

Αποφθέγματα Ελλήνων Πατέρων

Γέροντας Ιάκωβος

Να διώχνετε τους κακούς λογισμούς και τις φαντασίες που φέρνει ο διάβολος. Να μην τους δίνετε σημασία.

Τις νύχτες ο Γέροντας Ιάκωβος προσευχόνταν στο Θεό και τους Αγίους με θερμή αγάπη και αφοσίωση, γεγονός που τον έκανε να ξεχνάει τους σωματικούς του πόνους. Γεύονταν τη μακαριότητα της βασιλείας των ουρανών. Κάποτε είπε σε δικό του μοναχό: "Απόψε, παιδί μου, βρισκόμουν και συλλειτουργούσα με αγίους και αγγέλους! Σε θυσιαστήρια που δεν περιγράφονται".

Ο μακαριστός Γέροντας Ιάκωβος Τσαλίκης αναφέρει πως από μικρό παιδάκι του έκανε εντύπωση και πολύ τον βοήθησε ο κανόνας της νηστείας που υπήρχε στην οικογένεια και που υπεύθυνη για την τήρηση της ήταν η γιαγιά η Δέσποινα Κρεμμυδά.

Μητροπολίτη Λεμεσού κ.κ. Αθανασίου

Όλοι οι Άγιοι της Εκκλησίας μας έχουν μεγάλη σημασία ως τα εκλεκτά μέλη του αγίου Σώματός της. Ταυτόχρονα όμως ο κάθε Άγιος ξεχωριστά έχει τα ιδιαίτερά του χαρακτηριστικά μέσα στη ζωή και την ιστορία του. Έτσι και η Αγία Βαρβάρα ξεχωρίζει για το θάρρος που επέδειξε να ομολογήσει την πίστη της στο Χριστό μπροστά στον ειδωλολάτρη και χριστιανομάχο πατέρα της αλλά και στον ίδιο τον άρχοντα. Αυτό βέβαια οφείλεται στο ότι αγάπησε το Χριστό με όλη της την καρδιά, στο ότι με την πίστη της στο Χριστό βρήκε την αλήθεια, το αληθινό νόημα της ύπαρξης και τη σωστή ζωή σε αντίθεση με την ειδωλολατρεία και το ψέμα που ζούσε προηγουμένως. Έτσι, αναδεικνύεται ζωντανό παράδειγμα για κάθε άνθρωπο.

Όπως ο Θεός είναι αγάπη και ο άνθρωπος φτιάχτηκε πριν την πτώση για να είναι αγάπη... Σημαντικό είναι να αγαπάς και όχι να περιμένεις να αγαπηθείς.

Γέροντας Πορφύριος

Όταν έρθει να κατοικήσει σε όλο το χώρο της ψυχής μας ο Χριστός, τότε φεύγουν όλα τα προβλήματα, όλες οι πλάνες, όλες οι στενοχώριες. Τότε φεύγει και η αμαρτία.

Να κάνετε μετάνοιες, όταν προσεύχεσθε. Έστω και αν αυτό σας κουράζει. Η προσευχή που συνοδεύεται από εκούσια θυσία, γίνεται πιο ευάρεστη στο Θεό και πιο αποτελεσματική.

Ο Γέροντας συμβούλευε τα πνευματικά του τέκνα να προσεύχονται για τους άλλους, ακολουθώντας το δικό του παράδειγμα: "Ξέρετε, αισθάνομαι ότι με τις προσευχές μου σας βοηθώ πολύ". "Όταν προσεύχεστε για κάποιον άνθρωπο που τον επηρεάζει ο διάβολος με τα αμαρτωλά πάθη, μην του το λέτε, γιατί θα το μάθει ο διάβολος και θα ξεσηκώσει αντίσταση στην ψυχή του και η προσευχή σας δεν θα φέρει κανένα αποτέλεσμα. Να προσεύχεστε γι' αυτόν μυστικά και η προσευχή θα τον βοηθάει".

Η ευτυχία μπορεί να υπάρξει, αλλά απαιτείται μια προϋπόθεση: Να έχουν αποκτήσει οι σύζυγοι πνευματική περιουσία, αγαπώντας το Χριστό και τηρώντας τις εντολές του. Έτσι θα φτάσουν να αγαπιούνται αληθινά μεταξύ τους και να είναι ευτυχισμένοι. Διαφορετικά θα είναι ψυχικά φτωχοί,

δεν θα μπορούν να δώσουν αγάπη και θα έχουν δαιμονικά προβλήματα, που τους κάνουν δυστυχισμένους.

Ζωή χωρίς Χριστό, δεν είναι ζωή. Πάει τελείωσε. Αν δεν βλέπεις το Χριστό σε όλα σου τα έργα και τις σκέψεις, είσαι χωρίς Χριστό.

Να λες πάντα την αλήθεια.

Να κάνεις τα πάντα με ηρεμία.

Να προσεύχεσαι για να γίνεις καλύτερος.

Να εκκλησιάζεσαι πολύ τακτικά, να εξομολογείσαι συχνά και να κοινωνείς και θα σου φεύγουν όλες οι φοβίες και τα ψυχικά τραύματα που έχεις.

Πρέπει να βάζεις χρώμα στη φωνή σου. Να ακούγονται όλα τα φωνήεντα καθαρά. Να μη κόβεις σύμφωνα που έχουν στο τέλος οι λέξεις και να μη βιάζεσαι.

Μα θαύματα γίνονται συνέχεια κάθε μέρα και κάθε νύχτα. Εσείς δεν τα βλέπετε;

Να ψηφίζετε, παιδί μου, μόνο χριστιανούς ανθρώπους και όχι άθεους, γιατί αυτοί οι τελευταίοι κάνουν πολύ ζημιά στην Εκκλησία.

Όταν διαβάζεις την Αγία Γραφή μου έλεγε, γιατί πρέπει να τη διαβάζεις συνέχεια για να φωτισθείς, ή τους βίους Αγίων, ή τα άλλα εκκλησιαστικά βιβλία και βρίσκεις κάποια πρόταση ή λέξη που σου έκανε εντύπωση, να σταματάς εκεί αρκετά, να την ψάχνεις καλά και θα δεις πόσο θα ωφελείσαι απ' αυτό.

Να εξομολογείσαι τακτικά και καλά, γιατί και Πατριάρχης να είσαι, αν δεν εξομολογείσαι δεν σώζεσαι.

Να μμήσαι την πραότητα, την ακακία, την αγάπη και την ταπείνωση του Χριστού μας.

Να προσεύχεσαι και να αγαπάς. Να αγαπάς το Θεό και τους ανθρώπους. Δεν βλέπεις εδώ τι κάνει η αγάπη το Χριστού; Να μη λες μέσα σου "με αγαπούν οι άλλοι;". Αν τους αγαπάς εσύ πρώτα, να ξέρεις ότι και αυτοί σε αγαπούν το ίδιο.

Να μη παρακαλός το Θεό να σου παίρνει τις διάφορες αρρώστιες, ούτε να τον εκβιάζεις στην προσευχή σου γι' αυτές, αλλά να τις υπομένεις με πολύ υπομονή και καρτερικότητα και θα δεις πόσο θα ωφελείσαι.

Πρόσεχε να μη μεταλαμβάνεις από συνήθεια.

Να είναι για σένα η κάθε κοινωνία όπως την πρώτη φορά που μετάλαβες και σα να είναι και η τελευταία σου, πριν πεθάνεις.

Να μην κάθεσαι μέσα, να φεύγεις έξω στη φύση.

Δεν πρέπει να ζητάμε την αγάπη των άλλων. Πρέπει εμείς να τους αγαπάμε πρώτα και να μην αγωνιούμε για την αγάπη τους. Τότε, κάποτε θα μας την ανταποδώσουν.

Όσο πιο μακριά από το Θεό είναι ο άνθρωπος, τόσο πιο πολύ στενοχωριέται και ταλαιπωρείται

από διάφορα πράγματα.

Πρέπει να πηγαίνουμε στον πνευματικό μας όταν έχουμε κάτι που μας βασανίζει.

Τα παιδιά έχουν προβλήματα όταν οι γονείς δεν είναι εντάξει... Δεν πρέπει να τα μαλώνουμε αλλά να τα συμβουλευόμαστε συνέχεια. Αν θέλουμε να κάνουν κάτι, πρέπει πρώτα να δίνουμε εμείς το καλό παράδειγμα και έπειτα να σηκώνουμε τα χέρια στο Θεό.

Σου έρχονται φοβίες μερικές φορές, όπως μου λες, γιατί δεν αγαπάς πολύ το Χριστό.

Όσο πιο επιθετικό είναι ένα παιδί, τόσο πιο ευαίσθητο είναι.

Τουλάχιστον αν δεν μπορείς να προχωρήσεις μπροστά, μη πας προς τα πίσω. [Επαναλαμβανόμενη αμαρτία]

Όταν η ψυχή είναι ταραγμένη, θολώνει το λογικό και δε βλέπει καθαρά. Μόνο, όταν η ψυχή είναι ήρεμη, φωτίζει το λογικό, για να βλέπει καθαρά την αιτία κάθε πράγματος.

