

2 Νοεμβρίου 2021

## Περὶ καταθλίψεως καὶ λογισμῶν (Άγιος Θεοφάνης ὁ Ἔγκλειστος)

Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Άγ. Θεοφάνης ο Ἔγκλειστος / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθοδοξία και Ορθοπραξία



(Τελευταῖες ἀνησυχίες. Ἐμπιστοσύνη καὶ ἐλπίδα στὸν Θεό. Προσευχὴ καὶ θάρρος.)

Ἐχεις ἀκόμη ἀνησυχίες. Πές μου, ἀπὸ ποῦ θὰ μποροῦσαν νὰ προέρχονται; «Ὄλα τὰ ἔξωτερικὰ πᾶνε καλά» ὅλα τὰ ἔσωτερικὰ τὰ ἔχεις ἐπανεξετάσει καὶ τακτοποιήσει-τὴν ἀπόφασή σου τὴν ἔχεις πάρει. Ἀπὸ ποῦ, λοιπόν, προέρχονται αὐτὲς οἱ ἀνησυχίες; Ὄλες εἶναι ἀπὸ τὸν ἔχθρο. Ὄλες. Ἀπὸ πουθενὰ ἄλλοῦ.

Τί ἄλλο θὰ μποροῦσε νὰ συμβαίνει; Μήπως σκέφτεσαι νὰ φτιάξεις τὴν ζωή σου μόνη σου, μὲ τὶς δικές σου ίκανότητες καὶ προσπάθειες; Ἐν πραγματικὰ αὐτὸ σκέφτεσαι, σὲ συμβουλεύω νι' ἀλλάξεις ἀμέσως γνώμη, ἀλλιῶς δὲν θ\' ἀπαλλαγεῖς ἀπό τη σύγχυση καὶ τὴν ταραχή. Ἐξέτασε πάλι τὸν ἔαυτό σου ᾧ θυμήσου ὅ,τι σοῦ ἔχω ὑποδείξει καὶ ὅ,τι ἔχει συμβεῖ μέσα σου σ' ὅλη τὴ διάρκεια τῆς ἀλληλογραφίας μας. Θυμήσου, ἐπίσης, ποιὰ ἦταν ἡ ἔκβαση τῶν προβληματισμῶν σου γιὰ τὴν ζωή. Τέλος, δῶσε στὴν αὐτοεξέτασή σου τέτοια κατεύθυνση, ὥστε νὰ καταλήξει σὲ μιὰ σταθερὴ ἀπόφαση ἀμετάκλητης ἐναποθέσεως τοῦ μέλλοντός σου στὰ χέρια τοῦ Θεοῦ. Ἀφοῦ, λοιπόν, πάρεις αὐτὴ τὴν ἀπόφαση, προσευχήσου στὸν Κύριο ὄλόθερμα. «Τὸ μέλλον μου», πές Του, «τὸ ἀφήνω μὲ ἐμπιστοσύνη στὰ χέρια Σου. Ὁπως ξέρεις καὶ ὅπως θέλεις, Κύριε, κατεύθυνε τὴν ζωή μου, μ\' ὅλα τὰ ἀπρόοπτα καὶ μ\' ὅλες τὶς δυσκολίες της. Ἀπὸ δῶ κι ἐμπρὸς δὲν θὰ μεριμνῶ καὶ δὲν θ\' ἀνησυχῶ πιὰ γιὰ τὸν ἔαυτό μου. Μία φροντίδα μόνο θὰ ἔχω, νὰ κάνω πάντα ὅ,τι εἶναι εὐάρεστο σ\' Ἐσένα». Ἐτσι νὰ Τοῦ μιλήσεις, ἀλλὰ καὶ ἔμπρακτα νὰ Τοῦ ἀποδείξεις ὅτι ἔχεις ὀλοκληρωτικὰ ἀφεθεῖ στὰ χέρια Του, ὅτι δὲν ἀνησυχεῖς γιὰ τίποτα, ὅτι ἀποδέχεσαι ἥρεμα καὶ ἀγόγγυστα ὁποιαδήποτε κατάσταση, εὐχάριστη ἡ δυσάρεστη, μὲ τὴν πεποίθηση ὅτι ἔχει παραχωρηθεῖ ἀπό τὴν θεία πρόνοια. Μοναδική σου μέριμνα ἀς εἶναι ἡ ἀκριβῆς τήρηση τῶν ἐντολῶν τοῦ Θεοῦ σὲ κάθε περίσταση.

