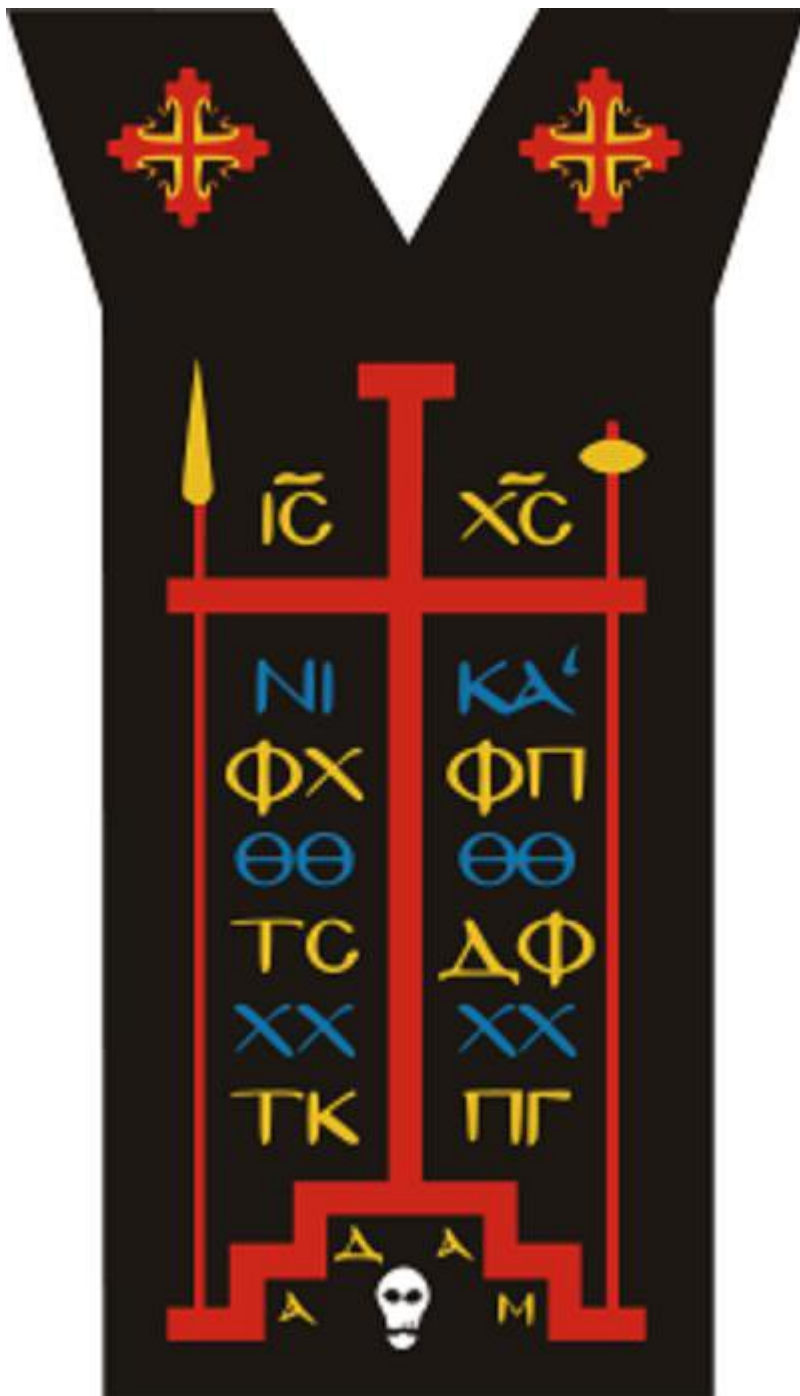


# Άγρυπνη και συνετή προσοχή του εαυτού μας

/ [Θεολογία και Ζωή](#)

Image not found or type unknown



Αν δε βρίσκουμε μέσα μας πλούσιους καρπούς αγάπης, ειρήνης, χαράς, καλοσύνης, ταπεινοφροσύνης, απλότητας, ειλικρίνειας, πίστης, υπομονής, τότε όλη η εργασία μας πάει στα χαμένα, παρατηρεί ο Άγιος Μακάριος ο Αιγύπτιος. Η εργασία γίνεται για να έχουμε κάποτε συγκομιδή. Η συγκομιδή όμως είναι του Κυρίου.

Συνεπώς πρόσεχε άγρυπνα τον εαυτό σου και γίνε συνετός. Αν παρατηρήσεις πως γίνεσαι ευερέθιστος και ανυπόμονος, τότε γίνε λίγο πιο χαλαρός στις απαιτήσεις σου.

Νιώθεις ότι υποβλέπεις εύκολα τους άλλους και τους μαλώνεις ή τους κάνεις με το παραμικρό υποδείξεις; Να ξέρεις πως βρίσκεσαι σε λάθος δρόμο. Όποιος απαρνείται τον εαυτό του δεν έχει λόγους να μαλώνει εγωϊστικά τους άλλους. Έχεις ίσως την εντύπωση ότι σε ενοχλούν οι άλλοι ή οι εξωτερικές περιστάσεις;

Δεν έχεις καταλάβει τότε σωστά τη δουλειά σου. Κάτι που φαίνεται εκ πρώτης όψεως ότι είναι ενοχλητικό, είναι στην πραγματικότητα μια ευκαιρία για την εξάσκηση της υπομονής, της ανοχής και της υπακοής. Ο ταπεινός ποτέ δεν ενοχλείται. Μπορεί ίσως μόνο να ενοχλεί τους άλλους. Γι' αυτό παραμέριζε και εξαφάνιζε τον εαυτό σου. «Είσελθε εις το ταμείον σου» και κλείσε την θύραν σου. Κι όταν ακόμα είσαι υποχρεωμένος να ζεις μέσα σε μεγάλη και θορυβώδη συντροφιά. Και αν αυτό σου φαίνεται βαρύ, από καιρό σε καιρό βγες έξω, οπουδήποτε, αρκεί να είσαι μονάχος και φώναξε με όλη σου την ψυχή και ζήτησε τη βοήθεια του Κυρίου. Ο Κύριος θα εισακούσει τη δέησή σου.

Να είσαι, στο φρόνημά σου, σαν μια ρόδα, συμβουλεύει ο Στάρετς Αμβρόσιος. Όσο λιγότερο ακουμπάει στη γη η ρόδα τόσο πιο γρήγορα γυρίζει και τρέχει προς τα εμπρός. Μη σκέφτεσαι, μη μιλάς και μην προσκολλάσαι στα γήινα πράγματα, περιορίσου μόνο στα πιο αναγκαία. Ο ίδιος πνευματικός υπενθυμίζει, από την άλλη, ότι ρόδα που βρίσκεται εντελώς στον αέρα δεν μπορεί να γυρίσει, ούτε να κινήσει το όχημα προς τα εμπρός.

**«Ο δρόμος των ασκητών»**

**Τίτο Κολλιάντερ**

Πηγή: [askitikon.eu](http://askitikon.eu)