Η ψυχή είναι πολύ βαθιά και μόνο ο Θεός τη γνωρίζει.

Γιατί να κυνηγάμε τα σκοτάδια; Να, θα ανάψουμε το φως και τα σκοτάδια θα φύγουν μόνα τους. Θα αφήσουμε να κατοικήσει σ' όλη την ψυχή μας ο Χριστός και τα δαιμόνια θα φύγουν μόνα τους. Όταν έρθει μέσα μας ο Χριστός, τότε ζούμε μόνο το καλό, την αγάπη για όλο τον κόσμο. Το κακό, η αμαρτία, το μίσος εξαφανίζονται μόνα τους, δεν μπορούν, δεν έχουν θέση, να μείνουν.

Να μην ενδιαφέρεσαι αν σε αγαπούν, αλλά αν εσύ αγαπάς το Χριστό και τους ανθρώπους. Μόνο έτσι γεμίζει η ψυχή.

Στην ψυχή, που όλος ο χώρος της είναι κατειλημμένος από το Χριστό, δεν μπορεί να μπει και να κατοικήσει ο διάβολος, όσο κι αν προσπαθήσει, διότι δεν χωράει, δεν υπάρχει κενή θέση γι' αυτόν.

Ο σκοπός μας δεν είναι να καταδικάζουμε το κακό, αλλά να το διορθώνουμε. Με την καταδίκη ο άνθρωπος μπορεί να χαθεί, με την κατανόηση και βοήθεια θα σωθεί.

Το κακό αρχίζει από τις κακές σκέψεις. Όταν πικραίνεσαι και αγανακτείς, έστω μόνο με τη σκέψη, χαλάς την πνευματική ατμόσφαιρα. Εμποδίζεις το Άγιο Πνεύμα να ενεργήσει και επιτρέπεις στο διάβολο να μεγαλώσει το κακό. Εσύ πάντοτε να προσεύχεσαι, να αγαπάς και να συγχωρείς, διώχνοντας από μέσα σου κάθε κακό λογισμό.

Ο άνθρωπος του Χριστού πρέπει ν' αγαπήσει το Χριστό, κι όταν αγαπήσει το Χριστό, απαλλάσσεται απ' το διάβολο, από την κόλαση και από το θάνατο.

Να προσεύχεσαι χωρίς αγωνία, ήρεμα, με εμπιστοσύνη στην αγάπη και την πρόνοια του Θεού. Δεν πρέπει να πολεμάτε τα παιδιά σας, αλλά τον σατανά που πολεμά τα παιδιά σας. Να τους λέτε λίγα λόγια και να κάνετε πολύ προσευχή. Η προσευχή κάνει θαύματα. Δεν πρέπει η μητέρα να αρκείται στο αισθητό χάδι στο παιδί της, αλλά να ασκείται στο πνευματικό χάδι της προσευχής. Η σωτηρία του παιδιού σας περνάει μέσα από τον εξαγιασμό το δικό σας. Ο αγιασμός δεν είναι ακατόρθωτο πράγμα, είναι μάλιστα εύκολος, φθάνει εσείς να αποκτήσετε ταπεινωση και αγάπη. Αν θέλεις μπορείς να αγιάσεις και μέσα στην Ομόνοια.

Να παρακαλές το Θεό να συγχωρήσει τις αμαρτίες σου. Κι ο Θεός, επειδή θα τον παρακαλές πονεμένος και ταπεινωμένος, θα σου συγχωρήσει τις αμαρτίες σου και θα σε κάνει καλά και στο

σώμα. Όταν προσεύχεσαι, να ξεχνάς την σωματική σου αρρώστια, να την αποδέχεσαι σαν κανόνα, σαν επιτίμιο, για την άφεση των αμαρτιών σου. Για τα παραπέρα μην ανησυχείς, άφησέ τα στο Θεό κι ο Θεός ξέρει τη δουλειά Του. Οι ασθένειες μας βγάζουν σε καλό, όταν τις υπομένουμε αγόγγυστα, παρακαλώντας το Θεό να μας συγχωρήσει τις αμαρτίες και δοξάζοντας το όνομά Του. Η μεγάλη λύπη και η στενοχώρια δεν είναι από το Θεό, είναι παγίδα του διαβόλου. Να γεμίσεις την ψυχή σου με Χριστό, με θείο έρωτα, με χαρά. Η χαρά του Χριστού θα σε γιατρέψει. Ο Θεός φροντίζει ακόμη και για τις πιο μικρές λεπτομέρειες της ζωής μας. Δεν αδιαφορεί για μας, δεν είμαστε μόνοι στον κόσμο. Ο Θεός μας αγαπάει πολύ, μας έχει στο νου Του κάθε στιγμή και μας προστατεύει. Πρέπει να το καταλάβουμε αυτό και να μή φοβούμαστε τίποτε.

Μόνο η χάρη του Θεού, μόνο η αληθινή αγάπη μας, που θυσιάζεται μυστικά για τους άλλους, μπορεί να σώσει και τους άλλους και μας.

Η αγάπη χρειάζεται θυσίες. Να θυσιάζουμε ταπεινά κάτι δικό μας, που στην πραγματικότητα είναι του Θεού.

Είναι προτιμότερο να αποτύχεις σαν λαϊκός, παρά σαν μοναχός.

Ο ορθόδοξος ασκητισμός δεν είναι μόνο για τα μοναστήρια, αλλά και για τον κόσμο.

Πολλοί λένε ότι η χριστιανική ζωή είναι δυσάρεστη και δύσκολη, εγώ λέω ότι είναι ευχάριστη και εύκολη, αλλά απαιτεί δυο προϋποθέσεις: ταπείνωση και αγάπη.

Αν έρθει η χάρη του Θεού, όλοι και όλα αλλάζουν, έλα όμως που για να έρθει, χρειάζεται πρώτα να ταπεινωθούμε!

Μπορεί κάποιος να μιλάει για τις αμαρτίες του και να είναι υπερήφανος κι άλλος να μιλάει για τις αρετές του και να είναι ταπεινός.

Να είμαστε ταπεινοί, αλλά να μην ταπεινολογούμε. Η ταπεινολογία είναι παγίδα του διαβόλου, πού φέρνει την απελπισία και την αδράνεια, ενώ η αληθινή ταπείνωση φέρνει την ελπίδα και την εργασία των εντολών του Χριστού.

Δε γίνεται κανείς χριστιανός με την τεμπελιά, χρειάζεται δουλειά, πολύ δουλειά.

Το παν είναι να αγαπήσει ο άνθρωπος το Χριστό και όλα τα προβλήματα τακτοποιούνται.

Και τώρα το Άγιο Πνεύμα θέλει να μπει στις ψυχές μας, όπως και τότε, αλλά σέβεται την ελευθερία μας, δε θέλει να την παραβιάσει. Περιμένει να του ανοίξουμε μόνοι μας την πόρτα και τότε θα μπει στην ψυχή μας και θα την μεταμορφώσει. Όταν έρθει και κατοικήσει σ' όλο το χώρο της ψυχής μας ο Χριστός, τότε φεύγουν όλα τα προβλήματα, όλες οι πλάνες, όλες οι στενοχώριες. Τότε φεύγει και η αμαρτία.

Ο κλέπτης ο πιασμένος και μετανοημένος, η πόρνη η γνωστή και ντροπιασμένη, η ταπεινωμένη κι η μετανοημένη είναι πολύ ανώτερη από εμάς με τα καλά ονόματα και τον άγνωστο μας κι αμφίβολο βίο.

Καλό είναι να υπογράφετε ένα χαρτί με εκείνον, που θα σας επισκευάσει το σπίτι σας ή κάτι σημαντικό, για να μη στενοχωρηθείτε ύστερα και να τρέχετε στον εξομολόγο.

Πρόσεχε ακόμη και τον ήχο της μηχανής (αυτοκινήτου) και να τον αναγνωρίζεις, ούτως ώστε, αν κάποτε αλλάξει, να ξέρεις ότι κάτι δεν πάει καλά, κάτι δεν λειτουργεί καλά. Η προσοχή είναι

μεγάλο προτέρημα για την επιτυχία κάθε νέου.

Πίστις δεν σημαίνει, πάντοτε, βεβαιότητα για τη θεραπεία, αλλά σημαίνει πρωτίστως εμπιστοσύνη στην αγάπη του Θεού.

Πίστευε δε ότι οι ιατροί κάνουν πολλά λάθη κι έτσι είναι λογικό οι ασθενείς να παίρνουνε από περισσότερους του ενός ιατρού συμβουλές.

Άλλο είναι να σου έλθει κάτι εκ Θεού κι άλλο να πάθεις μια ζημιά για λόγους απροσεξίας, που δεν επιτρέπεται να το παθαίνει ένας.