“Υστερ\’ ἀπὸ μία τέτοια ἔσωτερικὴ τοποθέτηση, ὅλες οἱ ἀνησυχίες σου θὰ ἔξανεμιστοῦν. Ἀνησυχεῖς γιὰ τὸν ἔαυτό σου τώρα, καθὼς θέλεις ὅλες οἱ περιστάσεις νὰ συντείνουν στὴν ἐκπλήρωση τοῦ δικοῦ σου σκοποῦ. Καὶ ἐπειδή, φυσικά, ὅλα δὲν γίνονται σύμφωνα μὲ τὸ θέλημά σου, ταράζεσαι καὶ στενοχωριέσαι – «Αὔτὸ δὲν ἔγινε ἔτσι, ἐκεῖνο δὲν ἔγινε ἀλλιῶς». Ἐν, ὅμως, ἀναθέσεις τὰ πάντα στὸν Κύριο μὲ ἐμπιστοσύνη καὶ δεχθεῖς πὼς ὅ,τι συμβαίνει προέρχεται ἀπ\’ Αὐτὸν γιὰ τὸ καλό σου, τότε δὲν θ\' ἀνησυχεῖς πιὰ καθόλου. Θὰ κοιτᾶς μόνο γύρω σου, γιὰ νὰ δεῖς τί σοῦ στέλνει ὁ Θεός, καὶ θὰ ἐνεργεῖς σύμφωνα μ\’ αὐτὸ ποὺ στέλνει. Κάθε κατάσταση μπορεῖ νὰ ὑπαχθεῖ σὲ κάποια θεία ἐντολή. Νὰ ἐνεργεῖς, λοιπόν, σύμφωνα μὲ τὴ σχετικὴ ἐντολή, ἐπιδιώκοντας τὴν εὐαρέστηση τοῦ Θεοῦ καὶ ὅχι τὴν ίκανοποίηση τῶν δικῶν σου ἐπιθυμιῶν. Προσπάθησε νὰ καταλάβεις τί λέω καὶ ἀποφάσισε νὰ τὸ ἐφαρμόσεις. Δὲν θὰ τὸ κατορθώσεις, βέβαια, ἀπό τη μία στιγμὴ στὴν ἄλλη. Χρειάζεται ἀγώνας γι\’ αὐτό,

άλλα καὶ προσευχή.

Ζητῶ ἀπὸ τὸν Κύριο νὰ σὲ λυτρώσει ἀπὸ τὴν κατάθλιψη, ποὺ θεωρεῖς ἀφόρητη, ἀλλὰ μόνο ἂν αὐτὸ εἶναι σύμφωνο μὲ τὸ ἄγιο Θέλημά Του καὶ ἀπαραίτητο γιὰ τὴ σωτηρία σου. Θὰ σὲ λυτρώσει, δίχως ἄλλο, στὴν ὥρα ποὺ πρέπει. Ὁπλίσου μὲ πίστη καὶ ὑπομονή. Βλέπουμε πόσο γρήγορα μεταβάλλονται οἱ συνθῆκες τῆς ζωῆς μας. Ὄλα ἀλλάζουν ἀκατάπαυστα. Ἔτσι θὲ ἀλλάξει καὶ ἡ ψυχική σου κατάσταση. Θὰ ἔρθει μία μέρα πού, ἀπαλλαγμένη πιὰ ἀπὸ τὸ πλάκωμα, θὲ ἀναπνέεις ἐλεύθερα καὶ θὰ φτεροκοπᾶς ὅπως ἡ πεταλούδα πάνω ἀπὸ τὰ λουλούδια. Πρέπει μόνο νὰ σηκώσεις μὲ ὑπομονὴ τὴν τωρινὴ δυσκολία γιὰ δύσον καιρὸ παραχωρήσει ὁ Θεός.

