

Ορθόδοξος Συναξαριστής :: <https://www.saint.gr>



## Όσιος Σαρματάς

Επισκεφτείτε τον ιστοχώρο μας στην διεύθυνση: <http://www.saint.gr/845/saint.aspx> για περισσότερες πληροφορίες για τον βίο (ονόματα, βίντεο, ακολουθίες, φωτογραφίες κτλ) καθώς και για τυχών ενημερώσεις - διορθώσεις.

Τελευταία ενημέρωση βιογραφίας: 2/9/2015 12:24:00 πμ

Δημιουργία εγγράφου: 31/03/2025 02:31:38

## Σύνοψη

---

Τύπος εορτής: Εορτάζει στις 30 Αυγούστου εκάστου έτους.

Ημ/νια Βίου: 2/9/2015 12:24:00 πμ

# Βιογραφία

---

Ήκει καταπτάς Άγγελος Θεού Λόγου,  
Λέγων έγειραι Σαρματά χαίρων έπου.

Ο Όσιος Σαρματάς ήταν ασκητής της ερήμου και απεβίωσε ειρηνικά.

Ο Όσιος Νικόδημος ο Αγιορείτης αναφέρει στον Συναξαριστή του:

Ο Όσιος ούτος Σαρματάς αναφέρεται παρά τω Ευεργετινώ, σελ. 381, ότι νηστεύων πάντοτε και εγκρατευόμενος, τόσον πολλά ενίκησε τον ύπνον, ώστε οπού εάν έλεγεν εις αυτόν, ύπαγε από λόγου μου, επήγαινεν· εάν δε πάλιν έλεγεν αυτό, ελθέ, ήρχετο. Εις δε τον Παράδεισον των Πατέρων γράφεται περί του Σαρματά τούτου, ότι εις καθήμενος εν τη ησυχία, ηρώτησεν αυτόν λέγων· «Οι λογισμοί λέγουσί μοι, ύπαγε έξω και παράβαλε τοις αδελφοίς». Ο δε Σαρματάς απεκρίθη· «Μη ακούσης αυτών· αλλ' ειπέ, ιδού ήκουσά σου το πρώτον, νυν δε, ου δύναμαί σου ακούειν». Και πάλιν άλλος ηρώτησεν αυτόν λέγων· «Οι λογισμοί λέγουσί μοι, μη εργάζου, αλλά φάγε, πίε, κοιμώ». Ο δε γέρων είπεν αυτό· «Όταν πεινάς (ήγουν με υπερβολήν και αποκάμης) τότε φάγε. Και όταν διψάς (μέ υπερβολήν, ώστε οπού να μη δύνασαι πλέον να υποφέρης) τότε πίε. Και όταν αγρυπνήσης (πολλά, ώστε να μη ημπορής να υπομείνης) τότε κοιμώ».

## Παραπομπές

---

1. [ΠΗΓΗ ΖΩΗΣ - ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΣΤΟ INTERNET](#)
2. [Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτου Συναξαριστής των δώδεκα μηνών του ενιαυτού](#)