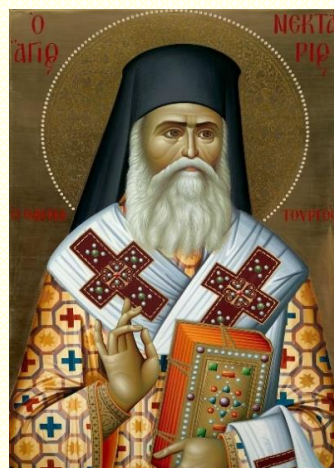


ΑΠΟΣΤΑΓΜΑΤΑ ΟΜΙΛΙΩΝ

ΤΟΜΟΣ Ε΄

(2017-2020)



Λόγοι επιλεγμένοι από τις πνευματικές ομιλίες του π. Βαρνάβα Γιάγκου
Επιμέλεια (επιλογή & επεξεργασία λόγων): Παναγιώτης Ντάτζης, εκπαιδευτικός
Θεσσαλονίκη, Δεκέμβριος 2017

09 - 10 - 2017

- Ο ελεήμονας, αν δεν υπερβεί τα όρια της δικαιοσύνης του, δεν είναι τέλειος ελεήμονας. Ο τέλειος-αληθινά ελεήμονας είναι αυτός ο οποίος ελεεί ακόμα και αυτούς που τον αδικούν. (Άγιος Ισαάκ ο Σύρος)
- Χωρίς τη χάρη του Θεού δεν μπορούμε να καταφέρουμε τίποτα καλό. Μόνο με τη χάρη του Θεού γινόμαστε δυνατοί, αποτελεσματικοί και αληθινοί άνθρωποι. Στο χέρι μας είναι να ελκύσουμε αυτή τη μεταμορφωτική χάρη.
- Για να μπορέσει κάποιος με χαρά να συγχωρήσει αυτόν από τον οποίο αδικήθηκε, ή τρελός πρέπει να είναι ή άγιος. Εμείς τι τελικά θέλουμε; Να διεκδικήσουμε τα δικά μας μέσα στη μιζέρια μας ή να γίνουμε θεότρελοι; (με την καλή έννοια)
- Να έχουμε τέτοιο πλούτο μέσα μας που να είμαστε ελεύθεροι από την έννοια της αδικίας από άλλους.
- Η ύπαρξη λογισμών μέσα μας είναι μεγάλη ταλαιπωρία και αιχμαλωσία.
- Το δίκαιο είναι εχθρός της αγάπης και της αληθινής σχέσης. Αυτό είναι που σκοτώνει την αγάπη.
- Συνήθως οι άνθρωποι του δικαίου είναι στεγνοί και σκληροί άνθρωποι. Είναι μεν οι ίδιοι εντάξει, για να μην εκτίθενται, αλλά απαιτούν και από τους άλλους να είναι εντάξει. Και δεν κατανοούν ότι όλοι είμαστε αμαρτωλοί και καθημερινά αμαρτάνουμε.
- Αν λίγο έχουμε γευτεί το έλεος του Θεού, δεν μπορούμε να απαιτούμε δικαιοσύνη από τους άλλους, παρά μόνο τους συγχωρούμε και τους αγαπάμε.
- Ο αληθινά ελεήμονας όχι μόνο δίνει στον αδελφό του αυτό που εκείνος έχει ανάγκη αλλά και συμπάσχει μαζί του.
- Η προσπάθειά μας για πνευματική ζωή αρχίζει από το σπίτι μας και τον χώρο της εργασίας μας, δηλαδή από το πώς βλέπουμε αυτούς που είναι περισσότερο κοντά μας.
- Να μην κατηγορούμε συνεχώς και υπερβολικά τον εαυτό μας, γιατί έτσι αδυνατίζουμε ψυχικά. Άλλωστε αυτό κρύβει εγωισμό και δεν είναι μετάνοια.
- Να μην είμαστε απαιτητικοί από τους άλλους. Δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι τον ίδιο χαρακτήρα και την ίδια κράση.
- Να μην δημιουργούμε προσδοκίες από τους άλλους και να μην παραπονιόμαστε. Να έχουμε αρχοντιά και λεβεντιά.
- Θα μπορέσουμε να καταλάβουμε τον άλλον, μόνο αν προηγουμένως καταλάβουμε τον εαυτό μας, καταλάβουμε ποιοι είμαστε και πού ανήκουμε.
- Η δικαιοσύνη μπορεί να σταθεί, μόνο αν έχει και αγάπη. Στον ευαγγελικό λόγο η δικαιοσύνη εμπεριέχει την αγάπη.
- Ο άγιος έχει εμπειρία του Θεού, έχει βιώσει τη χάρη του Θεού. Γι' αυτό και ο λόγος του δεν είναι κατασκευάσμα του μυαλού του αλλά είναι περιγραφή της εμπειρίας που του χαρίστηκε.

- Ποτέ να μην απογοητευόμαστε και πάντα να πιστεύουμε στο έλεος του Θεού. Αυτή η στάση μας απέναντι στις δυσκολίες είναι μεγάλο όπλο και μεγάλη νίκη.
- Όταν προσπαθούμε να κάνουμε κάτι το οποίο μας υπερβαίνει αλλά δεν απογοητευόμαστε, τότε ο Θεός συγκινείται και κάνει τα υπόλοιπα.
- Ένας πολύ ζορισμένος άνθρωπος, ακόμη κι όταν δεν προσεύχεται, αν υπομένει και δεν απογοητεύεται, αυτό είναι προσευχή.
- Του Θεού είναι αυτό που φέρνει ειρήνη στην καρδιά μας και που μας αναπτερώνει, για να μπορούμε να προχωρούμε.
- Ο αληθινά ελεήμονας δεν είναι καρπαζοεισπράκτορας. Ξέρει με σοφία να προστατεύει τον εαυτό του και το κάνει.
- Ο άνθρωπος της προσευχής είναι πανέξυπνος. Ο διάβολος δεν είναι καθόλου έξυπνος, είναι πονηρός.
- Η βαθιά γνώση του εαυτού είναι πρωταρχική υποχρέωση του ανθρώπου, γιατί ο άνθρωπος είναι φτιαγμένος για να γίνει όμοιος με τον Θεό. (Άγιος Νεκτάριος)
- Δίχως την επίγνωση του εαυτού του ο άνθρωπος πλανιέται μέσα στις ίδιες του τις σκέψεις, κυριολεκτικά αιχμαλωτίζεται από ποικίλα πάθη, τυραννιέται από ορμητικές επιθυμίες, καταγίνεται με πολλά και μάταια. Διανύει ζωή όχι ομαλή αλλά άτακτη και πολυπράγμονη. Σφάλλει σε όλα. (Άγιος Νεκτάριος)
- Το μεγάλο μας πρόβλημα είναι ότι δεν έχουμε επίγνωση του εαυτού μας και κατεύθυνση. Ζούμε ενστικτωδώς και ζωδώς. Γι' αυτό και όλα τα κάνουμε λάθος.
- Όποιος αγνοεί τον εαυτό του αγνοεί και τον Θεό. Αυτός δε που αγνοεί τον Θεό αγνοεί ολότελα την αλήθεια και τη φύση των πραγμάτων. (Άγιος Νεκτάριος)
- Αν δεν γνωρίζεις τον εαυτό σου και αγνοείς τον Θεό, δεν μπορείς να γνωρίζεις τι είναι ο άλλος για σένα, και πολύ περισσότερο ο σύντροφός σου.
- Ο άνθρωπος που δεν γνωρίζει τον εαυτό του δεν ξέρει τι του γίνεται. Επειδή δεν έχει αναφορά στον Μεγάλο, θέλει ο ίδιος να υποκρίνεται με υπερηφάνεια τον μεγάλο. Και όταν μιλάει, αποκαλύπτεται η ανοησία του. (Άγιος Νεκτάριος)
- Όποιος δεν γνωρίζει τον εαυτό του, πάντοτε αμαρτάνει προς τον Θεό και έτσι απομακρύνεται περισσότερο από Αυτόν. Διότι δεν γνωρίζει τη φύση των πραγμάτων και πώς στ' αλήθεια έχουν αυτά καθαυτά. Είναι ανήμπορος να τα εκτιμήσει και να διακρίνει τα ευτελή από τα πολύτιμα, τα άξια από αυτά που δεν έχουν αξία και τα τίμια από εκείνα που στερούνται τιμής. Έτσι φθείρεται, εκδαπανάται στα μάταια και μηδαμινά, ενώ δεν νοιάζεται για τα αιώνια και τιμιότατα, όντας πραγματικά αδιάφορος γι' αυτά. (Άγιος Νεκτάριος)
- Στον άνθρωπο έχει εμφυτευτεί η δυνατότητα να γνωρίσει τον εαυτό του. Έχει αυτή τη δυνατότητα, αφού γεννήθηκε ως ζωντανή ύπαρξη με νου, ικανή να διακρίνει το καλό από το κακό, έχοντας ελεύθερη βούληση αλλά και τη δυνατότητα για γνώση. Ο Θεός, δημιουργώντας τον άνθρωπο τον έπλασε κατ' εικόνα Του, για να μπορέσει να Τον αναζητήσει, να Τον

προσεγγίσει, να Τον γνωρίσει και να Τον αγαπήσει. Αυτές οι δυνάμεις δόθηκαν πλουσιοπάροχα από τον Θεό. Αποτελούν ένα ιδιαίτερο γνώρισμα του ανθρώπου και βαθιά μέσα του αισθάνεται την ανάγκη να τις ακολουθεί. Ωστόσο, για να γνωρίσει ο άνθρωπος τον Θεό, οφείλει προηγουμένως και να γνωρίσει καλά τον εαυτό του. (Άγιος Νεκτάριος)

- Μόνο αν αποκτήσω επίγνωση του εαυτού μου, θα αποκτήσω επίγνωση του τι είναι βαθύτερα ο άλλος και του τι είναι ο άλλος για μένα.
- Η βασική προϋπόθεση για να γνωρίσουμε τον εαυτό μας είναι το να θελήσουμε να τον ερευνήσουμε. Οι ηθικές δυνάμεις δίχως τη θέληση μένουν ανενεργές και δεν μπορούν να φέρουν σε επίγνωση αυτόν που τις κατέχει. (Άγιος Νεκτάριος)
- Η δύναμη της θέλησης υπερνικά τα εμπόδια και κατορθώνει τα πάντα, εφόσον ενισχύεται από τη λογική σκέψη και το αυτεξούσιο. Τότε το θέλω γίνεται μπορώ.
- Αυτός που γνωρίζει τον εαυτό του καταλαβαίνει καλά τα καθήκοντα προς τον εαυτό του, προς τον πλησίον του και προς τον Θεό.
- Αν έχουμε αναφορά πνευματική και έχουμε πονέσει στην αναζήτηση του Θεού, μόνο τότε μπορούμε να καταλάβουμε τι είναι η χάρη του Θεού.
- Ο Θεός μάς απαντά ή από έναν χαζό, ή από ένα μικρό παιδί, ή από έναν πονεμένο.
- Σε μια σχέση, αν τα μέλη της δεν έχουν επίγνωση ζωής, αναφορά ζωής, κριτήρια ζωής, τότε αυτή η σχέση είναι καταδικασμένη ή στο διαζύγιο ή στον καναπέ.
- Δεν είμαστε εγκλωβισμένοι ούτε στις ορμόνες μας ούτε στα κόμπλεξ μας. Με τη χάρη του Θεού, είμαστε ελεύθεροι.
- Χωρίς την γνώση του εαυτού μας, δεν έχουμε δυνατότητα ζωής. Στον βαθμό που γνωρίζουμε τον εαυτό μας, ανοίγεται και ο ορίζοντάς μας για μια αληθινή ζωή που αξίζει να τη ζούμε.

