Η δύναμη της συνήθειας (Αγ. Ιγνάτιος Μπριαντσανίνωφ)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 7 Σεπτεμβρίου, 2015

Η δύναμη μιας ριζωμένης στη ψυχή συνήθειας είναι ίση με τη δύναμη μιας φυσικής ιδιότητας. Ο μαθητής του Κυρίου μας Ιησού Χριστού οφείλει να αποκτήσει καλές συνήθειες και να αποφεύγει τις άτοπες.
Νέε μου! Να είσαι συνετός και προνοητικός. Στα χρόνια της νεότητάς σου φρόντισε με επιμέλεια να αποκτήσεις καλές συνήθειες. Έτσι, στην ώριμη και στη γεροντική σου ηλικία θα χαρείς τον πλούτο που σχεδόν άκοπα απέκτησες στη νεανική.
Μη θεωρήσεις ασήμαντη την εκπλήρωση μιας κακής επιθυμίας σου, όσο μικρή κι αν φαίνεται αυτή. Κάθε επιθυμία, όταν εκπληρώνεται, βάζει τη σφραγίδα της στη ψυχή. Και το σφράγισμα αυτό κάποτε είναι τόσο δυνατό, που γίνεται αρχή μιας καταστροφικής συνήθειας.

Μήπως γνώριζε ο χαρτοπαίκτης, όταν άγγιζε τα χαρτιά για πρώτη φορά, πως η χαρτοπαιξία θα του γινόταν πάθος; Μήπως γνώριζε ο μέθυσος, όταν έπινε το πρώτο του ποτήρι, πως έκανε την αρχή της αυτοκτονίας του; Ή μήπως δεν είναι αργή αυτοκτονία αυτή η θλιβερή συνήθεια, που καταστρέφει και την ψυχή και το σώμα;

Μια απρόσεκτη ματιά όχι σπάνια πληγώνει την καρδιά. Αλλεπάλληλες ματιές τόσο βαθαίνουν την πληγή, ώστε αυτή πολύ δύσκολα επουλώνεται με πολυχρόνιες προσευχές, ασκήσεις και δάκρυα.

Παιδαγωγοί
και δάσκαλοι! Μεταδώστε στους νέους καλές συνήθειες και αποτρέψτε τους από κακές, που τους οδηγούν σε μεγάλες συμφορές.

Οι κακές συνήθειες αλυσοδένουν τον άνθρωπο, του στερούν την πνευματική ελευθερία, τον κρατούν βίαια στο δύσοσμο βάλτο των παθών.

Για
την καταστροφή της ψυχής είναι αρκετή μία και μόνο κακή συνήθεια, γιατί αυτή ανοίγει συνεχώς την πόρτα της καρδιάς σ' όλα τα αμαρτήματα και σ' όλα τα πάθη.

Μάθε
να είσαι σεμνός. Μην αφήνεις τον εαυτό σου να μιλάει ελεύθερα ή και ν' αγγίζει ακόμα τον πλησίον χωρίς μεγάλη ανάγκη. Η καλή συνήθεια της σεμνής διαγωγής εξασφαλίζει εύκολα τη μεγάλη αρετή της αγνείας. Οι άλλοι, βλέποντας τη σεμνότητά σου, θα είναι μπροστά σου συνεσταλμένοι, ευλαβικοί, θα έλεγα όπως μπροστά στην ευωδία της αγιοσύνης.

Από
τίποτ' άλλο δεν κινδυνεύει τόσο η αγνεία όσο από τη συνήθεια της παρρησίας, της θρασύτητας, της ελεύθερης συμπεριφοράς, που αθετεί τους κανόνες της μετριοφροσύνης.

Μάθε
να είσαι συγκρατημένος και στη λήψη τροφής. Έτσι, τόσο το σώμα σου όσο και ο νους σου θα έχουν υγεία δύναμη και ζωντάνια -εφόδια απαραίτητα και στον αγώνα για τη σωτηρία και στις διάφορες εγκόσμιες ασχολίες.

Η
λαιμαργία δεν είναι παρά μια κακή συνήθεια. Είναι η άκριτη και άμετρη ικανοποίηση μιας διεστραμμένης από την αλόγιστη χρήση φυσικής επιθυμίας.