Ὄταν ἡ νοικοκυρὰ βάλει μία πίτα στὸ φοῦρνο, δὲν τὴ βγάζει ὕσπου νὰ βεβαιωθεῖ πὼς εἶναι ψημένη. Ὁ Νοικοκύρης τοῦ σύμπαντος σ' ἔχει βάλει μέσα σ' ἔνα φοῦρνο καὶ σὲ κρατάει ἐκεῖ ὕσπου νὰ ψηθεῖς. Κάνε ὑπομονή, λοιπόν, καὶ περίμενε. Δὲν θὰ μείνεις στὸ φοῦρνο οὕτως ἔνα λεπτὸ περισσότερο ἀπό τὸ χρειάζεται. Μόλις εἴσαι ἔτοιμη, θὰ σὲ βγάλει ὁ Κύριος ἔξω. Ἄν, ὅμως, μόνη σου πεταχτεῖς ἔξω, θὰ εἴσαι σὰν τὴ μισοψημένη πίτα.

Πρέπει ἐπίσης νὰ σοῦ πῶ, ὅτι, σύμφωνα μὲ τὴν πίστη μας, ὅποιος ὑπομένει ἀγόγγυστα τὶς δυσκολίες, πιστεύοντας ὅτι τὶς παραχωρεῖ ὁ Θεὸς γιὰ τὸ καλό του, εἶναι ἰσότιμος μὲ τοὺς μάρτυρες. Αὐτὸ νὰ τὸ θυμᾶσαι πάντα, γιὰ νὰ παρηγοριέσαι.

Εἶναι ἀδύνατο νὰ ζήσεις χωρὶς συναισθήματα καὶ συγκινήσεις, ἄλλα δὲν εἶναι σωστὸ νὰ ὑποκύπτεις σ' αὐτά. Πρέπει νὰ τὰ συγκρατεῖς μὲ τὴ λογικὴ καὶ νὰ τοὺς δίνεις τὴ σωστὴ κατεύθυνση. Εἴσαι εὔαίσθητη καὶ εύσυγκινητη. Ἡ καρδιά σου ξεχειλίζει καὶ χύνεται μέσα στὸ κεφάλι σου. Προσπάθησε νὲ ἀποκτήσεις αὐτοκυριαρχία. Σοῦ ἔχω γράψει ἥδη τί νὰ κάνεις: Νὰ σκέφτεσαι προκαταβολικὰ ποὺ βρίσκεται τὸ πιθανὸ ἐρέθισμα γιὰ κάθε συναίσθημα. Καί, ὅταν τὸ ἐντοπίζεις, νὰ εἴσαι σὲ ἐπιφυλακή, γιὰ νὲ ἀντιλαμβάνεσαι ὅποιαδήποτε συναισθηματικὴ ταραχὴ τῆς καρδιᾶς, ἢ νὰ κρατᾶς τὴν καρδιά σου κάτω ἀπὸ τὸν σταθερὸ ἐλεγχο τοῦ νοῦ. Χρειάζεται νὲ ἀσκηθεῖς σ' αὐτό. Μὲ τὴν ἔξασκηση εἶναι δυνατὸ νὲ ἀποκτήσεις πλήρη αὐτοκυριαρχία.

Όλα πάντως προέρχονται άπό τὸν Θεό. Γι' αύτὸν ἂς στρεφόμαστε σ' Ἐκεῖνον μὲ τὴν προσευχήν. Καὶ δῆμας, γράφεις ὅτι δὲν προσεύχεσαι. Τί εἶναι τοῦτο πάλι; Μήπως ἔγινες ἄθεη; Τί πάει νὰ πεῖ δὲν προσεύχεσαι; Μπορεῖ νὰ μὴ λέξ τὶς τυπικὲς προσευχές, ἀλλὰ ν' ἀπευθύνεσαι στὸν Θεὸν μὲ δικά σου λόγια καὶ νὰ Τοῦ ζητᾶς βοήθεια. Κοίτα, Κύριε, τί συμβαίνει μὲν ἔμενα. Ἐτοῦτο κι ἐκεῖνο... Δὲν μπορῶ νὰ τὰ βγάλω πέρα μόνη μου. Βοήθησέ με, πολυεύσπλαχνε!. Νὰ Τοῦ μιλᾶς γιὰ κάθε σου ἀνάγκη, ἀκόμα καὶ τὴν πιὸ μικρή, καὶ νὰ Τὸν παρακαλᾶς γιὰ διαρκῆ ἐνίσχυση. Αὐτὴ ἡ προσευχὴ εἶναι ἡ πιὸ γνήσια.

