

16 Ιουνίου 2020

## Όσιος Ιωσήφ: Περί προσοχής και νήψεως, ταπεινώσεως, αγάπης!

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Χαριτωμένες παραινέσεις](#)





Όσιος Ιωσήφ ο Ησυχαστής (1898-1959). (Φορητή εικόνα αγιογραφείου Ιεράς Μονής Ταξιαρχών Επιδαύρου).

## Περί προσοχής και νήψεως

Προτού ο πειρασμός προλάβει να σχεδιάσει τον λογισμό στον νου σου, εσύ να τον χαλάς με την ευχή. Μην τον αφήνεις. Αλλά όταν εσύ αφήνεις τις ακαθαρσίες που ρίχνει μέσα σου ο εχθρός, μέσα σε λίγη ώρα σε έχωσε μέσα σ' αυτές. Κατόπιν τί αγώνας, διά να καθαριστείς.

Δεν φθάνει μόνον να εύχεσαι, πρέπει και να προσέχεις· να αγρυπνείς στους λογισμούς, να τους κυβερνάς με πολλή δεξιοτεχνία. Ο άνθρωπος δεν είναι μόνον να τρέχει, αλλά να μετρά και τα στάδια.



## **Περί ταπεινώσεως**

Ταπείνωση είναι να σφάλλει ο άλλος και, πριν να προλάβει αυτός να ζητήσει συγχώρηση, εμείς να του βάζουμε μετάνοια λέγοντας: «Συγχώρησον, αδελφέ μου, ευλόγησον!»

Να έχεις μεγάλη ταπείνωση. Όχι να περιφέρεις λόγια αργά ταπεινολογίας, αλλά να γίνεις σκουπίδι να σε πατάνε, αν θέλεις να σε επισκεφθεί ο Χριστός.

Όταν συνηθίσεις να λέγεις στον καθένα «ευλόγησον!» και εις όλα παντού υβρίζεις τον εαυτόν σου και δεν ζητάς ποτέ το δικαίωμα και το θέλημά σου, γρήγορα θα γευθείς καρπό ταπεινώσεως.

## **Περί αγάπης**

Επειδή ο Θεός είναι όλος αγάπη – και όσα εποίησε, τα άνω και τα κάτω, έγιναν όλα από την πολλή Του αγάπη – δεν ζήτησε τίποτε άλλο απ' τον άνθρωπο, παρά μόνο την αγάπη.

Όταν τον Θεό αγαπήσουμε εξ όλης καρδιάς ως Πλάστη, τότε και τον πλησίον θα αγαπήσωμεν ως εαυτόν, γνωρίζοντας ότι όλοι είμαστε αδελφοί· κατά φύσιν, Αδάμ, και κατά χάριν, Χριστού.

Όσον ο άνθρωπος τρέχει να βοηθήσει τον άλλον, τόσον η χάρις του Κυρίου περισσεύει σ' αυτόν. Διότι η αγάπη είναι εντολή του Θεού, η πρώτη και μεγαλύτερη.

*Σταχυολογήματα από επιστολές του Οσίου Ιωσήφ του Ησυχαστού.*