Για τη Λύπη (Αντίοχος Μοναχός)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 7 Ιουλίου, 2011

Το να λυπάται κανείς με το παραμικρό είναι κατάσταση που προέρχεται από τον φθονερό δαίμονα. Γιατί μ' αυτό τον τρόπο θέλει να βρει ο εχθρός αφορμή, ώστε να αποσπάσει το νου από τη διάθεση που έχει για προσευχή και έτσι να κάνει τον άνθρωπο άκαρπο. Γι' αυτό ο δαίμονας προκαλεί στον άνθρωπο την άκαιρη λύπη. Δεν πρέπει λοιπόν να αποδεχόμαστε αυτό τον πειρασμό και να γεμίζουμε με χαρά τον εχθρό, κάνοντάς του το θέλημα.

Να φεύγουμε μακριά από αυτή την επιβουλή του αιμοβόρου εχθρού, δηλαδή του δαίμονα της λύπης. Γιατί, όταν το πονηρό αυτό πνεύμα περιτυλίξει την ψυχή και τη σκοτίσει ολόκληρη, **δεν την αφήνει πια να προσευχηθεί με προθυμία**, ούτε να παρακολουθήσει με υπομονή τα ιερά αναγνώσματα που ωφελούν τόσο την ψυχή.

Δεν επιτρέπει επίσης στον άνθρωπο να παραμένει πράος και να επικοινωνεί με τους αδελφούς του. Δημιουργεί **αίσθημα αντιπάθειας**, ακόμα και για τα αγαθά που μας υπόσχεται η κατά Θεόν ζωή. Και με λίγα λόγια, ό,τι καλό έχει μέσα της η ψυχή για τη σωτηρία, η λύπη τα ανατρέπει και καταντά τον άνθρωπο σαν **άφρονα** και **μισότρελλο**, **εμποδίζοντάς του από κάθε σχέση και επικοινωνία με τους συνανθρώπους του**.

Η λύπη δεν αφήνει περιθώριο στην ψυχή να ακούσει συμβουλή, ούτε κι από τους πιο στενούς φίλους της. Δεν επιτρέπει στον άνθρωπο να δώσει ούτε μια ήρεμη απάντηση. Ζώνει από παντού την ψυχή και τη γεμίζει με **πίκρα** και **αηδία**. **Την πείθει να αποφεύγει τους ανθρώπους, γιατί δήθεν αυτοί φταίνε για την κατάστασή της**.

Η λύπη δεν αφήνει την ψυχή να καταλάβει ότι **το κακό δεν προέρχεται από έξω, αλλά ότι η ίδια η ψυχή μέσα της έχει την πηγή της αρρώστιας** . Αυτό έρχεται βέβαια στο φως μονάχα όταν πέσουν οι πειρασμοί. Γιατί με την προσπάθεια που κάνει η ψυχή, για να αντιμετωπίσει τους πειρασμούς, συνειδητοποιεί τα πράγματα όπως ακριβώς είναι.

Η λύπη είναι σκυθρωπότητα της ψυχής, αλλά συγχρόνως και στόμα λιονταρίσιο, που εύκολα καταπίνει αυτόν που κυριεύεται από αυτή.

Η λύπη είναι σκουλήκι της καρδιάς, που κατατρώει τη μάννα που το γέννησε. Δεν ξέρει τη γεύση του μελιού ο μοναχός που λυπάται και μοιάζει μ' εκείνον που έχει

υψηλό πυρετό. Ο μοναχός που διακατέχεται από τη λύπη δεν κινεί το νου στη θεωρία του Θεού, ούτε ποτέ του απευθύνει καθαρή προσευχή προς τον Θεό.

Εκείνος που νίκησε τα πάθη, νίκησε και τη λύπη. Κι**εκείνος που έχει ηττηθεί από την ηδονή, δεν θα ξεφύγει από τα δίχτυα της λύπης**.

Εκείνος που βρίσκεται μόνιμα κυριευμένος από τη λύπη και συγχρόνως προσποιείται ότι είναι απαθής, μοιάζει με άρρωστο που υποκρίνεται ότι είναι υγιής. Γιατί, όπως ο άρρωστος προδίδεται από την ωχρότητα του προσώπου του, έτσι και τον εμπαθή τον ξεσκεπάζει η λύπη.

