

Μελαγχολία, θλίψη, άγχος (Άγιος Πορφύριος Κουσοκαλυβίτης)

Categories : [ΘΕΟΛΟΓΙΑ](#)

Date : 1 Φεβρουαρίου, 2017

Τό σπουδαίο είναι νά μπούμε στήν Ἐκκλησία. Νά ἐνωθοῦμε μέ τούς συναθρώπους μας, μέ τίς χαρές καί τίς λύπες ὄλων. Νά τούς νιώθουμε δικούς μας, νά προσευχόμαστε γιά ὄλους, νά πονᾶμε γιά τήν σωτηρία τους, **νά ξεχνᾶμε τούς ἑαυτούς μας**. Νά κάνομε τό πᾶν γι' αὐτούς, ὅπως ὁ Χριστός γιά μᾶς. Μέσα στήν Ἐκκλησία γινόμαστε ἕνα μέ κάθε δυστυχημένο καί πονεμένο κι ἀμαρτωλό. Κανείς δέν πρέπει νά θέλει νά σωθεῖ μόνος του, χωρίς νά σωθοῦν καί οἱ ἄλλοι. Εἶναι λάθος νά προσεύχεται κανείς γιά τόν ἑαυτό του, γιά νά σωθεῖ ὁ ἴδιος. Τούς ἄλλους πρέπει νά ἀγαπᾶμε καί νά προσευχόμαστε νά μή χαθεῖ κανείς· νά μποῦν ὅλοι στήν Ἐκκλησία. Αὐτό ἔχει ἀξία. Καί μ' αὐτή τήν ἐπιθυμία πρέπει νά φύγει κανείς ἀπ' τόν κόσμο, γιά νά πάει στό μοναστήρι ἢ στήν ἔρημο.

Μέσα στήν Ἐκκλησία, πού ἔχει τά μυστήρια πού σώζουν, δέν ὑπάρχει ἀπελπισία. Μπορεῖ νά εἶμαστε πολύ ἀμαρτωλοί. Ἐξομολογούμαστε, ὅμως μᾶς διαβάζει ὁ παπᾶς κι ἔτσι συγχωρούμαστε καί προχωροῦμε πρὸς τήν ἀθανασία, χωρίς καθόλου ἄγχος, χωρίς καθόλου φόβο.

Ὅποιος ζεῖ τόν Χριστό, γίνεται ἕνα μαζί Του, μέ τήν Ἐκκλησία Του. **Ζεῖ μιὰ τρέλα!** **Ἡ ζωή αὐτή εἶναι διαφορετική ἀπ' τή ζωή τῶν ἀνθρώπων**. Εἶναι χαρά, εἶναι φῶς, εἶναι ἀγαλλίαση, εἶναι ἀνάταση. Αὐτή εἶναι ἡ ζωή τῆς Ἐκκλησίας, ἡ ζωή τοῦ Εὐαγγελίου, ἡ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ. «*Ἡ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ ἐντός ἡμῶν ἐστίν*» (Λουκ. 17,21). Ἔρχεται μέσα μας ὁ Χριστός κι ἐμεῖς εἶμαστε μέσα Του. Καί συμβαίνει ὅπως μ' ἕνα κομμάτι σίδηρο πού τοποθετημένο μέσ στή φωτιά γίνεται φωτιά καί φῶς· ἔξω ἀπ' τή φωτιά, πάλι σίδηρος σκοτεινός, σκοτάδι.

Ὅσοι κατηγοροῦν τήν Ἐκκλησία γιά τά λάθη τῶν ἐκπροσώπων της, μέ σκοπό δῆθεν νά βοηθήσουν γιά τήν διόρθωση, κάνουν μεγάλο λάθος. Αὐτοί δέν ἀγαποῦν τήν Ἐκκλησία. Οὔτε, βέβαια τόν Χριστό. Τότε ἀγαπᾶμε τήν Ἐκκλησία, ὅταν μέ τήν προσευχή μας ἀγκαλιάζουμε κάθε μέλος της καί κάνομε ὅ,τι κάνει ὁ Χριστός. Θυσιαζόμαστε, ἀγρυπνοῦμε, κάνομε τό πᾶν, ὅπως ἐκεῖνος, ὁ ὁποῖος «*τίς λοιδορίες δέν τίς ἀνταπέδιδε, καί ὅταν ἔπασχε δέν ἀπειλοῦσε*» (Α' Πέτρ. 2,23).

Νά προσέχουμε καί τό τυπικό μέρος. Νά ζοῦμε τά μυστήρια, ιδιαίτερα τό μυστήριο τῆς Θείας Κοινωνίας. Σ' αὐτά βρίσκεται ἡ Ὁρθοδοξία. Προσφέρεται ὁ Χριστός στήν Ἐκκλησία μέ τά μυστήρια καί κυρίως μέ τήν Θεία

Κοινωνία.

