

Γενικές πνευματικές συμβουλές

[Ορθοδοξία](#) / [Θεολογία](#) / [Θρησκευτική ζωή](#)



1. Τη συμπεριφορά μας να τη στολίζει το μέτρο. Χωρίς το μέτρο, ακόμη κι αυτά, πού θεωρούνται ως καλά, καταντούν βαρετά και βλαβερά.



2. Δεν μπορείς να νικήσης την αμαρτία, αν δεν φύγης από τα αίτια, πού τη γεννούν. Και τα κυριώτερά της αίτια είναι: Η πολλή ανάπαυση, η καλοπέραση, τα χρήματα, η συναναστροφή με το άλλο φύλο, το ποτό κ.λ.π. Όχι πώς αυτά καθεαυτά είναι αμαρτία, αλλά η κακή χρήση αυτών των πραγμάτων εύκολα μας παρασύρει προς την αμαρτία. Για τούτο ο άνθρωπος πρέπει να προσέχη από όλ' αυτά. Είπε κάποιος: «Μή χορτάσης ψωμί, και δεν θα επιθυμήσης κρασί». Αυτό θέλει να 'πή ότι η πτώση σ' ένα πάθος οδηγεί σε πτώση και σ' άλλο πάθος.

3. Το ουσιαστικά μοναδικό κακό στον άνθρωπο είναι μόνον η αμαρτία. Να φοβάστε την αμαρτία. Αυτόν, πού φοβάται τις αμαρτίες, τον φυλάττει ο Θεός στον δρόμο της ζωής του. Κι αν συμβή και σκοντάψη σε κάποιο σφάλμα, τον προφθάνει όμως ο Κύριος και τον βοηθεί σύμφωνα με το μεγάλο Του έλεος!

4. Αυτά, πού λέγεις, κι αυτά, πού στοχάζεσαι στη διάρκεια της ημέρας, γεννούν ανάλογα όνειρα στη διάρκεια της νύκτας. Αν όλη την ημέρα προσεύχεσαι και κάνης καλούς λογισμούς, θα 'χης ύπνο ήρεμο και όνειρα καλά. Αν όλη την ημέρα αργολογής και συγκατατίθεσαι στους αμαρτωλούς λογισμούς, θα 'χης και ύπνο άσχημο, μαζί και πειρασμούς.

5. Τέλεια αμαρτία είναι, όταν τη διαπράττη κανείς και με τον λογισμό και με το σώμα. Κατά το ήμισυ αμαρτία είναι, όταν αφήνης τον λογισμό μόνο να σκέφτεται την αμαρτία. Αλλ' όμως δεν μένει ατιμώρητος ούτε κι αυτός, πού, έστω και κατά διάνοιαν μόνο, αμαρτάνει.

6. Αυτό είναι ο άορατος πόλεμος: Το να πολεμά ο άνθρωπος να νικά την αμαρτία από το στάδιο των λογισμών, οπότε ασφαλώς θα αποφεύγη και τις αμαρτωλές πράξεις.

7. Η αγάπη μαζί με την ταπείνωση είναι οι δύο φτερούγες, τις οποίες, αν αποκτήσουμε, γινόμαστε «ως αετοί υπόπτεροι», και μπορούμε να φθάσουμε μέχρι τους επτά ουραμούς! Για τούτο να μή αμελούμε τον αγώνα γι' αυτές τις δύο κορυφαίες αρετές.

8. Πρέπει πάντοτε να έχωμε μνήμη Θεού. Και ο,τι πρόκειται να κάνουμε, η να ειπούμε, η να σκεφτούμε πρέπει να ερωτούμε τον εαυτό μας: «Αρέσει αυτό στον Θεό; Είναι καλό;» Και η φωνή του Θεού, η συνείδηση, θα μας απαντήσει μέσα μας αν είναι καλό η όχι. Γι' αυτό και τώρα, πού αρχίζετε τον πνευματικό αγώνα, να βάλετε καλή αρχή, για να είναι και το τέλος καλό.

Πηγή: Αρχιμανδρίτου Αθανασίου Καθηγουμένου Ιεράς Μονής Σταυροβουνίου, Ο Γέρων Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982), Φως ιλαρόν και μυστικόν στη σκοτοδίνη των σύγχρονων καιρών, Έκδοσις Ιεράς Μονής Σταυροβουνίου, Λευκωσία - Κύπρος, β' έκδοση, Οκτώβριος 2000

<http://bit.ly/12lplwe>