16 - 10 - 2017

- Με την αμάθεια ή την ημιμάθεια του εαυτού μας οδηγούμαστε σε λάθος δρόμους και στην υπερηφάνεια ότι δήθεν τα γνωρίζουμε όλα.
- Με τον τρόπο που βλέπουμε τον εαυτό μας, με τον ίδιο τρόπο θα βλέπουμε και τον άλλον. Αν π.χ. βλέπουμε τον εαυτό μας με επιπολαιότητα, με επιπολαιότητα θα βλέπουμε και τον άλλον. Αντίθετα, αν πραγματικά αγαπάμε και σεβόμαστε τον εαυτό μας, θα αγαπάμε και θα σεβόμαστε και τον άλλον.
- Αυτογνωσία είναι η γνώση της καρδιάς μας, η βαθιά γνώση της ύπαρξής μας.
- Η άγνοια, η αβουλία και η απερισκεψία είναι οι αδιάλλακτοι και άσπονδοι εχθροί μας, που καθημερινά μας ποτίζουν με πολλές θλίψεις. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο πνευματικός μάς δείχνει τον Χριστό. Δεν καταργεί την προσωπική μας ευθύνη. Δεν αποφασίζει αυτός για μας.
- Όταν απαιτούμε να γίνεται το θέλημά μας, δεν διαφέρουμε από ένα νήπιο που είναι στην

κούνια του και κλαίει για το γαλατάκι του ή από ένα παιδάκι που τραβάει το φουστάνι της μαμάς του για να του αγοράσει κάτι.

- Στην απαίτησή μας να γίνεται το θέλημά μας κρύβεται η φιλαυτία, που είναι η άλογη-παράλογη αγάπη προς τον εαυτό μας.
- Σύμφωνα με τους Πατέρες, η φιλαυτία είναι η ρίζα κάθε κακού, κάθε αμαρτίας.
- Η φιλαυτία εξάπτει τη ζήλια, τον ανταγωνισμό, την κατάκριση, την καχυποψία.
- Όταν μας έρχεται ένας λογισμός, να ψάχνουμε μέσα μας την αιτία του, δηλαδή ποιο θέλημα τον δημιούργησε.
- Η δημιουργία λογισμών κρύβει αρρώστια πνευματική, την οποία οφείλουμε να βρούμε και να θεραπεύσουμε.
- Η μετάνοια δεν είναι απλά ένα ξεφόρτωμα των ενοχών μας. Είναι μια διαδικασία που καταλήγει στη θεραπεία του ανθρώπου από τα πάθη του. Μόνο όμως αν βρούμε την αιτία του προβλήματος μπορούμε να έχουμε αληθινή μετάνοια.
- Να μπορούμε πίσω από τα γεγονότα να αντιλαμβανόμαστε το βαθύτερο γεγονός και εκεί να επιμένουμε. Αυτό όμως μπορεί να γίνει, μόνο αν ξεκινήσουμε από τον εαυτό μας, μόνο αν κάνουμε δουλειά με τον εαυτό μας και είμαστε σε διαρκή εγρήγορση.
- Όταν συναντάμε κάποιον, να μην μένουμε στα εξωτερικά αλλά να βλέπουμε την καρδιά του. Και ο χειρότερος εξωτερικά άνθρωπος κάτι καλό έχει μέσα του, το οποίο οφείλουμε να ενεργοποιήσουμε.
- Η ενεργοποίηση του καλού είναι η δουλειά της Εκκλησίας και όχι η επισήμανση του κακού. Το δεύτερο είναι εύκολο και μπορεί να το κάνει ο καθένας.
- Πολλοί γονείς ξοδεύουν ενέργεια με τα άγχη τους για τα παιδιά τους και δεν αποφασίζουν να γνωρίσουν ποιοι είναι οι ίδιοι, να αποκτήσουν επίγνωση του εαυτού τους, ώστε να μπορούν να αντιλαμβάνονται την κατάσταση των παιδιών τους και να τα βοηθούν ουσιαστικά.
- Το να γνωρίσουμε καλά τον εαυτό μας είναι κάτι πολύ δύσκολο και απαιτεί συντονισμένη φροντίδα και πολλή επιμέλεια. (Άγιος Νεκτάριος)
- Το να γνωρίζεις τον εαυτό σου σε βάθος είναι το δυσκολότερο όλων. Γιατί όπως ο οφθαλμός βλέπει προς τα έξω και ο ίδιος δεν μπορεί να δει τον εαυτό του, έτσι και ο νους μας, ενώ διακρίνει τόσο καθαρά τα αμαρτήματα των άλλων, αργεί να καταλάβει τα δικά του. (Μέγας Βασίλειος)
- Η ψυχολογική γνώση του άλλου για την εκμετάλλευσή του και την κυριαρχία μας επάνω του είναι πνευματικό ολίσθημα.
- Το πώς χρησιμοποιούμε την ψυχολογική γνώση του άλλου, για να τον εκμεταλλευτούμε ή για να τον βοηθήσουμε ουσιαστικά, δείχνει το αν η δική μας ύπαρξη έχει ποιότητα ή όχι.
- Πολλοί κοινωνικά καταξιωμένοι άνθρωποι έχουν ένα μεγάλο υπαρξιακό κενό, που είναι η απουσία του Θεού από τη ζωή τους.

- Όταν είμαστε συνδεδεμένοι αγαπητικά με τον Θεό, δεν μπορούμε παρά να είμαστε συνδεδεμένοι αγαπητικά και με τους ανθρώπους. Γιατί ο ίδιος ο Θεός μάς δίνει την ώθηση.
- Το να πηγαίνει κάποιος τακτικά στην εκκλησία μπορεί να μην σημαίνει και τίποτα για την πνευματική του κατάσταση, αν αυτό το κάνει τυπικά και δεν κάνει δουλειά με τον εαυτό του.
- Ο πνευματικός άνθρωπος είναι εργατικός και έχει μέριμνες, αλλά η δουλειά και οι μέριμνες δεν τον πνίγουν. Κάνει αυτό που μπορεί να κάνει και τα υπόλοιπα τα αφήνει στην πρόνοια του Θεού. Κι έτσι παραμένει ήσυχος.
- Η πίστη είναι η προσωπική σχέση με τον Θεό.
- Πιστός άνθρωπος δεν είναι αυτός που κάνει πέντε τυπικά πράγματα και έτσι έχει ήσυχη τη συνείδησή του, αλλά αυτός που πλημμυρίζει με την παρουσία και τη χάρη του Θεού. Έχει αυτόν τον πλούτο και νιώθει να είναι εκούσια αφοσιωμένος στον Θεό, είτε έχει οικογένεια είτε δεν έχει.
- Ο αληθινά πιστός είναι αυτός που πολεμά τον εγωισμό του. Αυτός που νιώθει τέτοια χαρά με την παρουσία του Χριστού, που δεν στεναχωριέται για τα δικαιώματά του, όταν του τα αμφισβητούν. Είναι πραγματικά ελεύθερος.
- Ο εγωισμός περιορίζει ασφυκτικά την αγάπη και δεν επιτρέπει στον άνθρωπο να βλέπει πέρα από έναν μικρό ορίζοντα γύρω από τον εαυτό του. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο αληθινά πιστός έχει τη χάρη του Θεού και δεν απαιτεί τίποτα, γιατί είναι πλήρης.
- Η αγάπη είναι ζωή. Όταν δεν αγαπάμε δεν ζούμε.
- Σε όποια κατάσταση κι αν βρισκόμαστε, να αναζητούμε ασταμάτητα τον Θεό, γιατί μόνο Αυτός ελευθερώνει τον άνθρωπο από κάθε είδους δουλειά.
- Ο πιστός δεν είναι κοιμισμένος ούτε υποφέρει από ανία. Τα πάντα τού μιλούν και διεγείρουν στην καρδιά του καινούργια συναισθήματα.
- Η πίστη δεν είναι ένα διανοητικό ή ένα ηθικιστικό σύστημα. Ούτε είναι νόμοι και παραδόσεις. Η πίστη είναι ζωή με τον Θεό.
- Ο λόγος έχει μεγάλη δύναμη. Να μην το ξεχνάμε αυτό.
- Ο Κύριος είπε ότι θα κριθούμε και για έναν αργό λόγο. Αυτό σημαίνει ότι ο λόγος ή σώζει ή καταστρέφει.
- Τα λόγια μας να εμπνέουν τον άλλον. Να του ανοίγουν νέους ορίζοντες ζωής.
- Από ένα σημείο κι έπειτα, όταν έχουμε πληρότητα, τα λόγια είναι περιττά και δεν χρειάζονται στην κοινωνία μας με τον Θεό και με τον άλλον άνθρωπο.
- Η σιωπή είναι ο λόγος του μέλλοντος αιώνας. (Άγιος Εφραίμ ο Σύρος)
- Ο βαθύτερος έρωτας των ψυχών είναι ο λόγος ζωής. Εφόσον έχουν λόγο ζωής δύο άνθρωποι που σχετίζονται, τότε η σχέση τους είναι καλά στερεωμένη και δεν κινδυνεύει.
- Ο άνθρωπος του Θεού δεν λέει λόγια του αέρα. Έχει σοφία. Η δε καρδιά του είναι γεμάτη σύνεση και γνώση. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο άνθρωπος του Θεού ζει ζωή δημιουργική και γεμάτη αρμονία. Ζει σπεύδοντας με σκοπό

και περίσκεψη προς την τελείωση, για την οποία και έχει πλαστεί. Και απολαμβάνει άφθονη την ευδαιμονία που προέρχεται από την αγαθότητα του Θεού. Ζει στη γη αλλά η πολιτεία του είναι ουράνια. Δεν εξαντλείται στα προβλήματα της ζωής, γιατί γνωρίζει ποιο είναι το κύριο μέλημά του. (Άγιος Νεκτάριος)