Γιά πολλούς, όμως, η θρησκεία είναι ένας αγώνας, μιὰ αγωνία κι ένα άγχος. Γι' αυτό πολλούς απ' τούς «θρήσκους» τούς θεωρούνε δυστυχημένους, γιατί βλέπουνε σέ τί χάλια βρίσκονται. Καί πράγματι. Γιατί άν δέν καταλάβει κανείς τό βάθος τής θρησκείας καί δέν τήν ζήσει, ή θρησκεία καταντάει άρρώστεια καί μάλιστα φοβερή. Τόσο φοβερή, πού ό άνθρωπος χάνει τόν έλεγχο τών πράξεών του, γίνεται άβουλος κι άνίσχυρος, έχει αγωνία κι άγχος καί φέρεται υπό κακού πνεύματος (δηλ. δαιμονικής ενέργειας). Κάνει μετάνοιες, κλαίει, φωνάζει, ταπεινώνεται τάχα, κι όλη αύτή ή ταπείνωση είμαι μιὰ σατανική ενέργεια. Όρισμένοι τέτοιοι άνθρωποι ζούνε τή θρησκεία σάν ένα είδος κολλάσεως. Μέσα στήν εκκλησία κάνουν μετάνοιες, σταυρούς, λένε, «είμαστε άμαρτωλοί, άνάξιοι», καί μόλις βγούνε έξω, άρχίζουν νά βλασφημάνε τά θεϊά, όταν κάποιος λίγο τούς ένοχλήσει. Φαίνεται καθαρά ότι υπάρχει στό μέσον δαιμόνιο.

Στήν πραγματικότητα, ή χριστιανική θρησκεία μεταβάλλει τόν άνθρωπο καί τόν θεραπεύει. Ή κυριότερη, όμως, προϋπόθεση, γιά νά άντιληφθεϊ καί νά διακρίνει ό άνθρωπος τήν αλήθεια, είναι ή ταπείνωση. Ό έγωισμός σκοτίζει τό νοϋ τοϋ ανθρώπου, τόν μπερδεύει, τόν οδηγεί στήν πλάνη, στήν αίρεση. Είναι σπουδαίο νά κατανοήσει ό άνθρωπος τήν αλήθεια.

Στίς αίρέσεις πάνε όλοι οί μπερδεμένοι. Μπερδεμένα παιδιά μπερδεμένων γονέων.

Πολλές φορές οϋτε ό κόπος, οϋτε οί μετάνοιες, οϋτε οί σταυροί προσελκύουν τή χάρη. Ύπάρχουν μυστικά. Τό οϋσιαστικότερο είναι νά φύγεις απ' τόν τύπο καί νά πηγαίνεις στήν οϋσία. Ό,τι γίνεται, νά γίνεται από αγάπη.

Όταν δέν ζεις μέ τόν Χριστό, ζεις μέσ στή μελαγχολία, στή θλίψη, στό άγχος, στή στενοχώρια. Δέν ζεις σωστά. Τότε παρουσιάζονται πολλές άνωμαλίες καί στόν οργανισμό. Έπηρεάζεται τό σϋμα, οί ένδοκρινείς αδένες, τό συκώτι, ή χολή, τό πάγκρεας, τό στομάχι. Σοϋ λένε: «Γιά νά είσαι ύγιής, πάρε τό πρωί τό γάλα σου, τό αυγουλάκι σου, τό βουτυράκι σου μέ δύο-τρία παξιμάδια». Κι όμως, άν ζεις σωστά, άν αγαπήσεις τόν Χριστό, μ' ένα πορτοκάλι κι ένα μήλο είσαι έντάξει. Τό μεγάλο φάρμακο είναι νά έπιδοθεϊ κανείς στήν λατρεία τοϋ Χριστοϋ. Όλα θεραπεύονται. Όλα λειτουργοϋν κανονικά. Ή αγάπη τοϋ Θεοϋ όλα τά μεταβάλλει, τά μεταποιεί, τά αγιάζει, τά διορθώνει, τά αλλάζει, τά μεταστοιχειώνει.

Ό έρωτας πρός τόν Χριστό είναι κάτι άλλο. Δέν έχει τέλος, δέν έχει χορτασμό. Δίνει ζωή, δίνει σθένος, δίνει ύγεία, δίνει, δίνει, δίνει... Κι όσο δίνει, τόσο πίο πολύ ό άνθρωπος θέλει νά έρωτεύεται. Ένω ό ανθρώπινος έρωτας μπορεί νά φθείρει τόν

άνθρωπο, νά τόν τρελάνει. Όταν αγαπήσαμε τόν Χριστό, όλες οι άλλες αγάπες υποχωρούν. Οι άλλες αγάπες έχουν κορεσμό.. Η αγάπη του Χριστού δέν έχει κορεσμό. Η σαρκική αγάπη έχει κορεσμό. Μετά μπορεί ν' αρχίσει ή ζήλια, ή γκρίνια, μέχρι κι ό φόνος. Μπορεί νά μεταβληθεϊ σέ μίσος. **Η έν Χριστώ αγάπη δέν άλλοιώνεται.** Η κοσμική αγάπη λίγο διατηρεϊται και σιγά σιγά σβήνει, ένώ ή θεία αγάπη όλοένα μεγαλώνει και βαθαίνει. Κάθε άλλος έρωτας μπορεί νά φέρει τόν άνθρωπο σέ άπελπισία. Ο θεϊος έρωας, όμως, μάς ανεβάζει στη σφαίρα του Θεού, μάς χαρίζει γαλήνη, χαρά, πληρότητα. Οι άλλες ήδονές κουράζουν, ένώ αυτή διαρκώς δέν χορταίνεται. Είναι μία ήδονή άκόρεστος, πού δέν τήν βαριέται κανείς ποτέ. Είναι τό **άκρον αγαθόν.**

Όταν αγαπάς τόν Χριστό, παρόλες τίς άδυναμίες και τή συναίσθηση πού έχεις γι' αυτές έχεις τή βεβαιότητα ότι **ξεπέρασες τόν θάνατο**, γιατί βρίσκεσαι στην κοινωνία τής αγάπης του Χριστού.

