

Γέροντας Εφραίμ Φιλοθείτης: Τι συνεπάγεται η καλή υγεία της ψυχής...

/ [Πνευματικά Αποσπάσματα](#)



10η. Η ψυχή σας εύχομαι να υγιαίνει περισσότερο, διότι όταν η ψυχή είναι υγιής, έχει υπομονήν εις τας θλίψεις, έχει αυταπάρνησιν εις το σώμα και εις τον λογισμόν, δεν την φοβίζουν ούτε αι αισθένειαι, ούτε οι φίλαυτοι λογισμοί· όταν υγιαίνει η ψυχή, έχει αγάπην μέσα της, δεν σκανδαλίζει, υπομένει τον βαρύν λόγον του αδελφού, δεν θεατρίζει τα σφάλματά του, πάντοτε έχει λόγον καλόν να ειπή διά τον αδελφόν· υποχωρεί και γλυτώνει από λογισμούς και στενοχώριαν.

Όταν υγιαίνει η ψυχή, δεν θυμώνει, δεν γογγύζει, δεν αντιμιλεί, δεν ψιθυρίζει, δεν παρακούει, δεν ιδιορρυθμεί και τόσα άλλα που συνεπάγεται η καλή υγεία της

ψυχής.

Αυτήν την υγείαν ζητώ από εσάς, αυτήν νουθετώ, δι' αυτήν εύχομαι.

[Γέροντας Εφραίμ Φιλοθεΐτης](#) (1928-2019)

Απόσπασμα από το βιβλίο Γέροντος Εφραίμ Καθηγουμένου Ιεράς Μονής Φιλοθέου «Πατρικαί νουθεσίαι» των εκδόσεων της Ιεράς Μονή Φιλοθέου Αγίου Όρους.

Πηγή: pemptousia.gr (Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)