Μάθε
να τρως απλά. Οι απλές τροφές γι' αυτόν που τις συνήθισε είναι πιό γευστικές και οπωσδήποτε πιο υγιεινές από τις εξεζητημένες.

Πόση
είναι η πνευματική ελευθερία και πόση η ψυχική δύναμη του ανθρώπου που

συνήθισε στην απλή τροφή, όσο μηδαμινή κι αν φαίνεται αυτή η συνήθειά του! Αλλά και υλικά πόσο κερδίζει ο άνθρωπος που αρκείται στα λιτά γεύματα! Όχι μόνο πολύ λιγότερα χρήματα ξοδεύει για τη διατροφή του, αλλά και πολύ λιγότερο χρόνο χάνει και πολύ λιγότερες μέριμνες έχει. Αν, μάλιστα, είναι φτωχός, δεν πιέζεται από τη φτώχεια του.

Είναι δύσκολο το πέρασμα από τα πολυτελή γεύματα στα απλά. Πολλοί αναγκάστηκαν από τις συνθήκες να το κάνουν απότομα και άκαιρα. Έτσι, όμως, κλονίστηκε η υγεία τόσο του σώματος όσο και της ψυχής τους. Αυτή τη συμφορά θα την είχαν αποφύγει, αν συνετά και έγκαιρα είχαν εθιστεί στη λιτή διατροφή.

Εκείνος ιδιαίτερα που ποθεί ν’ αφιερωθεί στη διακονία του Χριστού, με τη λιτή διατροφή ωφελείται πάρα πολύ. Γιατί μπορεί να κατοικήσει σε μια απόμακρη τοποθεσία, αποφεύγοντας τις συχνές επαφές με άλλους ανθρώπους και, γενικότερα, τα αίτια της νοητικής διασπάσεως, και να αφοσιωθεί στη μνήμη του Θεού και την προσευχή.

Όλοι οι άγιοι είχαν συνηθίσει να τρώνε και μετρημένα και απλά. Ο απόστολος Παύλος για την καθημερινή του τροφή δαπανούσε ελάχιστα χάλκινα νομίσματα.

Ας έρθω τώρα στο πάθος της μέθης. Τί φοβερό πάθος! Εισχωρεί βαθιά στο σώμα και την ψυχή, με τη συγκατάθεση της επιθυμίας, αποκτώντας από τη συνήθεια, όπως είπαμε, τη δύναμη φυσικής ιδιότητας.

Ο μαθητής του Χριστού πρέπει να φυλάγεται όχι μόνο από τη μέθη αλλά και από την υπέρμετρη χρήση του κρασιού, που φλογίζει τη σάρκα και ξεσηκώνει τις αισχρές επιθυμίες. «Να μη μεθάτε με κρασί, που οδηγεί στην ασωτία», γράφει ο απόστολος Παύλος. Επιτρέπεται η χρήση του κρασιού σε πολύ μικρή ποσότητα. «Να χρησιμοποιείς και λίγο κρασί», συμβουλεύει ο ίδιος απόστολος τον Τιμόθεο, «για το στομάχι σου και για τις συχνές σου ασθένειες». Όποιος, όμως, δεν μπορεί να επιβληθεί στον εαυτό του και να πίνει με μέτρο, καλά θα κάνει να αποφεύγει τελείως το κρασί.

Ο αββάς Ποιμήν ο Μέγας είπε: «Δεν χρειαζόμαστε τίποτ’ άλλο παρά νηφάλιο νου». Το κρασί, ωστόσο, όπως είναι γνωστό, αφαιρεί από τον νου τη

νηφαλιότητά του, τον σκοτίζει και τον εξασθενίζει. Όταν, λοιπόν, ο αγωνιστής βρίσκεται υπό την επήρεια του κρασιού, στον σκοτισμένο και εξασθενημένο νου του εισβάλλουν εύκολα οι νοητοί εχθροί. Και ο νους, μη έχοντας τη διαύγεια και τη δύναμη να παλέψει μαζί τους, παρασύρεται, δεμένος από το κρασί, στο βάραθρο της αμαρτίας! Έτσι, μέσα σε μια στιγμή, πάνε χαμένοι μακροχρόνιοι αγώνες, καθώς το Άγιο Πνεύμα φεύγει μακριά από τον αμαρτωλό. Να γιατί ο αββάς Ησαΐας ο αναχωρητής είπε ότι εκείνος που αγαπά το κρασί, ποτέ δεν θα αξιωθεί να λάβει και, αν λάβει, να διατηρήσει πνευματικά χαρίσματα. Αυτά τα χαρίσματα, για να παραμείνουν στον άνθρωπο, απαιτούν διαρκή καθαρότητα, που είναι δυνατή μόνο με τη διαρκή νηφαλιότητα.