Τόν Χριστό νά τόν αισθανόμαστε σαν φίλο μας. Είναι φίλος μας. Τό βεβαιώνει ό ίδιος, όταν λέει: «*Εσεϊς είστε φίλοι μου...*» (Ίω. 15,14). Σαν φίλο νά τόν άτενίζουμε και νά τόν πλησιάζουμε. Πέφτομε; Αμαρτάνουμε; Μέ οικειότητα, μέ αγάπη κι έμπιστοσύνη νά τρέχουμε κοντά του· όχι μέ φόβο ότι θά μάς τιμωρήσει αλλά μέ θάρρος, πού θά μάς τό δίδει ή αίσθηση του φίλου. Νά του πούμε: «Κύριε, τό έκανα, έπεσα, συγχώρεσε με». Αλλά συγχρόνως νά αισθανόμαστε ότι μάς αγαπάει, ότι μάς δέχεται τρυφερά, μέ αγάπη και μάς συγχωρεϊ. **Νά μή μάς χωρίζει άπ' τόν Χριστό ή άμαρτία.** Όταν πιστεύουμε ότι μάς αγαπάει και τόν αγαπάμε, δέν θά αισθανόμαστε ξένοι και χωρισμένοι άπ' Αυτόν, ούτε όταν αμαρτάνουμε. Έχουμε έξασφαλίσει τήν αγάπη Του κι όπως και νά φερθούμε, ξέρομε ότι μάς αγαπάει.

Τό Ευαγγέλιο, βέβαια, λέει μέ συμβολικές λέξεις για τόν άδικο ότι θά βρεθεϊ εκεί, όπου υπάρχει «*ό τριγμός και ό βρυγμός των όδόντων*», διότι μακράν του Θεού έτσι είναι. Και από τούς νηπτικούς Πατέρες τής Έκκλησίας πολλοί όμιλούν για φόβο θανάτου και κολάσεως. Λένε: «*Έχε μνήμη θανάτου πάντοτε*». Αυτές οι λέξεις, αν τίς έξετάσουμε βαθιά, δημιουργούν τόν φόβο τής κολάσεως. Ο άνθρωπος προσπαθώντας ν' αποφύγει τήν άμαρτία, κάνει αυτές τίς σκέψεις, για νά κυριευθεϊ ή ψυχή του άπ' τό φόβο του θανάτου, τής κολάσεως και του διαβόλου.

Όλα έχουν τή σημασία τους, τό χρόνο και τήν περίστασή τους. **Η έννοια του φόβου είναι καλή για τά πρώτα στάδια.** Είναι για τούς αρχάριους, γι' αυτούς πού ζει μέσα τους ό παλαιός άνθρωπος. Ο άνθρωπος ό αρχάριος, πού δέν έχει άκόμη λεπτυνθεϊ, συγκρατεϊται άπ' τό κακό μέ τό φόβο. Και ό φόβος είναι άπαραίτητος, έφόσον είμαστε υλικοί και χαμερπεϊς. Αλλ' αυτό είναι ένα στάδιο, ένας χαμηλός βαθμός σχέσεως μέ τό θεϊον. Τό πάμε στη συναλλαγή, προκειμένου νά κερδίσουμε τόν Παράδεισο ή νά γλιτώσουμε τήν κόλαση. Αυτό, αν τό καλοξετάσουμε, δείχνει κάποια ιδιοτέλεια, κάποιο

συμφέρον. Έμένα δέ μου άρέσει αυτός ό τρόπος. Όταν ό άνθρωπος προχωρήσει και μπει στην αγάπη του Θεού, τί του χρειάζεται ό φόβος; Ό,τι κάνει, τό κάνει από αγάπη κι έχει πολύ μεγαλύτερη αξία αυτό. Τό να γίνει καλός κάποιος από φόβο στον Θεό κι όχι από αγάπη δέν έχει τόση αξία.

Όποιος θέλει να γίνει χριστιανός, πρέπει πρώτα να γίνει ποιητής. Άν στραπατσαρισθεί ή ψυχή και γίνει ανάξια της αγάπης του Χριστού, διακόπτει ό Χριστός τίς σχέσεις, διότι ό Χριστός «χοντρές» ψυχές δέν θέλει κοντά Του.

Κανείς να μή σās βλέπει, κανείς να μήν καταλαβαίνει τίς κινήσεις της λατρείας σας προς τό θεϊόν. Όλ' αυτά κρυφά, μυστικά, σαν τούς άσκητές. Θυμάστε πού σās έχω πει για τ' άηδονάκι; Μές στό δάσος κελαϊδάει. Στή σιγή. Να πει πώς κάποιος τ' άκούει, πώς κάποιος τό επαινεί; Πόσο ώραίο κελάηδημα στην έρημιά! Έχετε δεϊ πώς φουσκώνει ό λάρυγγας του; Έτσι γίνεται και μ' αυτόν πού έρωτεύεται τον Χριστό. Άμα αγαπάει, «φουσκώνει ό λάρυγγας, παθαίνει, μαλλιάζει ή γλώσσα». Πιάνει μιá σπηλιά, ένα λαγκάδι και ζει τον Θεό μυστικά, «στεναγμοίς άλαλήτοις».