Εκείνος που αγαπά τον κόσμο θα δοκιμάσει πολλές θλίψεις . Όποιος όμως περιφρονεί ό,τι έχει ο κόσμος, θα ζει και θα παραμένει πάντα μέσα στη χαρά.

Όπως το χωνευτήρι καθαρίζει το ακάθαρτο ασήμι, έτσι και η λύπη καθαρίζει την αμαρτωλή καρδιά.

*

Είναι πολύ καλό και πολύ **συμφέρον για την ψυχή το να σηκώνει γενναία κάθε θλίψη**, είτε αυτή προέρχεται από τους ανθρώπους, είτε από τους δαίμονες. Έτσι θα καταλάβει βαθιά ότι εμείς φταίμε γι' αυτή την καταπόνηση που περνάμε.

Πρέπει με προσευχή και υπομονή να αντισταθούμε σ’ αυτό το δαίμονα. Γιατί όποιος θελήσει να αντιμετωπίσει τους πειρασμούς χωρίς προσευχή και υπομονή όχι μονάχα δεν θα τους νικήσει, αλλά **θα εμπλακεί χειρότερα σ' αυτούς**.

Ας ψάλλουμε λοιπόν κι εμείς μαζί με τον Δαυίδ: *«Γιατί, ψυχή μου, είσαι περίλυπη και γιατί με συνταράσσεις; Στήριξε την ελπίδα σου στον Θεό, γιατί Του προσφέρω δοξολογικό ψαλμό, επειδή Εκείνος είναι η σωτηρία μου και ο Θεός μου» (Ψαλμ. 41, 6).*

*

Είναι λοιπόν αδύνατον χωρίς λύπη, ανώδυνα, να ξεπεράσει τους πειρασμούς εκείνος που ασκείται πνευματικά. Στη συνέχεια όμως, οι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν κατ’ αυτό τον τρόπο τους πειρασμούς, γεμίζουν με χαρά άπλετη και μάλιστα αν είναι οπλισμένοι με την ευχή και την υπομονή.

Γεμίζουν με δάκρυα γλυκά και με θεία νοήματα, εκείνοι που άσκησαν την καρδιά τους στον πόνο και στη θλίψη, εφόσον στους αθλητές μονάχα χαρίζονται οι στέφανοι.

Αν απομακρυνθεί ο νους από την καρδιά, η λύπη αρχίζει να κατατρώει τον άνθρωπο, όπως προείπαμε. Τον τρώει όπως ακριβώς τρώει ο σκόρος το ρούχο και το σαράκι το ξύλο, και κατακλύζει όλα τα έγκατα του ανθρώπου. Καταντά τότε ο άνθρωπος, από τη σκοτούρα των λογισμών, **περίλυπος** και **σκυθρωπός**. Γι' αυτό η Αγία Γραφή μας συμβουλεύει και μας λέει: *«Διώξε από μέσα σου τη λύπη που διαρκεί. Γιατί πολλούς τους θανάτωσε η λύπη και δεν βγαίνει τίποτα καλό απ' αυτή» (Σοφ. Σειρ. 30, 23)*. Και ακόμα λέει: *«Από τη λύπη γεννιέται ο θάνατος και η λύπη της καρδιάς λυγίζει τη δύναμη του ανθρώπου» (Σοφ. Σειρ. 38, 19)*. Και καταλήγει: *«Μην αφήσεις την καρδιά σου να πέσει στη λύπη, αλλά διώξε την μακριά, φέρνοντας στό νου σου ποια είναι η κατάληξή της» (Σοφ. Σειρ. 38, 19)*.

*

Διώξε λοιπόν από μέσα σου κι εσύ αυτή τη λύπη και μη λυπείς το Πνεύμα το Αγιο, το Οποίο κατοικεί μέσα σου, μήπως ζητήσει από τον Θεό να σε εγκαταλείψει. Γιατί το Πνεύμα του Θεού, το Οποίο χαρίσθηκε στη σάρκα αυτή, δεν ανέχεται τη λύπη, ούτε τη στενοχώρια.