Γιατί ἀκοῦς ἐκεῖνον ποὺ σὲ ἀποτρέπει ἀπὸ τὴν προσευχήν; Δὲν καταλαβαίνεις ὅτι κι αύτὸν εἶναι δουλειὰ τοῦ ἔχθροῦ; Ναί, ἀναμφίβολα εἶναι. Ψιθυρίζει στὸ αὐτί σου: «Μὴν προσεύχεσαι!» Καὶ μερικὲς φορές, ἀφοῦ κυριαρχήσει σ' ὁλόκληρο τὸ σῶμα σου, σὲ ρίχνει στὸ κρεβάτι καὶ σὲ ἀποκοιμίζει. Δικά του τεχνάσματα εἶναι ὅλα τοῦτα. Μὰ ἐνῶ ὁ πονηρὸς κάνει τὴν δουλειά του, πασχίζοντας νὰ σὲ ἀποσπάσει ἀπὸ τὸ καλό σου ἔργο, πρέπει κι ἐσὺ νὰ κάνεις τὴν δική σου δουλειά, ἐπιμένοντας σ' αὐτὸν τὸ ἔργο ὃς τὸ τέλος.

Ὄπλίσου, ὅπως τόσες φορὲς σοῦ ἔχω πεῖ, μὲ θάρρος καὶ μὴν ἀκοῦς τὸν ἔχθρο. Καμιὰ προσοχὴ μὴ δίνεις στοὺς ψιθυρισμούς του. Καὶ ἐπιπλέον, θύμωσε! Θυμώνοντας ἐναντίον του, εἶναι σὰν νὰ τὸν χτυπᾶς κατάστηθα. Ἀμέσως γίνεται καπνός.

Σοῦ εὔχομαι μὲν ὅλη μου τὴν καρδιὰ νὰ βρεῖς τελικὰ τὴν εἰρήνη.

Ο Θεὸς βοηθός!

Πηγή: agiazonei.gr

Ἐχεις ἀκόμη ἀνησυχίες. Πές μου, ἀπὸ ποῦ θὰ μποροῦσαν νὰ προέρχονται; «Όλα τὰ ἔξωτερικὰ πᾶνε καλά» ὅλα τὰ ἔσωτερικὰ τὰ ἔχεις ἐπανεξετάσει καὶ τακτοποιήσει-τὴν ἀπόφασή σου τὴν ἔχεις πάρει. Ἀπὸ ποῦ, λοιπόν, προέρχονται αὐτὲς οἱ ἀνησυχίες; Όλες εἶναι ἀπὸ τὸν ἔχθρο. Όλες. Ἀπὸ πουθενὰ ἀλλοῦ.

Τί ἄλλο θὰ μποροῦσε νὰ συμβαίνει; Μήπως σκέφτεσαι νὰ φτιάξεις τὴν ζωή σου μόνη σου, μὲ τὶς δικές σου ἵκανότητες καὶ προσπάθειες; Ἀν πραγματικὰ αὐτὸν σκέφτεσαι, σὲ συμβουλεύω ν' ἀλλάξεις ἀμέσως γνώμη, ἀλλιῶς δὲν θ' ἀπαλλαγεῖς ἀπὸ τη σύγχυση καὶ τὴν ταραχή. Ἐξέτασε πάλι τὸν ἔαυτό σου ἢ θυμήσου ὅτι σοῦ ἔχω ὑποδείξει καὶ ὅτι ἔχει συμβεῖ μέσα σου σ' ὅλη τὴν διάρκεια τῆς ἀλληλογραφίας μας. Θυμήσου, ἐπίσης, ποιὰ ἦταν ἡ ἔκβαση τῶν προβληματισμῶν σου γιὰ τὴν ζωή. Τέλος, δῶσε στὴν αὐτοεξέτασή σου τέτοια κατεύθυνση, ὥστε νὰ καταλήξει σὲ μιὰ σταθερὴ ἀπόφαση ἀμετάκλητης ἐναποθέσεως τοῦ μέλλοντός σου στὰ χέρια τοῦ Θεοῦ. Ἀφοῦ, λοιπόν, πάρεις αὐτὴ τὴν ἀπόφαση, προσευχήσου στὸν

