17 Αυγούστου 2021

Πώς θα προλαβαίνω να μη θυμώνω (Άγιος Παΐσιος))

Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Άγ. Παΐσιος Αγιορείτης / Γενικά Θέματα / Ορθόδοξη πίστη



– Γέροντα, πώς θα ξεπεράσω τον θυμό;
– Σκοπός είναι να προλαβαίνης να μη φθάνης στον θυμό.
Και το γάλα, αν δεν προλάβης να το κατεβάσης από την φωτιά, μόλις φουσκώση, χύνεται.

– Πώς θα προλαβαίνω να μη θυμώνω;
– Χρειάζεται επαγρύπνηση. Να παρακολουθής τον εαυτό σου και να συγκρατής τον θυμό σου, για να μη ριζώση μέσα σου το πάθος, γιατί μετά, και να θελήσης να το κόψης με το τσεκούρι, θα πετάη συνέχεια «λαίμαργα».
Να θυμάσαι αυτό που είπε ο Δαβίδ: «Ητοιμάσθην και ουκ εταράχθην».
Είδες εκείνος ο μοναχός τι έκανε; Μόλις έβγαινε από το κελί του, έκανε τον σταυρό του και έλεγε: «Θεέ μου, φύλαξέ με από τους πειρασμούς» και ήταν έτοιμος να αντιμετωπίση πειρασμό. Ήταν σαν να κρατούσε σκοπιά. Κοιτούσε από πού θα του έρθη ο πειρασμός, για να αμυνθή. Αν λοιπόν κάποιος αδελφός του φερόταν άσχημα, αυτός ήταν έτοιμος και τον αντιμετώπιζε με πραότητα και με ταπείνωση. Έτσι να κάνης κι εσύ.

– Γέροντα, γιατί μερικές φορές σε έναν πειρασμό λέω από μέσα μου: «δεν θα μιλήσω», αλλά στο τέλος ξεσπάω.
– Τί θα πη ξεσπάς; Τα σπασμένα τί γίνονται μετά; Καίγονται; Δεν έχεις, φαίνεται, πολλή υπομονή, γι' αυτό φθάνεις μέχρις ενός σημείου και ύστερα ξεσπάς.

Χρειάζεσαι λίγη ακόμη …;
Πριν μιλήσης, να λες δυο-τρεις φορές την ευχή, για να πάρης λίγο φως. Μια γυναίκα, όταν θύμωνε, έλεγε το «Πιστεύω» και ύστερα μιλούσε.
Κοσμικοί άνθρωποι και βλέπεις τί αγώνα κάνουν!

– Γέροντα, όταν αντιδρώ με την συμπεριφορά μιας αδελφής, τί να κάνω;
– Να βλέπης την αδελφή με καλωσύνη. Να προσπαθής να την δικαιολογής με αγάπη. Αυτό θα σε βοηθήση να αποκτήσης φυσιολογικά μια σταθερή, καλή πνευματική κατάσταση και όταν θα έρχεται το πάθος του θυμού, θα βρίσκη κατειλημμένη την θέση της καρδιάς σου από την αγάπη και δεν θα μπορή πλέον να σταθή θα φεύγη.

Γέρων Παΐσιος
Πηγή: panagiaalexiotissa.blogspot.gr