Περιφρονήστε τά πάθη, μήν άσχολεισθε μέ τον διάβολο. Στραφείτε στον Χριστό.

Ή θεία χάρις μάς διδάσκει τό δικό μας χρέος. Για να την προσελκύσουμε, θέλει αγάπη, λαχτάρα. Ή χάρις του Θεού θέλει θεϊο έρωτα. Ή αγάπη άρκει, για να μάς φέρει σε κατάλληλη «φόρμα» για προσευχή. Μόνος Του θά έλθει ό Χριστός και θά έγκύψει στην ψυχή μας, άρκει να βρει όρισμένα πραγματάκια πού να Τόν εύχαριστούν· αγαθή προαίρεση, ταπείνωση και αγάπη. Χωρίς αυτά δέν μπορούμε να ποϋμε «Κύριε Ίησοϋ Χριστέ έλέησόν με».

Ό παραμικρός γογγυσμός κατά του πλησίον έπηρεάζει την ψυχή σας και δέν μπορείτε να προσευχηθείτε. Τό Πνεϋμα τό Άγιον, όταν βρίσκει έτσι την ψυχή, δέν τολμάει να πλησιάσει.

Νά ζητάμε να γίνει τό θέλημα του Θεού· αυτό είναι τό πιο συμφέρον, τό πιο ασφαλές για μάς και για όσους προσευχόμαστε. Ό Χριστός θά μάς τα δώσει όλα πλούσια. Όταν υπάρχει έστω και λίγος έγωισμός, δέν γίνεται τίποτα.

Όταν ό Θεός δέν μάς δίδει κάτι πού επίμονα ζητάμε, έχει τό λόγο Του. Έχει κι ό Θεός τά «μυστικά» Του.

Άν δέν κάνετε **ύπακοή** (σε ιερέα-πνευματικό) και δέν έχετε ταπείνωση, ή εύχή (δηλ. τό Κύριε Ίησοϋ Χριστέ έλέησόν με) δέν έρχεται και υπάρχει και φόβος πλάνης.

Νά μήν γίνεται ή εϋχή (τό Κύριε Ίησοϋ Χριστέ έλέησον με) άγγαρεία. Ή πίεση μπορεί νά φέρει μία αντίδραση μέσα μας, νά κάνει κακό. Έχουν άρρωστήσει πολλοί μέ τήν εϋχή, γιατί τήν έκαναν μέ πίεση. Καί γίνεται, βέβαια, κι όταν τό κάνεις άγγαρεία· αλλά δέν είναι υγιές.

Δέν είναι ανάγκη νά συγκεντρωθείτε ιδιαίτερα για νά πείτε τήν εϋχή. Δέν χρειάζεται καμιά προσπάθεια όταν έχετε θεϊο έρωτα. Όπου βρίσκεσθε, σέ σκαμνί, σέ καρέκλα, σέ αυτοκίνητο, παντοϋ, στόν δρόμο, στό σχολείο, στό γραφείο, στή δουλειά μπορείτε νά λέτε τήν εϋχή, τό «Κύριε Ίησοϋ Χριστέ έλέησον με», άπαλά, χωρίς πίεση, χωρίς σφίξιμο.

Σημασία στήν προσευχή έχει όχι ή χρονική διάρκεια αλλά ή ένταση. Νά προσεύχεσθε έστω καί πέντε λεπτά, αλλά δοσμένα στό Θεό μέ άγάπη καί λαχτάρα. Μπορεί ένας μία όλόκληρη νύχτα νά προσεύχεται κι αυτή ή προσευχή τών πέντε λεπτών νά είναι άνώτερη. Μυστήριο είναι αυτό βέβαια, αλλά έτσι είναι.

Ό άνθρωπος τοϋ Χριστοϋ όλα τά κάνει προσευχή. Καί τή δυσκολία καί τή θλίψη, τίς κάνει προσευχή. Ό,τι καί νά τοϋ τύχει άμέσως αρχίζει: «Κύριε Ίησοϋ Χριστέ...». Ή προσευχή ώφελεί σέ όλα, καί στά πιό άπλά. Για παράδειγμα, πάσχεις από άπνία· νά μή σκέπτεσαι τόν ύπνο. Νά σηκώνεσαι, νά βγαίνεις έξω καί νά έρχεσαι πάλι μέσα στό δωμάτιο, νά πέφτεις στό κρεβάτι σάν για πρώτη φορά, χωρίς νά σκέπτεσαι άν θά κοιμηθείς ή όχι. Νά συγκεντρώνεσαι, νά λές τή δοξολογία καί μετά τρεις φορές τό «Κύριε Ίησοϋ Χριστέ...» κι έτσι θά έρχεται ό ύπνος.

Όλα είναι μέσα μας, καί τά ένστικτα καί τά πάντα, καί ζητοϋν ικανοποίηση. Αν δέν τά ικανοποιήσομε, κάποτε θά εκδικηθοϋν, εκτός καί τά διοχετεύσομε άλλοϋ, στό άνώτερο, στόν Θεό.

