



■ Ὁδηγὸς Αὐτοκριτικῆς καὶ Αὐτογνωσίας

## **Αὐτοεκτίμησις-Αὐταρέσκεια\***

### **Τὸ πλεόν ἀπόκρυφον πάθος**

**Συνετάξτε** ἓνα θαυμάσιον καὶ πανηγυρικὸν λόγον διὰ τὸν ἑαυτὸν σας, ἀλλὰ ὅλα αὐτὰ τὰ ταπεινὰ λόγια ποὺ λέγετε ὅτι εἴσθε: **ἀνόητος, πονηρός, ἄστατος, ἀχάριστος, ὑπερήφανος, ὀργίλος καὶ ἀνίκανος** νὰ προσευχηθῆτε, ὡραῖα ὅλα αὐτά, πρέπει ὅμως νὰ προσθέσετε καί: **μηδαιμόνος καὶ ἀνάξιος**, καὶ συχνὰ νὰ τὰ ἐπαναλαμβάνετε, ἀλλὰ μέσα ἀπὸ τὴν ψυχὴν σας καὶ ὄχι μόνον νὰ τὰ συλλέγη ὁ νοῦς, καθότι ἐνυπάρχει ἐντὸς ἡμῶν **βαθεῖα αὐτοεκτίμησις**. **Συνεπῶς** ὅλα αὐτὰ τὰ ἐπίθετα δυνατὸν νὰ τὰ ἐπαναλάβῃ ἡ γλῶσσα, ἀλλὰ εἰς τὴν ψυχὴν μας θὰ κυριαρχῇ ὁ ὀλέθριος ἐκεῖνος λόγος: «οὐκ εἰμὶ ὡσπερ οἱ λοιποὶ τῶν ἀνθρώπων».

Εἶναι δὲ ἀπορίας ἄξιον, ὅτι σχεδὸν δὲν διακρίνεται ἐντὸς τῆς ψυχῆς μας ἡ πονηρία αὕτη. **Κάποτε** ὅμως ὁ Κύριος θὰ φέρῃ τὴν πονηρίαν αὐτὴν εἰς τὴν ἐπιφάνειαν, καὶ θὰ ἀποκαλύψῃ ὅλην τὴν ἀηδίαν της. **Αὐτὴν τὴν κατάστασιν τὴν πληροφοροῦμεθα, ὅταν μᾶς προσάπτουν κατηγορίας καὶ συκοφαντίας, οἱ ἄλλοι. Τότε ἀγανακτοῦμεν ἐναντίον τῶν καὶ ζητοῦμεν δικαίωσιν καὶ ἐκδίκησιν κατ' αὐτῶν, διὰ νὰ ἀποκαταστήσωμεν τὴν ὑπόληψίν μας. Ἐν προκειμένῳ, ἐρευνήσατε τὰ περὶ τοῦ ἑαυτοῦ σας, ἀλλὰ χωρὶς ποτὲ νὰ δικαιολογήτε αὐτόν.**

\* \* \*

**Λάβετε** τὸν κόπον νὰ τυπωθῇ εἰς τὴν μνήμην σας, ὅτι πρέπει, ἀπὸ τὴν στιγμὴν ποὺ θὰ ἀνοίξετε τὰ μάτια σας, τὸ πρωῖ, μέχρι τῆς ὥρας ποὺ θὰ κλείσουν πάλιν, τὸ βράδυ, πρὸς ὕπνον, δηλαδὴ καθ' ὅλην τὴν διάρκειαν τῆς ἡμέρας, ὅλαι αἱ ἐργασίαι σας ἢ καὶ αἱ πλεόν ἀσήμαντοι ἀπασχολήσεις, ἀκόμη καὶ αἱ κινήσεις τῶν μελῶν σας, τῶν ὀφθαλμῶν σας, τῶν λόγων σας, τὰ πάντα νὰ διέπονται ἀπὸ τὴν ἐσωτερικὴν εὐλικρινῆ διάθεσιν αὐταπαρνήσεως χάριν τοῦ Κυρίου, διὰ τὸ ὄνομά Του καὶ τὴν δόξαν Του.



**Τ**ὸ κύριον χαρακτηριστικὸν τοῦ ἀγῶνος κατὰ τῆς **αὐταρεσκείας** εἶναι νὰ μὴν ἀρέσκεσθε οὔτε εἰς τὰ μεγάλα, οὔτε εἰς τὰ μικρὰ κατορθώματά σας, ἀλλὰ παντοῦ καὶ πάντοτε νὰ πολεμῆτε τὸ θέλημα τοῦ ἑαυτοῦ σας.

\* \* \*

**Προσέξτε** ὀλίγον, μήπως ἔχετε τὸ αἶσθημα τῆς αὐταρεσκείας, δηλαδὴ τὸ αἶσθημα τῆς προσωπικῆς σας ἀξίας ἢ μήπως, ἐξ ἀντιθέτου, σᾶς λείπει τὸ αἶσθημα ὅτι εἴσθε μηδέν.

**Τὸ αἶσθημα** τοῦτο τῆς αὐταρεσκείας εἶναι τὸ πλέον ἀπόκρυφον, ἀλλ' ἐν τούτοις ἐκδηλώνεται εἰς ὅλα τὰ ἔργα τοῦ προσωπικοῦ μας βίου.

**Ἐξ** αἰτίας τοῦ αἰσθήματος αὐτοῦ, συνήθως ἔχομεν τὴν ἀξίωσιν νὰ γίνονται τὰ πάντα κατὰ τὴν προτίμησίν μας, καὶ ὅταν δὲν γίνεται αὐτὸ ποῦ θέλομεν, τότε ἢ λυπούμεθα ἢ ὀργιζόμεθα καὶ καταφερόμεθα κατ' αὐτῶν ποῦ δὲν συμμορφώνονται μὲ τὸ θέλημά μας.

\* \* \*

**Ἡ αὐτοεκτίμησις**, ὅταν ὑπάρχη, διαταράσσει ὄχι μόνον τὶς σχέσεις μας μὲ ἀνθρώπους, ἀλλὰ προσβάλλει καὶ τὰς σχέσεις μας μετὰ τοῦ Θεοῦ, διότι ἡ αὐτοεκτίμησις καθ' ἑαυτὴν εἶναι παμπόνηρος, ὅπως οἱ δαίμονες, καὶ καλύπτεται ἐπιδεξίως μὲ λόγια ταπεινοφροσύνης, ἐγκατεστημένη εἰς τὴν καρδίαν.

**Μὴ** παραπονεῖσθε διὰ τὴν ἀλαζονείαν σας. **Μάθετε**, ὅτι εἶναι τέκνον τῆς αὐτοεκτιμήσεως!

□

---

(\*) Ἡ Νοερὰ Ἀθλησις, ἔκδοσις δευτέρα, Ἅγιος Ὅρος 1978, σελ. 182-184, §§ 238-241. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.