23 - 10 - 2017

- Η κοινωνία των ανθρώπων κάθε φυλής και έθνους είναι κοινωνία αδελφών εξ αίματος, γι' αυτό ο πιστός επιθυμεί σφοδρά να επεκτείνει τις ευεργεσίες του προς όλους. Χαίρεται με τις ευτυχίες τους και λυπάται με τις δυστυχίες τους. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο αληθινά πιστός έχει την εμπειρία του Θεού, γι' αυτό και έχει νικηθεί ο θάνατος μέσα του. Είναι άνετος απέναντι στον θάνατο και είναι έτοιμος να παρουσιαστεί οποιαδήποτε στιγμή στον Πλάστη του.
- Ο άπιστος άνθρωπος είναι πολύ δυστυχισμένος, α) γιατί στερείται το αγαθό της πίστης, που είναι ο μόνος αληθινός οδηγός προς την αλήθεια και την ευτυχία, β) γιατί στερείται την ελπίδα, που είναι το μοναδικό στήριγμα στον μακρύ δρόμο της ζωής, γ) γιατί του λείπει η αληθινή αγάπη των ανθρώπων, που περιβάλλει με φροντίδα τη θλιμμένη καρδιά (δεν αντιλαμβάνεται την αληθινή αγάπη), δ) γιατί στερείται το θείο κάλλος, τη θεία εικόνα του Δημιουργού (βλέπει μόνο τη φθορά και την προσωρινότητα). (Άγιος Νεκτάριος)
- Το βλέμμα του άπιστου ανθρώπου πλανιέται άσκοπα μέσα στο άπειρο της δημιουργίας. Πουθενά δεν βλέπει και δεν θαυμάζει την ομορφιά της σοφίας του Θεού, τη θεία παντοδυναμία, την αγαθότητα του Θεού, τη θεία πρόνοια, τη δικαιοσύνη και την αγάπη του Δημιουργού προς τη δημιουργία. Ο νους του δεν μπορεί να οδηγηθεί πέραν του ορατού κόσμου ούτε να υπερβεί τα όρια των αισθήσεων. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο άπιστος άνθρωπος βλέπει τον άλλον ως βιολογική μονάδα και όχι ως εικόνα Θεού. Γι' αυτό και δεν μπορεί να τον αγαπήσει αληθινά.
- Ο άπιστος άνθρωπος αγαπάει εγωκεντρικά, δηλαδή όχι αληθινά, και θέλει έναν σύντροφο που να του ικανοποιεί τα θελήματα.
- Μόνο αν ευχαριστούμε τον Θεό, έχουμε τη δύναμη της ευχαριστίας και μπορούμε να ευχαριστούμε και τους ανθρώπους.
- Ο άπιστος άνθρωπος βλέπει παντού τη φθορά και την προσωρινότητα, γι' αυτό και δεν έχει χαρά. Διακατέχεται από λύπη, βαριεστιμάρια, ανυπομονησία. Η ζωή του είναι μια τραγωδία.
- Οι ανθρώπινοι νόμοι είναι μεταβλητοί. Το ίδιο και η ηθική. Οι ανθρώπινοι νόμοι ορίζονται από αυτό που θέλει κατά καιρούς η πλειονότητα των ανθρώπων. Δεν έχουν κάποια σταθερή βάση ήθους.
- Ακόμη και να μην πιστεύουμε συνειδητά στον Θεό, υπάρχει μέσα μας σε κάποιον βαθμό, μικρό ή μεγάλο, ο άγραφος νόμος του Θεού, η συνείδηση, που διακρίνει το καλό από το κακό.

- Συνεχώς προκαλούμαστε από τις καταστάσεις της ζωής να επιλέξουμε είτε την ταπείνωση και την αλήθεια είτε τον εγωισμό και το ψέμα. Είναι σημαντικό να ξεκαθαρίσουμε πού κατευθύνουμε τη ζωή μας. Αυτό θα μας κατατάξει είτε στους ανθρώπους με περιεχόμενο είτε στους κενούς ανθρώπους.
- Η πνευματική ζωή είναι ένας αγώνας που έχει χαρά. Με άλλα λόγια, η πνευματική ζωή είναι χαρά.
- Ο άπιστος άνθρωπος είναι ανασφαλής, γκρινιάρης και ζηλιάρης. Είναι όλα αυτά, γιατί δεν νιώθει πλήρης και δυνατός, δεν έχει την πληρότητα και τη δύναμη που θα του έδινε η παρουσία του Θεού στη ζωή του.
- Ο υπαρξιακά ανασφαλής άπιστος άνθρωπος είναι καχύποπτος. Βλέπει παντού απειλές.
- Η χαρά που βρίσκει ο πιστός στην εργασία των εντολών του Θεού, καθώς και η ευτυχία και η αγαλλίαση που προέρχονται από τον κατά Χριστόν βίο είναι για τον άπιστο άνθρωπο άγνωστα συναισθήματα.
- Ο άπιστος άνθρωπος δεν μπορεί να αντιληφθεί ότι η αγάπη και η ευεργεσία φέρνουν ευχαρίστηση και σε αυτόν που τις δίνει.
- Ο άπιστος άνθρωπος, θέτοντας ως αρχή την ύλη, περιόρισε την αληθινή ευδαιμονία των ανθρώπων στον πολύ στενό κύκλο των πρόσκαιρων απολαύσεων, φροντίζοντας πάντοτε για την ικανοποίησή τους. Τα θέλητρα της αρετής είναι γι' αυτόν τελείως ξένα. Δεν έχει γευτεί τη γλυκύτητα αυτής της χάρης. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο άπιστος άνθρωπος αγνόησε ποια είναι η πηγή της αληθινής ευτυχίας και έτρεξε δίχως να το καταλάβει στις πηγές της πίκρας. (Άγιος Νεκτάριος)
- Η οποιαδήποτε απόλαυση, αν δεν είναι συνδεδεμένη με τον Θεό, οδηγεί στον κορεσμό, στο τέλμα, στη φθορά και στην απόγνωση.
- Ό,τι κι αν κάνουμε, αυτό που ανασταίνει μέσα μας τη χαρά είναι ο λόγος του Θεού.
- Εφόσον η καρδιά του ανθρώπου έχει πλαστεί για να κατοικηθεί από τον Θεό, το απόλυτο αγαθό, σκιρτά και χαίρεται μόνο με αυτό το αγαθό. (Άγιος Νεκτάριος)
- Αφού πλαστήκαμε από τον Θεό, αναπαυόμαστε μόνο στον Θεό.
- Η καρδιά μας πλάστηκε για να περιλάβει μέσα της το άπειρον. Άρα χωρίς την εμπειρία του άπειρου η καρδιά μας δεν μπορεί να αναπαυτεί.
- Κάτι που δείχνει ότι η καρδιά είναι πλασμένη για το άπειρο είναι οι άπειροι πόθοι από τους οποίους αυτή διακατέχεται.
- Οι ηδονές και απολαύσεις του κόσμου είναι ανίσχυρες να καλύψουν το κενό της καρδιάς του άπιστου ανθρώπου. Και όταν αυτές σβήνουν, γιατί πάντα σβήνουν, αφήνουν στην καρδιά ένα κατακάθι πίκρας. Γιατί κι αυτές θάνατος είναι. (Άγιος Νεκτάριος)
- Οι μάταιες δόξες στηρίζονται στο κενό και έχουν συντρόφισσες τις θλίψεις.
- Για τον πιστό άνθρωπο ο σύντροφός του δεν είναι ένας θνητός. Είναι ένας αιώνιος άνθρωπος. Είναι εικόνα του Θεού. Κι αν το ζευγάρι αφήσει τον Θεό να μπει στη σχέση, τότε η

σχέση είναι μια πορεία στο αιώνιο.

- Ο πιστός δεν φοβάται ότι θα χάσει τον άνθρωπο με τον οποίο σχετίζεται, αλλά χαιρείται που μέσα από αυτή τη σχέση θα αναπτυχθεί και θα εξελιχθεί.
- Ο έρωτας κακώς ταυτίζεται με το σεξ και τη ναρκισσιστική ικανοποίηση. Ο έρωτας είναι η σταυρική διάθεση να βγω από τον εαυτό μου και να θυσιαστώ για χάρη του άλλου.
- Δεν μπορεί κάποιος να έχει έρωτα, αν δεν έχει Θεό και αν δεν έχει άσκηση και εγκράτεια.
- Ο έρωτας δεν είναι γεγονός ορμονικό. Είναι γεγονός υπαρξιακό.
- Αυτός που αρνείται τον Θεό αρνείται την ευτυχία του και την ατέλειωτη μακαριότητα.
- Ο Θεός είναι απερινόητος, δηλαδή δεν μπορεί να περιληφθεί στον νου μας.
- Η πίστη είναι και αυτή δώρο του Θεού. Μας τη δωρίζει ο Θεός. Αυτό που αναλογεί σε μας είναι το να θέλουμε να πιστέψουμε. Αυτό βεβαιώνεται με το να σταυρώσουμε τον λογισμό μας, που είναι μεταπτωτικός, και με το να αφεθούμε στο έλεος του Θεού.
- Η πίστη υπερβαίνει τον λογισμό μας.
- Όταν κάτι μας δυσκολεύει ή ακόμα και μας θλίβει, η χαρά μέσα μας μπορεί να γεννηθεί, αν έχουμε αγάπη και αν πίσω από αυτή την κατάσταση που βιώνουμε υπάρχει ο λόγος ζωής.
- Αυτό που μας ωριμάζει είναι το να αντιστεκόμαστε στα εγωιστικά θελήματά μας. Γιατί έχουμε ένα βαθύτερο θέλημα, που είναι η χαρά της καρδιάς μας και η αποκάλυψη της αλήθειας και της ζωής μέσα μας. Και όταν γίνουμε ταπεινοί, δεν θα χρειάζεται να αντιστεκόμαστε σε εγωιστικά θελήματα, γιατί αυτά δεν θα υπάρχουν. Θα ζούμε φυσικά και χαρούμενα τη ζωή για την οποία πλαστήκαμε.
- Στην πραγματικότητα ο πνευματικός αγώνας είναι αντίσταση στον άρρωστο εαυτό μας και, αν γίνουμε καλά, θα ζούμε όχι κόντρα στον εαυτό μας αλλά σύμφωνα με τον εαυτό μας.
- Δεν γεννηθήκαμε για να πονάμε. Τον πόνο στη ζωή μας τον έφερε η πτώση μας και όχι ο Θεός. Χρειαζόμαστε τον τρόπο διεξόδου από τον πόνο και ο Θεός μάς δίνει αυτόν τον τρόπο.
- Η πίστη στον Θεό μεταμορφώνει τον πόνο και τη θλίψη σε ζωή και σε χαρά.
- Ο Θεός δεν είναι ταλαιπωρία αλλά ανάπαυση. Είναι μαξιλάρι ο Θεός.
- Ο ζυγός του Θεού είναι βαρύς μόνο για τον υπερήφανο, που νομίζει ότι θα χάσει κάτι.

30 - 10 - 2017

- Η εικόνα αυτού που πλουτίζει εν Θεώ είναι χάρμα οφθαλμών, διότι χαράχθηκε από τον χρωστήρα της θείας χάρης. Οι αρετές βοήθησαν αποτυπώνοντας σε αυτήν με καλλιτεχνικές πινελιές το δικό τους κάλλος και το μεγαλείο της καλεί σε ευλάβεια. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο άνθρωπος που ζει τον πλουτισμό του Θεού δημιουργεί μια ομορφιά που χαιρέσαι να είσαι κοντά του. Είναι μια ανάπαυση.
- Η ψυχική ωραιότητα του ανθρώπου του Θεού μένει αγέραστη στο διηνεκές.
- Ο άνθρωπος του Θεού είναι έκφραση του ευαγγελικού λόγου και εκπέμπει ευωδία Χριστού. Όταν μιλάει σαγηνεύει και όταν σιωπά διδάσκει. Συμβουλευόντας πείθει,

ελέγχοντας επανορθώνει, διδάσκοντας εισακούεται. Τον σέβονται και τον συμπαθούν όλοι.

