

## Stichoi

### Στίχοι παραινετικοὶ τοῦ Χρυσοστόμου.

Ὅστις βούλεται τὸ φῶς ἐκεῖνο βλέψαι, Ὅφείλει ταῦτα φυλάττειν ἐν καρδίᾳ·  
Παθῶν σαρκικῶν καὶ λογισμῶν ἀχρείων, Ὅρκου τε παντὸς, θυμοῦ καὶ ταραχῆς δὲ,  
Καὶ περισπασμοῦ καὶ τῆς μνησικακίας, Καὶ τοῦ μὴ κρίναι τὸ σύννοχον ἀνθρώπους,  
Εἶναι δὲ αὐτὸν λογικὸν καὶ τοὺς φρένας, Καθαρόν τε τῶν σαρκικῶν μολυσμάτων,  
Πρᾶον, ταπεινὸν, ἡσύχιον ὑπάρχειν, Ἐξαγγελτικὸν καὶ τῆς εἰρήνης τέκνον, Ἐγκρατῆ  
εἶναι βρωμάτων καὶ πομάτων, Καὶ τῇ προσευχῇ σχολάζειν ἀνεन्दότως, Ἐν πᾶσι  
τούτοις, ἀρχὴν καὶ τέλος ἔχειν, Τὸ κεφάλαιον ἀρετῶν, τὴν ἀγάπην.