18/03/2024

Μητροπολίτης Νέας Σμύρνης: Τα πνευματικά αθλήματα της Μεγάλης Τεσσαρακοστής

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Νέας Σμύρνης

Για το κάλεσμα της Εκκλησίας στα πνευματικά αθλήματα της προσευχής, της μετανοίας και της νηστείας κάνει λόγο, μεταξύ άλλων, ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Νέας Σμύρνης κ. Συμεών στο φετινό μήνυμα του για τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή.

«Εὐλογημένη περίοδος ἡ μεγάλη Σαρακοστή! Ἀρκεῖ ὁ καθένας μας νά κατανοήσει τόν σκοπό της. Νά αἰσθανθεῖ τό βαθύτερο περιεχόμενό της. Ν᾽ ἀκολουθήσει τήν πνευματική πορεία στήν ὁποία μᾶς προσκαλεῖ νά βηματίσουμε. Νά ἀναλάβει τόν καλόν ἀγώνα —ἀγώνα ἐξαγνισμοῦ καί ἁγιασμοῦ—, τόν ὁποῖο μᾶς προτείνει», προσθέτει, μεταξύ άλλων, ο Σεβασμιώτατος.

Αναλυτικά η φετινή Εγκύκλιος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Νέας Σμύρνης κ. Συμεών για τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή:

Ἀγαπητοί μου ἀδελφοί,

Δέν εἶναι τυχαῖο ὅτι ἡ Μεγάλη Τεσσαρακοστή ὀνομάζεται καρδιά τοῦ ἐκκλησιαστικοῦ ἔτους. Ἡ καρδιά ἀποτελεῖ τό κορυφαῖο ὄργανο τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος. Καί ἡ Μεγάλη Τεσσαρακοστή ἀποτελεῖ τή σημαντικότερη καί πνευματικότερη χρονικά περίοδο τοῦ ἐτησίου κύκλου τῆς ἐκκλησιαστικῆς μας ζωῆς. Γιατί ἄραγε; Διότι προηγεῖται τῆς μεγάλης ἑορτῆς τοῦ ἁγίου Πάσχα καί ἀποσκοπεῖ στήν πνευματική προετοιμασία ὁλόκληρης τῆς Ἐκκλησίας καί τοῦ κάθε πιστοῦ ξεχωριστά γιά νά ὑποδεχθεῖ καί νά βιώσει τά σωτήρια γεγονότα τῆς Μεγάλης Ἑβδομάδας καί νά ἑορτάσει τήν ἔνδοξη ἐκ νεκρῶν Ἀνάσταση τοῦ Λυτρωτοῦ μας Κυρίου.

Εὐλογημένη περίοδος ἡ μεγάλη Σαρακοστή! Ἀρκεῖ ὁ καθένας μας νά κατανοήσει τόν σκοπό της. Νά αἰσθανθεῖ τό βαθύτερο περιεχόμενό της. Ν᾽ ἀκολουθήσει τήν πνευματική πορεία στήν ὁποία μᾶς προσκαλεῖ νά βηματίσουμε. Νά ἀναλάβει τόν καλόν ἀγώνα —ἀγώνα ἐξαγνισμοῦ καί ἁγιασμοῦ—, τόν ὁποῖο μᾶς προτείνει.

Τρία, προσφιλεῖς ἀδελφοί μου, εἶναι τά ἐπιμέρους πνευματικά ἀθλήματα στά ὁποῖα μᾶς καλεῖ ἡ μητέρα μας Ἐκκλησία ν᾽ ἀγωνιστοῦμε κατά τήν περίοδο τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς:

Τό **πρῶτο** ἡ θερμή καί κατανυκτική προσευχή.
Τό **δεύτερο** ἡ εἰλικρινής καί ἔμπρακτη μετάνοια. Και
τό **τρίτο** ἡ πνευματική καί σωματική νηστεία.

* * *

Ἡ **προσευχή** εἶναι ἡ ἀναπνοή τῆς ψυχῆς. Ἄν χωρίς τό ὀξυγόνο πού ἀναπνέουμε νεκρώνεται ὁ ὀργανισμός μας, χωρίς τήν προσευχή νεκρώνεται ἡ ψυχή τοῦ χριστιανοῦ. Χάνει τήν ἐπαφή του μέ τόν οὐρανό. Παύει νά ποθεῖ τήν παρουσία τοῦ Χριστοῦ στήν καρδιά του καί στή ζωή του. Εὔκολα ὑποκύπτει στούς ποικίλους πειρασμούς καί γρήγορα παρασύρεται ἀπό τό πνεῦμα τοῦ κόσμου τούτου.

Ἡ Μεγάλη Τεσσαρακοστή μᾶς καλεῖ νά ἐντείνουμε τήν προσωπική μας προσευχή· στό σπίτι μας, στόν δρόμο, στήν ἐργασία μας, σέ κάθε εὐκαιρία.