Δέν γίνεσθε άγιοι κυνηγώντας τό κακό. Αφήστε τό κακό. Νά κοιτάζετε πρός τόν Χριστό κι Αυτός θά σάς σώσει. Αντί νά στέκεσθε έξω από τήν πόρτα καί νά διώχνετε τόν έχθρό, περιφρονήστε τον. Έρχεται από δω τό κακό; Δοθείτε μά τρόπο άπαλό από εκεί. Δηλαδή έρχεται νά σάς προσβάλει τό κακό, δώστε έσείς τήν έσωτερική σας δύναμη στό καλό, στόν Χριστό. Παρακαλέστε: «Κύριε Ίησοϋ Χριστέ, έλέησον με». Ξέρει εκείνος πώς νά σάς έλεήσει, μέ τί τρόπο. Κι όταν γεμίζετε άπ' τό καλό, δέν στρέφεσθε πιά πρός τό κακό. Γίνεσθε μόνοι σας, μέ τή χάρη τοϋ Θεοϋ, καλοί. Ποϋ νά βρεϊ τόπο τότε τό κακό; Έξαφανίζεται!

Σας πιάνει **φοβία κι απογοήτευση**; Στραφείτε στόν Χριστό. Αγαπήστε τον άπλά, ταπεινά, χωρίς άπαίτηση καί θά σάς άπαλλάξει ό Ίδιος.

Νά μή διαλέγετε άρνητικούς τρόπους για τή διόρθωσή σας. Δέν χρειάζεται ούτε τόν διάβολο νά φοβάσθε, ούτε τήν κόλαση, ούτε τίποτα. Δημιουργοϋν αντίδραση. Έχω κι

ἐγώ μία μικρή πείρα σ' αυτά. Ὁ σκοπός δέν εἶναι νά κάθεσθε, νά πλήττετε καί νά σφίγγεσθε, γιά νά βελτιωθεῖτε. Ὁ σκοπός εἶναι νά ζεῖτε, νά μελετᾶτε, νά προσεύχεσθε, νά προχωρᾶτε στήν ἀγάπη, στήν ἀγάπη τοῦ Χριστοῦ, στήν ἀγάπη τῆς Ἐκκλησίας.

Τίς ἀδυναμίες ἀφήστε τις ὅλες, γιά νά μήν παίρνει εἶδηση τό ἀντίθετο πνεῦμα (δηλ. ὁ διάβολος) καί σᾶς βουτάει καί σᾶς καθηλώνει καί σᾶς βάζει στή στενοχώρια. Νά μήν κάνετε καμιά προσπάθεια ν' ἀπαλλαγεῖτε ἀπό αὐτές. Ν' ἀγωνίζεσθε μέ ἀπαλότητα καί ἀπλότητα, χωρίς σφίξιμο καί ἄγχος. Μή λέτε: «Τώρα θά σφιχτώ, θά κάνω προσευχή ν' ἀποκτήσω ἀγάπη, νά γίνω καλός κ.λπ.». Δέν εἶναι καλό νά σφίγγεσαι καί νά πλήττεται, γιά νά γίνεις καλός. Ἔτσι θ' ἀντιδράσετε χειρότερα. Ὅλα νά γίνονται μέ ἀπαλό τρόπο, ἀβίαστα καί ἐλεύθερα. Οὔτε νά λέτε: «Θεέ μου, ἀλλάξαξέ με ἀπ' αὐτό», παραδείγματος χάριν, τόν θυμό, τήν λύπη. Δέν εἶναι καλό νά προσευχόμαστε ἢ καί νά σκεπτόμαστε τό συγκεκριμένο πάθος. κάτι γίνεται στήν ψυχή μας καί μπλεκόμαστε ἀκόμη περισσότερο. Ρίξου μέ ὀρμή, γιά νά νικήσεις τό πάθος καί θά δεῖς τότε πώς θά σ' ἀγκαλιάσει, θά σέ σφίξει καί δέν θά μπορέσεις νά κάνεις τίποτα.

Ἡ ἐλευθερία δέν κερδίζεται, ἂν δέν ἐλευθερώσουμε τό ἐσωτερικό μας ἀπ' τά μπερδέματα καί τά πάθη.

Αὐτό εἶναι ἡ Ἐκκλησία μας, αὐτή εἶναι ἡ χαρά μας, αὐτό εἶναι τό πᾶν γιά μᾶς. Καί ὁ ἄνθρωπος σήμερα αὐτό ζητάει. Καί παίρνει τά δηλητήρια καί τά ναρκωτικά, γιά νά ἔλθει σέ κόσμους χαρᾶς. ἀλλά ψεύτικης χαρᾶς. Κάτι αἰσθάνεται ἐκεῖνη τή στιγμή καί αὔριο εἶναι τσακισμένος. Τό ἕνα τόν τρίβει, τόν τρώει, τόν τσακίζει, τόν ψήνει. Ἐνῶ τό ἄλλο, δηλαδή τό δόσιμο στόν Χριστό, τόν ζωογονεῖ, τοῦ δίνει χαρά, τόν κάνει νά χαίρεται τή ζωή, νά νιώθει δύναμη, μεγαλεῖο.

