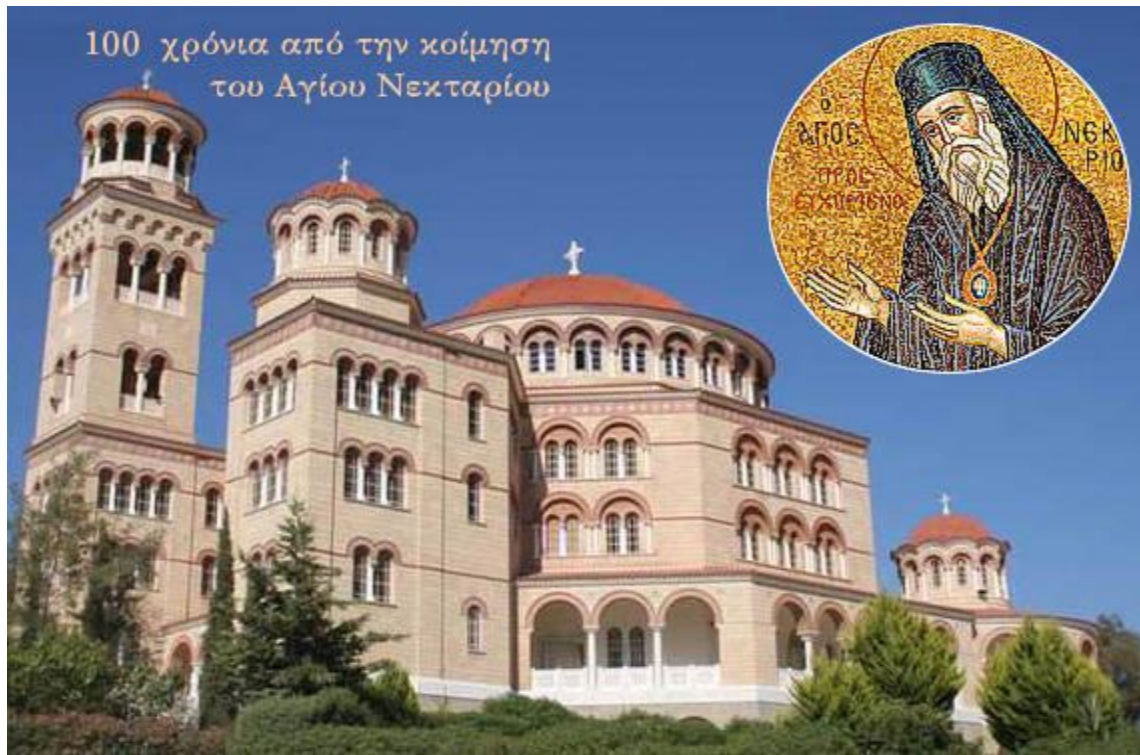


# Άγιος Νεκτάριος : Συστάσεις για την πνευματική ζωή.

Άγιος Νεκτάριος Πενταπόλεως.



Σας συνιστώ να έχετε σε όλα διάκριση και φρόνηση. Να αποφεύγετε τα άκρα. Οι αυστηρότητες συμβαδίζουν με τα μέτρα της αρετής. Αυτός που δεν έχει μεγάλες αρετές και συναγωνίζεται με τους τέλειους, θέλοντας να ζει με αυστηρότητα, όπως οι άγιοι ασκητές, αυτός κινδυνεύει να υπερηφανευθεί και να πέσει. Γι' αυτό να πορεύεσθε με διάκριση και να μην εξαντλείτε το σώμα με υπέρμετρους κόπους. Να θυμάστε πως η άσκηση του σώματος απλώς βοηθάει την ψυχή να φτάσει στην τελειότητα· η τελειότητα κατορθώνεται κυρίως με τον αγώνα της ψυχής.

Μην τεντώνετε περισσότερο από το μέτρο τη χορδή. Να ξέρετε ότι ο Θεός δεν εκβιάζεται στις δωρεές Του. Δίνει, όταν αυτός θέλει. Ό,τι παίρνουμε, το παίρνουμε δωρεάν από το θείο έλεος.

