

Η ευχή που ξυπνά τα ανεπαίσθητα

/ Γνώμες



- Πέτρος Δ. Δαμιανός, Δρ. Φιλοσοφίας – Διδακτικό Προσωπικό ΕΜΠ

Υπάρχουν κάποια αισθήματα τόσο λεπτά, που δύσκολα περιγράφονται. Δεν έρχονται σαν καταιγίδα, δεν μας τραντάζουν, δεν απαιτούν προσοχή· αναδύονται σιγά-σιγά, σαν το πρώτο φως που περνά μέσα από μισάνοιχτο παράθυρο το ξημέρωμα.

Κάποτε, ήταν πιο συχνά. Οι παλιότεροι άνθρωποι άλλων εποχών, ζούσαν πιο κοντά στη σιωπή, στην απλότητα, στη φύση, στην αργή ροή του χρόνου. Η καρδιά τους είχε χώρο. Ο νους τους είχε αναμονή. Οι αισθήσεις τους ήταν ανοιχτές στο απαλό, στο ανεπαίσθητο.

Σήμερα, είναι πιο σπάνια. Ο πολιτισμός μας τιμά το έντονο, το γρήγορο, το μετρήσιμο. Ζούμε μέσα σε εικόνες, ήχους, ειδοποιήσεις, ροές ειδήσεων. Δεν υπάρχει χρόνος να σταθείς, να αφουγκραστείς το αεράκι που περνά, τη μυρωδιά του γιασεμιού, τον μακρινό ήχο ενός καμπαναριού, τη σιωπή μέσα σου. Κι όμως — τα λεπτά αισθήματα δεν πέθαναν.

Απλώς σιωπούν μέχρι να τους δώσουμε τόπο. Δεν ζητούν τίποτα. Δεν επιβάλλονται. Είναι εκεί, στην ίδια θέση που ήταν πάντα· περιμένουν να αδειάσει

λίγο η καρδιά, για να χωρέσουν.

Οι Πατέρες της Εκκλησίας το ήξεραν αυτό.

Όταν μιλούν για την ευχή — «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με» — περιγράφουν κάτι που δεν είναι απλώς λόγια. Η επανάληψή της, ταπεινά, αργά, ήσυχα, γίνεται σαν αναπνοή: κατεβαίνει από το νου στην καρδιά κι εκεί, στην εσωτερική ησυχία, ξυπνούν αυτά τα λεπτά αισθήματα. Δεν είναι συγκινήσεις. Δεν έχουν τον θόρυβο μιας μεγάλης χαράς, ούτε τη δραματικότητα μιας βαθιάς λύπης. Είναι σιωπηλή γνώση: ένα αίσθημα ότι δεν είσαι μόνος, ότι είσαι “εντός” μιας αγκαλιάς που δεν βλέπεις, μα νιώθεις — όπως νιώθεις την άνοιξη στο δέρμα σου πριν την καταλάβεις με τα μάτια.

Η παράδοση της ευχής το γνωρίζει αυτό βαθιά. Γι’ αυτό και η πρακτική της είναι ησυχαστική: να κάτσεις λίγο πιο μέσα σου, να αφήσεις τον νου να καθαρίσει από τις εικόνες, να σταματήσει ο εσωτερικός θόρυβος. Δεν είναι άσκηση σκέψης — είναι επιστροφή στο απλό. Κι εκεί, κάπου ανάμεσα στις λέξεις “Κύριε” και “ἐλέησόν με”, κάτι αλλάζει: η καρδιά γίνεται πιο ήρεμη, ο χρόνος πιο αργός, και μέσα σου ξυπνά μια δύναμη σιωπηλή —από αυτές που δεν φωνάζουν, αλλά μπορούν να στηρίξουν ολόκληρη ζωή.

Αυτή η δύναμη ανήκει ακόμη σε όλους μας. Δεν είναι υπόθεση μοναχών, ούτε υπόθεση εποχών. Είναι η ίδια δυνατότητα που είχε ο κάθε άνθρωπος πριν από εκατό, πριν από χίλια χρόνια, από τότε που γνώρισε τον Χριστό: η δυνατότητα να σταθεί στη σιωπή και να αφήσει τα λεπτά αισθήματα να τον αγγίξουν, να τον γεμίσουν, να τον μεταμορφώσουν χωρίς θόρυβο...

Διαβάζουμε σε βιβλία φωτισμένα...

“Είχαν περάσει μόλις λίγες μέρες που είχα έρθει από τον κόσμο και μου λέει ο Γερο-Αρσενιος: Έλα να σε μάθω να κάνεις προσευχή, κούτσικο... Θα βάλουμε τον νου μας στην καρδιά και θα λέμε “Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με”, και θα δούμε τι θα γίνει. Κατάλαβες;... Κατάλαβα... Μόλις πέρασε λίγη ώρα μου λέει: Καταλαβαίνεις τίποτα; Νιώθεις τη Χάρη του Θεού;... Όχι παππούλη μου... Τόση ώρα δεν κατάλαβες τίποτα; Εμένα η καρδιά μου έγινε τόσο φωτεινή και χαρούμενη και συ τίποτα; ...” Γέροντος Εφραίμ Φιλοθεΐτου “Ο Όσιος Γέροντας μου Ιωσήφ ο Ησυχαστής (σελ.227)

“Ἡ ψυχὴ ποὺ ἔμαθε νὰ λέει τὴν εὐχὴ, ἀρχίζει νὰ γεύεται τὴν γλυκύτητα τοῦ Κυρίου, καὶ μερικὲς φορὲς γίνεται ὅλη φῶς.” Ἅγιος Σιλουανὸς ὁ Αἰωνίτης (1866-1938)

“Τι ωραία μέσα στην εκκλησία να ακούς τα γράμματα και να τραβάς κομποσχοίνι και να είσαι όρθια σε μια γωνιτσα εκεί πέρα! Πότε θα γονατίζης, πότε όρθια, τι

ομορφιά, τι γαλήνη, τι ωραιότητα έχει η ψυχή του ανθρώπου εκείνη την ώρα! Ούτε ύπνος σε πιάνει, μια αγαλλίαση είναι και μια ομορφιά που δεν λέγεται, είναι η χαρά του Χριστού που δεν εξαγοράζεται, δεν χορταίνεται!” Γερόντισσα Μακρίνα Βλασσοπούλου (1921-1995), Λόγια Καρδιάς, (σελ. 295).

Πηγή: pemptousia.gr