

## Νηφαλιότητα

[/ Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθόδοξη πίστη](#)



Μεγάλη συμφορά της ψυχής αποτελεί η άτακτη ζωή . Ιδιαίτέρως φρικτή εντύπωση προκαλεί αυτή για όσους επιτρέπουν στον εαυτό τους την αταξία , ενώ ξεκίνησαν ήδη μια προσεκτική ζωή. Ο ευσεβής χριστιανός οφείλει να περνά τη ζωή του προσέχοντας παντοιοτρόπως τον εαυτό του και όντας σε νηφαλιότητα. «Γρηγορείτε καὶ προσεύχεσθε, ἵνα μὴ εἰσέλθητε εἰς πειρασμὸν» ( Κατά Μάρκον , ΙΔ΄ , 38 ) εἶπε ο Κύριος.

\*\*\*

Η νηφαλιότητα αποτελεί την οδό προς κάθε αρετή.

\*\*\*

Πρέπει να ενθαρρύνουμε στον εαυτό μας , να παρακολουθούμε επιμελώς τις σκέψεις μας, τα αισθήματά μας , και να κλαίμε για τα σφοδρά , αμαρτωλά συναισθήματα, τους πόθους και τους διαλογισμούς μας• όλα αυτά θα πρέπει οπωσδήποτε να τα αποδιώξουμε ως δυσάρεστα για τον Θεό, και αφού τα αποδιώξουμε , να μην τους επιτρέψουμε ποτέ ξανά να μπουν στην καρδιά μας, επειδή δεν γίνεται, κυριευμένοι από τα πάθη, να ψάλλουμε ύμνους στον Κύριο.

\*\*\*

Ποτέ μην ελπίζεις στους ανθρώπους και μην σαστίζεις όταν δεν βλέπεις καμιά συμπάθεια εκ μέρους τους, μην τους κατακρίνεις.

**ΘΣΙΟΣ ΝΙΚΩΝ**

Όταν θα επισημαίνεις τις αδυναμίες των άλλων και θα καυχάσαι νοερώς ενώπιόν τους, πρέπει να απαντήσεις στη δαιμονική αυτή σκέψη: «Είμαι χειρότερος όλων»• έστω κι αν δεν το νιώθεις, πρέπει να το πεις.

Καλώς πράττει όποιος μεριμνά για την εσωτερική στοχαστική ζωή, επειδή αυτή του προσφέρει τα πάντα.

Όταν κάποιος φλυαρεί ακόπως , αυτός αδυνατεί να ζήσει προσεκτικά, αφαιρείται

διαρκώς. Από την προσευχή γεννάται η σιωπή, από την σιωπή, η προσευχή. Επειδή πώς μπορεί να προσευχηθεί όποιος είναι αφηρημένος; Προσέξτε τον εαυτό σας, η προσεκτική ζωή είναι ο στόχος του μοναχισμού. Ελέχθη: «Πρόσεχε σεαυτῶ» ( Δευτερονόμιον, κεφ. ΙΕ΄, 9 ) .

ΟΣΙΟΣ ΒΑΡΣΑΝΟΥΦΙΟΣ

Πρόσεχε τα μάτια σου. «Εἰ δὲ ὁ ὀφθαλμὸς σου ὁ δεξιὸς σκανδαλίζει σε, ἔξελε αὐτὸν καὶ βάλε ἀπὸ σοῦ» ( Κατὰ Ματθαῖον , Ε΄ 29 ) , διέταξε ο Θεός. Αν δεν προσέξεις τα μάτια και τη γλώσσα σου, θα προκαλέσεις μάχη με τον εαυτό σου.

ΟΣΙΟΣ ΑΝΑΤΟΛΙΟΣ

«ΟΠΟΥ ΘΕΟΣ, ΓΑΛΗΝΗ

Πνευματικές παραινέσεις

Των Γερόντων της Όπτινα»

Επιμέλεια-Πρόλογος

ΗΛΙΑΣ ΛΙΑΜΗΣ

Εκδόσεις ατέρμονον

**Πηγή:** [eisdoxantheou-gk.blogspot.gr](http://eisdoxantheou-gk.blogspot.gr)