

23-03-2026 Πώς κερδίζουμε και πώς χάνουμε τον Θεό στις σχέσεις

- Αν κάποιος αναφέρει σε μας ένα ελάττωμα κάποιου αδελφού μας, να μη μεταδώσουμε σε άλλους αυτή την πληροφορία, κατηγορώντας έτσι τον αδελφό μας, γιατί αυτό είναι για μας θάνατος πνευματικός και πληγή της ψυχής.
- Όσο δεν βιώνουμε τη χάρη-ειρήνη του Θεού, τόσο αδυνατούμε εμπειρικά να καταλάβουμε πότε την έχουμε και πότε τη χάνουμε, πότε είμαστε κοντά στον Θεό και πότε μακριά Του.
- Αυτός που ασχολείται με τις ζωές των άλλων, αναζητώντας και μεταδίδοντας αρνητικές πληροφορίες γι' αυτούς, έχει τεράστια κενά μέσα του, τα οποία έτσι προσπαθεί να καλύψει.
- Η κατάκριση είναι πνευματικός θάνατος για όσους κατακρίνουν, ανεξάρτητα με το αν αυτό που λένε ισχύει και είναι δίκαιο.
- Μόνο λόγια τιμητικά δικαιούμαστε να λέμε για τον άλλον.
- Αυτός που ασχολείται με τα στραβά των άλλων δεν βρήκε κάτι όμορφο, από τις άπειρες ομορφιές που υπάρχουν γύρω μας, να ασχοληθεί.
- Αυτά με τα οποία ασχολούμαστε, αυτά τα οποία σκεφτόμαστε και συζητάμε, δείχνουν την εσωτερική μας κατάσταση.
- Όταν κάποιος μεταδίδει σε μας αρνητικές πληροφορίες για κάποιον άλλον, αυτό που οφείλουμε να κάνουμε είναι να "κλείνουμε τα αυτιά μας", να μην τις λαμβάνουμε υπ' όψη και τουλάχιστον να μην του απαντάμε.
- Αν μας ρωτάνε για να μάθουν πληροφορίες για άλλους, αυτό δείχνει ότι μας θεωρούν επιπόλαιους ανθρώπους, χωρίς σοβαρότητα και ειδικό βάρος.
- Είναι δική μας η ευθύνη για το πώς μας βλέπουν οι άλλοι.
- Οφείλουμε να δίνουμε προς τα έξω εκείνη τη μαρτυρία και την καλή αυστηρότητα, που οι άλλοι να προσέχουν τι θα μας πουν.
- Είναι πολύ ωραίοι οι άνθρωποι που ζούνε με αρχές και έχουν όρια τόσο για τον εαυτό τους όσο και για στους άλλους, αν και συχνά θεωρούνται σκληροί και ιδιότροποι, επειδή δεν ενδίδουν στις πιέσεις όσων θέλουν να τους έχουν του χεριού τους.
- Οι άνθρωποι που έχουν εκείνη τη σοβαρότητα και εκείνο το ειδικό βάρος, ώστε αποτρέπουν οποιαδήποτε προσπάθεια μετάδοσης σε αυτούς αρνητικής πληροφορίας για άλλους ανθρώπους, έλκουν και ζουν τη χάρη Θεού.
- Να μην ασχολούμαστε με τα αρνητικά των άλλων, αλλά ούτε και των δικών μας, γιατί όταν ασχολούμαστε, μέσα μας τα μεγεθύνουμε, τα κάνουμε κατάσταση και τα νομιμοποιούμε.
- Όταν κάποιος κατηγορεί έναν άνθρωπο σε μας, οφείλουμε να ασκήσουμε τα όρια που έχουμε βάλει και να του πούμε να σταματήσει και, αν παρόλ' αυτά δεν το κάνει, τότε οφείλουμε να απομακρυνθούμε από αυτόν, και αυτό δεν είναι καθόλου αγένεια.
