Ὁσίου Ἐφραὶμ τοῦ Σύρου,
Περὶ Ψαλμοῦ

Ἡμεῖς δὲ πάλιν ἐπὶ τὸ προκείμενον ἐπανέλθωμεν, περὶ μετανοίας λαλοῦντες καὶ περὶ τῆς μελλούσης κρίσεως· ταῦτα γὰρ ἀεὶ μελετᾶν ἀναγκαῖον, ὅτι ἡ ἡμέρα Κυρίου ὡς κλέπτης ἐν νυκτί, οὕτως ἔρχεται. Διὰ τοῦτο οὖν νυκτὸς καὶ ἡμέρας πρὸς τὴν ἐσχάτην ὥραν ἀπόβλεπε, καὶ ἐν τῷ νόμῳ Κυρίου μελέτα ἡμέρας καὶ νυκτός. Λάλει Θεῷ πολλά, καὶ τοῖς ἀνθρώποις ὀλίγα. Κἂν εἰς ἔργα τὴν χεῖρα ἐκτείνῃς, τὸ στόμα ψαλλέτω, καὶ ὁ νοῦς προσευχέσθω. Ὁ ψαλμὸς ἐπὶ τοῦ στόματος ἔστω ἀδιαλείπτως· Θεὸς γὰρ ὀνομαζόμενος φυγαδεύει τοὺς δαίμονας καὶ ἁγιάζει τὸν ψαλμῳδόν.

Ψαλμὸς γαλήνη ψυχῆς, βραβευτὴς εἰρήνης· ψαλμὸς φιλίας συναγωγός, ἕνωσις διεστώτων, ἐχθραινόντων διαλλακτήριον· ψαλμὸς τῆς τῶν Ἀγγέλων βοηθείας ἐπαγωγή, ὅπλον ἐν φόβοις νυκτερινοῖς, ἀνάπαυσις κόπων ἡμερινῶν, νηπίοις ἀσφάλεια, γέρουσιν ἐγκαλλώπισμα, πρεσβυτέρων παρηγορία, γυναιξὶ κόσμος ἁρμοδιώτατος. Ἐρήμους οἰκίζει, τὰς ἀγορὰς σωφρονίζει. Εἰσαγομένοις στοιχείωσις, προκοπτόντων αὔξησις, τελειουμένων στήριγμα, Ἐκκλησίας φωνή. Οὗτος τὰς ἑορτὰς φαιδρύνει· οὗτος τὴν κατὰ Θεὸν λύπην δημιουργεῖ· ψαλμὸς γὰρ καὶ ἐκ λιθίνης καρδίας δάκρυον ἐκκαλεῖται.

Ψαλμὸς τὸ τῶν Ἀγγέλων ἔργον, τὸ οὐράνιον πολίτευμα, τὸ πνευματικὸν θυμίαμα. Ψαλμὸς φωτισμὸς ψυχῶν, σωμάτων ἁγιασμός. Τοῦτον, ἀδελφοί, πάντοτε μὴ παυσώμεθα μελετῶντες, καὶ κατ' οἴκους, καὶ κατὰ τὰς ὁδούς, καὶ κοιμώμενοι, καὶ ἀνιστάμενοι· λαλοῦντες ἑαυτοῖς ψαλμοῖς καὶ ὕμνοις καὶ ᾠδαῖς πνευματικαῖς.

Ψαλμὸς ἡ χαρὰ τῶν φιλοθέων. Οὗτος τὴν ἀργολογίαν ἐξορίζει, τὸ γέλως καταπαύει, τὴν κρίσιν ὑπομιμνήσκει, τὴν ψυχὴν διεγείρει πρὸς Θεόν, τοῖς Ἀγγέλοις συγχορεύει. Ὅπου ψαλμὸς μετὰ κατανύξεως, ἐκεῖ καὶ ὁ Θεὸς μετὰ τῶν Ἀγγέλων· ὅπου δὲ τοῦ ἀλλοτρίου ᾄσματα, ἐκεῖ ὀργὴ τοῦ Θεοῦ, καὶ οὐαὶ ἀντιμισθία τοῦ γέλωτος. Ὅπου ἱεραὶ βίβλοι καὶ ἀναγνώσματα, ἐκεῖ εὐφροσύνη δικαίων καὶ σωτηρία τῶν ἀκροατῶν· ὅπου δὲ κιθάραι καὶ χοροί, ἐκεῖ σκοτισμὸς ἀνδρῶν καὶ γυναικῶν, καὶ τοῦ Διαβόλου ἑορτή.

