

## **02-03-2026 Οι λογισμοί με απομονώνουν**

- Οι αληθινές σχέσεις μάς εξελίσσουν και μας πλουτίζουν.
- Οι λογισμοί υποσκάπτουν τη γνησιότητα των σχέσεών μας.
- Να μην έχουμε απολύτως κανέναν λογισμό για τους ανθρώπους με τους οποίους σχετιζόμαστε. (Αβάς Ησαΐας)
- Οι λογισμοί είναι που σκοτώνουν τη σχέση, γιατί σημαίνουν πολλά πράγματα, όπως ανασφάλεια, φόβο, μεθοδεύσεις, σκοπιμότητες, προσπάθεια ελέγχου του άλλου.
- Οι ύπαρξη λογισμών φανερώνει την έλλειψη γνήσιας διάθεσης να σχετισθούμε αγαπητικά με τον άλλον άνθρωπο.
- Όταν αγαπώ τον άνθρωπο και εμπιστεύομαι τον Θεό, δεν έχω λογισμούς.
- Στις σχέσεις μας καθρεφτίζεται ο εαυτός μας, φανερώνεται ποιοι πραγματικά είμαστε.
- Κάθε φορά που με οποιονδήποτε τρόπο τοποθετούμε κάποιον απέναντί μας, αμέσως χάνουμε τον Θεό.
- Ακόμα κι όταν με τον λογισμό μας κρίνουμε θετικά τον άλλον, ζημιωνόμαστε, καθώς αναπτύσσονται μέσα μας ιδέες σύγκρισης, ζήλιας, μειονεξίας και απογοήτευσης.
- Να μην βάζουμε ποτέ ταμπέλες στους ανθρώπους.
- Ο άνθρωπος που προσεγγίζει τον άλλον με ευθύτητα και χωρίς υπολογισμούς, δεύτερες και τρίτες σκέψεις, είναι ισορροπημένος, ειρηνικός και ελεύθερος.
- Η γνώμη που έχουμε για κάποιον, ακόμη και ο λογισμός, γίνεται αφετηρία και αιτία απομόνωσής μας από αυτόν. (Αβάς Ησαΐας)
- Η ουσία της αμαρτίας είναι η απομόνωση.
- Πίσω από σχέσεις που φαίνονται πολύ κοινωνικές συχνά κρύβονται απομονωμένοι άνθρωποι, στους οποίους τροφοδοτείται η απομόνωση από αυτή τη δήθεν κοινωνικότητα.
- Η βασική αμαρτία μας είναι ο φόβος, γιατί αυτός γεννά τους λογισμούς ως άμυνα.
- Μόλις θέσω τον εαυτό μου έναντι ενός ανθρώπου κατά τρόπο κριτικό ή λογιστικό, ευθύς αμέσως υψώνω οχυρά τείχη ανάμεσα σε μένα και κείνον. (Αβάς Ησαΐας)
- Με την υπερπληροφόρηση υπερλειτουργεί ο εγκέφαλος και παραλύει η καρδιά.
- Για να θεραπεύσουμε ένα πρόβλημα, το πρώτο που οφείλουμε να κάνουμε είναι να το αναγνωρίσουμε ως πρόβλημα.
- Η παραδοχή μας ότι είμαστε προβληματικοί είναι λεβεντιά και βάση για τη θεραπεία μας.
- Οι λογισμοί που -ηθελμένα άλλωστε- έχουμε είναι η προσπάθειά μας να αυτοδικαιωθούμε μέσα στη μειονεξία μας. Είναι η καραμελίτσα με την οποία προσπαθούμε να γλυκάνουμε τη χωρίς ζωή ζωή μας.
- Μέσα σε ελάχιστο χρόνο λογισμών είναι δυνατόν να γίνει το μυαλό μου ένας τόπος πλήρης ναυαγίων, διότι δεν είναι δυνατόν, όταν βάλω τον νου μου, να μην βγάλω τους άλλους άχρηστους. (Αβάς Ησαΐας)
- Η κατάκριση είναι φόνος. Όταν κατακρίνω κάποιον, μέσα μου τον σκοτώνω.