- Όπως οφείλουμε να βάζουμε φραγμό σε όποιον θέλει να μας μεταδώσει αρνητικές πληροφορίες για κάποιον, το ίδιο οφείλουμε να κάνουμε και στον εαυτό μας, δηλαδή να βάζουμε φραγμό σε οποιαδήποτε πρόθεσή μας να μεταδώσουμε αρνητικές πληροφορίες για κάποιον αδελφό μας.
- Αν και είναι ατομικό μας δικαίωμα να λέμε ό,τι θέλουμε, πνευματικά αυτό δεν μας ωφελεί και δεν μας αναπτύσσει.

- Με τα αρνητικά να ασχολούμαστε, μόνο εφόσον αυτή η ενασχόληση δεν μας ταράσσει, δεν μας "ρίχνει" και εφόσον έτσι μπορούμε να ωφεληθούμε και να ωφεληθούμε. Όμως μάλλον απέχουμε πολύ από αυτή την κατάσταση.
- Όταν ένας άνθρωπος δεν είναι καλά, όταν περνά πνευματική ή ψυχική κρίση στη ζωή του, έχει την τάση να λέει τα προβλήματά του στους άλλους. Το κάνει ίσως για να αναπαυτεί, αλλά στην πραγματικότητα αναζητεί δικαίωση. (Αβάς Ησαΐας)
- Ο άνθρωπος πάντοτε γυρεύει τη δικαίωσή του, πολύ συχνά ακόμα και στην εξομολόγηση.
- Πολύ σπάνια βάζουμε σε συζήτηση τα δικά μας λάθη και πώς θα τα διορθώσουμε. Το πολύ συνηθισμένο είναι να βάζουμε σε συζήτηση τα λάθη και τη διόρθωση των λαθών των άλλων.
- Αυτός που έρχεται για να μας πει αρνητικά άλλων είναι βέβαιο ότι κάποια στιγμή θα χρησιμοποιήσει κι εμάς και θα μας γίνει πειρασμός. Είναι ένας ακόμη λόγος αυτός που οφείλουμε να μην του το επιτρέψουμε.
- Όταν λέω, π.χ. από μέσα μου, "Θέλω να με καταλάβουν", στην πραγματικότητα εννοώ "Θέλω να με δικαιώσουν". Άλλωστε, το να με καταλάβουν είναι κάτι που δεν με συμφέρει, γιατί, αν κάποιος πραγματικά με καταλάβει, δεν θα με δικαιώσει και κατά συνέπεια θα γίνει για μένα ο μεγαλύτερος εχθρός.
- Η σχέση μας με τον Θεό και οι σχέσεις μας με τους ανθρώπους είναι αλληλεξαρτώμενες.
- Η ποιότητα και το περιεχόμενο της προσευχής μας εξαρτώνται από την ανωτερότητα και την κοινωνικότητα των σχέσεών μας.
- Τα διάφορα προβλήματα που μας προκύπτουν από τις σχέσεις μας να μην τα μεγεθύνουμε και να μην τα αναμοχλεύουμε, ώστε να μην ταλαιπωρούμαστε.
- Η πνευματική ζωή ξεκινάει από την ευγένεια και την κοινωνικότητα. Σε αυτές βασίζεται.
- Αν δεν είμαστε ευγενικοί και κοινωνικοί άνθρωποι, δεν μπορούμε να έχουμε πραγματική προσευχή και γενικότερα πραγματική σχέση με τον Θεό.
- Όταν στην προσευχή μας απλά αφηνόμαστε στον Θεό και δεν ζητάμε τίποτα άλλο εκτός από Αυτόν, τότε ειρηνεύουμε, έρχεται φως στην καρδιά μας και αρχίζουμε να βλέπουμε τον κόσμο διαφορετικά.
- Η προσευχή είναι από μόνη της μια πράξη ταπείνωσης. Ο άνθρωπος δεν πηγαίνει να τα βάλει με τους άλλους και να βγει νικητής, αλλά μαζεύεται, συγκεντρώνεται και μιλάει στον Θεό, ουσιαστικά ζητώντας ένα πράγμα από Αυτόν: Να ενωθεί μαζί Του.