Εἶναι μεγάλη τέχνη νά τά καταφέρετε νά ἀγιασθεῖ ἡ ψυχή σας. Παντοῦ μπορεῖ ν' ἀγιασθεῖ κανεῖς. Καί στήν Ὀμόνοια μπορεῖ ν' ἀγιασθεῖ, ἂν τό θέλει. Στήν ἐργασία σας, ὅποια καί νά εἶναι, μπορεῖτε νά γίνετε ἅγιοι. Μέ τήν πραότητα, τήν ὑπομονή, τήν ἀγάπη. Νά βάζετε κάθε μέρα νέα σειρά, νέα διάθεση, μέ ἐνθουσιασμό καί ἀγάπη, προσευχή καί σιωπή. Ὅχι νά ἔχετε ἄγχος καί νά σᾶς πονάει τό στῆθος.

Νά ἐργάζεσθε μέ ἐγρήγορη, ἀπλά, ἀπαλά, χωρίς ἀγωνία, μέ χαρά κι ἀγαλλίαση, μέ ἀγαθή διάθεση. Τότε ἔρχεται ἡ θεία χάρις.

Ὅλα τά δυσάρεστα, πού μένουν μέσα στήν ψυχή σας καί φέρνουν ἄγχος, μποροῦν νά γίνουν ἀφορμή γιά τή λατρεία τοῦ Θεοῦ καί νά παύσουν νά σᾶς καταπονοῦν. Νά ἔχετε ἐμπιστοσύνη στόν Θεό.

Δέν εἶναι ἀνάγκη νά προσπαθεῖτε καί νά σφίγγεσθε. Ὅλη σας ἡ προσπάθεια νά εἶναι

ν' ατενίσετε τό φῶς, νά κατακτήσετε τό φῶς. Ἐτσι, ἀντί νά δίδεσθε στή στενοχώρια, πού δέν εἶναι τοῦ Πνεύματος τοῦ Θεοῦ, νά δίδεσθε στή δοξολογία τοῦ Θεοῦ.

Ἡ στενοχώρια δείχνει ὅτι δέν ἐμπιστευόμαστε τή ζωή μας στόν Χριστό.

Ἡ ἐπικοινωνία μέ τόν Χριστό, ὅταν γίνεται ἀπλά, ἀπαλά, χωρίς πίεση, κάνει τόν διάβολο νά φεύγει. Ὁ σατανᾶς δέν φεύγει μέ πίεση, μέ σφίξιμο. Απομακρύνεται μέ τήν **πραότητα** καί τήν **προσευχή**. **Ἐποχωρεῖ, ὅταν δεῖ τήν ψυχή νά τόν περιφρονεῖ καί νά στρέφεται μέ ἀγάπη πρὸς τόν Χριστό**. Τήν περιφρόνηση δέν μπορεῖ νά τή ὑποφέρει, διότι εἶναι ὑπερόπτης. Ὅταν, ὅμως, πέζεσθε, τό κακό πνεῦμα σᾶς παίρνει εἶδηση καί σᾶς πολεμáει. Μήν ἀσχολεῖσθε μέ τόν διάβολο, οὔτε νά παρακαλεῖτε νά φύγει. Ὅσο παρακαλεῖτε νά φύγει, τόσο σᾶς ἀγκαλιάζει. **Τόν διάβολο νά τόν περιφρονεῖτε. Νά μήν τόν πολεμáτε κατά μέτωπον**. Ὅταν πολεμáς μέ πείσμα κατά τοῦ διαβόλου, ἐπιτίθεται κι ἐκεῖνος σάν τίγρης, σάν ἀγριόγατα. Ὅταν τοῦ ρίχνεις σφαῖρες, αὐτός σοῦ ρίχνει χειροβομβίδα. Ὅταν τοῦ ρίχνεις βόμβα, σοῦ ρίχνει πύραυλο. **Μή κοιτάζετε τό κακό. Νά κοιτάζετε τήν ἀγκαλιά τοῦ Θεοῦ καί νά πέφτετε στήν ἀγκαλιά Του καί νά προχωρεῖτε.**

Ὁ ταπεινός ἔχει συνείδηση τῆς ἐσωτερικῆς του καταστάσεως καί, ὅσο κι ἂν εἶναι ἄσχημη, δέν χάνει τήν προσωπικότητά του. Δέν χάνει τήν ἰσορροπία του. Τό ἀντίθετο συμβάνει μέ τόν ἐγωιστή, τόν ἔχοντα αἰσθήματα κατωτερότητας. Στήν ἀρχή μοιάζει μέ τόν ταπεινό. Λίγο, ὅμως, ἂν τόν πειράξει κανεῖς, ἀμέσως χάνει τήν εἰρήνη του, ἐκνευρίζεται, ταραάζεται.