- Αυτό που έχει σημασία δεν είναι η αλήθεια του άλλου, την οποία μπορεί να μάθουμε και η οποία όμως δεν είναι επαρκής, αλλά η αλήθεια του Θεού για τον άλλον, που είναι η αγάπη.

- Η αλήθεια του άλλου δεν είναι κάτι που έκανε, αλλά είναι η ουσία του ανθρώπου αυτού και οι προϋποθέσεις του.
- Αλήθεια χωρίς αγάπη είναι το μεγαλύτερο ψέμα και η μεγαλύτερη απάτη του διαβόλου, που με το πρόσχημα των αντικειμενικών γεγονότων θέλει να μας οδηγήσει στην απανθρωπιά και στη σκληροκαρδία.
- Αυτό που εγώ χρειάζομαι περισσότερο δεν είναι η γνώση της αλήθειας του άλλου, αλλά η γνώση της δικής μου αλήθειας, δηλαδή τα δικά μου κίνητρα που με κάνουν να ασχολούμαι με τον άλλον, το περιεχόμενο της δικής μου καρδιάς.
- Ο κλεισμένος στον εαυτό του άνθρωπος πάντοτε έχει λογισμούς. Αυτοί τον απομονώνουν.
- Όταν γευτούμε την αγάπη του Θεού, δεν έχουμε ανάγκη καμιάς δικαίωσης και καμιάς υπεράσπισης του εαυτού μας διά λογισμών.
- Το ότι ανακατευόμαστε στις ζωές των άλλων ανθρώπων, δείχνει ότι έχουμε ένα μεγάλο πρόβλημα μέσα μας, που οφείλουμε να το ψάξουμε και να το θεραπεύσουμε.
- Τα καλά του άλλου μπορούμε μόνο να τα λέμε, όχι να τα λογιζόμαστε. (Αβάς Ησαΐας)
- Ο αρνητισμός κάποιου είναι ρεύμα που μεταδίδεται και το εισπράττει ο άλλος από μακριά κιόλας. (Άγιος Πορφύριος)
- Όταν βάζω κάποιον στο στόμα μου, να το κάνω μόνο για να τον επαινέσω, όχι για να βάλω στον νου μου λογισμούς.
- Όποιος δεν βρίσκει στη ζωή του ομορφιά και ενδιαφέροντα έχει πρόβλημα ο ίδιος. Γιατί ο κόσμος είναι γεμάτος ομορφιά και ενδιαφέροντα.
- Μια σχέση εξελίσσεται και συνεχώς ανανεώνεται, εφόσον τα δύο μέλη της καλλιεργηθούν και πλουτίσουν πνευματικά, ώστε να μπορούν να προσκομίζουν αυτόν τον πλούτο στη σχέση.
- Αυτό που ομορφαίνει έναν άνθρωπο εξωτερικά είναι η ομορφιά που έχει μέσα του.
- Ο λογισμός είναι περίπατος και ξεστράτισμα της καρδιάς. (Αβάς Ησαΐας)
- Να προσευχόμαστε με ζέση στον Θεό να μας φυλάσσει από τους λογισμούς.
- Μη συνάπτεις ποτέ φιλία ή έρωτα με τον λογισμό. Θα σε σακατέψει, θα σε κάνει μοιχό. (Αβάς Ησαΐας)
- Όλος μας ο αγώνας είναι να βγούμε από τις βεβαιότητες του εαυτού μας, που μας κρατάνε καθηλωμένους και δεν μας αφήνουν να αναπτυχθούμε και να ωριμάσουμε.
- Είναι τραγικό να μην εξελισσόμαστε και να μην ωριμάζουμε.