Πολύ περισσότερο, μᾶς δίνει εὐκαιρίες συμμετοχῆς στήν κοινή λατρεία στό ναό τῆς ἐνορίας μας. Οἱ κυριακάτικες Λειτουργίες μέ τό ξεχωριστό νόημα πού ἡ καθεμιά τους προβάλλει. Οἱ ἀκολουθίες τῶν Χαιρετισμῶν τῆς Παναγίας μας κάθε Παρασκευή. Οἱ Κατανυκτικοί Ἑσπερινοί κάθε Κυριακή ἀργά τό ἀπόγευμα. Τό Μεγάλο Ἀπόδειπνο τίς καθημερινές στή θέση τοῦ ἑσπερινοῦ. Οἱ προηγιασμένες θεῖες Λειτουργίες.

Πόσο σημαντικό γιά τόν καθένα μας θά ἦταν νά μπορέσουμε νά βιώσουμε αὐτό πού βίωνε ὁ προφήτης Δαβίδ ὅταν ἔγραφε στούς Ψαλμούς του: «Ὅπως τό διψασμένο ἐλάφι ἀποζητᾶ τά τρεχούμενα νερά τῶν πηγῶν, ἔτσι καί ἡ ψυχή μου ἀποζητᾶ ἐσένα, Θεέ μου... Πότε θά ᾽ρθῶ νά δῶ τό πρόσωπό σου;» (Ψαλμ. 41, 2-3). Τό ὑπερούσιο πρόσωπο τοῦ Κυρίου, μέσα στό ναό τοῦ Θεοῦ, μαζί μέ τούς ἄλλους ἀδελφούς μας.

* * *

Ἡ εἴσοδός μας στή Μεγάλη Τεσσαρακοστή χτυπᾶ καί τό καμπανάκι **τῆς μετάνοιας**, πού σημαίνει μεταμέλεια γιά ὅσα πράξαμε ἀσύμφωνα μέ τό νόμο τοῦ Θεοῦ. Κάτι πολύ βαθύτερο πού ἡ λέξη μετάνοια ὑποδηλώνει: ἀλλαγή νοῦ, νοήματος καί προοπτικῆς ζωῆς. Καί φυσικά, προσέλευση στό μυστήριο τῆς Ἐξομολογήσεως. Ἐδῶ πού ἐξαγνίζουμε τήν ψυχή μας καί λαμβάνουμε κατά τόν ἀψευδῆ λόγο τοῦ Κυρίου μας τήν ἄφεση τῶν ἁμαρτιῶν μας (Ἰω. 20,23).

Ἀδελφοί μου, μή διστάζετε καί μή ντρέπεστε. Ὅσοι ἀκόμη δέν ἔχετε ποτέ ἐξομολογηθεῖ, τολμῆστε το τώρα· αὐτή τή Μεγάλη Τεσσαρακοστή. Ὁ Κύριος σᾶς περιμένει!

* * *

Μεγάλη Τεσσαρακοστή σημαίνει καί **νηστεία**· Εἶναι τό τρίτο ἄθλημα τῆς εὐλογημένης αὐτῆς περιόδου. Μόνο πού πολλοί, χωρίς οὐσιαστική δυσκολία —σοβαροί λόγοι ὑγείας, παραδείγματος χάριν— τήν ἔχουμε φέρει στά μέτρα πού μᾶς ἀρέσουν: τήν Καθαρή Ἑβδομάδα καί τή Μεγάλη Ἑβδομάδα. Ἤ, ὅσοι νηστεύουμε, ἔχουμε παρεξηγήσει τό νόημά της. Γνήσια νηστεία δέν εἶναι ἁπλῶς ἀλλαγή δίαιτας, ὑπόθεση τῆς κατσαρόλας καί τοῦ τηγανιοῦ. Εἶναι ἄθλημα πνευματικό. Κοντά μέ τή νηστεία τῶν τροφῶν, τή σωματική νηστεία, θά πρέπει νά συμπορεύεται καί ἡ νηστεία ἀπό τά πάθη καί τήν ἁμαρτία. Δηλαδή ἡ πνευματική νηστεία, τήν ὁποία ἀσφαλῶς ὑποβοηθεῖ καί ἡ λιτή δίαιτα καί ἡ ἀποφυγή λιπαρῶν τροφῶν μέ πολλές θερμίδες.

* * *

Προσφιλέστατοι ἀδελφοί μου,

Ἕνα ἀπό τά ὡραιότερα τροπάρια τῶν αἴνων πού ψάλαμε σήμερα τό πρωί στόν ὄρθρο μᾶς ἔδωσε τό σύνθημα τοῦ πνευματικοῦ μας ἀγώνα: «Τό στάδιο τῶν ἀρετῶν ἄνοιξε! Ὅσοι θέλετε ν᾽ ἀγωνιστεῖτε, εἰσέλθετε ἀναλαμβάνοντας τόν καλόν ἀγώνα τῆς νηστείας» καί ὄχι μόνο.

Ἀπό τά βάθη τῆς καρδιᾶς μου εὔχομαι σέ ὅλους σας Καλή Σαρακοστή! Μέ ἀνάταση ψυχῆς καί χαρά πού χαρίζει ὁ Χριστός μας!

Μέ πολλή πατρική ἀγάπη
Ὁ Ἐπίσκοπός σας

† Ὁ Νέας Σμύρνης ΣΥΜΕΩΝ