

Πρακτικές πνευματικές συμβουλές (Γέρων



Ό,τι κι

αν μας συμβούλευε ο γέροντας Μακάριος, πάντοτε τοποθετούσε την ταπείνωση στην πρώτη γραμμή των συμβουλών του. Από αυτήν την αρετή παρήγαγε όλες τις επόμενες αρετές που συναποτελούν το ήθος του αληθινού Χριστιανού. Αυτή είναι η ουσία των μαθημάτων, που ο γ. Μακάριος δίδασκε σε όλους, όσοι διψούσαν για τις εντολές και την καθοδήγησή του:

- να εξετάζεις τη συνείδησή σου,
- να πολεμάς συνεχώς με τα πάθη σου,
- να καθαρίζεις την ψυχή σου από τις αμαρτίες,
- να αγαπάς το Θεό εν απλότητι καρδίας,
- να πιστεύεις σ' αυτόν χωρίς υπολογισμούς,
- να έχεις ακατάπαυστα ενώπιόν σου το απεριόριστο έλεός του, και με όλη τη δύναμη της ψυχής σου να Τον δοξάζεις και να Τον ευλογείς σε όλες τις δυσάρεστες περιστάσεις της ζωής,
- να αναζητάς τη δική σου ενοχή, και να συγχωρείς κάθε παράπτωμα του διπλανού σου εναντίον σου, ούτως ώστε να αποσπάσεις το έλεος του Θεού για τις δικές σου αμαρτίες,

-να προσπαθείς να θεμελιώσεις μέσα σου την αγάπη για το διπλανό σου,
-να περισώζεις την ειρήνη και την ηρεμία στην οικογένεια και τους γνωστούς σου,
-να θυμάσαι πιο συχνά τις εντολές του Θεού και -να προσπαθείς να τις εκπληρώσεις, καθώς επίσης και τους κανόνες της Εκκλησίας,
όσο είναι δυνατόν, να πηγαίνεις για εξομολόγηση και να μετέχεις των Θείων Μυστηρίων αρκετές φορές το χρόνο,
-να τηρείς και τις τέσσερις περιόδους νηστείας, καθώς και τις Τετάρτες και τις Παρασκευές,
-να παρακολουθείς τις ακολουθίες και τη Θεία Λειτουργία σε κάθε εορτή,
-να λες πρωινές και βραδινές προσευχές και ακόμη μερικούς ψαλμούς κάθε μέρα, και, αν το επιτρέπει ο χρόνος, να διαβάζεις ένα κεφάλαιο από τα Ευαγγέλια και τις Επιστολές των Αποστόλων,
-να προσεύχεσαι κάθε πρωί και βράδυ για την ανάπαυση των κεκοιμημένων και τη σωτηρίου των ζωντανών. Αν, για οποιεσδήποτε συνθήκες, δεν μπορείς να εκπληρώσει αυτά τα καθήκοντα, τότε να επιτιμήσεις τον εαυτό σου ώστε να μετανοήσεις ειλικρινά, και να πάρεις σταθερή απόφαση να μην αποτύχεις ξανά στο μέλλον. Προσευχήσου ακόμη για εκείνους για τους οποίους έχεις κάποια κακή επιθυμία, γιατί αυτός είναι ο σιγουρότερος τρόπος για την εν χριστώ συμφιλίωση.

Γέρων Μακάριος της Όπτινα

Πηγή: artoklasia.blogspot.ca