- Οφείλουμε συνεχώς να αδειάζουμε από τον εαυτό μας, ώστε με τον πυρήνα της ύπαρξής μας να μπορούμε να προσευχόμαστε και να ενωνόμαστε με τον Θεό.
- Η κατάσταση της καρδιάς μας αποκαλύπτει την πραγματικότητά μας, την ποιότητά μας. Με άλλα λόγια, μαρτυρεί αν πραγματικά αγαπάμε τον εαυτό μας ή τον έχουμε εγκαταλείψει.
- Η πνευματική μας κατάσταση φαίνεται κυρίως όταν μας αδικούν. Είναι πολύ σημαντικό να απαντούμε με συστολή, σύνεση και ενσυναίσθηση στην όποια αδικία μας κάνει κάποιος.
- Να υποστηρίζουμε τον εαυτό μας, όταν χρειάζεται, αλλά τη σχέση μας με τον άλλον να τη βάζουμε πάνω από την υποστήριξη του εαυτού μας, γιατί είναι κάτι πολύ πιο σημαντικό.
- Τι να την κάνω την υποστήριξη του εαυτού μου, όταν είμαι χώρια από τον άλλον. Καλύτερα να είμαι ηττημένος και μαζί με τον άλλον, παρά νικητής και χώρια από τον άλλον.

- Η ζωή είναι σχέση.
- Αληθινά υποστηρίζω τον εαυτό μου, όταν υποστηρίζω τη σχέση μου με τον κάθε άλλον.
- Πολύ συχνά ο λόγος που θέλουμε να συζητάμε με τους άλλους είναι για να διορθώνουμε αυτούς και για να ικανοποιούμαστε εμείς. Αυτό εκτός του ότι φανερώνει ότι έχουμε πρόβλημα, είναι ατελέσφορο και μάταιο, γιατί στην ουσία δεν μπορούμε να διορθώσουμε και να αλλάξουμε κανέναν παρά μόνο τον εαυτό μας.
- Για καθετί που μας συμβαίνει οφείλουμε να αναλαμβάνουμε την ευθύνη μας και να μην ρίχνουμε το φταίξιμο σε άλλους.
- Η ευθύνη του κάθε ανθρώπου περιορίζεται σε αυτά που του αναλογούν, όπως είναι τι αυτός σκέφτεται, τι αυτός πράττει και πώς αυτός διαχειρίζεται όσα του συμβαίνουν. Δεν ευθύνεται π.χ. για τα λάθη των άλλων.
- Όταν κοιτάμε πώς να ρίχνουμε το φταίξιμο σε άλλους, παραμένουμε ανώριμοι.
- Όταν προσπαθούμε να διορθώσουμε κάποιον και κατά συνέπεια χάνουμε την ειρήνη της καρδιάς μας, δεν ενεργούμε κατά Θεόν.
- Εάν κάποιος ζητήσει τη γνώμη μας χωρίς όμως να εκφράσει τη δική του, μόνο τότε μπορούμε να του την πούμε. Αντίθετα, εάν ζητήσει τη γνώμη μας λέγοντας όμως και τη δική του, να μην πούμε τη δική μας γνώμη, γιατί θα υπάρξει διαφωνία. (Αβάς Ησαΐας)
- Όταν κάποιος έχει τη γνώμη του και παρόλα αυτά ρωτάει να μάθει τη γνώμη κάποιου άλλου, συνήθως το κάνει για να επιβεβαιώνεται ή για να γίνει στον άλλον πειρασμός. Δεν έχει γνήσια διάθεση για να ακούσει και να μάθει τη γνώμη του άλλου.
- Ένας τρόπος να διαφυλάξουμε την ειρήνη της καρδιάς μας είναι, όταν φαίνεται ότι μετά από μια κουβέντα θα υπάρξει διαφωνία, εμείς να σιωπούμε. Πάντως, όλες οι απόψεις σε μια κουβέντα πρέπει να γίνονται απολύτως σεβαστές και να μην οδηγούμαστε από αυτές σε σύγκρουση.