

## Ευάγγριος ο Ποντικός: Μερικά από τα νηπτικά κεφάλαια του Ευαγρίου (Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών).

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)

Φωτο: [earinosimeio.pblogs.gr](http://earinosimeio.pblogs.gr)

Φωτο: [earinosimeio.pblogs.gr](http://earinosimeio.pblogs.gr)

**1.** Ο μοναχός πρέπει να ζει πάντοτε σαν να πρόκειται αύριο να πεθάνει. Και πάλι να μεταχειρίζεται το σώμα σαν να έχει να ζήσει πολλά χρόνια. Γιατί το πρώτο απομακρύνει την ακηδία και τον κάνει προθυμότερο, ενώ το δεύτερο φυλάει σωστό και ακέραιο το σώμα και διατηρεί ισορροπημένη την εγκράτεια.

**2.** Εκείνος που πλησίασε και άγγιξε τη θεία γνώση και απολαμβάνει την ηδονή που προέρχεται από αυτή, δεν θα πεισθεί ποτέ στον δαίμονα της κενοδοξίας, και αν του προσφέρει όλες τις ηδονές του κόσμου. Γιατί τι μεγαλύτερο μπορεί να του υποσχεθεί από την πνευματική θεωρία; Όσο όμως δεν έχουμε γευτεί την πνευματική γνώση, ας εργαζόμαστε πρόθυμα την πρακτική αρετή, και με αυτό δείχνουμε στο Θεό, ότι όλα τα κάνουμε για να Τον γνωρίσουμε.

**3.** Ανάγκη να εκθέσουμε και τους δρόμους που ακολούθησαν εκείνοι οι μοναχοί που πρόκοψαν και να τείνομε σ' αυτούς τους δρόμους. Γιατί πολλά καλά έπραξαν και είπαν, μεταξύ των οποίων και τούτο που λέει κάποιος από αυτούς: ότι η σκληρότερη και ισορροπημένη δίαιτα, όταν ενωθεί με την αγάπη, φέρνει γρηγορότερα το μοναχό στο λιμάνι της απάθειας.

**4.** Πήγα κάποτε το καταμεσήμερο στον άγιο Μακάριο και επειδή καιγόμουν από τη δίψα, ζήτησα νερό να πιώ. Αυτός μου είπε: «Αρκέσου στη σκιά, γιατί πολλοί αυτή τη στιγμή βρίσκονται σε οδοιπορία η πλέουν στη θάλασσα και στερούνται και τη σκιά». Κατόπιν, καθώς συζητούσαμε για την εγκράτεια, μου είπε: «Έχε θάρρος παιδί μου. γιατί εγώ είκοσι χρόνια τώρα, ούτε το ψωμί, ούτε το νερό, ούτε τον ύπνο χόρτασα, αλλά το ψωμί μου το έτρωγα με το ζύγι, το νερό το έπινα με το μέτρο, και όσο για ύπνο, ακουμπούσα λίγο στον τοίχο και κοιμόμουν λίγο στα κλεφτά.»

**5.** Το νου που περιπλανιέται τον σταματά η ανάγνωση, η αγρυπνία και η προσευχή. Την επιθυμία όταν ανάβει, την μαραίνει πείνα και κόπος και αποτράβηγμα από τους ανθρώπους. Το φρενιασμένο θυμό τον καταπαύει η ψαλμωδία, η μακροθυμία και το έλεος. Τα υπερβολικά και παράκαιρα είναι λιγόκαιρα- βλάπτουν μάλλον και δεν ωφελούν.

**Πηγή:** [stonagona.blogspot.gr](http://stonagona.blogspot.gr)