- Η ύπαρξή μας να μεταδίδει ζωή στον άλλον, όχι τα λόγια μας. Αλλά μόνο αν κάποιος έχει βρει τη ζωή, μπορεί να τη μεταδώσει και στον άλλον.
- Τη ζωή τη βρίσκει αυτός που είναι αποφασισμένος να σταυρωθεί για την αλήθεια και να πεθάνει για την αλήθεια.
- Μας λείπει η ζωή. Και η ενοχή αυτής της έλλειψης είναι που μας κάνει να θέλουμε καταπιεστικά να αλλάξουμε τον άλλον και τελικά τον πνίγουμε. Το ότι πιέζουμε τον άλλον για να αλλάξει είναι απόδειξη της δικής μας πνευματικής παθογένειας, είναι απόδειξη του ότι δεν έχουμε εμπειρία του Θεού.
- Ο άνθρωπος που ζει τον πλούτο του Θεού δεν ζει πλέον για τον εαυτό του αλλά για τον πλησίον του. Μοναδικό του μέλημα είναι η χαρά των άλλων. Ο ίδιος είναι γεμάτος εσωτερικά, γι' αυτό και είναι ήσυχος. Δεν γκρινιάζει, δεν παραπονιέται, δεν απαιτεί, δεν είναι καχύποπτος.
- Να είμαστε παράγοντες ενεργοποίησης του καλού, της ειρήνης, της κατανόησης, της ενότητας. Να βελτιώνουμε την ατμόσφαιρα γύρω μας. Να νοιαζόμαστε για τους άλλους ακόμα και με κόστος προσωπικό. Να βάζουμε την ομάδα πάνω από τον εαυτό μας.
- Το να περιορίζεις τα δικαιώματά σου για χάρη των άλλων είναι πλουτισμός Θεού, είναι αγιότητα.
- Ο ελεύθερος από πάθη επιθυμεί ό,τι είναι αγαθό, ευάρεστο και τέλειο στον Θεό, ενεργώντας πρόθυμα προς τον σκοπό αυτό. (Άγιος Νεκτάριος)
- Αυτός που πλουτίζει εν Θεώ έγινε πλέον όμοιος με τον Θεό. Έφτασε στο "καθ'ομοίωσιν", που είναι και ο σκοπός της ζωής μας. Είναι μακάριος άνθρωπος, διότι κατανόησε την αποστολή του και πολιτεύτηκε στη ζωή σύμφωνα με την κλίση του.
- Η επουράνια Βασιλεία δεν θα είναι μια ανταμοιβή, αλλά η συνέχεια μιας σε αυτόν τον κόσμο μακαριότητας, για όποιον βέβαια ζει αυτή τη μακαριότητα.
- Μακάριος είναι αυτός που έχει ταπείνωση και μετάνοια.
- Όταν μας εκμεταλλεύονται οι άλλοι, κάτι εμείς δεν κάνουμε καλά.
- Το πλησίασμά μας στον άλλον, μόνο αν προηγουμένως έχουμε κάνει δουλειά με τον εαυτό μας, μπορεί να είναι αγαπητικό και να φέρει καλά αποτελέσματα. Η δουλειά αυτή περιλαμβάνει το να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, το να καταπολεμήσουμε τα πάθη μας, το να ζήσουμε την παρουσία του Θεού, το να ξεκαθαρίσουμε τι είναι ο άλλος για μας και το να βάλουμε τον άλλον στην καρδιά μας.
- Το να ζούμε στα πάθη μας και να λέμε ότι αγαπάμε τον άλλον είναι ψέμα.
- Δεν υπάρχουν χριστιανικοί τακτικισμοί. Υπάρχει χριστιανική ζωή (ή δεν υπάρχει).
- Η χριστιανική μας ζωή συνήθως επηρεάζει θετικά τον άλλον και τον βοηθάει να αλλάξει. Αν όμως αυτό αργεί να γίνει, είναι ευλογία, γιατί δείχνει ότι χρειαζόμαστε περισσότερη δουλειά και ότι έχουμε μεγαλύτερα περιθώρια εξέλιξης.

- Η κακή συμπεριφορά του άλλου μας εκπαιδεύει και μας ενισχύει.
- Ο χριστιανός είναι έξυπνος και ευέλικτος. Γνωρίζει πώς να αποφεύγει τις παγίδες.
- Τους ανθρώπους που μας βλάπτουν ή μας επιβουλεύονται να τους έχουμε σε απόσταση.
- Το να θέλουμε να μας αναγνωρίζει κάποιος είναι ανθρώπινο. Αυτό όμως που έχει σημασία είναι με ποιον τρόπο ελκύουμε αυτή την αναγνώριση. Γιατί σε μία σχέση το να δίνουμε με σκοπό να πάρουμε δεν εξελίσσει τη σχέση αυτή.
- Η χριστιανική ζωή είναι πορεία, γιατί συνεχώς πέφτουμε και σηκωνόμαστε. Οι πρώτοι χριστιανοί ονομάζονταν οι "της οδού".
- Ο υλιστής άνθρωπος προσπαθεί να βρει υποκατάστατα του πλούτου του Θεού, τον οποίο στερείται, και να γαντζωθεί από αυτά, για να ξεχάσει το κενό που έχει μέσα του και κυρίως για να λησμονήσει τον μεγάλο του εχθρό, που είναι ο θάνατος. (Άγιος Νεκτάριος)
- Μόνο μέλημα του υλιστή ανθρώπου είναι η περιποίηση του εγώ του. Κάθε φροντίδα του περιστρέφεται γύρω από τον ηδονικό βίο και τη λατρεία του εαυτού του. Αναζητά τη βοήθεια όλων με σκοπό την εξυπηρέτησή του. (Άγιος Νεκτάριος)
- Το μεγαλύτερο λάθος που μπορούμε να κάνουμε στη ζωή μας είναι η εγωκεντρική προσέγγιση και διαχείρισή της. Το να θεωρούμε ότι κέντρο του κόσμου είναι ο εαυτός μας και ότι όλοι οι άλλοι οφείλουν να μας υπηρετούν.
- Τα υλικά είναι δοσμένα από τον Θεό και είναι αγαθά. Το θέμα είναι αν τα διαχειριζόμαστε με έναν φίλαυτο εγωκεντρικό τρόπο ή αν τα χρησιμοποιούμε ως μέσα σύνδεσής μας με τον άλλον, π.χ. με την κοινή μετοχή σε αυτά ή με τη φιλανθρωπία.
- Όταν τιμώ τον άλλον άνθρωπο και ζω ευχαριστικά, τότε εκκλησιαστικοποιώ τη ζωή μου.
- Το να προσεύχεσαι για τον κόσμο σημαίνει να χύνεις το αίμα σου για τον κόσμο. (Άγιος Σιλουανός)
- Ο χριστιανός παντρεύεται, για να μάθει να αγαπάει όλο τον κόσμο, όχι για να κλειστεί στην ιδιοτέλειά του.
- Η ζωή μας είναι ένα άνοιγμα, μια ευχαριστία προς τον Θεό και προς τον πλησίον.
- Η ψυχή χρειάζεται ανάπαυση και παρηγοριά. Τα πολλά όμως νταντέματα τη βλάπτουν. Αυτά είναι ικανοποίηση του εγωισμού και αδυνατίζουν την ψυχή.
- Να μην έχουμε απαιτήσεις. Οι απαιτήσεις μάς κρατούν σε νηπιακή πνευματικά ηλικία.
- Ο υλιστής άνθρωπος από τίποτα δεν συγκινείται και τίποτα δεν του προκαλεί τύψεις συνείδησης. Θεωρεί τις πράξεις του δίκαιες και καλά καμωμένες. Τα ευγενικά συναισθήματα έχουν εξαφανισθεί από την καρδιά του, αφού αυτή έχει γεμίσει από άγρια πάθη. Η αγάπη και η φιλία παραμένουν σε αυτόν μόνο όσο υπηρετούν τη φιληδονία. (Άγιος Νεκτάριος)

06 - 11 - 2017

- Η συμμετοχή μας στις κοινωνικές ομάδες και γενικότερα στην κοινωνία δεν είναι μόνο απολαβές αλλά είναι και καθήκοντα, υποχρεώσεις, ευθύνες.

- Έχουμε την ικανότητα να αναλαμβάνουμε την προσωπική μας ευθύνη κι αυτό μας δίνει επιπλέον αξία. Είναι μεγάλη αναπηρία το να αρνούμαστε την προσωπική μας ευθύνη και να την αποδίδουμε στον άλλον.
- Ώριμος και ισορροπημένος άνθρωπος είναι αυτός που αναλαμβάνει την ευθύνη του.
- Αν δεν αναγνωρίσουμε τα καθήκοντα που έχουμε απέναντι στον εαυτό μας, ούτε τα καθήκοντα που έχουμε απέναντι στους άλλους μπορούμε να αναγνωρίσουμε.
- Αυτός που δεν έχει πίστη προς τον Θεό και τη θεία αποκάλυψη δεν αναγνωρίζει καν την ύπαρξη του ηθικού νόμου. Ο ηθικός νόμος είναι νόμος ηθικής ελευθερίας. Απέχει από τη βία και τον εξαναγκασμό. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο νόμος του κόσμου δεν γεννά μέσα μας καλλιέργεια και επίγνωση. Μόνο ο ηθικός νόμος τα κάνει αυτά.
- Η ηθική ελευθερία θέλει τους οπαδούς της εθελοντές. Κανέναν δεν πιέζει, κανέναν δεν στρατολογεί με τη βία.
- Ακόμη και η καλύτερη πολιτική ιδεολογία είναι μια αποτύπωση της ειδωλοποίησης του εαυτού μας. Επειδή νιώθουμε το κενό της απουσίας του Θεού, με το να θεοποιούμε την ιδεολογία μας και τις απόψεις μας θεοποιούμε στην πραγματικότητα τον εαυτό μας.
- Οι άνθρωποι με τη θεοποίηση των ιδεών και των απόψεών τους φτιάχνουν μια φαντασίωση, κι αυτό γιατί ζουν το εφήμερο ως αιώνιο.
- Τα ευγενέστερα αισθήματα των ευγενέστερων καρδιών, οι καλύτερες διαθέσεις του αγαθότερου ανθρώπου καταρρέουν, όταν έρθει η ώρα της δοκιμασίας και του πειρασμού. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ακόμη και η μεγαλύτερη επιστήμη ή τέχνη, αν δεν έχει κάτι που νικά τον θάνατο, είναι μια μνημόνευση του θανάτου.
- Μόνο η πίστη διδάσκει τις αληθινά μεγάλες και ευγενικές πράξεις και ενισχύει αυτούς που τις κάνουν.
- Χωρίς την πίστη δεν μπορούμε εύκολα να έχουμε τις αρετές της αυταπάρνησης, της θυσίας και της εξόδου από τον εαυτό μας για χάρη του άλλου. Με άλλα λόγια, χωρίς την πίστη είναι πολύ δύσκολο να υπηρετήσουμε την αγάπη.
- Ο κοσμικός νόμος καλώς υπάρχει, για να ρυθμίζονται οι σχέσεις μας, δεδομένου ότι οι περισσότεροι άνθρωποι δεν είναι (αληθινά) πιστοί.
- Ο κοσμικός νόμος μάς κάνει ρομποτάκια που δεν τσακώνονται με τα άλλα ρομποτάκια, αλλά δεν μας δίνει ζωή.
- Αν θέλουμε να γίνουμε πρόσωπα, οφείλουμε να υπερβούμε τον κοσμικό νόμο, με την πίστη και την τήρηση του νόμου του Θεού.
- Αν είμαστε απαιτητικοί από τον εαυτό μας, τότε οπωσδήποτε χρειαζόμαστε την πίστη.
- Ο κάθε άνθρωπος φέρει το πνεύμα της πίστης του. Αυτό να το θυμούνται όσοι επιθυμούν να συνάψουν μια σχέση.