Ὅταν ὁ ἄνθρωπος ζεῖ χωρίς Θεό, χωρίς γαλήνη, χωρίς ἐμπιστοσύνη, ἀλλά μέ ἄγχος, ἀγωνία, κατάθλιψη, ἀπελπισία, ἀποκτάει ἀσθένειες σωματικές καί ψυχικές. Ἡ ψυχασθένεια, ἡ νευρασθένεια, ὁ διχασμός εἶναι δαιμονικές καταστάσεις. **Δαιμόνιο εἶναι ἐπίσης καί ἡ ταπεινολογία.** Τό λένε αἶσθημα κατωτερότητας. Ἡ ἀληθινή ταπείνωση δέν μιλάει, δέν λέει ταπεινολογίες, δηλαδή, «εἶμαι ἁμαρτωλός, ἀνάξιος, ἐλάχιστος πάντων...». Φοβᾶται ὁ ταπεινός μήπως μέ τίς ταπεινολογίες πέσει στήν κενοδοξία. Ἡ χάρις τοῦ Θεοῦ δέν πλησιάζει ἐδῶ. Ἀντίθετα, ἡ χάρις τοῦ Θεοῦ βρίσκεται ἐκεῖ ὅπου ὑπάρχει ἀληθινή ταπείνωση, ἡ θεία ταπείνωση, ἡ τέλεια ἐμπιστοσύνη στόν Θεό. Ἡ ἐξάρτηση ἀπό Ἐκεῖνον.

Ὁ κενόδοξος τήν ψυχή του τήν ἀποξενώνει ἀπ' τήν αἰώνια ζωή. Τελικά ὁ ἐγωισμός εἶναι σκέτη κουταμάρα! **Ἡ κενοδοξία μᾶς κάνει κούφιους. Ὅταν κάνομε κάτι γιά νά ἐπιδειχθοῦμε, κατανοῦμε ἄδειοι ψυχικά. Ὅτι κάνομε, νά τό κάνομε γιά νά εὐχαριστήσομε τόν Θεό· ἀνιδιοτελῶς, χωρίς κενοδοξία, χωρίς ὑπερηφάνεια, χωρίς ἐγωισμό, χωρίς, χωρίς...**

Δέν πρέπει ἡ ψυχή μας ν' ἀντιστέκεται καί νά λέει, «γιατί τό ἔκανε αὐτό ὁ Θεός, γιατί τό ἄλλο ἄλλιῶς, δέν μποροῦσε νά τό κάνει διαφορετικά;». Ὅλ' αὐτά δείχνουν

μία έσωτερική μικροψυχία και αντίδραση. Δείχνουν την μεγάλη ιδέα που έχουμε για τον έαυτό μας, την υπερηφάνειά μας και τον μεγάλο έγωισμό μας. **Αυτά τά «γιατί» πολύ βασανίζουν τον άνθρωπο, δημιουργούν αυτό που λέει ο κόσμος «κόμπλεξ».** παραδείγματος χάριν, «γιατί νά είμαι πολύ ψηλός» ή - τό αντίθετο - «πολύ κοντός;». Αυτό δέν φεύγει από μέσα. Και προσεύχεται κανείς και άγρυπνεϊ, αλλά γίνεται τό αντίθετο. Και υποφέρει και άγανακτεϊ χωρίς άποτέλεσμα. Ένω μέ τον Χριστό, μέ την χάρη φεύγουν όλα. Υπάρχει αυτό τό «κάτι» στό βάθος, δηλαδή τό «γιατί», άλλ' ή χάρις του Θεού έπισκιάζει τον άνθρωπο κι ένω ή ρίζα είναι τό κόμπλεξ, έκει πάνω φυτρώνει τριανταφυλλιά μέ ώραϊα τριαντάφυλλα κι όσο ποτίζεται μέ την πίστη, μέ την αγάπη, μέ την υπομονή, μέ την ταπεινώση, τόσο παύει νά έχει δύναμη τό κακό και παύει νά υπάρχει· δηλαδή δέν έξαφανίζεται, αλλά μαραίνεται. Όσο δέν ποτίζεται ή τριανταφυλλιά, τόσο μαραίνεται, ξηραίνεται, χάνεται και άμέσως ξεπετάγεται άγκάθι.

Έκπειράζουμε τον Θεό, όταν ζητούμε κάτι από Έκεινον, αλλά ή ζωή μας είναι μακράν του Θεού. Τόν εκπειράζουμε, όταν ζητούμε κάτι, αλλά ή ζωή μας δέν είναι σύμφωνη μέ τό θέλημά Του-πράγματα, δηλαδή, ένάντια στον Θεό. άγχος, άγωνία, άπ' τό ένα μέρος, κι άπ' τό άλλο παρακαλούμε.

Μπορεί νά σοϋ πεί ο πνευματικός: «Πώς θά ήθελα νά ήμασταν σέ ένα ήσυχο μέρος, νά μήν είχα άσχολίες και νά μου έλεγες τή ζωή σου από την αρχή, από τότε που αισθάνθηκες τον έαυτό σου· όλα τά γεγονότα που θυμάσαι και ποιά ήταν ή αντιμετώπισή τους από σένα, όχι μόνο τά δυσάρεστα αλλά και τά ευχάριστα, όχι μόνο τίς άμαρτίες αλλά και τά καλά. Και τίς έπιτυχίες και τίς άποτυχίες. Όλα. Όλα όσα άπαρτίζουν την ζωή σου».

Πολλές φορές έχω μεταχειρισθει αυτή τή γενική έξομολόγηση και είδα θαύματα πάνω σ' αυτό. Την ώρα που λές στον έξομολόγο, έρχεται ή θεία χάρις και σέ άπαλλάσσει από όλα τά άσχημα βιώματα και τίς πληγές και τά ψυχικά τραύματα και τίς έννοχές· διότι, την ώρα που τά λές ο έξομολόγος εύχεται θερμά για την άπαλλαγή σου.

