

## Η λύπη εξαντλεί τις ψυχικές και σωματικές μας δυνάμεις

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Παΐσιος Αγιορείτης](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#)



- Γέροντα, συχνά μου πονάει το στομάχι και δυσκολεύομαι να ανταποκριθώ στα πνευματικά μου καθήκοντα.

- Εσύ κάθεσαι και συζητάς με τους λογισμούς σου, τα βλέπεις όλα μαύρα και βασανίζεσαι χωρίς λόγο • έτσι τσακίζεσαι ψυχικά και σωματικά. Έπειτα από ένα τέτοιο τσάκισμα πονάει και το στομάχι, και πού να βρεθή μετά κουράγιο για πνευματικά;

Μπορεί να πάρης κάτι και να σου περάση το στομάχι, αλλά, αν δεν λείψη η στενοχώρια, πάλι θα πονέση. Μη δέχεσαι τους λογισμούς που σε απογοητεύουν , για να μην αχρηστέψης τα δώρα που σου έχει δώσει ο Θεός. Όσο θα τοποθετήσαι σωστά, τόσο θα γαληνεύης και θα ηρεμής, και τόσο η υγεία σου θα καλυτερεύη και δε θα έχης ανάγκη από φάρμακα.

Η στενοχώρια αποπλίζει τον άνθρωπο. Του ρουφάει όλο το μεδούλι των ψυχικών και σωματικών του δυνάμεων και δεν τον αφήνει να κάνει τίποτε. Δηλητηριάζει

την ψυχή και φέρνει ανωμαλίες και στο σώμα. Χτυπάει στα πιο ευαίσθητα μέρη του σώματος και εξασθενεί τον άνθρωπο με το άγχος που δημιουργεί. Το δηλητηρίασμα από την πίκρα μπορεί να καταβάλει τελείως όχι μόνον έναν ευαίσθητο οργανισμό αλλά και γερούς οργανισμούς. Μια αδελφή εδώ ξέρετε τί δυνατότητες έχει;

Μπορεί να κάνει πολύ καλή πνευματική εργασία, και στις δουλειές είναι σπύρτο! Όλο το μοναστήρι μπορεί να το φέρη βόλτα, αλλά, επειδή την πιάνει αυτό το τσάκισμα από την στενοχώρια, δεν μπορεί να κάνει τίποτε• χαραμίζεται. Κι έτσι αχρηστεύεται μια γερή μηχανή.

(ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΑΪΣΙΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ ΛΟΓΟΙ Ε΄ - ΠΑΘΗ ΚΑΙ ΑΡΕΤΕΣ)

Πηγή: [orthodoxia.bloggy.gr](http://orthodoxia.bloggy.gr)