Κύριο όλόθερμα. «Τὸ μέλλον μου», πές Του, «τὸ ἀφήνω μὲ ἐμπιστοσύνη στὰ χέρια Σου. Ὄπως ξέρεις καὶ ὅπως θέλεις, Κύριε, κατεύθυνε τὴ ζωὴ μου, μὲν ὅλα τὰ ἀπρόοπτα καὶ μὲν ὅλες τὶς δυσκολίες της. Ἀπὸ δῶ κι ἐμπρὸς δὲν θὰ μεριμνῶ καὶ δὲν θὲν ἀνησυχῶ πιὰ γιὰ τὸν ἔαυτό μου. Μία φροντίδα μόνο θὰ ἔχω, νὰ κάνω πάντα ὅ,τι εἶναι εύάρεστο σ' Ἐσένα». Ἐτσι νὰ Τοῦ μιλήσεις, ἀλλὰ καὶ ἔμπρακτα νὰ Τοῦ ἀποδείξεις ὅτι ἔχεις ὀλοκληρωτικὰ ἀφεθεῖ στὰ χέρια Του, ὅτι δὲν ἀνησυχεῖς γιὰ τίποτα, ὅτι ἀποδέχεσαι ἥρεμα καὶ ἀγόγγυστα ὅποιαδήποτε κατάσταση, εὐχάριστη ἡ δυσάρεστη, μὲ τὴν πεποίθηση ὅτι ἔχει παραχωρηθεῖ ἀπό τὴ θεία πρόνοια. Μοναδική σου μέριμνα ἄς εἶναι ἡ ἀκριβὴς τήρηση τῶν ἐντολῶν τοῦ Θεοῦ σὲ κάθε περίσταση.

“Υστερὸν ἀπὸ μία τέτοια ἐσωτερικὴ τοποθέτηση, ὅλες οἱ ἀνησυχίες σου θὰ ἔξανεμιστοῦν. Ἀνησυχεῖς γιὰ τὸν ἔαυτό σου τώρα, καθὼς θέλεις ὅλες οἱ περιστάσεις νὰ συντείνουν στὴν ἐκπλήρωση τοῦ δικοῦ σου σκοποῦ. Καὶ ἐπειδή, φυσικά, ὅλα δὲν γίνονται σύμφωνα μὲ τὸ θέλημά σου, ταράζεσαι καὶ στενοχωριέσαι – «Αὔτὸν δὲν ἔγινε ἔτσι, ἐκεῖνο δὲν ἔγινε ἀλλιῶς». Ἄν, ὅμως, ἀναθέσεις τὰ πάντα στὸν Κύριο μὲ ἐμπιστοσύνη καὶ δεχθεῖς πὼς ὅ,τι συμβαίνει προέρχεται ἀπὸ Αὐτὸν γιὰ τὸ καλό σου, τότε δὲν θὲν ἀνησυχεῖς πιὰ καθόλου. Θὰ κοιτᾶς μόνο γύρω σου, γιὰ νὰ δεῖς τί σοῦ στέλνει ὁ Θεός, καὶ θὰ ἐνεργεῖς σύμφωνα μὲν αὐτὸν ποὺ στέλνει. Κάθε κατάσταση μπορεῖ νὰ ὑπαχθεῖ σὲ κάποια θεία ἐντολή. Νὰ ἐνεργεῖς, λοιπόν, σύμφωνα μὲ τὴ σχετικὴ ἐντολή, ἐπιδιώκοντας τὴν εύαρέστηση τοῦ Θεοῦ καὶ ὅχι τὴν ἰκανοποίηση τῶν δικῶν σου ἐπιθυμιῶν. Προσπάθησε νὰ καταλάβεις τί λέω καὶ ἀποφάσισε νὰ τὸ ἐφαρμόσεις. Δὲν θὰ τὸ κατορθώσεις, βέβαια, ἀπό τη μία στιγμὴ στὴν ἄλλη. Χρειάζεται ἀγώνας γιὰ τὸ αὐτό, ἀλλὰ καὶ προσευχῆ.