Η φιλαργυρία, η οργή, η αλαζονεία, η αναισχυντία είναι πάθη της ψυχής, που σχηματίζονται από τη συγκατάβαση της φθαρμένης μας φύσεως προς τις κακές ροπές. Τα πάθη εδραιώνονται, αυξάνονται και υποδουλώνουν την ψυχή μέσω της συνήθειας.

Το ίδιο συμβαίνει και με τη σαρκική επιθυμία, όσο κι αν αυτή θεωρείται φυσιολογική για τον μεταπτωτικό άνθρωπο. Μακάριος είναι ο νέος εκείνος που, μόλις η επιθυμία κάνει μέσα του την πρώτη της εμφάνιση, θα αντιληφθεί ότι δεν πρέπει να της παραδοθεί και θα τη χαλιναγωγήσει με τον νόμο του Θεού και τη φρόνηση. Η επιθυμία που χαλιναγωγείται στα αρχικά της στάδια προβάλλει απαιτήσεις όλο και πιό ασθενείς, ώσπου τελικά υποτάσσεται στο νου, αλυσοδένεται απ’ αυτόν και κατευθύνεται σαν σκλάβα του. Απεναντίας, η επιθυμία που ικανοποιείται έστω και μια φορά, εντείνει και αυξάνει τις απαιτήσεις της. Και όταν ο λογικός νους της παραχωρεί την εξουσία του πάνω στον όλο άνθρωπο και την αφήνει να ικανοποιείται συχνά και μακροχρόνια, αυτή τελικά καταντά τύραννος και αφανιστής τόσο του σώματος όσο και της ψυχής.

Όλα γενικά τα πάθη αναπτύσσονται στην ψυχή μας, όταν τους δείχνουμε συγκατάβαση. Η συγκατάβαση, όταν επαναληφθεί πολλές φορές, δημιουργεί συνήθεια. Και η συνήθεια κάνει το πάθος ισχυρό κυρίαρχο μας. Γι’ αυτό ο αββάς Ισαάκ ο Σύρος είπε: «Να φοβάσαι τις κακές συνήθειες περισσότερο από τους εχθρούς», δηλαδή τους δαίμονες.

Αν, μόλις εμφανιστεί μέσα μας αμαρτωλή επιθυμία, την αρνηθούμε, στην επόμενη εμφάνισή της θα είναι πιο αδύναμη, ώσπου τελικά θα σβήσει. Αν,

όμως, την ικανοποιήσουμε, θα επιστρέψει λίγο αργότερα με μεγαλύτερη δύναμη. Και όσο την ικανοποιούμε, τόσο δυναμώνει, τόσο μεγαλύτερη εξουσία αποκτά πάνω στην προαίρεσή μας, αιχμαλωτίζοντάς την σιγά-σιγά, ώσπου τελικά γεννά τη συνήθεια.

Τα αμαρτήματα που διαπράττουμε από συνήθεια, όσο βαριά κι αν είναι, μας φαίνονται ελαφριά. Το καινούργιο αμάρτημα το φοβάται η ψυχή και δεν αποφασίζει σύντομα να το διαπράξει.

Τα πάθη είναι συνήθειες κακές, οι αρετές είναι συνήθειες καλές. Εδώ, βέβαια εννοούμε τα πάθη και τις αρετές που έγιναν συνήθειες στον άνθρωπο με τη διαγωγή του, με τον τρόπο της ζωής του. Γιατί υπάρχουν πάθη και αρετές που αποτελούν έμφυτες ιδιότητες του ανθρώπου, ιδιότητες με τις οποίες αυτός γεννιέται.

