

## **Γέροντας Εφραίμ Φιλοθείτης: Κάθε νύκτα κάμε κριτικήν το πώς διήλθες την ημέραν**

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

**monk prays 6** Κάθε νύκτα κάμε κριτικήν το πώς διήλθες την ημέραν, και το πρωϊ, πως επέρασεν η νύκτα, ώστε να ηξεύρης τι ταμείον έχει η ψυχή σου, και αν ζημίαν οίδας, προσπάθησον να την ανακαλέσης δια της προσοχής και βίας. Αν δε αύξησιν, δόξαζε τον αφανή αρωγόν σου, τον Θεόν.

Μην αφήσης τον έλεγχον της συνειδήσεώς σου επί πολύ, αλλά συντόμως δίδε ό,τι ζητεί, μήπως σε οδηγήση εις τον κριτήν και εις την φυλακήν. Ζητεί το συνειδός την επιμέλειαν και την επανάκτησιν του κανόνος και της προσευχής; Δώσε τα και ιδού απηλλάγης της οδού προς τον κριτήν.

Μην εξασθενήσης την σωτήριον φωνήν της συνειδήσεως εν τη καταφρονήσει αυτής, διότι θα μεταμεληθής εις το ύστερον χωρίς όφελος.

Γέροντας Εφραίμ της Αριζόνας

Πατρικαι Νουθεσίαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ΄

Β΄ Περί Εξομολογήσεως και Πνευματικού Ταμείου.

**Πηγή:** [elderephraimarizona.blogspot.ca](http://elderephraimarizona.blogspot.ca)