- Αληθινή σχέση, δηλαδή σχέση με αγάπη παντοτινή ή καλύτερα με κοινή καλλιέργεια της αγάπης ως το τέλος, μόνο με την πίστη μπορεί να υπάρξει.
- Την πίστη δεν την ορίζει το εξωτερικό σχήμα αλλά η στάση ζωής μας, το πώς κινούμαστε ο ένας προς τον άλλον.
- Να είμαστε επιεικείς με όσους δεν έχουν την πίστη. Η πίστη είναι δώρο του Θεού, όχι παλικαριά δική μας. Γι' αυτό και δεν μπορούμε να την απαιτούμε από κανέναν, ούτε ακόμη και από τον άνθρωπο με τον οποίο έχουμε συνδέσει τη ζωή μας.
- Η επιείκεια είναι καρπός της αληθινής πίστης.
- Η απιστία, όχι μόνο δεν δίνει στον άνθρωπο κανένα καλό, αλλά του δίνει και πολλά κακά.
- Ο άπιστος ταλαιπωρεί τον κόσμο με τα πάθη του, τα οποία δύσκολα καταστέλλονται. Το ίδιο βέβαια κάνει και ο δήθεν πιστός.
- Να μην είμαστε άρπαγες και πλεονέκτες. Να μην κατατρέχουμε τον αδύναμο, τον δυσκολεμένο. Αυτή είναι η ουσία του ευαγγελικού λόγου. Αυτό είναι το ήθος του Χριστού και της Εκκλησίας.
- Να μην υπηρετούμε τα πάθη μας, γιατί όταν τα υπηρετούμε, βλάπτουμε σοβαρά και τον εαυτό μας και τους άλλους.
- Αν ήμασταν αληθινά πιστοί, δεν θα υπήρχε πρόβλημα στην κοινωνία.
- Μόνο η συνείδησή μας, που γεννάται μέσα από την πίστη προς τον Χριστό, μπορεί να μας αποτρέψει να βλάψουμε τον άλλον.
- Όταν η κοινωνία βγάλει τον Θεό από μέσα της, καταστρέφεται.
- Η πίστη του ανθρώπου σε κάποια ιδέα δεν λυτρώνει τον άνθρωπο, δεν του δίνει φως, δεν του δίνει ζωή.
- Ο πιστός δεν είναι άπτωτος. Συνεχώς πέφτει και σηκώνεται, ώσπου του αποκαλύπτεται η ζωή και του νικιέται ο θάνατος.
- Ο άπιστος είναι υπερήφανος για την ιδεολογία του, την οποία και έχει θεοποιήσει, για να μπορεί να στηρίζεται σε αυτήν.
- Ο άπιστος προσπαθεί να πείσει τους άλλους να πιστέψουν στον άνθρωπο. Αλλά η πίστη στον άνθρωπο δεν ελευθερώνει, δεν σώζει. Η πίστη στον Θεάνθρωπο ελευθερώνει-σώζει.
- Όταν ένας άνθρωπος θυσιάζεται χωρίς την προοπτική της αιωνιότητας, μάταια θυσιάζεται, και αυτό είναι θλιβερό. Θυσιάζεται για τον λίγο Θεό που έχει μέσα του και όχι για ολόκληρο τον Θεό.
- Τα σημαντικότερα από τα κίνητρα των πράξεών μας είναι τα υπαρξιακά. Αυτά τα κίνητρα είναι που απασχολούν και τον Θεό.
- Πολλές φορές οι άνθρωποι θυσιάζονται από εγωισμό.
- Ο ηρωισμός δεν ταυτίζεται με την αγιότητα.
- Σε μια κοινωνία ατιμίας, ακόμη και η τιμιότητά μας είναι ομολογία πίστης.
- Είναι άξιο απορίας και θαυμασμού πώς άνθρωποι που έχουν βγάλει τον Θεό από τη ζωή

τους μπορούν και ζουν.

- Ο χριστιανός δεν παλεύει για μια ιδέα. Παλεύει για μια ζωή.
- Η ελπίδα είναι ασφαλής άγκυρα, το θεμέλιο της ζωής μας, αυτή που οδηγεί τα βήματά μας στον δρόμο για τον Ουρανό. Είναι η σωτηρία των χαμένων ψυχών, φρούριο απόρθητο, τείχος που δεν πέφτει, συμμαχία ακαταγώνιστη, πύργος ακαταμάχητος, όπλο φοβερό, ανίκητη δύναμη, λιμάνι γαλήνιο. Είναι αυτή που στα αδιέξοδα βρίσκει διέξοδο. Η ελπίδα δεν επαγγέλλεται μόνο την απάλυνση των βασάνων, αλλά ούτε και όταν βρίσκεται μέσα σε αυτά παραδίδεται στην απογοήτευση. Την έχει ο άνθρωπος που εμπιστεύεται τον Θεό, όπως το μικρό παιδί εμπιστεύεται τον πατέρα ότι στις δυσκολίες έχει λύση. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Η ελπίδα ελκύει την πρόνοια του Θεού και τη χάρη του Θεού.
- Όπως γνωρίζουμε, ένα παιδί που μεγαλώνει ορφανό και δεν έχει λάβει την προστασία και τη φροντίδα είναι φοβισμένο, ταραγμένο, ανασφαλές, καχύποπτο και απελίζεται εύκολα. Το ίδιο ακριβώς συμβαίνει και με τον άνθρωπο που μεγαλώνει και ζει χωρίς τον Θεό.
- Ο άνθρωπος που εμπιστεύεται τον Θεό και δεν ταλαιπωρείται από λογισμούς είναι ειρηνικός. Έτσι είναι και περισσότερο δημιουργικός και αποτελεσματικός στη ζωή του.
- Η ύπαρξη λογισμών δεν σημαίνει οπωσδήποτε και απιστία. Μπορεί κάποιος πιστός άνθρωπος να φέρει ψυχικά τραύματα από το παρελθόν του και η πίστη του να μην είναι τόσο δυνατή, ώστε να τα θεραπεύσει. Όπως επίσης μπορεί και ο Θεός να μην του θεραπεύει τα τραύματα, για να παραμένει ο άνθρωπος αυτός ταπεινός και να ωφελείται πνευματικά.
- Πίσω από ό,τι συμβαίνει να βλέπουμε την πρόνοια και το έλεος του Θεού και να μην σταματάμε να ελπίζουμε.
- Δύο είναι οι πιο επικίνδυνοι λογισμοί: Ότι δεν σωζόμαστε με τίποτα και ότι είμαστε άγιοι. Γι' αυτό και ο άγιος Σιλουανός μας έχει πει κάτι πολύ ωφέλιμο: Να έχουμε τον νου μας στον Άδη και να μην απελιζόμαστε.

13 - 11 - 2017

- Ο μεγαλύτερος πειρασμός για τον άνθρωπο και ο μεγαλύτερος κίνδυνος είναι η απελπισία. Σαν μολύβι τον ρίχνει στον βυθό της θάλασσας. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Η απελπισία είναι η μεγαλύτερη κατασυκοφάντηση του Θεού. Όταν πέφτουμε στην απελπισία, στην ουσία αμφισβητούμε τη θεραπευτική και σωτήρια δύναμη του Σταυρού, της σταυρικής θυσίας του Κυρίου. (Πατέρες)
- Όταν σε κάθε περίπτωση διατηρούμε την ελπίδα μας, ο Θεός κατά κάποιον τρόπο εξαναγκάζεται να μας σώσει.
- Όταν είμαστε σε πτώση, αυτό που μόνο μπορούμε να δώσουμε στον εαυτό μας είναι η ελπίδα. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Το καύχημά μας δεν είναι τα έργα μας, αλλά ο Σταυρός του Χριστού. (Απόστολος Παύλος)
- Ο Θεός δίνει το έλεός Του προς όλους αδιακρίτως. Δεν το εισπράττουμε όμως όλοι στον

ίδιο βαθμό, γιατί δεν ανοιγόμαστε προς τον Θεό όλοι το ίδιο.

- Προϋπόθεση να δεχθούμε το έλεος του Θεού είναι το άνοιγμά μας σε αυτό, δηλαδή η πίστη μας σε αυτό.
- Η ελπίδα στο έλεος του Θεού είναι η πιο σημαντική έκφραση της πίστης μας.
- Ακόμη κι αν ο Θεός έχει πάρει για μας καταδικαστική απόφαση, εμείς να μην απελπιζόμαστε, γιατί πολλές φορές ο Θεός αλλάζει απόφαση. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Η πραγματική αγάπη που μπορούμε να δώσουμε είναι η μετάδοση της ελπίδας, που μας δίνει η χάρη του Θεού.
- Ο διάβολος είναι ένας όμορφος νέος που μας μεταφέρει την απόγνωσή του.
- Όταν αληθινά αγαπάμε κάποιον, ελπίζουμε σε αυτόν και του μεταδίδουμε αυτή την ελπίδα.
- Αυτός που ελπίζει στον Κύριο απολαμβάνει την άκρα ειρήνη. Στην καρδιά του επικρατεί η γαλήνη. Στην ψυχή του βασιλεύει η πλήρης αταραξία. Βαδίζει ήρεμος στον αγώνα της ζωής του και διανύει τον δρόμο αυτό δίχως το άγχος των μεριμνών. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο άνθρωπος που ελπίζει στον Θεό και έχει αφεθεί σε Αυτόν δεν έχει λογισμούς για το τι θα συμβεί στο μέλλον. Απλά ζητεί το έλεος του Θεού. Και ο Θεός, που είπε ότι θα μας δώσει ό,τι ζητήσουμε, είναι συνεπής απέναντί του και ελεεί αυτόν τον άνθρωπο.
- Όταν κάποιος έχει σύμμαχο τον Θεό, δεν φοβάται τίποτα και κανέναν.
- Η απελπισία είναι πολύ μεγάλη αμαρτία. Είναι αμετανοησία.
- Με την απελπισία αρνούμαστε την ελπίδα, τον Ουρανό, τον Δημιουργό του κόσμου, την πρόνοιά Του και την παντοδυναμία Του. Η απελπισία είναι η μεγαλύτερη ασέβεια και η μεγαλύτερη προσβολή προς τον Θεό.
- Η απελπισία δείχνει ότι ουσιαστικά βγάλαμε τον παντοδύναμο Θεό από τη ζωή μας, όλα τα στηρίζαμε στις δικές μας δυνάμεις και στο τέλος εξαντληθήκαμε.
- Η απελπισία βυθίζει τον άνθρωπο σε ένα σκοτάδι από το οποίο δεν θέλει να βγει. Στον απελπισμένο και το παράθυρο να ανοίξεις για να δει φως, αυτός κλείνει τα μάτια του.
- Ο απελπισμένος αρέσκεται να κλαίγεται. Δικαιώνεται στην ηδονική αυτολύπησή του. Διώχνει από τους άλλους την ελπίδα.
- Ο απελπισμένος είναι εγκλωβισμένος, είναι ακινητοποιημένος στο εγώ του και δεν μπορεί να κινηθεί προς τον Θεό.
- Τους προάγγελους των κακών να μην τους ακούμε.
- Η απελπισία είναι η μητέρα όλων των εγκλημάτων και η σύμβουλος όλων των κακών.
- Να μην είμαστε μεμψίμοιροι. Η παρουσία μας και όλη η ζωή μας να ενισχύει τους άλλους, να τους δίνει ώθηση και έμπνευση.
- Όταν παρά τις δυσκολίες εμείς δίνουμε ελπίδες στους άλλους, ο διάβολος σκάει.
- Ο διάβολος ενεργεί ως εξής: Πριν από την αμαρτία μάς λέει ότι αυτό που σκεφτόμαστε να κάνουμε δεν είναι κακό και ότι θα συγχωρεθούμε, μετά όμως την αμαρτία μάς λέει ότι αυτό

που κάναμε είναι πολύ μεγάλο κακό και μας οδηγεί στην απελπισία.