Απόκτησε την ιλαρότητα, που έχει πάντα τη Χάρη του Θεού και εντρύφησε σ' αυτή. Γιατί ο άνθρωπος που έχει ιλαρότητα εργάζεται πάντοτε το αγαθό και καταφρονεί τη λύπη. Εκείνος όμως που διακατέχεται από τη λύπη πάντοτε ασχολείται με έργα του «πονηρού». Το **πρώτο κακό** που κάνει αυτός που λυπάται είναι ότι **λυπεί το Πνεύμα το Αγιο**, το Οποίο χαρίσθηκε στον άνθρωπο και είναι Πνεύμα χαράς και αγαλλίασης.

Δεύτερο κακό είναι ότι ο λυπημένος άνθρωπος δεν ανοίγει την καρδιά του στον Θεό. Γιατί **η προσευχή εκείνου που διακατέχεται από λύπη, δεν έχει τη δύναμη να φθάσει στο θυσιαστήριο του Θεού**, επειδή έχει θρονιασθεί στην καρδιά του ανθρώπου η λύπη.

Όταν η λύπη ανακατευθεί με την προσευχή, δεν την αφήνει να ανεβεί καθαρή προς τό ουράνιο θυσιαστήριο. Όπως λοιπόν το κρασί που ανακατεύεται με ξίδι χάνει πια την πρώτη γεύση, έτσι και η λύπη. Όταν αυτή αναμιχθεί με την**προσευχητική διάθεση -η οποία είναι δωρεά του Αγίου Πνεύματος** - τότε στερεί από την προσευχή την αρχική της καθαρότητα.

Πρέπει λοιπόν να διώξουμε από την ψυχή μας τη λύπη και να ασπασθούμε όλη τη χαρά του Θεού.

Ας απομακρυνθούμε λοιπόν, το συντομότερο, από αυτού του είδους τη λύπη, γιατί είναι εφάμαρτη και χαρακτηριστικό του κόσμου τούτου.

*

Η λύπη που είναι σύμφωνη με το θέλημα του Θεού , όπως λέει και ο Απόστολος Παύλος, «***προκαλεί μετάνοια****, η οποία οδηγεί στη σωτηρία και για την οποία ποτέ κανείς δεν μετανοιώνει. Η λύπη όμως πού σχετίζεται με τούτο τον κόσμο****προξενεί θάνατο***» (*Β' Κορ. 7, 10*). Και ο συγγραφέας των Παροιμιών λέει: *«Η ευλογία του Κυρίου έρχεται στην κεφαλή του δικαίου. Αυτή τον κάνει πλούσιο και δεν θα έρθει ποτέ λύπη στην καρδιά του» (Παροιμ. 10, 6, 22).* Και αλλού πάλι λέει: *«Καρδιά που ευφραίνεται, δίνει ευεξία στον άνθρωπο. Του λυπημένου όμως ανθρώπου ξεραίνεται η ψυχή του» (Παροιμ. 17, 22).* Ο Απόστολος Παύλος επίσης λέει: *«Δεν θέλουμε, αδελφοί, να αγνοείτε τη θλίψη που μας βρήκε στην Ασία. Τόσο πολύ το βάρος της ξεπέρασε τις δυνάμεις μας, ώστε φθάσαμε να χάσουμε κι αυτή ακόμα την ελπίδα, ότι θα επιζήσουμε. Εκείνος όμως που παρηγορεί τους ταπεινούς, ο Θεός, παρηγόρησε κι εμάς» (Κορ. 1, 8 και 7, 6).*

Κι εμείς λοιπόν, μαζί με τον Δαυίδ, ας πούμε: *«Ελέησέ με Κύριε, γιατί θλίβομαι. Από το θυμό σου θόλωσαν τα μάτια μου από τα δάκρυα, γιατί κακοπάθησα και ταπεινώθηκα πάρα πολύ και οι στεναγμοί της καρδιάς μου έβγαιναν σαν βρυχηθμοί λιονταριού» (Ψαλμ. 30, 10).* Και πάλι: *«Η λύπη κυρίευε την καρδιά μου καθώς σκεπτόμουν διαρκώς τα δεινά μου και ένοιωσα ταραχή από τα λόγια που είπε εναντίον μου ο εχθρός μου κι από τη θλίψη που μου προκαλεί ο αμαρτωλός» (Ψαλμ. 54, 3-4).* Αλλά, *«σώσε με, θεέ μου, γιατί τα δάκρυα από τη θλίψη μου έφθασαν μέχρι τα βάθη της ψυχής μου. Βυθίσθηκα σε βαθύ βούρκο και δεν υπάρχει μέρος να σταθώ (Ψαλμ. 68, 2-3).*

