

«Παρεμβαίνοντες...»



Νίκη την ζήλεια!...



Δύσκολη, βαρειά αρρώστια ή ζήλεια. Προσβάλλει εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον πλανήτη... Ξέρει να αρπάζει την χαρά, να χαλάει ανθρώπινες σχέσεις, να άμαυρώνει σπουδαία έργα, να στιγματίζει τις όμορφες στιγμές.

● **Πώς είναι ο άνθρωπος που ζηλεύει;...**

→ Συγκρίνει συχνά τον εαυτό του με τους άλλους.

→ Δεν μπορεί να χαρεί τα χαρίσματά του. Εύκολα γκρινιάζει και παραπεονιέται για τον χαρακτήρα, τα μειονεκτήματα, τις ελλείψεις του.

→ Υποψιάζεται εύκολα, ότι τον ύποτιμούν. Ταλαιπωρείται από στενόχωρες σκέψεις και χάνει εύκολα την ηρεμία του. Κάποτε χάνει ακόμη και τον ύπνο του.

→ Μπορεί να αδιαφορεί για δραστηριότητες που άλλοτε αγαπούσε, νιώθοντας ότι δεν αναγνωρίζονται όσα επιτυγχάνει.

→ Γίνεται ανταγωνιστικός, προβάλλει συχνά τον εαυτό του και τις επιτυχίες του.

→ Δυσκολεύεται, όταν ακούει θετικά λόγια για τους άλλους, και κάποτε προσπαθεί να τους μειώσει.

→ Δεν χαίρεται με την πρόοδο των άλλων, ενώ ενδόμυχα μπορεί να αισθάνεται και ικανοποίηση για κάποιες αποτυχίες τους.

→ Κάνει κέντρο των πραγμάτων τον εαυτό του...

Η ζήλεια τελικά βασανίζει, τρώει τον άνθρωπο... Ταλαιπωρεί και τους γύρω.

* * *

● **Για να νικήσεις την ζήλεια...**

→ Μην συγκρίνεις τον εαυτό σου με τους άλλους. Αγάπησέ τον με τα χαρίσματα και τις ελλείψεις του και κάνε σε κάθε περίπτωση ό,τι καλύτερο μπορείς.

→ Περίορισε τις αρνητικές σκέψεις, όσο περισσότερο μπορείς.

→ Καλλιέργησε μέσα σου την ευγνωμοσύνη στον Θεό, για όσα σου έχει χαρίσει, και στους ανθρώπους που τόσα σου προσφέρουν...

→ Έχε στο στόμα σου έναν καλό λόγο για όλους, ειδικά για όσους σου προκαλούν ζήλεια.

→ Τόλμησε να αναγνωρίσεις όλα τα θετικά στοιχεία των άλλων και βιάσου να επαινέσεις όποιον κατάφερε κάτι καλό.

→ Προσπάθησε να αγαπήσεις ειλικρινά τους άλλους και τότε θα χαίρεσαι για τα χαρίσματα και τις επιτυχίες τους.



■ **Προσευχήσου** στον Θεό να σηκώσει από μέσα σου τα άσχημα συναισθήματα.

Δύσκολος ο αγώνας κατά της ζήλειας, αλλά αξίζει πολύ...

Τελικά, ο άνθρωπος που δεν ζηλεύει γίνεται ελεύθερος, χαρούμενος, δημιουργικός. Μπορεί να αγαπά αληθινά και είναι αγαπητός σε όλους!

Ό Έρανιστής

† **ο Μητροπολίτης Κυπριανός**

29.6.2025 εκ. ήμ.,

† Αγίων Πανευφήμων Αποστόλων Πέτρου και Παύλου