- Η αγωγή οφείλει να δείχνει ποιος είναι ο σωστός και ποιος ο λάθος δρόμος, αλλά ταυτόχρονα οφείλει και να ενισχύει, να ενθαρρύνει, να εμψυχώνει.
- Η απελπισία έχει μέσα της πολύ εγωισμό.
- Όταν προσπαθούμε να σωθούμε χωρίς τον Θεό και έρθει η αποτυχία, στην αρχή στρεφόμαστε εναντίον όλων των άλλων εκτός από τον εαυτό μας και μετά κουρασμένοι στρέφουμε αυτή την επιθετικότητα εναντίον του εαυτού μας και πέφτουμε σε κατάθλιψη.
- Με τον απελπισμένο άνθρωπο οφείλουμε να είμαστε πολύ προσεκτικοί, γιατί δεν δέχεται ότι υπάρχει ελπίδα και γιατί θέλει και οι άλλοι να γίνουν απελπισμένοι.
- Να μην είμαστε απόλυτοι σε τίποτα. Συχνά οι γενικεύσεις είναι λίγο αφοριστικές.
- Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που είναι απελπισμένοι όχι επειδή είναι εγωιστές, αλλά λόγω κάποιων σοβαρών προβλημάτων που αντιμετωπίζουν, π.χ. υγείας ή οικονομικών. Σε αυτές τις περιπτώσεις οφείλουμε να ζητήσουμε βοήθεια από τον Θεό και από ορισμένους ανθρώπους, ώστε να μπορέσουμε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους που υποφέρουν.
- Να βλέπουμε τη θετική όψη των πραγμάτων, που έτσι κι αλλιώς πάντα υπάρχει, και να προσπαθούμε να μεταποιούμε το στραβό σε καλό. Να κάνουμε δηλαδή το αντίθετο από αυτό που κάνει ο διάβολος, ο οποίος παίρνει το καλό και το ασχημίζει.
- Να βλέπουμε τα πράγματα κάτω από το πρίσμα του Χριστού και να προσπαθούμε να κάνουμε και τους άλλους να τα βλέπουν έτσι.
- Στην εξομολόγηση ο άνθρωπος καταθέτει τις αμαρτίες του με διάθεση μετάνοιας, για να αποκαταστήσει τη σχέση του με τον Θεό. Αυτός που συγχωρεί δεν είναι ο πνευματικός αλλά ο Χριστός. Ο πνευματικός απλά είναι ο μάρτυρας αυτής της διάθεσης μετάνοιας του εξομολογούμενου και αυτός που του δίνει την ελπίδα να πορευτεί.
- Ο άνθρωπος που ελπίζει στον Θεό έχει χαρά και απολαμβάνει τη ζωή του. Αντίθετα, ο απελπισμένος δεν μπορεί να χαρεί τίποτα.
- Η ζωή που μας δωρίστηκε είναι αφορμή ευχαριστίας και δοξολογίας προς τον Θεό.
- Να μην αναμοχλεύουμε τις άσχημες καταστάσεις που μας ταλαιπώρησαν κάποτε. Να μην δίνουμε συνέχεια.
- Τις θλίψεις μας να μην τις κλείνουμε στον εαυτό μας, αλλά να τις αναφέρουμε στον Θεό.
- Οι θλίψεις μαζί με λογισμούς είναι απελπισία. Οι θλίψεις μαζί με προσευχή είναι παράδεισος. Άρα ακόμα και οι θλίψεις μας μπορούν να είναι προνόμιο και ευλογία.
- Ο απελπισμένος άνθρωπος έχει την καρδιά του νεκρωμένη, γι' αυτό δεν μπορεί να αγαπήσει και να ζήσει.
- Η απελπισία είναι ένας διαρκής θάνατος, χωρίς όμως την αφαίρεση της ζωής. Γι' αυτό και πολλοί απελπισμένοι κάνουν σκέψεις εθελούσιας αφαίρεσης της ζωής τους.
- Ο θλιμμένος και απελπισμένος άνθρωπος ή θα στραφεί με εμπιστοσύνη στον Γιατρό, που είναι ο Χριστός, και θα γίνει καλά ή θα κλειστεί ακόμα περισσότερο στον εαυτό του και στις

μαύρες σκέψεις του.

- Ο συνεχής διάλογος με τους λογισμούς μας μπορεί να μας οδηγήσει στην κατάθλιψη.
- Η δυνατή πίστη διώχνει την απελπισία. Άρα και γι' αυτόν τον λόγο, εκτός των άλλων, να ζητούμε από τον Θεό να μας ενισχύει την πίστη.

20 - 11 - 2017

- Προσευχή αληθινή είναι η απερίσπαστη, η χωρίς ρεμβασμό, αυτή που εκτελείται με προθυμία, με ταπεινοφροσύνη, με ψυχή που πονάει για τις αμαρτίες της και με νου προσηλωμένο. (Άγιος Νεκτάριος)
- Τα προβλήματά μας να τα αντιμετωπίζουμε με απαλό τρόπο, χωρίς ένταση, σφίξιμο και άγχος. Οι λύσεις των προβλημάτων μας είναι δώρα του Θεού και τα δώρα του Θεού τα ελκύουμε, μόνο αν αφεθούμε στον Θεό.
- Να μην απαιτούμε τίποτα. Οι απαιτήσεις μας συνήθως κάνουν τα πράγματα χειρότερα.
- Η αληθινή προσευχή είναι δώρο του Θεού. Εμείς μόνο τη διάθεση, την επιθυμία για προσευχή μπορούμε να έχουμε.
- Η αμαρτία δεν είναι παράβαση εντολής. Είναι απομάκρυνση από τον Θεό, που είναι η ζωή. Άρα η αμαρτία είναι απομάκρυνση από τη ζωή.
- Η αληθινή προσευχή προϋποθέτει την ταπείνωση, την επίγνωση της αμαρτωλότητάς μας.
- Η προσευχή μάς φορτίζει με πνευματική ενέργεια, δηλαδή με την απαραίτητη για να ζήσουμε ενέργεια.
- Η αληθινή προσευχή ξεκουράζει τον άνθρωπο. Αν δεν ξεκουραζόμαστε με την προσευχή, αυτό σημαίνει ότι δεν μάθαμε να προσευχόμαστε.
- Το να αναγνωρίζουμε ότι είμαστε χάλια πνευματικά ελπίζοντας όμως στο έλεος του Θεού είναι εξαιρετικά απελευθερωτικό.
- Η ευχή "Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με" μας κάνει να προσεγγίζουμε τον Θεό και να αισθανόμαστε εξοικειωμένοι μαζί Του. (Άγιος Νεκτάριος)
- Η προσευχή είναι ένθεος συνομιλία. Άρα η προσευχή είναι κοινωνία με τον Θεό, προσωπική σχέση με τον Θεό.
- Με την προσευχή καταλύεται η αίσθηση της μοναξιάς.
- Ακόμα και να μην προσευχόμαστε με τα σωστά λόγια, από το να μην προσευχόμαστε καθόλου αυτό είναι καλύτερο. Η προσευχή είναι πάνω από τα λόγια. Είναι η αίσθηση της παρουσίας του Θεού.
- Με την προσευχή τα γήινα γίνονται επουράνια, γίνονται μνήμες Θεού.
- Αν στην προσευχή αισθανόμαστε ότι πραγματικά στεκόμαστε ενώπιον του Θεού, ο νους μας δεν θα μετεωρίζεται.
- Η προσευχή είναι ο ήλιος των νοερών οφθαλμών της ψυχής. (Άγιος Νεκτάριος)
- Φωτισμός δεν είναι η γνώση της αντικειμενικής αλήθειας για τον άλλον, η οποία μπορεί

και να μας φέρει τοξικούς λογισμούς, αλλά η γνώση της αλήθειας του Θεού για τον άλλον, αυτής που θα μας ελευθερώσει. Με άλλα λόγια, φωτισμός είναι το να δούμε τον άλλον με όλη την ομορφιά που έχει μέσα του, όπως δηλαδή τον βλέπει ο Θεός.

- Με τα μάτια του Θεού, ένας που φαίνεται εγκληματίας μπορεί να είναι άγιος και ένας που φαίνεται άγιος μπορεί να είναι εγκληματίας.
- Ο φωτισμός του Θεού ελευθερώνει και αναπαύει τον άνθρωπο.
- Το ζητούμενο στη ζωή μας είναι να έχουμε χαρά και αισιοδοξία. Η προσευχή μάς δίνει εκείνη τη θετική ενέργεια, που μπορούμε να έχουμε και χαρά και αισιοδοξία.
- Η προσευχή που διενεργείται με προθυμία και ζήλο είναι άσβηστο διαρκές φως της ψυχής και της διάνοιας και κοινό φάρμακο κατά των παθών. (Άγιος Νεκτάριος)
- Αν έχουμε κενά μέσα μας, έρχονται τα πάθη και τα καλύπτουν. Αν είμαστε πλήρεις, και πλήρεις είμαστε μόνο με τη χαρά του Θεού, δεν βρίσκουν χώρο τα πάθη. Ακόμη και τις φυσικές-ενστικτώδεις ανάγκες μπορούμε να ξεπεράσουμε.
- Η προσευχή μάς τονώνει ψυχικά και σωματικά και μας δίνει υγεία.
- Η στεναχώρια είναι η αιτία κάθε αρρώστιας.
- Η στεναχώρια τις περισσότερες φορές είναι επιλογή μας. Είναι κακός (εγωκεντρικός και φίλαυτος) τρόπος διαχείρισης των καταστάσεων.
- Η προσευχή είναι λιμάνι των βασανισμένων. Άγκυρα όσων κλυδωνίζονται. Θησαυρός των φτωχών. Ασφάλεια των πλουσίων. Απομάκρυνση νοσημάτων. Φύλακας της υγείας. Μητέρα της φιλοσοφίας. (Άγιος Νεκτάριος)
- Να μην πανικοβαλλόμαστε με τους συνειδητά διεφθαρμένους ανθρώπους. Είναι φοβισμένοι, κουτοί και προβλέψιμοι, γι' αυτό και είναι εύκολοι.
- Όταν γευτούμε τη χαρά του Θεού, καταλαβαίνουμε πόσο επώδυνη είναι η απουσία της.
- Μόνο αν αισθανόμαστε παλιόπαιδα μπορούμε να προσευχηθούμε. Με την πεποίθηση ότι είμαστε σπουδαίοι, δεν βγαίνει προσευχή αληθινή.
- Η προσευχή είναι η εσωτερική κραυγή της ύπαρξής μας.
- Η προσευχή είναι η μνήμη του Θεού, η αναγνώριση της δικής μας κακής κατάστασης ενώπιόν Του και η έκφραση της σφοδρής μας επιθυμίας για το έλεος του Θεού.
- Ο πονεμένος άνθρωπος που σηκώνει υπομονετικά (κατά Θεόν) τον πόνο του και μόνο που αναπνέει προσεύχεται.
- Η απαίτηση με γκρίνια είναι φτώχεια, ανωριμότητα και μεγάλη αμαρτία.
- Το να υπομένουμε χωρίς τη χάρη του Θεού μόνο αρρώστιες μπορεί να μας φέρει.
- Στην προοπτική του Θεού και το πιο φοβερό πράγμα στον κόσμο είναι ασήμαντο, ενώ χωρίς αυτή την προοπτική και το πιο ασήμαντο πράγμα μπορεί να μας τρελάνει.
- Ως ενεργά μέλη της Εκκλησίας να προσέχουμε τι κάνουμε και πώς συμπεριφερόμαστε, γιατί μπορεί σε κάποιους που "δοκιμάζουν" την Εκκλησία να εντυπωθούν τέτοιες εικόνες, που θα τους απομακρύνουν ακόμη και για πάντα από αυτήν.