Και πάλι: *«Μην αποστρέψεις το πρόσωπό Σου από τον δούλο σου, γιατί θλίβομαι, αλλά άκουσε την παράκλησή μου» (Ψαλμ. 68, 18). «Γιατί Εσύ είσαι η καταφυγή και η παρηγοριά από τη θλίψη που με διακατέχει» (Ψαλμ. 31, 7). «Μακάρι να φθάσει σε Σένα η προσευχή μου και να χαμηλώσεις το αυτί Σου για να ακούσεις τη δέησή μου» (Ψαλμ. 87, 3).*

Όταν τέλος απαλλαχθείς από τη λύπη, να λες ευχαριστώντας τον Θεό: «Ο *Κύριος έρριξε από τον ουρανό το βλέμμα Του, για να ακούσει το στεναγμό των φυλακισμένων, για να λύσει τα δεσμά των παιδιών Του που είχαν θανατωθεί» (Ψαλμ. 101, 20-21).* Κι ακόμα: *«Τί να ανταποδώσω στον Κύριο για όλες τις*

ευεργεσίες Του προς εμένα;» (Ψαλμ. 115, 3). Γιατί, *«Τον επικαλέσθηκα μέσα στη θλίψη μου κι άκουσε την παράκλησή μου και μου πρόσφερε μεγάλη ανακούφιση» (Ψαλμ. 117, 5).*

Ο Κύριος έλεγε *στους* μαθητές Του: *«Αληθινά σας λέω, ότι εσείς θα κλάψετε και θα θρηνήσετε. ενώ ο κόσμος θα χαρεί».* Και μιλώντας στη συνέχεια παραβολικά για την γυναίκα εκείνη που γεννάει και έχει λύπη, προσθέτει: *«Έτσι και εσείς. Θα έχετε τώρα λύπη, αλλά πάλι θα σας επισκεφθώ και θα χαρεί η καρδιά σας και κανένας δεν θα μπορέσει ποτέ πια να αφαιρέσει από σας εκείνη τη χαρά* σας» *(Ιωάν. 16, 20. 22).*

Σ' Αυτόν πρέπει η δόξα, εκείνη που δίνει χαρά στους θλιμμένους, στους αιώνες. Αμήν.

*(Πηγή: Αντιόχου Μοναχού P.G. 89, 1422 - Απόσπασμα από το βιβλίο «ΩΔΗ ΣΤΟ ΕΦΗΜΕΡΟ: Η Λύπη κατά τους Πατέρες», Εκδόσεις «*ΕΤΟΙΜΑΣΙΑ*» Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου Καρέα).*

"*Η Άλλη Όψις θα ήθελε ταπεινά να ευχαριστήσει την γερόντισσα της Ιεράς Μονής Τιμίου Προδρόμου Καρέα, για την ευλογία της για την δημοσίευση αποσπάσματος του βιβλίου, που πιστεύουμε πως θα είναι πολύ ωφέλιμο για όλους τους αναγνώστες του.*"

ΣΧΕΤΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ:

Λύπη και αθυμία (Αγ. Ιωάννης Χρυσόστομος)

Ο φόβος (Jean Claude Larchet)

Η θεραπευτική του φόβου: Ο φόβος του Θεού (Jean Claude Larchet)

...για την Κατάθλιψη (απόσπασμα) (Γέροντας Πορφύριος Ιερομόναχος)

Θλίψεις (Αγ. Δημήτριος του Ροστώφ)

Η κατάθλιψη σήμερα (μοναχός Μωυσής Αγιορείτης)

Κατάθλιψη: Η 'σιωπηλή επιδημία' (Σεβασμ. Μητροπολίτης Ναυπάκτου και Αγ. Βλασίου Ιερόθεος)

Αντιμέτωποι με την κατάθλιψη (Μοναχή Ειρήνη)

Θλίψη και κατάθλιψη (μοναχός Μωυσής Αγιορείτης)