Το "ελέησόν με" (στην ευχή) πρέπει να λέγεται πιο ικετευτικά. Σαν ακριβώς να ζητούσαμε κάτι από κάποιον επίγειον άρχοντα κι όχι με σκληρότητα, γιατί κι ο Χριστός είναι πρόσωπο και δεν επιτρέπεται να του ζητάμε πράγματα με τρόπο μηχανικό. (παρ. με γλυκύτητα όπως ζητάμε κάτι από τον πατέρα μας).

Δεν είναι σωστό στις εκκλησίες, οι προσευχές να γίνονται τροχάδην ούτε οι μοναχοί πρέπει να τρώνε τα λόγια της προσευχής.

Πολλοί άνθρωποι, πολλές φορές, θέλουν να κάνουν το καλό, αλλά από την ενέργειά τους, αντί να γίνει καλό, βγαίνει κακό. Πρέπει να ζυγίζουμε τα πράγματα και μία και δύο και δέκα φορές και να βεβαιωνόμαστε ότι η πράξη και η ενέργειά μας δεν πρόκειται, να φέρει αντίθετα αποτελέσματα. Κι αν αμφιβάλουμε, ότι η ενέργειά μας δεν θα φέρει το καλό, θα πρέπει να συμβουλευτούμε ανθρώπους έμπειρους επί του θέματος κι ακόμη να πάρουμε και την ευλογία του πνευματικού μας, όπως κάνουν και οι μοναχοί στα μοναστήρια, γιατί, κι εμείς στον κόσμο ζούμε κι ενεργούμε σαν σε μοναστήρι με γεροντάδες και πνευματικούς. Αυτή είναι η σειρά της Εκκλησίας κι η Ορθοδοξία.

Σημείο πλάνης είναι να αισθάνεται ανώτερος των ασκητών, επειδή έδωσε ελεημοσύνη ή κήρυξε το ευαγγέλιο, το οποίο ο ίδιος δεν το τηρεί.

Είμεθα όλοι άνθρωποι, ομοιοπαθείς με σάρκα και πρέπει να είμαστε ο ένας συμπαθής προς τον άλλο κι ανάλογα, αν ο άλλος λυπάται, να λυπόμαστε κι εμείς κι αν χαίρεται να χαιρόμαστε μαζί του.

Πάτερ Επιφάνιος Θεοδωρόπουλος

Παιδιά μου, ένα μόνο θαύμα είδα, ότι είμαι αμαρτωλός και ο Χριστός σταυρώθηκε για μένα, για να με σώσει. Δεν χρειάζομαι άλλο θαύμα. Το μεγαλύτερο θαύμα είναι να βλέπομε τις αμαρτίες μας και να μετανοούμε.

"Κύριε, λάμπρυνον μου την ψυχήν και το φως το αισθητόν".

"Κύριε, φώτισον μου το σκότος".

"Κύριε, καν θέλω, καν μη θέλω, σώσον με".

Η Θεία Κοινωνία είναι μυστήριο ταπεινώσεως. Δεν αναφέρομαι στο γεγονός της ταπεινώσεως της σταυρικής θυσίας του Κυρίου, αλλά σε κάτι άλλο. Αυτό το ελάχιστο περιεχόμενο σε ένα μικρό κουταλάκι, την αγία λαβίδα, είναι ο ίδιος ο Χριστός, ο Μεγάλος Θεός και παντοδύναμος δημιουργός του σύμπαντος. Είναι συγκλονιστικό γεγονός που απαιτεί δυνατή πίστη και σταθερότητα.

Όταν πονούσε έλεγε: Δόξα τω Θεώ πάντων ένεκεν.

Ο Θεός επιτρέπει να υποφέρουν από φρικτές αρρώστιες δίκαιοι και ενάρετοι άνθρωποι για να καθαριστούν και από τα ελάχιστα ίχνη των παθών τους και για να πάρουν μεγαλύτερο στεφάνι στον ουρανό. Εξ άλλου, αφού στον Υιό του τον αγαπητό επέτρεψε να υποφέρει και να πεθάνει επί του σταυρού, τι να πούμε για τους ανθρώπους, οι οποίοι, όσο άγιοι κι αν είναι, έχουν ρύπους και κηλίδες από αμαρτίες.

Όλοι όσοι έχουμε περάσει πόνους, είτε ψυχικούς είτε σωματικούς, ξέρουμε ότι ποτέ δεν κάναμε τόση προσευχή και σε ποιότητα και σε έκταση, όση κάναμε όταν είμαστε στο κρεβάτι του πόνου ή όταν κάποια βαριά θλίψη μας δοκιμάζει. Ενώ όταν τα έχουμε όλα, ξεχνάμε και την προσευχή και τη νηστεία και πάρα πολλά πράγματα. Γι' αυτό ο Θεός επιτρέπει τον πόνο.

Θαύματα; Άλλο τίποτε! Το πιο μεγάλο θαύμα, το οποίο είδα, είναι ότι ο Θεός ήλθε στη γη για να σώσει εμένα τον πλέον αμαρτωλό των ανθρώπων.

Γέροντος Γερμανού Σταυροβουιώτη

Στα έργα μας, στα λόγια μας, στους λογισμούς μας να φαίνεται η πίστη μας. Για να καρποφορήσει η προσευχή πρέπει να στηρίζεται στην πίστη. Με την ελπίδα στον Θεό φεύγουν οι λογισμοί της απογνώσεως. Όσο περισσότερο αγωνίζεσαι να αγαπάς τον Θεό, τόσο περισσότερο Αυτός σου αποκαλύπτεται! Όταν φοβούμεθα τον Θεό, τότε ακριβώς είναι που δεν φοβούμεθα, ούτε ανθρώπους, ούτε δαίμονες! Η προσευχή σου να πηγάζει μέσα από την καρδιά σου. Ψυχρή προσευχή σημαίνει υπερηφάνεια. Να ζητείς με επιμονή από τον Θεό, να σου δωρήσει το χάρισμα της εσωτερικής αυτομεμνίας και ταπείνωσης. Συνεχής μετάνοια είναι ο τρόπος της ζωής των Αγίων. Οι φιλήδονοι καταντούν και αιρετικοί! Η φιληδονία και η φιλοσαρκία ψυχραίνει και εξαφανίζει την αγάπη στον Θεό.

Δός μου, Χριστέ ταπείνωσιν και καθαράν καρδίαν να όψομαι την δόξαν σου ως την άνω βασιλείαν.

Μέσα στο γάμο πρέπει να ανέχεται ο ένας σύζυγος τον άλλο. Να αγαπά ο ένας τον άλλο, ακόμη και με τα ελαττώματά του. Διαφορετικά θα δηλητηριάζεται η συζυγική ζωή.

Ο κυριότερος σκοπός του εν Χριστώ εγγάμου βίου είναι η σωτηρία των μελών της οικογενείας.

Ο Θεός δεν έδωσε δύο Ευαγγέλια, ένα για τους εγγάμους και άλλο για τους μοναχούς. Το Ευαγγέλιο είναι το ίδιο για όλους. Ο Άγιος Θεόδωρος ο Στουδίτης σε μια από τις Κατηχήσεις του γράφει ότι οι μόνες διαφορές στον τρόπο ζωής του εγγάμου πιστού από εκείνον του μοναχού είναι η συζυγική σχέση και η κρεοφαγία. Όλα τα άλλα, όπως η αγάπη προς τον Θεό και τον πλησίον, η πίστη και ελπίδα στον Θεό, η υπομονή στις θλίψεις, η ταπεινοφροσύνη, η ελεημοσύνη, η προσευχή, η ανεξικακία, η μετάνοια, η νηστεία, η εγκράτεια κτλ., είναι εντολές του Θεού για όλους ανεξαιρέτως, μοναχούς και λαϊκούς, που επιθυμούν τη σωτηρία τους.

Ένας μαρτυρικός γάμος μπορεί να μετατραπεί σε δρόμο σωτηρίας για το μέλος που πάσχει...

Η αγία μας Εκκλησία, σαν φιλόστοργος μητέρα, παιδαγωγεί με αγάπη τα παιδιά της στην πνευματική ζωή. Γι' αυτό και καθορίζει κάποιες ημέρες και περιόδους μέσα στο εκκλησιαστικό έτος, που οι χριστιανοί σύζυγοι με κοινή μεταξύ τους συμφωνία θα πρέπει να ζουν με περισσότερη προσευχή και νηστεία, ακόμη και με εγκράτεια και αποχή από τις συζυγικές σχέσεις. Τέτοιες ημέρες είναι αυτές των μεγάλων εκκλησιαστικών εορτών, οι μέρες των καθιερωμένων νηστειών,

όπως επίσης όταν υπάρχει προετοιμασία για εκκλησιασμό και για Θεία Κοινωνία. Ο Απόστολος Παύλος γράφει ότι σε περιόδους νηστειών και προσευχής θα πρέπει να τηρείται εγκράτεια και αποχή μεταξύ των συζύγων.