- Να εκπέμπουμε ευγένεια, καλοσύνη, ηρεμία, φως.
- Οι λογισμοί αντιμετωπίζονται με την αδιαφορία. Όχι με την ενασχόλησή μας μαζί τους, όχι με το σφίξιμο, όχι με τις ενοχές.
- Ακόμα κι αν έχουμε λογισμούς, να πηγαίνουμε στη Θεία Λειτουργία και να κοινωνούμε. Αυτό είναι μια νίκη και σιγά σιγά θα παίρνουμε όλα όσα δίνει η Θεία Λειτουργία.
- Η Θεία Λειτουργία είναι ο Χριστός ανάμεσά μας.
- Η υπομονή είναι η ηθική δύναμη που κατευνάζει τα θλιβερά συναισθήματα, τα οποία αναπτύσσονται στην καρδιά του ανθρώπου, και καταπραΰνει τους πόνους που προκαλούν τα βάσανα. (Άγιος Νεκτάριος)
- Η υπομονή είναι αρετή, αφού υπάρχει ως καρπός της ελπίδας προς τον Θεό.
- Η θλίψη οδηγεί στην υπομονή, η υπομονή στον δοκιμασμένο χαρακτήρα και ο δοκιμασμένος χαρακτήρας στην ελπίδα.
- Η υπομονή είναι η πρώτη των αρετών, διότι με αυτήν επιβραβεύεται η σωτηρία.
- Αυτός που υπομένει μέχρι το τέλος θα σωθεί. (Κύριος)
- Η υπομονή εξασκεί τον άνθρωπο και τον κάνει σοφό, γιατί του δίνει τον χρόνο να δει καθαρότερα τα γεγονότα. Το πρόβλημα της εποχής μας είναι η ανυπομονησία, που συχνά μάλιστα ακολουθείται από τη βία.
- Η αποφυγή του κόπου και των δυσκολιών φέρνει ανωριμότητα.
- Η υπομονή είναι απόδειξη της αγάπης.

27 - 11 - 2017

- Να μπορούμε να βλέπουμε καλόν λόγο ακόμα και μέσα από τα δυσάρεστα γεγονότα. Αυτό μας εξελίσσει.
- Η θλίψη τονώνει τα νεύρα της ψυχής και αυξάνει την προθυμία για ασκητική πάλη. Αναδεικνύει τη δύναμη της ψυχής και προετοιμάζει την πνευματική ηδονή που θα λάβει εξαιτίας αυτής στο μέλλον. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Η θλίψη δεν κυοφορεί οπωσδήποτε, αλλά μόνο όταν η ψυχή είναι γενναία και νεανική, δηλαδή ξεκούραστη, κάτι που λείπει στις μέρες μας.
- Όπως η φωτιά κάνει αγνότερο και καθαρότερο το χρυσάφι, όταν γίνεται ένα με αυτό, έτσι και η θλίψη, όταν έρχεται στις χρυσές ψυχές, τις προετοιμάζει ώστε να γίνουν καθαρότερες και αγνότερες.
- Η γενναιότητα και η προθυμία φέρνουν τη γνώση.
- Για να εμπνεύσουμε και να ενεργοποιήσουμε κάποιον, χρειάζεται πρώτα να έχουμε δει πνευματικό φως, δηλαδή να έχουμε εμείς λάβει τη χάρη του Θεού.
- Η ευκολία και η άνεση μας έχουν αδυνατίσει πνευματικά και πλέον δεν μπορούμε να χαρούμε τίποτα.
- Οι θλίψεις δεν παραχωρούνται άσκοπα από τον ποιμένα μας Κύριο, αλλά ως δοκιμασία

της αληθινής αγάπης προς τον πλάστη μας Θεό. (Μέγας Βασίλειος)

- Στις δυσκολίες φανερώνεται η πραγματική μας κατάσταση.
- Η αληθινή αγάπη είναι θυσία και δόσιμο.
- Ο άνθρωπος που δεν πέρασε δυσκολίες και θλίψεις είναι αδύνατο να αναπτυχθεί, να εξελιχθεί, να ωριμάσει.
- Φωτεινές ψυχές είναι οι δοκιμασμένες ψυχές, αυτές που μέσα από τον πόνο που πέρασαν είδαν φως Θεού και απόκτησαν γνώση ζωής.
- Σε μια σχέση το αν υπάρχει ή όχι η αγάπη θα φανεί στην αντίδραση του ενός μέλους, όταν συμβεί να αδικηθεί από το άλλο.
- Ο εγωκεντρισμός μας έχει επηρεάσει πολύ σοβαρά την πνευματική μας όραση, γι' αυτό μόνο με τις θλίψεις μπορούμε να ταπεινωθούμε και να δούμε καθαρά.
- Ωραίοι άνθρωποι που τους χαίρονται όλοι είναι οι πονεμένοι άνθρωποι που βρήκαν έναν λόγο μέσα στον πόνο τους. Είναι οι δυσκολεμένοι άνθρωποι που κατάφεραν τη δυσκολία τους να τη δουν ως ευλογία.
- Οι θλίψεις είναι πνευματικά γυμνάσματα και τροφή των αθλητών του Χριστού, που τους οδηγούν στο να κληρονομήσουν τη δόξα του Πατρός. (Άγιος Νεκτάριος)
- Όπως ο χειμώνας είναι κατάλληλος για την καλλιέργεια της γης, έτσι και οι θλίψεις είναι κατάλληλες για τη φροντίδα της ψυχής. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Η θλίψη μάς κάνει αξιολογότερους, δηλαδή ανθρώπους άλλης ποιότητας, και προσεκτικότερους, δηλαδή ανθρώπους που σέβονται τη ζωή.
- Οι θλίψεις μάς δίνουν άλλη παρρησία ενώπιον του Θεού στην προσευχή. Ο θλιμμένος απαιτεί από τον Θεό να τον ακούσει, γιατί, αφού σταυρώθηκε ο Θεός και ο θλιμμένος είναι κι αυτός σταυρωμένος, είναι συγγενής με τον Χριστό και έχει δικαίωμα στη ζωή του Χριστού.
- Η θλίψη είναι αγαθό φάρμακο για τη σωτηρία. (Γρηγόριος ο Θεολόγος)
- Οι θλίψεις μάς κάνουν περισσότερο σώφρονες, ξεριζώνουν τον βραχνά της ραθυμίας και μας κάνουν να αγαπάμε την επιείκεια. (Κύριλλος Αλεξανδρείας)
- Στην προχωρημένη ηλικία ο καλλιεργημένος και σοφός άνθρωπος γίνεται πιο ελαστικός, επιεικής και καταδεχτικός, ενώ ο ακαλλιεργητος γίνεται πιο δύσκαμπτος και ιδιότροπος.
- Ο πνευματικός άνθρωπος είναι προς όλους ανοιχτός και επιεικής και βλέπει για όλους τη δυνατότητα σωτηρίας.
- Ο άνθρωπος που τρελαίνεται ακόμη και με τα ασήμαντα πράγματα είναι ανώριμος, δεν έχει χάρη Θεού μέσα του. Αντίθετα, ο χαριτωμένος με την εμπειρία του Χριστού άνθρωπος ακόμη και τα σημαντικά πράγματα τα βλέπει ως μικρά, γιατί τα βλέπει μέσα από το πνευματικό φίλτρο.
- Η θλίψη δεν ορίζεται μόνο αντικειμενικά από την πραγματικότητά της αλλά και από τη δική μας ματιά προς αυτήν.
- Τα αγαθά στους ανθρώπους επέρχονται μέσω των θλίψεων. Τα κακά δε μέσω της

κενοδοξίας. (Συνέσιος)

- Η κενοδοξία, δηλαδή η επιθυμία να μας χειροκροτούν οι άλλοι, φέρνει συγκρούσεις, ανασφάλειες, άγχη, κουτσομπολιά, καχυποψίες, παράπονα, διαμαρτυρίες. Και στο τέλος αδειάζει την ψυχή μας, γιατί όλα αυτά δεν έχουν Θεό.
- Κανέναν άνθρωπο που πορεύεται στον δρόμο της αρετής δεν θα βρούμε δίχως λύπη, θλίψη, οδύνη, πειρασμό. (Ιωάννης ο Χρυσόστομος)
- Χωρίς τις θλίψεις τίποτα χρήσιμο δεν θα είχαμε μάθει.
- Δεν είμαστε οδυνηστές. Δεν είναι στη φύση μας να επιζητούμε τον πόνο. Όταν όμως ο πόνος έρχεται στη ζωή μας, να μπορούμε να τον βλέπουμε ως άσκηση και να τον δεχόμαστε χωρίς ταραχή.
- Όταν ο θλιμμένος στραφεί προς τον Θεό, αναπαύεται. Γιατί ο Θεός ανάπαυση είναι, μαξιλάρι είναι.
- Η ζορισμένη ψυχή που μόνη της διαχειρίζεται την κατάστασή της και δεν στρέφεται στον Θεό ζορίζεται περισσότερο.
- Υπάρχουν άνθρωποι που ζουν τόσο μαρτυρικά αλλά και λεβέντικα που, και προσευχή να μην κάνουν, η ζωή τους η ίδια είναι μια συνεχής προσευχή.
- Οι άνθρωποι που περνάνε κάποια οδύνη δεν έχουν ανάγκη από φιλοσοφίες και θεωρίες. Έχουν ανάγκη από χαλάρωση, κατανόηση, δικαίωση και ενθάρρυνση. Και όλα αυτά με μας δίπλα τους και μέσα στην καρδιά τους.
- Ακόμη και το βλέμμα μας μπορεί να είναι προσευχή και σωτηρία ή να είναι κόλαση.
- Η γεύση του έρωτα του Θεού προϋποθέτει την κάθαρση από τα πάθη. (Άγιος Νεκτάριος)
- Μόνο στην ψυχή που έχει καθαρθεί από τα πάθη υπάρχει χώρος για τον έρωτα του Θεού.
- Ο Θεός πρώτα μας αποκαλύπτεται και μετά εμείς μπορούμε να Τον αγαπήσουμε. Γι' αυτό το να κάνουμε κήρυγμα περί του Θεού σε άνθρωπο που δεν έχει γευτεί τον Θεό φέρνει το αντίθετο αποτέλεσμα από το προσδοκώμενο.
- Η αρετή υπάρχει για την αλήθεια και όχι η αλήθεια για την αρετή. Κέντρο είναι η αλήθεια του Θεού. (Μάξιμος ο Ομολογητής)
- Θα μπορέσουμε να αλλοιώσουμε τον άλλον, μόνο αν βρούμε τον τρόπο να του μεταδώσουμε την εμπειρία της αγάπης του Θεού.
- Η ευθύνη η δική μας είναι να καθαρίσουμε την καρδιά μας. Τα άλλα όλα τα κάνει ο Θεός.
- Η καρδιά που ερωτεύτηκε τον Κύριο ποτέ δεν κοιμάται αλλά πάντα βρίσκεται σε εγρήγορση. (Άγιος Νεκτάριος)
- Η ανορεξία ζωής και η ραθυμία που έχουν οι περισσότεροι άνθρωποι σήμερα είναι πνευματικός θάνατος και οφείλονται στο ότι δεν γεύτηκαν την αγάπη του Θεού, με συνέπεια η καρδιά να κοιμάται.