Ὢ τῆς κακῆς πανουργίας καὶ ἐπινοίας τοῦ Διαβόλου! Πῶς διὰ τέχνης ἕκαστον ὑποσκελίζει, καὶ ἀπατᾷ, καὶ πείθει ποιεῖν κακὰ ὡς καλά! Σήμερον τῷ δοκεῖν ψάλλουσι, καὶ αὔριον μετὰ σπουδῆς

χορεύουσι. Σήμερον χριστιανοί, καὶ αὔριον ἐθνικοί. Σήμερον εὐκλεεῖς, καὶ αὔριον Ἕλληνες. Σήμερον δοῦλοι Χριστοῦ, καὶ αὔριον ἀποστάται Θεοῦ. Μὴ πλανᾶσθε· οὐδεὶς οἰκέτης δύναται δυσὶ κυρίοις δουλεύειν, καθὼς γέγραπται. Οὐ δύνασθε Θεῷ δουλεύειν, καὶ τῷ Διαβόλῳ συγχορεύειν. Ὡς γνήσιοι δοῦλοι Χριστοῦ, αὐτῷ δουλεύσωμεν, αὐτῷ προσκυνήσωμεν, αὐτῷ προσκαρτερήσωμεν, αὐτῷ παραμείνωμεν ἕως ἐσχάτης ἀναπνοῆς, καὶ μὴ πεισθῶμεν τῷ Δράκοντι· ὡς λέων γὰρ ὠρυόμενος περιπατεῖ ζητῶν τίνα καταπίῃ, τίνα ἀπατήσῃ. Ὦ ἀντίστητε στερεοὶ ὡς Χριστοῦ στρατιῶται· δουλεύοντες αὐτῷ, καὶ παραμένοντες.

Μὴ σήμερον ψάλλῃς, καὶ αὔριον χορεύῃς. Μὴ σήμερον μετανοήσῃς ἐπὶ ταῖς ἁμαρτίαις σου, καὶ αὔριον ὀρχήσῃ ἐπ' ἀπωλείᾳ σου. Μὴ σήμερον ἀναγνώσῃς, καὶ αὔριον κιθαρίσῃς. Μὴ σήμερον ἐγκρατεύσῃς, καὶ αὔριον προσέλθῃς περιφερόμενος καὶ καταγελώμενος ὑπὸ πάντων. Μή, ἀδελφοί, οὕτως ἀπολέσωμεν τὸν καιρὸν τῆς σωτηρίας ἡμῶν, παίζοντες καὶ παιζόμενοι. Γενοῦ ὡς καλὸς γεωργὸς ἐργαζόμενος καὶ φυλάττων.

Μὴ περικακήσῃς, ἀδελφέ, τὰ ἐφόδια τῆς αἰωνίου ζωῆς. Μὴ ἀπώσῃ τὴν ξηροφαγίαν, μὴ ἀποστῇς τῆς ἀγρυπνίας, μὴ ἀκηδιάσῃς τὴν χαμαικοιτίαν, ***μὴ ἐγκαταλίπῃς τὴν ψαλμῳδίαν.*** *Ταῦτα γὰρ καὶ τὰ ὅμοια τούτων εἰς ζωὴν καὶ χαρὰν καὶ εὐφροσύνην καὶ ἀνάπαυσιν παραπέμπουσί σε αἰώνιον.*

Ἀγάπησον σιωπὴν ἀπὸ κακῆς ὁμιλίας. Αἱ τῶν βιωτικῶν ὁμιλίαι τὸν νοῦν ἀπὸ Θεοῦ χωρίζουσι :~