Όταν πρόκειται να περάσεις, είτε από πυκνό δάσος, είτε από καλαμιώνα, είναι ανάγκη να παραμερίζεις με τα χέρια σου τα κλαδιά, τους θάμνους και τα ξύλα, όλα τα εμπόδια, για να κάνεις μονοπάτι, και να μπορέσεις να προχωρήσεις. Έτσι πρέπει να γίνεται και μέσα στην ψυχή μας, με τους αμαρτωλούς λογισμούς: Να τους παραμερίζουμε, και να προχωρούμε.

Οι σημερινές μητέρες ζουν εν Κυρίω; Νηστεύουν και προσεύχονται;

Πολλοί είναι αυτοί, που αρρώστησαν βαριά ή και πέθαναν από την πολυποσία και την πολυφαγία.

Κανένας όμως δεν έπαθε κακό, τηρώντας τις νηστείες της Εκκλησίας. Απεναντίας μάλιστα η νηστεία φέρνει υγεία, όχι μόνο στην ψυχή, αλλά και στο σώμα.

Η ειλικρινής μετάνοια μετατρέπει το σκοτάδι και τη σύγχυση της ψυχής σε φως πνευματικό.

Παραπονιέσαι ότι δεν σου συμπεριφέρονται καλά αυτοί, με τους οποίους συναναστρέφεσαι. Άκου τη συμβουλή μου: Εάν κάποιος δεν σου συμπεριφέρεται καλά, εσύ να του συμπεριφέρεσαι με καλοσύνη. Όλη η υπόθεση θέλει ταπεινώση. Άς πούμε ένα παράδειγμα: Σού λέγει κάποιος πως η δουλειά σου δεν είναι καλή. Να του πεις: "Ευχαριστώ, που με συμβουλευείς. Βοήθησέ με να γίνω καλύτερος. Λέγε μου τα λάθη μου, για να τα διορθώσω". Να δέχεσαι απ' όλους συμβουλές, από ταπεινώση όμως και όχι από δειλία. Έτσι θα διατηρείς στην ψυχή σου την ουράνια χαρά και την ειρήνη.

Ο Κύριος μακαρίζει τους πραείς. Λέγει ότι "αυτοί κληρονομήσου σι την γην" (Ματθ. 5,5). Αυτός, που είναι πραγματικά πράος, όχι μόνο εξωτερικά δεν οργίζεται, αλλ' ούτε και μέσα στην ψυχή του. Την ώρα του παροξυσμού να προτιμάς τη σιωπή, την προσευχή και τη φυγή, και ποτέ σου δεν θα το μετανοιώσεις.

Ο πράος και με μόνη τη θέα του, σκορπίζει ειρήνη και χάρη.

Λέγει ο Προφήτης Δαβίδ: "Εμνήσθην του Θεού και ευφράνθην" (Ψαλμ. 76,4). Η χαρά δεν βρίσκεται, ούτε στο φαγητό, ούτε στο γέλιο, ούτε και στα άλλα, που νομίζει ο κόσμος. Η χαρά βρίσκεται μόνο στην ενθύμηση του Θεού! Όταν έχεις την εσωτερική γαλήνη που χαρίζει του Θεού η ενθύμηση, τότε νιώθεις ευτυχισμένος.

Η φιληδονία και η φιλοσαρκία ψυχραίνει και εξαφανίζει την αγάπη στον Θεό.

Η νηστεία και η εγκράτεια στα φαγητά είναι στοιχείο μετανοίας. Να τρώμε όσο χρειάζεται, για να ζούμε, για ν' αντέχουμε στις εργασίες μας. Να αποστρεφόμενα τα εξεζητημένα φαγητά. Εξ άλλου αυτοί, που τρώνε τέτοια φαγητά, αρρωσταούν ευκολότερα και πεθαίνουν γρηγορότερα.

Όποιος δεν μπορεί να δαμάσει τη γαστριμαργία, αυτός υποδουλώνεται κατά συνέπεια και σε πολλά άλλα πάθη.

Ο μακαριστός ηγούμενος της Μονής μας Βαρνάβας συνήθιζε να λέει: "Η υπακοή είναι ζωή και η παρακοή είναι θάνατος".

Όπως υπάρχει η καλή σιωπή, υπάρχει και η κακή. Όπως υπάρχει η καλή ομιλία, υπάρχει και η κακή. Καλή σιωπή είναι η ταπεινή, η εσωτερική, αυτή, που συνοδεύεται με προσευχή και γεμίζει

την ψυχή με χαρά. Κακή σιωπή είναι εκείνη που την συνοδεύει η δειλία, η εσωτερική κατάκριση, η ολιγοπιστία, η θλίψη, η απόγνωση. Καλή ομιλία είναι εκείνη, που λέγει τα σωστά και αναγκαία. Κακή ομιλία είναι η αργολογία, η ευτραπελία, η κολακεία, η υποκρισία, ο θυμός, η οργή, η αισχρολογία, η κατάκριση, η συκοφαντία και όλα τα παρόμοια. Πρέπει λοιπόν να αποκτήσουμε "νούν Χριστού" (Α' Κορ. 2,16), ώστε να μπορούμε να διακρίνουμε πότε θα πρέπει να μιλήσουμε και πότε θα πρέπει να σιωπήσουμε.

Να γνωρίζεις για ποιό σκοπό σιωπάς. Αν π.χ. με τη γλώσσα σιωπάς και με τον λογισμό σου κατακρίνεις, δεν σε ωφελεί μια τέτοια σιωπή. Ούτε πάλιν ωφελεί να σιωπάς και στην καρδιά σου να βασιλεύει μελαγχολία και απόγνωση.

Έχεις στενοχώρια; Πάρε κι άνοιξε ένα βιβλίο πνευματικό. Να βρεις εκείνο, που αρμόζει στην περίπτωση σου και να διαβάσεις. Λέγεις πως δεν μπορείς να περιοριστείς στο σπίτι; Πάρε τότε το βιβλίο και βγές έξω στο ύπαιθρο. Κάθισε κάπου και διάβασε. Και να 'χεις την αίσθηση ότι νοερώς σε παρακολουθεί ο Άγιος, του οποίου διαβάζεις, είτε τον βίο, είτε τις διδαχές.

Για τούτο γράφτηκαν οι βίοι των Αγίων: Για να τους μελετούμε, και να μας εμπνέουν. Για να μαθαίνουμε πως ζούσαν οι Άγιοι, τι μας συμβουλεύουν, και να πράττουμε κι εμείς ομοίως.

Μόλις προσβάλει αισχρός λογισμός τον νου σου, αμέσως να ανοιγοκλείσης τα μάτια σου και να αρχίσεις το "Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με τον αμαρτωλόν. Με τον τρόπο αυτό δεν αμαρτάνεις. Η προσβολή της αμαρτίας που τη διώχνεις αμέσως, δεν είναι αμαρτία. Η αμαρτία αρχίζει από τη στιγμή, που θα δεχτείς με εμπάθεια μέσα σου τον κακό λογισμό και θα αρχίσεις τις φιλήδονες φαντασιώσεις.

Μη μολύνεις το σώμα σου με πράξεις αισχρές και την ψυχή σου με λογισμούς πονηρούς, και τότε έρχεται σ' εσένα η ειρήνη του Θεού. Τότε θα καταλάβεις ότι μέσα στην ψυχή σου κατοικεί ο ίδιος ο Θεός.

Το αν κάποιος λογισμός σου είναι καλός ή κακός, μη το κρίνεις από μόνος σου. Να παίρνεις τη γνώμη του πνευματικού σου. Κι αν ο Πνευματικός σου βρίσκεται εκείνη την κρίσιμη στιγμή μακριά, να ζητήσεις τη γνώμη κάποιου πνευματικού και έμπιστου αδελφού σου. Και ταυτόχρονα να παρακαλεις τον Θεό να σε φωτίσει και να σε πληροφορήσει για την ορθότητα ή όχι της κρίσεως σου. Εγώ όταν βρεθώ σε αδιέξοδο και δεν έχω την δυνατότητα να εμπιστευθώ εκείνη τη συγκεκριμένη στιγμή κάπου το πρόβλημά μου, τότε σταματώ και λέω: "Θεέ μου, κάμε όπως ξέρεις!" και δεν ενεργώ, μέχρις ότου με πληροφορήσει ο Θεός μέσα στην καρδιά μου.

Η φυγή δεν λύνει πάντα το πρόβλημα των θλίψεων. Διότι, όπου και να πας, θα βρεις τα ίδια ή παρόμοια. Προσπάθησε να λύσεις το πρόβλημα μέσα σου, και μη αναζητείς λύσεις απ' έξω.

Κι όταν ακόμη όλοι στον κόσμο σε εγκαταλείψουν, και δεν έχεις πού να σταθείς και που να ακουμπήσεις, και πάλιν μη απελπισθείς! Να λες με πίστη: "Ζεί Κύριος, γι' αυτό και δεν μπορώ να απελπισθώ!".

Οι αιτίες της απόγνωσης και της απελπισίας να φύγουν με την ενθύμηση της Αναστάσεως του Κυρίου μας, που έφερε και τη δική μας ανάσταση από τις πτώσεις και αμαρτίες και που μας χάρισε την προσδοκία της αναστάσεως των νεκρών και της αιώνιου απολαύσεως.