Ζητῶ ἀπὸ τὸν Κύριο νὰ σὲ λυτρώσει ἀπὸ τὴν κατάθλιψη, ποὺ θεωρεῖς ἀφόρητη, ἀλλὰ μόνο ἄν αὐτὸν εἶναι σύμφωνο μὲ τὸ ἅγιο θέλημά Του καὶ ἀπαραίτητο γιὰ τὴ σωτηρία σου. Θὰ σὲ λυτρώσει, δίχως ἄλλο, στὴν ὥρα ποὺ πρέπει. Ὁπλίσου μὲ πίστη καὶ ὑπομονή. Βλέπουμε πόσο γρήγορα μεταβάλλονται οἱ συνθῆκες τῆς ζωῆς μας. Ὅλα ἀλλάζουν ἀκατάπαυστα. Ἐτσι θὲν ἀλλάξει καὶ ἡ ψυχική σου κατάσταση. Θὰ ἔρθει μία μέρα πού, ἀπαλλαγμένη πιὰ ἀπὸ τὸ πλάκωμα, θὲν ἀναπνέεις ἐλεύθερα καὶ θὰ φτεροκοπᾶς ὅπως ἡ πεταλούδα πάνω ἀπὸ τὰ λουλούδια. Πρέπει μόνο νὰ σηκώσεις μὲ ὑπομονὴ τὴν τωρινὴ δυσκολία γιὰ ὅσον καιρὸ παραχωρήσει ὁ Θεός.

‘Οταν ἡ νοικοκυρὰ βάλει μία πίτα στὸ φοῦρνο, δὲν τὴ βγάζει ὕσπου νὰ βεβαιωθεῖ πὼς εἶναι ψημένη. Ὁ Νοικοκύρης τοῦ σύμπαντος σ' ἔχει βάλει μέσα σ' ἔνα φοῦρνο καὶ σὲ κρατάει ἐκεῖ ὕσπου νὰ ψηθεῖς. Κάνε ὑπομονή, λοιπόν, καὶ περίμενε. Δὲν θὰ μείνεις στὸ φοῦρνο οὔτ' ἔνα λεπτὸ περισσότερο ἀπὸ ὅσο χρειάζεται. Μόλις εἴσαι ἔτοιμη, θὰ σὲ βγάλει ὁ Κύριος ἔξω. Ἄν, ὅμως, μόνη σου πεταχτεῖς ἔξω, θὰ εἴσαι

σὰν τὴ μισοψημένη πίτα.

Πρέπει ἐπίσης νὰ σοῦ πῶ, ὅτι, σύμφωνα μὲ τὴν πίστη μας, ὅποιος ὑπομένει ἀγόγγυστα τὶς δυσκολίες, πιστεύοντας ὅτι τὶς παραχωρεῖ ὁ Θεὸς γιὰ τὸ καλό του, εἶναι ἰσότιμος μὲ τοὺς μάρτυρες. Αὕτὸν νὰ τὸ θυμᾶσαι πάντα, γιὰ νὰ παρηγοριέσαι.

Εἶναι ἀδύνατο νὰ ζήσεις χωρὶς συναισθήματα καὶ συγκινήσεις, ἄλλα δὲν εἶναι σωστὸν νὰ ὑποκύπτεις σ' αὐτά. Πρέπει νὰ τὰ συγκρατεῖς μὲ τὴ λογικὴ καὶ νὰ τοὺς δίνεις τὴ σωστὴ κατεύθυνση. Εἶσαι εὐαίσθητη καὶ εὔσυγκινητη. Ἡ καρδιά σου ξεχειλίζει καὶ χύνεται μέσα στὸ κεφάλι σου. Προσπάθησε ν' ἀποκτήσεις αὐτοκυριαρχία. Σοῦ ἔχω γράψει ἥδη τί νὰ κάνεις: Νὰ σκέφτεσαι προκαταβολικὰ ποῦ βρίσκεται τὸ πιθανὸ ἔρεθισμα γιὰ κάθε συναίσθημα. Καί, ὅταν τὸ ἐντοπίζεις, νὰ εἶσαι σὲ ἐπιφυλακή, γιὰ ν' ἀντιλαμβάνεσαι ὅποιαδήποτε συναισθηματικὴ ταραχὴ τῆς καρδιᾶς, ἥ νὰ κρατᾶς τὴν καρδιά σου κάτω ἀπὸ τὸν σταθερὸ ἔλεγχο τοῦ νοῦ. Χρειάζεται ν' ἀσκηθεῖς σ' αὐτό. Μὲ τὴν ἔξασκηση εἶναι δυνατὸ ν' ἀποκτήσεις πλήρη αὐτοκυριαρχία.