Ο άνθρωπος του Θεού πρέπει να είναι όσο το δυνατό περισσότερο ελεύθερος από κακές συνήθειες, οι οποίες τον εμποδίζουν να πλησιάσει το Χριστό. Ο άνθρωπος του Θεού πρέπει όχι μόνο από τις αμαρτωλές συνήθειες να απομακρύνεται, αλλά και απ’ όλες όσες οδηγούν άμεσα ή έμμεσα στην αμαρτία, όπως είναι, για παράδειγμα, η τρυφή, η μαλθακότητα, ο περισπασμός.

Καμιά φορά μια ασήμαντη συνήθεια μας δένει τα πόδια και μας κρατά στη γη, ενώ θα μπορούσαμε να ήμασταν στον ουρανό!

Νέε μου! Σου επαναλαμβάνω τη σωτήρια συμβουλή: Όσο βρίσκεσαι ακόμα μέσα στην πνευματική ελευθερία, φεύγε μακριά από τις κακές συνήθειες σαν από δεσμά και φυλακή. Απόκτησε καλές συνήθειες, με τις οποίες διατηρείται, υποστηρίζεται και σφραγίζεται η πνευματική ελευθερία.

Εσύ, πάλι, που σε ώριμη ηλικία αποφάσισες να υπηρετήσεις τον Χριστό και, δυστυχώς, έχεις ήδη αποκτήσει πολλές αμαρτωλές συνήθειες ή έχεις, έστω, εθιστεί στη μαλθακή ζωή και γι’ αυτό η ψυχή σου είναι εξασθενημένη, εσύ, λοιπόν, πρέπει με ανδρεία να μπεις στον αγώνα εναντίον των συνηθειών σου. Με τη βοήθεια του Θεού θα τις αποβάλεις.

Η αποφασιστική προαίρεση, ενισχυμένη από τη χάρη του Χριστού, μπορεί να νικήσει

και τις πιο ισχυρές συνήθειες.

Στην αρχή η συνήθεια αντιστέκεται σθεναρά σ’ εκείνον που θα θελήσει ν’ αποτινάξει τον ζυγό της, και φαίνεται ανίκητη. Με τον καιρό, όμως, όσο την πολεμάς, κι αν δεν υποτάσσεται, πάντως εξασθενίζει, ώσπου τελικά νικιέται,

Αν στη διάρκεια του πολέμου συμβεί καμιά φορά, για οποιονδήποτε λόγο, να νικηθείς, μην ταραχθείς και μην απελπιστείς. Ρίξου πάλι στη μάχη!

Ο σκληρός αγώνας του ανθρώπου εναντίον των κακών του συνηθειών λογαριάζεται για μαρτύριο. Και ο νικητής σ’ αυτόν τον αγώνα στεφανώνεται με το στεφάνι των ομολογητών του Χριστού και του νόμου Του.

Ο πολυέλεος και παντοδύναμος Κύριος μας δέχεται όλους, όταν τον πλησιάζουμε. Απλώνει το χέρι του για να μας κρατήσει, όταν από αδυναμία κινδυνεύουμε να πέσουμε. Γι’ αυτό, κι αν ακόμα ήσουν ολόκληρος μέσα στις κακές συνήθειες, κι αν ακόμα ήσουν σφιχτά αλυσοδεμένος από τα πάθη, μην απελπίζεσαι! Μπορείς ν’ αποκτήσεις την ελευθερία σου! Ξεκίνησε τον αόρατο πόλεμο, αγωνίσου γενναία χωρίς διαλείμματα και υπόμεινε με ταπείνωση τις ήττες σου. Με τις ήττες διαπιστώνουμε εμπειρικά πόσο αδύναμοι είμαστε. Αυτή η διαπίστωση μας φέρνει πιο κοντά στο Θεό και μας κρατά σταθερά κοντά σ’ εκείνον, τον μόνο που μπορεί να νικήσει την αμαρτία σ’ όσους ειλικρινά επιθυμούν να τη δουν νικημένη μέσα τους. Αμήν.

(Αγ. Ιγνατίου Μπριαντσανίνωφ, «Ασκητικές εμπειρίες», τ. Β΄. Ι. Μ. Παρακλήτου, Ωρωπός Αττικής)

(Πηγή ηλ. κειμένου: pemptousia.gr)