04 - 12 - 2017

- Αν βάλουμε τον Χριστό στη ζωή μας, ή πιο σωστά αν αφήσουμε τον Χριστό να μπει στη ζωή μας, θα αλλάξει ο κόσμος μας.
- Υπάρχουν άνθρωποι που προσεύχονται συνεχώς, κάποιοι ακόμα κι όταν κοιμούνται, χωρίς να το σκέφτονται. Λειτουργεί αδιάκοπα η ευχή "Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησόν με" μέσα τους.
- Υπάρχουν άνθρωποι που, ενώ αδικήθηκαν, συγχώρησαν αυτόν που τους αδίκησε και ο Θεός τους έδωσε μεγάλη χάρη.
- Τον πόθο για τον Θεό όλοι οι άνθρωποι τον έχουμε φυτεμένο μέσα μας και, μόνο όταν είμαστε μαζί με τον Θεό, αναπαυόμαστε.
- Ως εικόνες Θεού που είμαστε έχουμε άπειρο πόθο για τον Άπειρο.
- Αν δεν γεμίσουμε με τον Θεό, που είναι ο πραγματικός μας πόθος, γεμίζουμε με υποκατάστατα του Θεού, τα διάφορα πάθη.
- Οι εμπαιθείς-εξαρτημένοι άνθρωποι έχουν μεγάλο πόθο, αλλά δεν τον έχουν στραμμένο προς τη σωστή κατεύθυνση, δηλαδή στον Θεό.
- Τα πάθη δεν θεραπεύονται με την καταστολή και την απώθηση αλλά με το στρέψιμό τους προς τον Θεό.
- Τα πάθη είναι εκτροπή-αστοχία του πραγματικού στόχου και της πραγματικής ανάγκης της ψυχής μας, που είναι ο Θεός.
- Είμαστε όλοι καλεσμένοι για την αίσθηση του Θεού. Και μέσα από τις δυσκολίες.
- Ο Θεός με έναν μυστικό τρόπο απεργάζεται τη σωτηρία του καθενός μας.
- Ζούμε πραγματικά και το αισθανόμαστε, μόνο όταν μας αποκαλύπτεται ο Θεός. Αλλιώς τρέχουμε σαν τρελοί και δεν ζούμε ούτε τον χρόνο ούτε τον χώρο.
- Ο άνθρωπος που συναντά και γεύεται τον Θεό είναι κοινωνικός με όλους τους ανθρώπους και μεταδίδει ευλογία.
- Στις θλίψεις αυτό που έχει περισσότερο σημασία είναι η ματιά μας απέναντι σε αυτές.
- Ο Θεός είναι η χαρά. Βάζοντας τον Θεό στη ζωή μας, γεμίζουμε από χαρά και δεν μένει χώρος για όσα μας ταλαιπωρούν.
- Τους πειρασμούς και τους λογισμούς δεν τους παλεύουμε κατά μέτωπο. Λουφάζουμε και αφήνουμε στον Θεό να τους αναλάβει.
- Να μην πολεμούμε τα πάθη μας αλλά να ενεργοποιούμε την καρδιά μας στον θείο έρωτα. Το να πολεμούμε τα πάθη μας είναι εγκλωβισμός στον εαυτό μας και αδιέξοδο.
- Η πίστη και η αγάπη μας στον Θεό φαίνεται από το αν εμπιστευόμαστε τον Θεό.
- Όλοι είμαστε εμπαιθείς. Αυτό που έχει σημασία και είναι αγάπη είναι να μπορούμε πίσω από τα πάθη και τις αδυναμίες κάποιου να μπορούμε να βλέπουμε την ουσία του, δηλαδή τα καλά που αυτός έχει.
- Πίσω από τις ανθρωπίνες αδυναμίες κρύβονται καλοί άνθρωποι.

- Η αποκάλυψη του καλού που έχει ένας άνθρωπος πίσω από το άσχημο που φαίνεται είναι αυτό που τον σώζει.
- Αγαπώ σημαίνει βγάζω το κρυμμένο καλό που έχει ένας άνθρωπος πίσω από το άσχημο που φαίνεται.
- Ένας άνθρωπος μπορεί να διορθώσει τα λάθη του και να γίνει καλύτερος, μόνο αν πρώτα πιστέψει ότι κάτι αξίζει.
- Ο καλύτερος έπαινος για έναν άνθρωπο είναι να ακούσει ότι έχει χρυσή καρδιά. Και όλοι οι άνθρωποι κατά βάθος έχουν χρυσή καρδιά.
- Όταν επαινούμε κάποιον για την καρδιά του, τότε λειτουργεί η αγάπη.
- Όταν κάνουμε κάτι, κουραζόμαστε όχι τόσο από τον κόπο μας, όσο από το αν δεν έχει λόγο και νόημα αυτό που κάνουμε.
- Σε μία σχέση, αμαρτία δεν είναι μόνο το να απατάει ο ένας σύντροφος τον άλλον, αλλά και το να μην συνεισφέρει στην εξέλιξη, ανανέωση και ανάπαυση της σχέσης τους.
- Η αναπαυτική σχέση δεν είναι συμβατική, τυπική, εξωτερική, μηχανιστική, ηδονιστική. Αναπαυτική σχέση είναι αυτή που έχει λόγο προσωπικό, έχει περιεχόμενο, έχει ουσία.
- Ο άνθρωπος που έχει πληγωθεί από τον θείο έρωτα δεν θεοποιεί τα του κόσμου, δεν τρελαίνεται και δεν χάνει την εσωτερική του δύναμη στα δύσκολα. Και έτσι τελικά είναι και πιο αποτελεσματικός.
- Χωρίς να έχουν τον Χριστό μέσα τους, όλα τα κοσμικά είναι ανούσια. Όμως ο Χριστός μπορεί να μπει παντού και να μεταμορφώσει τα πάντα.
- Ο πνευματικά υγιής άνθρωπος δεν είναι αυτός που μέμφεται τα στραβά του κόσμου ή της Εκκλησίας, αλλά αυτός που μιλάει για τη δόξα, τη μεγαλοπρέπεια και τα θαυμάσια του Θεού.
- Ο άνθρωπος του Θεού τονίζει τα όμορφα, όχι τα άσχημα, και δίνει ελπίδα σε όλους.
- Να μην ασχολούμαστε με τα άσχημα και να μην χρησιμοποιούμε άσχημες λέξεις, γιατί έτσι αγριεύει η καρδιά μας. Ο άγιος Πορφύριος με σοφία Θεού δεν χρησιμοποιούσε ούτε τη λέξη "διάβολος". Έλεγε "ο αντικείμενος", δηλαδή αυτός που είναι ο αντίπαλός μας.
- Όταν ένας άνθρωπος ασχολείται διαρκώς με τις αιρέσεις, τις πλάνες και τα άσχημα του κόσμου, αυτό δείχνει ότι κάτι είναι αταχτοποιήτο μέσα του.
- Όταν ένας άνθρωπος γίνεται φως, αποκαλύπτονται τα σκοτάδια γύρω του. Δεν χρειάζεται να επισημάνει τίποτα αρνητικό σε κανέναν.
- Αν ένας φωτισμένος άνθρωπος ασχοληθεί με το σκοτάδι, το χάνει το φως.
- Ο άνθρωπος που έχει τη χάρη του Θεού είναι ταπεινός, γιατί έχει πληρότητα και την αισθάνεται. Δεν έχει άγχος, δεν νοιάζεται αν τον αδικούν, αγαπά τους εχθρούς του, έχει εσωτερική ελευθερία, δεν φοβάται ούτε τον θάνατο.
- Θεία χάρη είναι το να ζούμε στη ζούγκλα και να αισθανόμαστε ότι ζούμε στον παράδεισο. Και αυτό μπορεί να γίνει, αν, παρά τη ζούγκλα μας, λέμε "να 'ναι ευλογημένο".
- Να μην μπερδεύουμε τα συναισθηματικά-ψυχολογικά πράγματα με τη χάρη του Θεού.

- Ασφαλές κριτήριο ότι έχουμε τη χάρη του Θεού είναι η αγάπη προς τους εχθρούς μας.
- Πολλές φορές η αγάπη λειτουργεί καλύτερα από απόσταση. Η εγγύτητα μπορεί να εμποδίζει την αγάπη και να βλάπτει τους ανθρώπους.
- Το να είμαι μακριά από κάποιον δεν σημαίνει οπωσδήποτε ότι δεν τον αγαπώ. Αλλά και το να είμαι κοντά σε κάποιον δεν σημαίνει οπωσδήποτε ότι τον αγαπώ.
- Η αγάπη προς τον εχθρό μας μπορεί να λειτουργήσει μόνο με τη χάρη του Θεού. Οι δικές μας δυνάμεις δεν μπορούν καθόλου να μας βοηθήσουν σε αυτό.
- Η πνευματική ζωή δεν είναι ένα σύστημα, μια κοσμοθεωρία αυτοβελτίωσης με τις δικές μας δυνάμεις. Είναι η εμπειρία του Θεού που μας απομακρύνει από κάθε κακό.
- Η αγάπη δεν είναι βλακεία, δεν είναι μαλθακότητα, δεν είναι αοργησία σε όλες τις περιπτώσεις. Αγάπη, εκτός των άλλων, είναι να οργιζόμαστε κατά του κακού, όχι όμως κατά του προσώπου.
- Η θεία χάρη δεν είναι δύσκολη. Προϋποθέτει μόνο να έχουμε ταπεινό φρόνημα και να ζητούμε το έλεος του Θεού. Δηλαδή να συνειδητοποιήσουμε ότι δεν μπορούμε να ζήσουμε χωρίς τον Θεό. Δεν είναι μακριά η χάρη. Εμείς είμαστε μακριά από τη χάρη.
- Η ψυχή που έχει πληγωθεί από τον θείο έρωτα είναι μεταμορφωμένη και πάντα χαρούμενη. Αγάλλεται, σκιρτά και χορεύει, γιατί αναπαύεται στην αγάπη του Κυρίου, όπως αναπαύεται κανείς στα ήρεμα νερά. Κανένα θλιβερό γεγονός του κόσμου δεν μπορεί να διαταράξει τη γαλήνη και την ειρήνη της. Ούτε κάτι λυπηρό να της αφαιρέσει τη χαρά και την ευφροσύνη. (Άγιος Νεκτάριος)
- Ο θείος έρωτας προξενεί την οικειότητα προς τον Θεό, η εξοικείωση προξενεί το θάρρος, ενώ με το θάρρος επέρχεται η επιθυμία για τη γεύση του θείου έρωτα και λίγο μετά η πείνα γι' αυτόν. (Άγιος Νεκτάριος)
- Το χαρακτηριστικό της αίσθησης της αγάπης του Θεού είναι ότι δεν οδηγεί σε κορεσμό.
- Η ψυχή την οποία αγγίζει ο θείος έρωτας είναι διαρκώς νέα και άφθαρτη.
- Ο Θεός είναι τρέλα. (Άγιος Πορφύριος)
- Να επιθυμούμε να μας πυρπολήσει ο Θεός με τη χάρη Του και να μείνουμε για πάντα με αυτή τη φωτιά.