Όλα πάντως προέρχονται ἀπὸ τὸν Θεό. Γι' αὐτὸν ἀς στρεφόμαστε σ' Ἐκεῖνον μὲ τὴν προσευχήν. Καὶ ὅμως, γράφεις ὅτι δὲν προσεύχεσαι. Τί εἶναι τοῦτο πάλι; Μήπως ἔγινες ἄθεη; Τί πάει νὰ πεῖ δὲν προσεύχεσαι; Μπορεῖ νὰ μὴ λές τὶς τυπικὲς προσευχές, ἀλλὰ ν' ἀπευθύνεσαι στὸν Θεὸν μὲ δικά σου λόγια καὶ νὰ Τοῦ ζητᾶς βοήθεια. Κοίτα, Κύριε, τί συμβαίνει μ' ἐμένα. Ἐτοῦτο κι ἐκεῖνο... Δὲν μπορῶ νὰ τὰ βγάλω πέρα μόνη μου. Βοήθησέ με, πολυεύσπλαχνε!. Νὰ Τοῦ μιλᾶς γιὰ κάθε σου ἀνάγκη, ἀκόμα καὶ τὴν πιὸ μικρή, καὶ νὰ Τὸν παρακαλᾶς γιὰ διαρκῆ ἐνίσχυση. Αὕτη ἡ προσευχὴ εἶναι ἡ πιὸ γνήσια.

Γιατί ἀκοῦς ἐκεῖνον ποὺ σὲ ἀποτρέπει ἀπὸ τὴν προσευχή; Δὲν καταλαβαίνεις ὅτι κι αὐτὸν εἶναι δουλειὰ τοῦ ἔχθροῦ; Ναί, ἀναμφίβολα εἶναι. Ψιθυρίζει στὸ αὐτί σου: «Μὴν προσεύχεσαι!» Καὶ μερικὲς φορές, ἀφοῦ κυριαρχήσει σ' ὁλόκληρο τὸ σῶμα σου, σὲ ρίχνει στὸ κρεβάτι καὶ σὲ ἀποκοιμίζει. Δικά του τεχνάσματα εἶναι ὅλα τοῦτα. Μὰ ἐνῶ ὁ πονηρὸς κάνει τὴ δουλειά του, πασχίζοντας νὰ σὲ ἀποσπάσει ἀπὸ τὸ καλό σου ἔργο, πρέπει κι ἐσὺ νὰ κάνεις τὴ δική σου δουλειά, ἐπιμένοντας σ' αὐτὸν τὸ ἔργο ὃς τὸ τέλος.

Όπλίσουν, ὅπως τόσες φορὲς σοῦ ἔχω πεῖ, μὲ θάρρος καὶ μὴν ἀκοῦς τὸν ἔχθρό. Καμιὰ προσοχὴ μὴ δίνεις στοὺς ψιθυρισμούς του. Καὶ ἐπιπλέον, θύμωσε! Θυμώνοντας ἐναντίον του, εἶναι σὰν νὰ τὸν χτυπᾶς κατάστηθα. Ἀμέσως γίνεται καπνός.

Σοῦ εὔχομαι μ' ὅλη μου τὴν καρδιὰ νὰ βρεῖς τελικὰ τὴν εἰρήνη.

Ό Θεὸς βοηθός!

Πηγή: [agiazoni.gr](http://agiazoni.gr)