Η κενοδοξία γεννά την υπερηφάνεια. Υπάρχουν δύο είδη κενοδοξίας: Η μία, η λεγόμενη κοσμική, και η άλλη, η λεγόμενη μοναχική κενοδοξία. Η κοσμική κενοδοξία συνιστάται στο να φαντάζεται και να καυχάται ο άνθρωπος για τα πλούτη του, την ομορφιά του, τη δύναμή του, τις γνώσεις του, τις υψηλές του γνωριμίες και να θέλει να τον επαινούν οι άνθρωποι γι' αυτά. Η δε μοναχική

κενοδοξία συνιστάται στο να καυχάται εσωτερικά ο άνθρωπος ότι νηστεύει, αγρυπνεί, προσεύχεται για τους άλλους κ.λ.π..

Να μην κρίνουμε τους άλλους. Διότι το να κρίνουμε σημαίνει ότι έχουμε υπερηφάνεια και αναλαμβάνουμε εμείς την Κρίση, που δεν είναι δική μας, αλλά του Θεού υπόθεση. Όταν κατακρίνουμε, σφετεριζόμαστε την εξουσία του Θεού.

Μου έγραψες ότι νυστάζεις μέσα στην εκκλησία. Αν πηγαίνεις στην Ακολουθία, και δεν στέκεσαι ευθυτενής επάνω στο στασίδι, αλλά γέρνεις το κεφάλι σου πότε δεξιά και πότε αριστερά και στηρίζεις άλλοτε στο ένα πόδι και άλλοτε στο άλλο, τότε πρόκειται πράγματι περί ακηδίας. Όταν παρακολουθείς την Ακολουθία στην εκκλησία, να στέκεσαι ευθυτενής, σαν τον στρατιώτη στην παράταξη. Θα σε βοηθήσει να διώξεις την απροθυμία το να κοιτάς προσεκτικά μια Εικόνα στο εικονοστάσι, είτε του Χριστού, είτε της Παναγίας. Να την κοιτάς συνέχεια συνέχεια και τίποτε να μην σκέπτεσαι. Να διώχνεις από τον νου σου κάθε φαντασία, και να αρχίσεις να επαναλαμβάνεις με επιμονή το "Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με".

Η ακηδία φεύγει με την εργασία και την προσευχή.

Πολλοί εγκαταλείπουν τον Πνευματικό τους και προστρέχουν σε άλλο, ο οποίος όπως λένε, τους "αναπαύει" καλύτερα. Χρειάζεται όμως πολλή προσοχή στο θέμα αυτό, διότι όπως δυστυχώς υπάρχει "καλή ανάπαυση", υπάρχει και "κακή ανάπαυση". Αν κάποιος Πνευματικός εξασθενίζει στη συνείδηση του εξομολογουμένου τη σοβαρότητα κάποιων πτώσεων του ή του επιτρέπει να κοινωνεί των Αχράντων Μυστηρίων, παρ' ότι πέφτει σε σοβαρά αμαρτήματα, τέτοιου είδους "ανάπαυση" καταποντίζει, όχι μόνο τον εξομολογούμενο, αλλά και τον Πνευματικό.

Μη νομίζετε ότι είστε μόνοι στον αγώνα σας. Ο Γέροντας σας βρίσκεται δίπλα σας, μαζί σας.

Όταν οι σύζυγοι δεν αφήνουν τον Θεό να αποφασίζει για τον αριθμό των παιδιών, αλλά εφαρμόζουν διάφορα αμαρτωλά εφευρήματα, για να αποφεύγουν τα παιδιά, η πείρα διδάσκει ότι υπάρχουν δυσάρεστες επιπτώσεις και στην παρούσα ζωή. Όταν οι γονείς μένουν σκόπιμα (και όχι γιατί ο Θεός έτσι το θέλησε) στο ένα παιδί, αυτό συνήθως γίνεται ιδιαίτερα εγωϊστικό και απαιτητικό, γιατί οι γονείς του τού κάνουν όλα τα θελήματα και καταντούν σκλάβοι του. Στην περίπτωση δε, που οι γονείς μένουν σκόπιμα στα δύο παιδιά, τότε συνήθως τα παιδιά ζηλεύουν αφάνταστα το ένα το άλλο. Στα τρία παιδιά αρχίζει να καλλιεργείται μεταξύ τους η αγάπη και η αλληλοβοήθεια. Κι όσο το ανδρόγυνο αφήνει τον Θεό να αποφασίζει για τον αριθμό των παιδιών, τόσο περισσότερο αυξάνεται και η ευλογία Του στο σπίτι εκείνο!

Ο Μοναχισμός είναι η σπουδαιότερη και τελειότερη παράταξη στο σώμα της Εκκλησίας.

Δεν χαιρείται με τίποτε άλλο περισσότερο ο σατανάς, όσο με το να πείσει τον Μοναχό να κάνει το θέλημά του, να ενεργεί κατά τη σκέψη του. Αν σε κατάφερε ο πειρασμός και δεν ρωτάς τον Γέροντά σου για να λάβεις τη γνώμη του αν τα έργα σου και οι σκέψεις σου είναι κατά Θεόν, τότε σίγουρα ο διάβολος χαιρείται πολύ.

Τους δε κανόνες, που παραλείπουμε, τους χρεωστούμε. Όποτε έχουμε καιρό, να συμπληρώνουμε τυχόν κανόνα, που παραλείψαμε. Όχι όμως να αφήνουμε το διακόνημά μας ατελείωτο και αφρόντιστο, συμπληρώνοντας τον κανόνα μας.

Η λύπη, που γεννά χαρά, είναι από τον Θεό. Η λύπη, που γεννά μελαγχολία και απόγνωση, είναι του σατανά. Κι όταν ο σατανάς σου φέρνει εκείνη τη λύπη της απόγνωσης, να φροντίζεις να ψάλλεις, να προσεύχεσαι, να τη διώχνεις.

Λες ότι προσευχήθηκες και δεν εισακούστηκες. Μα πώς προσευχήθηκες; Επέμεινες στην προσευχή;

Ζεστάθηκε η καρδιά σου; Ήλθε κατάνυξη; Πρέπει να προσευχόμαστε όχι επιπόλαια, αλλά κατανυκτικά, και να εισακουσθούμε.

Αν η προσευχή δεν καταλαμβάνει το κύριο μέρος της ζωής μας, ο πνευματικός μας θάνατος είναι βέβαιος.

Ψυχρή προσευχή σημαίνει υπερηφάνεια.

Δεν είναι δυνατόν να γίνει καθαρή προσευχή, αν ο άνθρωπος είναι κυριευμένος από σαρκικά πάθη κι αν μέσα του έχει μνησικακία εναντίον οποιουδήποτε.

Ο Θεός απαντά στην προσευχή μας με πολλούς τρόπους. Κάποτε απαντά και με γεγονότα, που τα νομίζουμε συμπτώσεις, ενώ στην πραγματικότητα δεν είναι συμπτώσεις, αλλά έργο της Θείας Του Πρόνοιας. Απαντά άλλες φορές και με μία αναπάντεχη έκβαση των γεγονότων. Απαντά ακόμα και με τη σιωπή Του, αν τούτο είναι το συμφέρον στην ψυχή μας.

Και μόνη η αναφορά στην προσευχή μας του Παναγίου Ονόματος του Θεού, της Υπεραγίας Θεοτόκου, των Μαρτύρων, των Οσίων και των Αγίων προξενεί σε μας μεγάλη χαρά, απερίγραπτη παρηγοριά, ειρήνη στην καρδιά.

Στα έργα μας, στα λόγια μας, στους λογισμούς μας να φαίνεται η πίστη μας.

Σε τι μπορούν να μας βλάψουν οι άνθρωποι, όταν μας αγαπά ο Θεός και προνοεί για μας;

Ο αθεόφοβος καταντά παίγνιο των δαιμόνων. Κυλιέται στα πάθη του και κατρακυλά σε κάθε είδους κακία. Θα φοβηθεί όμως τον Θεό την ώρα της Κρίσεως! Αλλά τότε δυστυχώς θά 'ναι πια πολύ αργά.

Όσο περισσότερο αγωνίζεσαι να αγαπάς τον Θεό, τόσο περισσότερο Αυτός σου αποκαλύπτεται!

Αυτός, που αγαπά τον πλησίον του με την αληθινή, τη σύμφωνη με το θέλημα του Θεού αγάπη, νοιώθει μέσα του απέραντη ειρήνη και χαρά. Αυτός, που "αγαπά" με την ψεύτικη, την επιφανειακή, την υποκριτική, τη σαρκική, τη φιλήδονη "αγάπη", νοιώθει μέσα του σύγχυση και ταραχή". Η αληθινή αγάπη είναι συνυφασμένη με πνεύμα ταπείνωσης, θυσίας και προσφοράς. Αυτός, που αγαπά σύμφωνα με το θέλημα του Θεού, θυσιάζει τις επιθυμίες του και την ανάπαυσή του χάριν αυτού που αγαπά. Η αγάπη, που δεν είναι σύμφωνη με το θέλημα του Θεού, συνδέεται με πνεύμα εγωϊσμού. Και αυτός που έχει τέτοια "αγάπη" αντί να θυσιάζεται για τον άλλο, όλο ζητά να θυσιάζεται ο άλλος γι' αυτόν.