Μη ζητάτε να φτάσετε ψηλά με μεγάλες ασκήσεις χωρίς να έχετε αρετές, γιατί κινδυνεύετε να πέσετε σε πλάνη για την έπαρση και την τόλμη σας. Όποιος επιζητεί θεία χαρίσματα και υψηλές θεωρίες, ενώ είναι ακόμα φορτωμένος με πάθη, αυτός, σαν ανόητος και υπερήφανος, πλανιέται. Πρώτα απ' όλα οφείλει ν' αγωνιστεί για την κάθαρσή του. Η θεία χάρη στέλνει

τα χαρίσματα σαν αμοιβή σ' όσους έχουν καθαριστεί από τα πάθη. Τους επισκέπτεται χωρίς θόρυβο και σε ώρα που δεν γνωρίζουν.



Οι πειρασμοί παραχωρούνται για να φανερωθούν τα κρυμμένα πάθη, να καταπολεμηθούν κι έτσι να θεραπευθεί η ψυχή. Είναι και αυτοί δείγμα του Θεού ελέους. Γι' αυτό άφησε μ' εμπιστοσύνη τον εαυτό σου στα χέρια του Θεού και ζήτησε τη βοήθειά Του, ώστε να σε δυναμώσει στον αγώνα σου.

Η ελπίδα στο Θεό δεν οδηγεί ποτέ στην απελπισία. Οι πειρασμοί φέρνουν ταπεινοφροσύνη. Ο Θεός ξέρει την αντοχή του καθενός μας και παραχωρεί τους πειρασμούς κατά το μέτρο των δυνάμεών μας. Να φροντίζουμε όμως κι εμείς να είμαστε άγρυπνοι και προσεκτικοί, για να μη βάλουμε μόνοι μας τον εαυτό μας σε πειρασμό.

Εμπιστευθείτε στο Θεό τον Αγαθό, τον Ισχυρό, τον Ζώντα, και Αυτός θα σας οδηγήσει στην ανάπαυση. Μετά τις δοκιμασίες ακολουθεί η πνευματική χαρά. Ο Κύριος παρακολουθεί όσους υπομένουν τις δοκιμασίες και τις θλίψεις για τη δική Του αγάπη. Μη λιποψυχείτε λοιπόν και μη δειλιάζετε.

Δεν θέλω να θλίβεστε και να συγχύζεστε για όσα συμβαίνουν αντίθετα στη θέλησή σας, όσο δίκαιη και αν είναι αυτή. Μια τέτοια θλίψη μαρτυρεί την ύπαρξη εγωισμού. Προσέχετε τον εγωισμό που κρύβεται κάτω από τη μορφή του δικαιώματος. Προσέχετε και την άκαιρη λύπη που δημιουργείται μετά από έναν δίκαιο έλεγχο.

Η υπερβολική θλίψη για όλα αυτά είναι του πειρασμού. Μία είναι η αληθινή θλίψη. Αυτή που δημιουργείται, όταν γνωρίσουμε καλά την άθλια κατάσταση της ψυχής μας. Όλες οι άλλες θλίψεις δεν έχουν καμιά σχέση με τη χάρη του Θεού.

Φροντίζετε να περιφρουρείτε στην καρδιά σας τη χαρά του Αγίου Πνεύματος και να μην επιτρέπετε στον πονηρό να χύνει το φαρμάκι του. Προσέχετε! Προσέχετε, μήπως ο παράδεισος που υπάρχει μέσα σας μετατραπεί σε κόλαση.



Η πνευματική σας εργασία να είναι η εξέταση της καρδιάς σας. Μήπως φωλιάζει σ' αυτήν σαν φαρμακερό φίδι η υπερηφάνεια, το πάθος που γεννάει πολλά κακά, που απονεκρώνει κάθε αρετή, που δηλητηριάζει τα πάντα. Σ'

αυτή την εωσφορική κακία πρέπει να στραφεί όλη σας η φροντίδα. Μέρα και νύχτα να σας γίνει έργο αδιάλειπτο η έρευνά της.

Θα είναι αλήθεια, νομίζω, αν πω ότι όλη η πνευματική μας φροντίδα συνίσταται στην αναζήτηση και εξόντωση της υπερηφάνειας και των παιδιών της. Αν απαλλαγούμε απ' αυτήν και θρονιάσουμε στην καρδιά μας την ταπεινοφροσύνη, τότε έχουμε το παν. Γιατί όπου βρίσκεται η αληθινή κατά Χριστόν ταπείνωση, εκεί βρίσκονται μαζεμένες και όλες οι άλλες αρετές που μας υψώνουν ως το Θεό.

**Από το βιβλίο: Η ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ, τόμος Γ', Ι. Μ. Παρακλήτου, σελ. 19, 14, 20.**

**Πηγή :** <https://www.koinoniaorthodoxias.org/>