Dalsze odcinki można śledzić **TU .**

A poniżej tekst Hezychiusza.

Czujność (népsis) to duchowe ćwiczenie, które jeśli jest stosowane wytrwale i gorliwie, z Bożą pomocą, pozwala człowiekowi całkowicie uwolnić się od namiętnych myśli i słów, oraz ze złych uczynków. Daje też, na ile to możliwe, pewne poznanie niepojętego Boga i ukazuje Jego ukryte tajemnice. Pomaga wypełnić każde przykazanie Starego i Nowego Testamentu, i prowadzi do wszelkiego dobra przyszłego wieku. Jest właściwą czystością serca, która obecnie jest bardzo rzadko spotykana wśród mnichów – a to z racji jej szczególnej wzniosłości i piękna albo raczej wskutek naszego zaniedbania i nieuwagi. Chrystus błogosławi ją, mówiąc: Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą. Ponieważ jest tak wzniosła, wiele kosztuje.

Gdy długo praktykuje się czujność, staje się ona przewodnikiem ku życiu prawemu i miłemu Bogu. Wiedzie też do kontemplacji, która uczy odpowiednio kierować poruszeniami trzech części duszy, wciąż kontrolować zmysły i każdego dnia zwiększać udział w czterech cnotach głównych.

Marysia