Η αγάπη προς τον πλησίον μας δεν πρέπει να μένει μόνο στα λόγια, αλλά κυρίως να προχωρά στα έργα.

Η αληθινή αγάπη φωτίζει με υπερφυσικό φως το πρόσωπο αυτού, ο οποίος αγαπά. Το πρόσωπο εκείνου, ο οποίος μισεί, είναι συνοφρυωμένο και συννεφιασμένο, μέχρι και σκοτεινό.

Αποφθέγματα Γέροντος Γερμανού

Τούτη είναι η μεγάλη τελειότητα του ανθρώπου, το να νοιώσει την ατέλειά του.

Το μεγαλύτερο σφάλμα που μπορείς να πράξεις, είναι το να μη παραδεχτείς το σφάλμα σου.

Το αντίθετο της χαράς δεν είναι η λύπη, αλλά η απιστία!

Ο πολιτισμένος άνθρωπος έμαθε να πετά, ξέχασε όμως να περπατά με τον Θεό.

Ο άνθρωπος, που κινεί τον κόσμο, είναι ο άνθρωπος, τον οποίο δεν μπορεί να κινήσει ο κόσμος!

Το μυαλό του αργού ανθρώπου είναι το εργαστήρι του διαβόλου.

Ποιος είναι φτωχός; Αυτός, που έχει πολύ μεγάλες επιθυμίες. Και ποιος είναι πλούσιος; Αυτός, που η ψυχή του είναι ευχαριστημένη με τα λίγα, που έχει.

Υπάρχουν περιπτώσεις, που ο Θεός δεν ζητάει τίποτα άλλο από τα τέκνα του, παρά μόνο σιωπή, υπομονή και δάκρυα στην προσευχή!

Το να άρχης είναι η μεγαλύτερη τιμωρία!

Η προσευχή είναι το ευγενέστερο γνώρισμα του ανθρώπου.

Μια αμαρτία σπάνια παραμένει ...μία.

Ο φόβος του Θεού κάνει τον άνθρωπο ήρωα. Ο φόβος των ανθρώπων κάνει τον άνθρωπο δειλό.

Ο Σταυρός είναι η μόνη σκάλα, που φθάνει το κατώφλι τ' ουρανού.

Κάθε κτύπημα επάνω στο αμόνι της ζωής σε μορφοποιεί σε καλλιτέχνημα.

Κράτησε, Κύριε, γεμάτη την ψυχή μου με την ακαταμάχητη παρουσία σου!

Είναι αδύνατο να σε πιάσει η απελπισία, όταν θυμηθείς ότι βοηθός και ενισχυτής σου είναι ο Παντοδύναμος Θεός.

Μπορεί οι άνθρωποι να κάνουν χρήματα, όμως τα χρήματα δεν κάνουν ανθρώπους.

Σου είναι αδύνατο να μάθεις εκείνο, που νομίζεις ότι ήδη γνωρίζεις.

Το μυστικό της προσευχής είναι η μυστική προσευχή.

Είσαι τόσο μεγαλύτερος, όσο περισσότερη προσοχή δίνεις στα μικρά πράγματα.

Για να ελευθερωθούμε από κάθε άλλο φόβο, πρέπει να έχουμε μονάχα ένα φόβο, τον φόβο του Θεού.

Ο χαρακτήρας ορίζεται Σταυρικώς (κατά το σχήμα του Σταυρού) ως εξής: προς Βορράν από την Εγκράτεια, προς Νότον από την Εργατικότητα, προς Ανατολάς από την Ακεραιότητα και προς Δυσμάς από την Ευγένεια!

Γι' αυτόν, που ελπίζει στον Θεό, δεν υπάρχουν ποτέ αδιέξοδα.

Προσευχή χωρίς ελπίδα είναι καράβι χωρίς πυξίδα.

Αγάπα πιο πολύ αυτόν, που σε ελέγχει, παρά αυτόν, που σε κολακεύει. Ο πρώτος σε ωφελεί, ο δεύτερος σε ζημιώνει.

Θέλεις να εκδικηθείς αυτόν, που σε έβλαψε; Ευεργέτησέ τον!

Δεν υπάρχει χώρος παραμονής στην βασιλεία των ουρανών γι' αυτούς, που στην ψυχή τους δεν έχουν χώρο Αγάπης για τους εχθρούς τους.

Όπου Αγάπη, εκεί κι ο Θεός. Όπου μίσος, εκεί κι ο διάβολος.

Πιο πολύ να αγαπούμε αυτούς, που μας ελέγχουν, παρά αυτούς, που μας κολακεύουν.

Προσευχή χωρίς ταπείνωση, αυτομεμψία και μετάνοια, μένει ανενέργητη.

Χωρίς το ελατήριο της Αγάπης, δεν εξακοντίζεται η Προσευχή στον Ουρανό.

Αλίμονο, αν προσευχόμαστε μόνο με τα χείλη, κι η καρδιά μας είναι γεμάτη ακαθαρσίες και κακίες!

Αφού συνεχώς αμαρτάνουμε, γι' αυτό και συνεχώς να προσευχόμαστε!

Αν η Προσευχή δεν καταλαμβάνει το κύριο μέρος της ζωής μας, τότε ο πνευματικός μας θάνατος είναι βέβαιος.

Στις θλίψεις και τις δοκιμασίες, στους πειρασμούς και τους κινδύνους, τι πιο καλό υπάρχει από την προσευχή;

Ο ταπεινός θεωρεί τον εαυτό του "υποκάτω πάντων". Γι' αυτό τον λόγο όλους τους αγαπά, όλους τους συγχωρεί και προ παντός κανένα δεν κατηγορεί.

Οι φιλήδονοι καταντούν και αιρετικοί.

Νηστεία και Προσευχή, όταν πάνε μαζί, κάνουν θαύματα!

Γέροντας Αμφιλόχιος

Όποιος φυτεύει δέντρο, φυτεύει ελπίδα, ειρήνη, αγάπη και έχει τις ευλογίες του Θεού.

Η προσευχή χωρίς την αγάπη είναι σαν το πουλί που το βλέπεις καλό και όμορφο, αλλά δεν έχει φτερά και δεν μπορεί να πετάξει.

Η πραγματική αγάπη μοιάζει με τη φλόγα του κεριού. Όσα κεράκια κι αν ανάψεις, η αρχική φλόγα παραμένει ακέραια. Δεν λιγосτεύει καθόλου. Και κάθε νέο κεράκι έχει τόση φλόγα, όση και τα άλλα.

Αγάπησε τον Ένα για να σε αγαπήσουν όλοι. Θα σε αγαπούν όχι μόνο οι άνθρωποι, αλλά και αυτά τα άλογα ζώα, γιατί η Θεία Χάρη όταν βγαίνει έξω, ηλεκτρίζει και μαγνητίζει ό,τι βρει μπροστά της. Αλλά όχι μόνο θα σε αγαπούν, θα εικονίζεται το αγνό παρθενικό πρόσωπο Εκείνου, που θα αγαπάς και θα λατρεύεις.

Σε αμαρτωλό που εξομολογήθηκε είπε: "Αδελφέ, ξέχασε τις αμαρτίες σου, ο Χριστός μας τις διέγραψε από το βιβλίο της ζωής".

Για τα στάδια της ευχής, ο Γέροντας Αμφιλόχιος είπε: "Στην αρχή της ευχής ο άνθρωπος αισθάνεται χαρά, έπειτα γλυκύτητα και στο τέλος σαν καρπός έρχονται τα δάκρυα, διότι αισθάνεσαι πλέον την παρουσία του Θεού".

Γέροντας Ιωσήφ

Όλη τη νύχτα προσεύχομαι και φωνάζω: Κύριε ή σώσε όλους τους αδελφούς, ή σβήσε και μένα. Δεν θέλω τον Παράδεισο μόνος.

Όταν θέλετε να μάθετε το θέλημα του Θεού, να αφήνετε τελείως το δικό σας μαζί με κάθε άλλη σκέψη ή πρόγραμμα και με πολύ ταπείνωση να ζητάτε στην προσευχή σας την επίγνωση αυτού. Και ότι θα σχηματιστεί ή θα βαρύνει στην καρδιά σας, κάμετέ το και θα είναι κατά Θεόν. Οι έχοντες περισσότερη παρρησία και έξη στο να προσεύχονται γι' αυτό, ακούν μέσα τους ευκρινέστερα την πληροφορία και γίνονται προσεκτικότεροι στη ζωή τους και δεν κάνουν τίποτα χωρίς τη θεία πληροφορία.