Άς μή γυρίζουμε πίσω στις άμαρτίες που έχουμε έξομολογηθει. Η ανάμνηση των άμαρτιών κάνει κακό. Ζητήσαμε συγγνώμη; Τελείωσε. Ο Θεός όλα τά συγχωρεί μέ την έξομολόγηση. Κι έγώ σκέπτομαι ότι άμαρτάνω. Δέν βαδίζω καλά. Ό,τι όμως μέ στενοχωρεί, τό κάνω προσευχή, δέν τό κλείνω μέσα μου, πάω στό πνευματικό, τό έξομολογοϋμαι, τελείωσε! Νά μή γυρίζουμε πίσω και νά λέμε τί δέν κάναμε. Σημασία έχει τί θά κάνομε τώρα, άπ' αυτή τή στιγμή και έπειτα.

Η άπελπισία και ή άπογοήτευση είναι τό χειρότερο πράγμα. Είναι παγίδα του σατανά, για νά κάνει τον άνθρωπο νά χάσει την προθυμία του στα

πνευματικά και νά τόν φέρει σέ άπελπισία.

Όλες σχεδόν οι άρρώστιες προέρχονται από έλλειψη έμπιστοσύνης στόν Θεό και αυτό δημιουργεί άγχος. Τό άγχος τό δημιουργεί ή κατάργηση του θρησκευτικού αισθήματος. Άν δέν έχετε έρωτα για τόν Χριστό, αν δέν άσχολεϊσθε μέ άγια πράγματα, σίγουρα θά γεμίσετε μέ μελαγχολία και κακό.

Ένα πράγμα πού μπορεί νά βοηθήσει τόν καταθλιπτικό είναι και ή εργασία, τό ενδιαφέρον για τή ζωή. Ο κήπος, τά φυτά, τά λουλούδια, τά δέντρα, ή έξοχή, ό περίπατος στην ύπαιθρο, ή πορεία, όλ' αυτά βγάζουν τόν άνθρωπο άπ' τήν άδράνεια και του δημιουργούν άλλα ενδιαφέροντα. Έπιδροουν σαν φάρμακα. Η άσχολία μέ τήν τέχνη, τή μουσική κ.λπ. κάνει πολύ καλό. Σ' εκείνο, όμως, πού δίδω τή μεγαλύτερη σημασία είναι τό ενδιαφέρον για τήν Έκκλησία, για τή μελέτη τής Αγίας Γραφής, για τίς ακολουθίες. Μελετώντας τά λόγια του Θεού, θεραπεύεται κανείς χωρίς νά τό καταλάβει.

Νά μήν άποθαρρυνόμαστε, ούτε νά βιαζόμαστε, ούτε νά κρίνομε από πράγματα έπιφανειακά και έξωτερικά. Άν, για παράδειγμα, βλέπετε μιá γυναίκα γυμνή ή άσεμνα ντυμένη, νά μή μένετε στό έξωτερικό, αλλά νά μπαίνετε, στό βάθος, στην ψυχή της. Ίσως νά είναι πολύ καλή ψυχή κι έχει ύπαρξιακές άναζητήσεις, πού τίς έκδηλώνει μέ τήν έξαλλη εμφάνιση. Έχει μέσα της δυναμισμό, έχει τή δύναμη τής προβολής, θέλει νά έκλύσει τά βλέμματα των άλλων. **Από άγνοια, όμως, έχει διαστρέψει τά πράγματα.** Σκεφθείτε νά γνωρίσει αυτή τόν Χριστό. Θά πιστέψει, κι όλη αυτή τήν όρμή θά τή στρέψει στόν Χριστό. Θά κάνει τό πών, για νά έκκύσει τή χάρη του Θεού. Θά γίνει άγία.

Πολλές φορές μέ τήν άγωνία μας και τους φόβους μας και τήν άσχημη ψυχική μας κατάσταση, χωρίς νά τό θέλομε και χωρίς νά τό καταλαβαίνομε, κάνομε κακό στόν άλλον, έστω κι αν τόν αγαπάμε πάρα πολύ, όπως, για παραδείγματος χάριν, ή μάνα τό παιδί της. Η μάνα μεταδίδει στό παιδί όλο τό άγχος της για τή ζωή του, για τήν ύγεία του, για τήν πρόοδό του, έστω κι αν δέν του μιλάει, έστω κι αν δέν έκδηλώνει αυτό πού έχει μέσα της. Αυτή ή άγάπη, ή φυσική άγάπη, μπορεί κάποτε νά βλάψει. Δέν συμβαίνει, όμως, τό ίδιο μέ τήν άγάπη του Χριστού, πού συνδυάζεται μέ τήν προσευχή και μέ τήν αγιότητα του βίου. Η άγάπη αυτή κάνει άγιο τόν άνθρωπο, τόν ειρηνεύει, διότι άγάπη είναι ό Θεός.

("Βίος και Λόγοι", έκδ. Ιερα̃ς Μονῆς Χρυσοπηγῆς Χανίων)

Η ΑΛΛΗ ΟΨΙΣ

Ψηλαφώντας την των πραγμάτων αλήθεια...

<https://alopsis.gr>

(Πηγή ηλ. κειμένου: agiazoni.gr)