- Αν αγαπούμε κάποιον περισσότερο, να μην του φανερώσουμε αυτήν την αγάπη μας και του δίνουμε παρρησία, γιατί μπορεί κάποιος άλλος να ζηλέψει και τότε υπεύθυνοι γι' αυτό θα είμαστε εμείς.
- Ο έξυπνος άνθρωπος είναι ο ταπεινός, ο συντετριμμένος, ο ευαίσθητος, αυτός που μπορεί και μπαίνει στη θέση του άλλου ανθρώπου.
- Ο πονεμένος πνευματικά άνθρωπος ταπεινώνεται και αποκτά τέτοια λεπτότητα και ευαισθησία, που μπορεί να αντιλαμβάνεται τις δυσκολίες των άλλων και να τους αναπαύει.
- Όσο προσεκτικοί και να είμαστε με κάποιον στα λόγια μας και γενικότερα στη συμπεριφορά μας, μπορεί η κατάστασή του να είναι τέτοια, που να μας μιλάει απότομα ή και άσχημα. Να μην απαιτούμε από τον άλλον να είναι δυνατός. Εμείς να είμαστε δυνατοί.

- Ο λόγος που οι σχέσεις μας πηγαίνουν χάλια είναι γιατί ο καθένας μας έχει απαιτήσεις από τον άλλον και όχι από τον εαυτό του.
- Η απαίτηση είναι πτώση.
- Το να θέλω να δείχνω και να κοκορεύομαι στους άλλους ότι είμαι κολλητός κάποιου που θεωρούμε σπουδαίο είναι ναρκισσιστική ανάγκη και νοσηρή κατάσταση.
- Όταν πηγαίνουμε να επισκεφτούμε κάποιον, να μην θεωρούμε δεδομένο ότι θα χαρεί που θα μας δει. Δεν ξέρουμε τι προβλήματα τον βασανίζουν. Αλλά και την ψυχή του αυτός να μας δώσει για να μας ευχαριστήσει, αν εμείς είχαμε υψηλές προσδοκίες, είναι πολύ πιθανό να φύγουμε απογοητευμένοι.
- Οι προσδοκίες και οι σκοπιμότητες είναι μεγάλα αγκάθια στις σχέσεις. Είναι εμπόδια της πραγματικής συνάντησης και σχέσης.
- Η προσδοκία σε μία σχέση δεν διαφέρει από την απαίτηση.
- Όταν πηγαίνω σε μία σχέση με προσδοκίες: α)ήδη εγώ είμαι ανελεύθερος και β)απαιτώ από τον άλλον να ικανοποιήσει τις προσδοκίες μου, δηλαδή καθιστώ και αυτόν ανελεύθερο. Όμως σε μία αληθινή σχέση, σχέση αγάπης, μπορεί να υπάρξει ανελευθερία, δηλαδή σκλαβιά;
- Σε μία αληθινή σχέση το κάθε μέλος της σχέσης είναι ελεύθερα ο εαυτός του. Όταν όμως υπάρχουν προσδοκίες, δηλαδή ανελεύθεροι άνθρωποι, μπορούν αυτοί να είναι ο εαυτός τους;
- Αν σε μία συνάντηση πάμε μη προσδοκώντας τίποτα, τότε όπως και να μας φερθεί ο άλλος, πολύ περισσότερο αν μας δείξει λίγη καλοσύνη και αγάπη, θα επιστρέψουμε στο σπίτι μας ευχαριστώντας τον Θεό για τη μεγάλη τιμή και αγάπη που μας έδειξε.
- Όταν πηγαίνουμε σε μία συνάντηση-σχέση χωρίς προσδοκίες, αυτό σημαίνει ότι είμαστε γεμάτοι από κάτι άλλο πιο σημαντικό, που είναι το φως της Ευχής. Και χαιρόμαστε τον άλλον, είτε χαιρείται κι αυτός που μας βλέπει είτε όχι. Και έτσι σιγά σιγά του μεταδίδουμε τη χαρά.