Καθηγούμενος Ιεράς Μεγίστης Μονής Βατοπαιδίου Εφραίμ

Επειδή ο Θεός είναι πρόσωπο και όχι έννοια αφηρημένη, γεύεται με την καρδιά και δεν συλλαμβάνεται απλά με τον νου.

Αφού ο Θεός είναι αγάπη, άρα και η εικόνα Του, ο άνθρωπος είναι επίσης αγάπη.

Άνοιξε την καρδιά σου, και άφησέ την να μιλήσει ελεύθερα στο Θεό. Να πει ό,τι νοιώθει, σαν το μικρό παιδί που μιλά στο πατέρα του. Μαζί όμως με τη δική σου ατομική "καρδιακή" προσευχή, να λες πρώτα ύμνο στην Αγία Τριάδα με το "Δόξα Πατρί και Υιώ και Αγίω Πνεύματι, και νυν και αεί και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν". Να λες το "Πάτερ ημών..." και ακόμα να λες και αυτή την προσευχή στην Παναγία μας, την Κυρία Θεοτόκο και Αειπαρθένο Μαρία: "Θεοτόκε Παρθένε, Χαίρε Κεχαριτωμένη Μαρία, ο Κύριος μετα σου. Ευλογημένη συ εν γυναιξί, και ευλογημένος ο καρπός της κοιλίας σου, ότι Σωτήρα έτεκες των ψυχών ημών".

Αρχ. Αθανάσιος καθηγούμενος της Ιεράς Μονής Σταυροβουνίου

Ο Σταυρός είναι οι θλίψεις. Δεν είναι "φάγωμεν και πίωμεν".

Χριστιανισμός χωρίς Σταυρόν, είναι νόθος. Και δεν έχει Ανάστασιν.

Πρέπει να υπομείνωμεν τας εκουσίους θλίψεις του πνευματικού αγώνος και τας δοκιμασίας της ζωής, δια να σωθώμεν. "Εν τω κόσμω θλίψιν έξετε"(Ιω.16,33), είπεν ο Κύριος, αλλ' "ο υπομείνας εις τέλος, ούτος σωθήσεται" (Ματθ. 10,22). Όταν όμως μας έλθη μια δοκιμασία, ολίγοι την υπομένομεν.

Πρέπει να κάμνωμε εις όλα υπομονήν και να λέγωμεν: "Δόξα τω Θεώ, αι δοκιμασίαι αυταί είναι από τας αμαρτίας μας". Δεν πρέπει να γογγύζωμεν κατά του θεού. Ημείς εν τη ραθυμία μας επιθυμούμε να είμεθα πάντοτε "καλά", χωρίς δοκιμασίας και θλίψεις, διότι φρονούμεν ότι τάχα δια του τρόπου τούτου είναι και ο Θεός καλός μαζί μας! Αλλ' η προς ημάς αγάπη του Θεού και η ιδική

μας αγάπη προς Αυτόν εις τας δοκιμασίας, τας θλίψεις και τους πειρασμούς αναδεικνύεται, δοκιμάζεται, επαληθεύεται και επαυξάνεται!

Άς ευχαριστώμεν λοιπόν τον Θεόν δι' όλα, και ας αγωνισθώμεν δια γνησίας μετανοίας και επιστροφής να ευαρεστήσωμεν εις Αυτόν, δια να αξιωθώμεν και της ανεκφράστου χαράς της Βασιλείας Αυτού, πρεσβείαις της Υπερευλογημένης Θεοτόκου και πάντων των Αγίων. Αμήν!

Γέρο Δανιήλ στον Άθωνα

Μας κυνηγά ο Θεός να μας κερδίσει κι εμείς όλο του ξεγλυστράμε. Μας κυνηγά ο Θεός συνέχεια... Και 'μείς;

Αγιορείτης Γέροντας

Η ποσότητα της προσευχής θα φέρει την ποιότητα της προσευχής.

Παπά Φιλάρετος ο Κωνσταμονίτης

Άς προσέξουμε, να μην αφήνουμε το χωράφι της ψυχής μας χέρσο. Αν μείνει χέρσο, έπειτα δύσκολα καθαρίζεται και καλλιεργείται.

Την δικαιοσύνην διώκετε και τον αγιασμόν, ου χωρίς ουδείς όψεται τον Κύριον.

Εις άφρονος καρδιάν Θεός ουκ εισελεύσεται, εάν δε εισελεύσεται, ταχέως εξελεύσεται.

Νούς εκστάς της του Θεού θεωρίας ή δαιμονιώδης γίνεται ή κτηνώδης.

π. Γεράσιμος Μενάγιας

Πηγαίνω για να υποτάξω τον αντάρτη νου.

...Αλλά αφού το επέτρεψεν ο Θεός δια τας αμαρτίας μου, ας είναι το άγιον όνομά Του ευλογημένον...

Ο Θεός ως Πανάγαθος αφήνει να μας προσβάλλωσιν οι πειρασμοί (ουχί πέραν των δυνάμεών μας) αποβλέπων εις την ωφέλειαν της ψυχής μας. Άς παρακαλούμεν λοιπόν τον Κύριον να μας χαρίζει υπομονήν εις τας θλίψεις και να μας ενισχύει εις το να δυνάμεθα, ημείς τα αδύνατα όντα, να εκπληρώνωμεν τα πανάγιο αυτού θέλημα, το οποίον αείποτε αποβαίνει προς εξαγνισμόν των ψυχών μας...

Να προσεύχεσαι. Να προσεύχεσαι αδιαλείπτως με την μεγάλη ευχή: "Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησόν με!". Αλλά όταν λέγεις την ευχή αυτή, να προσέχεις σαν να περνά μαχαίρι την καρδιά σου.

Υπερήλικος μοναχός Αγίου Όρους

Άν η ευχή ΚΥΡΙΕ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ, λέγεται μέσα στην καρδιά, τότε τα μάτια

αρχίζουν να τρέχουν τα πρώτα καυτά δάκρυα. Όταν ευρισκόμαστε σε ησυχία και κρατήσωμε ελαφρά την αναπνοή μας, τότε ο νους μας μπορεί να εντοπίσει και να παρακολουθήσει τους κτύπους της καρδιάς. Όταν οι κτύποι αυτοί εντοπισθούν, τότε ο νους κοιτάζει στο σημείο που κτυπά η καρδιά και λέει εκεί μέσα το ΚΥΡΙΕ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ.

Οι πρώτες εμπειρίες που θα έχει, είναι τα καυτά δάκρυα και στην συνέχεια ότι άλλο θέλει ο Θεός.

Επειδή δε πάντοτε στο δρόμο της αρετής παραμονεύει και η πλάνη, είναι φρόνιμο να έχει κάποιος ένα γέροντα έμπειρο στην καρδιακή προσευχή για να τον συμβουλευτεί για ό,τι συναντήσει.

Γέροντας Μόδεστος της Ιεράς Μονής Κωνσταμονίου

Εάν δεν αισθανθούμε ότι όλοι οι άνθρωποι είναι αδέρφια μας και ότι εμείς είμεθα δικά τους αδέρφια, ποτέ δεν θα κατοικήσει το Άγιον Πνεύμα στην καρδιά μας. Ο Κύριος αγαπά όλους με την ιδίαν αγάπην. Και τον πιο αμαρτωλόν και τον πιο άγιον. Και η δική μας ψυχή πρέπει να αγκαλιάζει τους πάντας. Η αγάπη ανέχεται, υποχωρεί, υπομένει... "Ο Θεός αγάπη εστιν".

Ιερομόναχος Γαβριήλ

Γίνονται συνέχεια θαύματα από την Παναγία, οι μοναχοί έχουνε την Παναγία ως γιατρό, και αποφεύγουν να πάνε σε γιατρό. Παρακαλούν την Παναγία και η Παναγία τους θεραπεύει και όταν είναι δύσκολες περιπτώσεις, τους συστήνουν οι πατέρες να πάνε σε γιατρούς. Θέτουν πρώτα την ελπίδα τους στην Παναγία. Πολλοί είναι αυτοί που πηγαίνουν έξω στους γιατρούς, και δεν έχουν τόσο καλά αποτελέσματα, όσο αυτοί που μένουν στο Άγιο Όρος.

Το Κυριακό, ο κεντρικός ναός της σκήτης, είναι αφιερωμένο στην Αγία Άννα και μάλιστα υπάρχει και τεμάχιο από το πόδι της. Εκεί στην κεντρική εκκλησία υπάρχει το αριστερό ποδαράκι της Αγίας Άννας, της μητέρας της Παναγίας, της μητέρας μας. Το δώρισαν από το μοναστήρι του Χοζεβά, στους Αγίους Τόπους. Είναι άφθαρτο και κάνει πολλά θαύματα και ευωδιάζει. Έχουμε και την θαυματουργό εικόνα της Αγίας Άννας, η οποία κάνει και αυτή πολλά θαύματα, ειδικότερα για τα άτεκνα ζευγάρια. Κάνουμε Αγιασμό, παράκληση και τους δίνει αμέσως παιδιά. Το Κυριακό, η εκκλησία, είναι πολύ μεγάλη και οι μοναχοί τις Κυριακές, τις μεγάλες γιορτές, κάνουν αγρυπνίες, οι οποίες ξεκινούν, μία ώρα μετά το ηλιοβασίλεμα και τελειώνουν το πρωί δηλαδή διαρκούν δώδεκα ώρες.

