λαμπάδι σου, τουτέστι τὰ ἔργα σου τὰ καλά. πᾶσαν ὥραν μνημόνευε τῆς ἐξόδου σου· ἔχε καθ' ἡμέραν πρὸ ὀφθαλμῶν τὸν θάνατον· μνημόνευε τίνι σε δεῖ παραστῆναι.

24 Βαρύ ἐστὶν ἄσκησις καὶ δυσβάστακτον ἐγκράτεια· ἀλλ' οὐδὲν ἐστὶ γλυκύτερον τοῦ ἐπουρανοῦ νυμφίου. ὧδε κάμνομεν ὀλίγον, ἐκεῖ δὲ τὴν αἰωνίαν ζωὴν ἀποληψόμεθα· λέγει γὰρ ὁ ἅγιος Παῦλος· «οὐκ ἄξια τὰ παθήματα τοῦ νῦν καιροῦ πρὸς τὴν μέλλουσαν δόξαν ἀποκαλυφθῆναι εἰς ἡμᾶς.» καλὸν ἀποφυγεῖν ἀπὸ ὄχλου καὶ ἀναχωρεῖν καταμόνας. μεγάλη ἀρετὴ ἐγκράτεια, μέγα καύχημά ἐστὶν ἀγνεΐα, μεγάλα ἐγκώμια τῆς παρθενίας. ὦ παρθενία, πλοῦτος ἀκατάληπτος! ὦ παρθενία, στέφανος ἀμαράντινος! ὦ παρθενία, ναὸς Θεοῦ καὶ ἀγίου πνεύματος οἰκητήριον! ὦ παρθενία, μαργαρίτα τίμιε παρὰ πολλοῖς ἀφανῆς, ὀλίγοις δὲ μόνοις εὐρισκόμενος! ὦ ἐγκράτεια φίλη Θεοῦ καὶ παρὰ ἀγίοις ἐγκωμιαζομένη! ὦ ἐγκράτεια παρὰ πολλοῖς μισουμένη, τοῖς δὲ ἀξίοις σου γνωριζομένη! ὦ ἐγκράτεια θάνατον καὶ ἄδην ἀποφεύγουσα, καὶ ὑπὸ ἀθανασίας κατεχομένη! ὦ ἐγκράτεια, χαρὰ προφητῶν, καὶ ἀποστόλων καύχημα! ὦ ἐγκράτεια, ἀγγέλων βίος, καὶ ἁγίων ἀνθρώπων στέφανος! μακάριος ὁ κατέχων σε, μακάριος ὁ προσκαρτερῶν σου τῇ ὑπομονῇ· ὅτι ὀλίγον κοπιάσας πολὺ χαρήσεται ἐν σοί. μακάριος ὁ νηστεύσας ὅλον τὸν χρόνον τοῦτον, ὅτι ἐν τῇ ἄνω Ἰηρουσαλήμ κατοικήσας μετὰ ἀγγέλων χορεύσει καὶ μετὰ ἁγίων προφητῶν καὶ ἀποστόλων ἀναπαύσεται.

25 Ταῦτα ἔγραψά σοι, ἀγαπητῆ ἀδελφῆ, χορεύτρια Χριστοῦ, πρὸς στηριγμὸν καὶ ὠφέλειαν τῆς ψυχῆς σου. Μὴ ἐκκλίνῃς οὖν ἀπὸ τῶν λεγομένων τούτων δεξιὰ ἢ ἀριστερά. ὅς γὰρ ἐὰν ἀκούσῃ τοὺς λόγους τούτους καὶ καταφρονήσῃ, κρῖμα μέγα αὐτῷ ἐστὶ. σὺ δὲ τιμιωτάτῃ ἀδελφῆ ἢ κτωμένη τὸ βιβλίον τοῦτο, δῶν σοι ὁ Θεὸς ταῦτα φυλάττειν, ἐν τούτοις ἀναστρέφεισθαι πεφωτισμένην τὴν διάνοιαν, καθαρὸν τὸν νοῦν, πεφωτισμένους τοὺς ὀφθαλμοὺς τῆς διανοίας, ἵνα λάβῃς τὸν ἀμαράντινον στέφανον, ὃν ἠτοίμασεν ὁ Θεὸς τοῖς ἀγαπῶσιν αὐτὸν διὰ τοῦ κυρίου καὶ σωτῆρος ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστοῦ, ᾧ ἡ δόξα εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων, ἀμήν.