- Αναμένοντας από τον άλλον να πάρουμε κάτι που προσδοκούμε, ήδη τον χρεώνουμε με μια ευθύνη, που τον κάνει να απομακρύνεται από μας εσωτερικά.
- Μόνο όταν είμαστε γεμάτοι μέσα μας και άρα δεν έχουμε καμία προσδοκία, μπορούμε να κάνουμε υγιείς σχέσεις. Αντίθετα, αν είμαστε άδαιοι και περιμένουμε από τον άλλον να μας καλύψει, δεν θα χτίσουμε ποτέ υγιείς σχέσεις και θα αγαπάμε τον άλλον όχι γι' αυτό που είναι, αλλά γι' αυτό που θα μας δώσει.
- Τη χαρά που θα αισθανθεί ο άλλος όταν μας δει δεν μπορούμε να την επιβάλλουμε. Μόνο να την εμπνεύσουμε και να την κερδίσουμε μπορούμε. Και αυτό μπορεί να γίνει, μόνο αν είμαστε ελεύθεροι εμείς, δηλαδή αν έχουμε τον Θεό μέσα μας. Αλλιώς χάνουμε τον χρόνο μας και εξαντλούμαστε.
- Όταν οδοιπορούμε παρέα με κάποιον που τον βλέπουμε να έχει κουραστεί ή να έχει πεινάσει, είναι πολύ ευγενικό και άρα πνευματικό να προσποιηθούμε ότι κι εμείς έχουμε την ίδια ανάγκη, για να μην τον φέρουμε σε δύσκολη θέση και για να μπορέσει να αναπαυθεί.
- Αυτός που αγαπάει καταλαβαίνει την ανάγκη του άλλου πριν ο άλλος του τη ζητήσει. Η αγάπη τού έχει αναπτύξει τα πνευματικά του αισθητήρια.

- Αν κάνουμε κάποια εργασία μαζί με κάποιον άλλον, να κοιτάζουμε αυτό που κάνουμε εμείς και όχι αυτό που κάνει ο άλλος. Γιατί, αν κοιτάζουμε αυτό που κάνει ο άλλος, θα μας μπει ο λογισμός να τον διορθώσουμε και να τον διδάξουμε.
- Ο/η σύζυγός μας δεν είναι κτήμα μας. Δεν έχουμε κανένα δικαίωμα πάνω του, π.χ. να τον ελέγχουμε και να τον χειραγωγούμε, γιατί τότε η σχέση θα έχει ήδη διαρρηχθεί.
- Αν είχαμε σεβασμό και λεπτότητα στις σχέσεις μας, αυτές θα ήταν θωρακισμένες και υγιείς.
- Μόνο αν αρχίσουμε να μειώνουμε την εσωτερική μας ένταση για τους ανθρώπους και για τις καταστάσεις, θα μπορέσουμε να ηρεμήσουμε και να ζήσουμε αληθινά. Και να θυμόμαστε ότι το μόνο που είναι σημαντικό στη ζωή μας είναι να έχει η καρδιά μας Θεό. Γι' αυτό να μην μεγαλοποιούμε τίποτα και να μην ταρασσόμαστε με τίποτα.
- Όταν μεγαλοποιούμε το κακό και τα πράγματα που συμβαίνουν, ζημιωνόμαστε πολύ.
- Το άγχος, η κατάθλιψη και όλα τα άλλα ψυχολογικά προβλήματα οφείλονται κυρίως στο ότι μεγαλοποιήσαμε τα πράγματα που συμβαίνουν.
- Το μεγαλύτερο κέρδος και η μεγαλύτερη νίκη του πονηρού είναι όταν μεγαλοποιεί τα πράγματα που συμβαίνουν, για να υποφέρουν οι άνθρωποι.
- Το να κατηγορούμε τον εαυτό μας δεν είναι μετάνοια, αλλά εγωισμός. Γι' αυτό να αναγνωρίζουμε τα λάθη μας, να μην τα μεγαλοποιούμε ούτε να τα αναμοχλεύουμε, αλλά να τα καταθέτουμε στην αγάπη του Θεού.