Μωσέως Μοναχού Αγιορείτου

Ο Ευαγγελιστής Ιωάννης μιλά για το μέλλον της Εκκλησίας, περί των σημείων των καιρών, περί των εσχάτων, περί των πολλών και πυκνών κινδύνων των πιστών κι ίσως κάποιος τρομάξει, λιποψυχήσει και λιποτακτήσει. Αν, όμως παρατηρήσει καλά, θα δει ότι ο πάνσοφος, πανάγαθος και πανοικτίρμων Θεός δεν εγκαταλείπει τον κόσμο και δεν τον αφήνει να νικηθεί τελικώς από το κακό.

Αββάς Ησαΐας ο Αναχωρητής

Μη συνηθίζεις να κουβεντιάζεις για πράγματα, που δεν είδες με τα ίδια σου τα μάτια, σαν να τα έχεις δει. Μη βεβαιώνεις με πεποίθηση εκείνα, που έχεις μόνο ακούσει. Συνήθισε τη γλώσσα σου να λέει πάντα αλήθεια. Το ψέμα γεννιέται συχνά από τη επιθυμία να αρέσουμε στους ανθρώπους κι

απομακρύνει από την ψυχή το φόβο του Θεού.

Αββάς Μάρκος ο ασκητής

Το στόμα του ταπεινόφρονος λέγει πάντοτε αλήθεια.

Όποιος αντιλέγει στην αλήθεια, παίρνει τη θέση του δούλου, που ράπισε τον Κύριο.

Όποιος μπαίνει σε μυροπωλείο, έλεγε κάποιος γέροντας, κι αν ακόμη δεν αγοράσει κανένα άρωμα, βγαίνει έξω γεμάτος ευωδία. Το ίδιο συμβαίνει σ' εκείνους που συναναστρέφονται Αγίους ανθρώπους.

Παίρνει επάνω του το πνευματικό άρωμα της αρετής τους.

Ο Αββάς Παφνούτιος ασκήτευε σ' ένα απόμερο σπήλαιο δώδεκα μίλια μακριά από τη σκήτη των πατέρων. Είχε όμως τη συνήθεια να επισκέπτεται τη σκήτη δυο φορές το μήνα, για να ωφελείται από τη διδασκαλία τους. Τύπωσε μάλιστα βαθιά στη μνήμη του κι έλεγε αργότερα στους μαθητές του τον λόγο που του έλεγαν συχνότερα οι Γέροντες : "Όπου κι αν βρεθείς τέκνον, μη συγκρίνεις τον εαυτό σου με άλλο πρόσωπο, για να έχεις ανάπαυση στην ψυχή. Διαφορετικά, ο διάβολος μπορεί να σε ξεγελάσει και να νομίζεις ότι είσαι καλύτερος από τους άλλους".

Γεροντικό

Αν με καλή μετάνοια σηκωθείς από την πτώση σου, λέει κάποιος πατήρ στο γεροντικό, μη παύσης να λυπάσαι γι' αυτή και να στενάζεις ως το τέλος της ζωής σου. Αλλιώς κινδυνεύεις να ξαναπέσεις στην ίδια αμαρτία. Η κατά Θεόν λύπη είναι χαλινάρι της ψυχής. Την συγκρατεί από πολλά παραστρατήματα.

Όταν πρόκειται ν' αρχίσεις ένα οποιοδήποτε έργο, συμβουλεύει κάποιος γέροντας, κάνε ευσυνείδητα αυτή την ερώτηση στον εαυτό σου: "Αν αυτή τη στιγμή μ' επισκεφθεί ο Κύριός μου, τι γίνεται;". Πρόσεχε ν' ακούσεις καλά τι θα σου αποκριθεί η συνείδησίς σου. Αν σε αποδοκιμάζει, παράτησε ευθύς εκείνο που είχες αποφασίσει να κάνεις, και άρχισε κάποιο άλλο, που θα το επιδοκιμάζει, για να τελειώσεις θαρρετά.

Ο εργάτης της αρετής πρέπει να είναι κάθε στιγμή έτοιμος να αντικρύσει ήρεμα τον θάνατο.

Άλλος σοφός Πατήρ συμβουλεύει:

Μη συνηθίζεις να ελέγχεις τον αδελφό σου για τις πράξεις του, αλλά μόνον τον εαυτό σου για τις δικές του και να θυμάσαι κάθε στιγμή πως είσαι υπόλογος γι' αυτές. Τότε θα γεννηθεί στην ψυχή σου ο θείος φόβος.

Αν δε νοιώθεις ποτέ να κατανύγεται η ψυχή σου, όταν προσεύχεσαι ή όταν μελετάς τον λόγο του Θεού, έλεγε σ' ένα νέο κάποιος Γέροντας, πρέπει να γνωρίζεις πως πάσχεις ή από κενοδοξία ή από φιληδονία. Αυτά τα δύο θηρία διώχνουν από τον άνθρωπο την κατάνυξη.

Ο χριστιανός, που θυμάται να συνομιλήσει με τον Θεόν μόνον όταν φθάσει η ορισμένη ώρα της προσευχής, δεν έχει ακόμη μάθει να προσεύχεται, λέει ένας από τους Πατέρας.

Ακοή αντί ακοής λαμβάνομε, λέγει κάποιος Πατήρ. Και εξηγεί: "Ακούει ο Θεός την προσευχή εκείνου που υπακούει στο θέλημά Του".

Τρία πράγματα είναι απαραίτητα για την καλλιέργεια της ψυχής: Πρώτον, η ησυχία, δεύτερον, η προσευχή και τρίτον η αυτογνωσία. Αυτή η τελευταία επιτυγχάνεται, όταν μάθει ο άνθρωπος να μη προσέχει τα σφάλματα του άλλου, παρά μόνο τα δικά του. Αν επιμένει σ' αυτά, δε θ' αργήσει να καρποφορήσει η ψυχή σ' όλες τις άλλες αρετές.

Αββάς Σαρματίας

Προτιμώ άνθρωπο αμαρτωλό, που αναγνωρίζει το σφάλμα του και ταπεινώνεται, παρά ενάρετο με αυταρέσκεια.

Αββάς Ιωάννης ο Κολοβός

Τι ανόητοι που είμεθα εμείς οι άνθρωποι! Πετάμε μακριά το ελαφρότερο φορτίο, την παραδοχή του λάθους μας και το "συγχώρεσέ με", και φορτωνόμαστε το πιο βαρύ, τη δικαιολογία.

Αββάς Νείλος

Πραγματική Βυζαντινή μουσική είναι εκείνη που τα πάθη κατευνάζει και την ακρασίαν του σώματος ηρεμείν απεργάζεται.

Αββάς Ησαΐας ο Αναχωρητής

Όποιος κατορθώνει να λέγει κάθε μέρα στον εαυτό του "σήμερα είναι η τελευταία ημέρα της ζωής μου", ουδέποτε θ' αμαρτήσει θεληματικά προς τον Θεό.

Αββάς Ποιμήν

Για να διδάξει κανείς τον άλλον, πρέπει ο ίδιος να είναι υγιής ψυχικά και απαθής.

Η μετάνοια είναι η μη επανάληψις της ίδιας αμαρτίας.

Όταν αποφεύγει ο άνθρωπος τις πολλές κουβέντες, τις διαμάχες, την ταραχή και την σύγχυση, το Άγιον Πνεύμα επισκιάζει την ψυχή του και τότε, όσο στείρα κι' αν είναι, θα βλαστήσει καρπούς πνευματικούς.

Αββάς Παύλος

Νοιώθω τον εαυτό μου διαρκώς βυθισμένο μέσα στη λάσπη της αμαρτίας ως το λαιμό, έλεγε με ταπεινοφροσύνη ο Αββάς Παύλος, και κλαίω, φωνάζοντας στον Ιησού μ' όλη τη δύναμη της καρδιάς μου: "Κύριε, ελέησόν με".

Αββάς Υπερέχιος

Όποιος δεν κατορθώνει να συγκρατεί τη γλώσσα του, όταν θυμώνει, είναι ανίκανος να συγκρατήσει και όλα τα άλλα πάθη.

Αββά Σισώη

Εάν έπεσες σήκω... Εώς ότου σε βρει ο θάνατος ή στην πτώση ή στην έγερση. Δεν είναι γραμμένο "όπου ευρώ σε εκεί και κρινώ σε"; Μόνο εύχου στον Θεό να βρεθείς την τελευταία σου στιγμή σηκωμένος με την αγία μετάνοια.

Code:

Πηγή:

Δικτυακός τόπος I.N. Αγίου Παύλου Λίλλης Βορείου Γαλλίας