05/11/2019

“Η μέθη καταστρέφει τα προτερήματα του κρασιού”

/ Πνευματικά Αποσπάσματα

Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος: Τίποτα δεν προξενεί τόση ευχαρίστηση αλλά και τόση υγεία, όσο το να τρώει και να πίνει κανείς με κριτήριο την πραγματική ανάγκη του σώματός του, έτσι που να μην παίρνει βάρος μεγαλύτερο από το κανονικό.

Και για να πεισθείς, παρατήρησε πρώτα εκείνους που τρώνε με μέτρο κι υστέρα εκείνους που τρώνε υπερβολικά.

Τα σώματα των πρώτων είναι κατά κανόνα γερά, υγιή, εύρωστα, με όργανα που λειτουργούν ομαλά, ενώ των άλλων είναι πλαδαρά, βαριά, δυσκίνητα και ευπρόσβλητα από ασθένειες. Αυτό, λοιπόν, είναι ευχάριστο; Και μπορούμε να πούμε ότι ο λαίμαργος αισθάνεται πραγματικά ηδονή, τρώγοντας πολλά και ποικίλα

φαγητά;

Αλλά πότε υπάρχει αληθινή ηδονή; Όταν προηγείται επιθυμία και ακολουθεί ικανοποίηση της επιθυμίας αυτής. Αν, όμως, επιδιώκεται μια απόλαυση χωρίς να υπάρχει επιθυμία ή πέρα από τα όρια της επιθυμίας, τότε η ευχαρίστηση από την ηδονή εξαφανίζεται.

Όπως ένα πλοίο, όταν φορτωθεί με περισσότερα εμπορεύματα απ' όσα μπορεί να σηκώσει, βουλιάζει, έτσι και το σώμα μας, όταν πάρει περισσότερη τροφή απ' όση χρειάζεται, βυθίζεται στο πέλαγος της καταστροφής. Το βαρυφορτωμένο πλοίο δεν το ωφελεί η καλή κατασκευή του ούτε η καλοκαιρία ούτε η ικανότητα του καπετάνιου ούτε το πλήθος των ναυτών. Κι εκείνους που ρίχνονται στις υλικές απολαύσεις και τα φαγοπότια, δεν τους ωφελούν νουθεσίες και συμβουλές ούτε προειδοποιήσεις και απειλές ούτε ο φόβος του θανάτου και της κολάσεως. Λες και δεν τρώνε για να ζήσουν, αλλά ζούν για να τρώνε. Αφού, λοιπόν, τουρλώσουν την κοιλιά τους και παχύνουν το σώμα τους, φεύγουν από τη ζωή αυτή, μην έχοντας κατορθώσει τίποτ' άλλο παρά το να προετοιμάσουν με τη σάρκα τους πιο πλούσιο γεύμα για τα σκουλήκια. Γιατί η παχυσαρκία, καθώς προξενεί πολλές ασθένειες, οδηγεί συχνά σε πρόωρο θάνατο. Θα μπορούσαμε μάλιστα να πούμε, πως τα πλούσια τραπέζια είναι χειρότερα κι από τα δηλητήρια. Γιατί τα δηλητήρια ξαποστέλνουν γρήγορα και ανώδυνα εκείνους που τα παίρνουν, ενώ τα πλούσια τραπέζια δημιουργούν ζωή χειρότερη από χίλιους θανάτους, καθώς αργοσκοτώνουν τον άνθρωπο. Και όσους υποφέρουν από οποιεσδήποτε άλλες αρρώστιες, πολλοί τους συμπονούν, ενώ όσους υποφέρουν από αρρώστιες, που τις προκαλεί η κατάχρηση φαγητών και ποτών, δεν μπορούν να τους συμπονέσουν οι άνθρωποι, και αν ακόμα θέλουν. Γιατί οι ίδιοι γίνονται πρόξενοι των ασθενειών τους, οδηγώντας θεληματικά τον εαυτό τους στο βάραθρο των κακών.

Ένα άγριο θηρίο δεν μπορεί να μας βλάψει τόσο, όσο η επιθυμία των υλικών απολαύσεων. Γιατί το θηρίο μπορεί να κατασπαράξει μόνο το σώμα, ενώ η επιθυμία των υλικών απολαύσεων, όταν εγκατασταθεί στην καρδιά μας, μαζί με το σώμα καταστρέφει και την ψυχή.

Δεν λέω να επιδοθείτε στη σκληραγωγία, αν δεν θέλετε. Ας αποφεύγουμε τα περιττά, ας κόψουμε ό,τι δεν είναι απαραίτητο. Ποια συγχώρηση θα έχουμε, αλήθεια, όταν άλλοι δεν απολαμβάνουν ούτε το απαραίτητο, μολονότι το δικαιούνται, κι εμείς απολαμβάνουμε περισσότερα απ' όσα μας χρειάζονται; Αλλά και ποιος μπορούμε να πούμε ότι απολαμβάνει περισσότερο, εκείνος που τρέφεται με χορταρικά και είναι υγιής ή εκείνος που τρώει συβαριτικά και υποφέρει από διάφορες παθήσεις; Ο πρώτος, φυσικά, απολαμβάνει περισσότερο, αφού έχει την υγεία του.

Ας μη ζητάμε, λοιπόν, τίποτα παραπάνω από το αναγκαίο. Σου φτάνουν τα όσπρια για να ζήσεις με υγεία; Τρώγε όσπρια. Είσαι ασθενικός και έχεις ανάγκη από φρούτα και λαχανικά; Δεν σ' εμποδίζει κανείς να φας. Είσαι ακόμα πιο αδύνατος και σου χρειάζεται κρέας; Δεν θα σου το στερήσουμε. Ο σκοπός μας δεν είναι η βλάβη των ανθρώπων, αλλά η περικοπή των περιττών· και περιττό είναι ό,τι ξεπερνάει το αναγκαίο, καθετί παραπάνω απ' αυτό που μας αρκεί, για να ζούμε με υγεία και ευπρέπεια.

Δεν βλέπετε που παλεύουμε ενάντια σε δυνάμεις ασώματες; Πώς, λοιπόν, θα τις νικήσουμε, αφού είμαστε σάρκες; Αν εκείνος που παλεύει με ανθρώπους, πρέπει να προσέχει τη διατροφή του, πολύ περισσότερο πρέπει να το κάνει, όταν έχει να παλέψει με δαίμονες. Τι γίνεται, όταν προσπαθεί να παίξει κανείς κιθάρα, που οι χορδές της δεν είναι καλά τεντωμένες; Όσο δεξιοτέχνης κι αν είναι ο κιθαριστής, τίποτα δεν καταφέρνει. Οι χαλαρές χορδές δεν αφήνουν τα δάχτυλά του να δείξουν την ικανότητά τους. Το ίδιο συμβαίνει και με το σώμα. Όταν είναι χαλαρό και μαλθακό από τις υλικές απολαύσεις, δεν αφήνει την ψυχή να προκόψει πνευματικά. Γι' αυτό, λοιπόν, ας τρώμε και ας πίνουμε τόσο, όσο φτάνει για να ευχαριστιόμαστε, αλλά και για να διατηρείται το σώμα μας σε φυσική κατάσταση τέτοια, που να μη βλάπτει την ψυχή.

Πραγματικά, τίποτα δεν είναι τόσο αγαπητό στο διάβολο, όσο η πολυφαγία, η πολυποσία και, γενικά, οι υλικές απολαύσεις, που μεταβάλλουν τον άνθρωπο σε γουρούνι ή και κάτι χειρότερο. Γιατί το γουρούνι και το γαϊδούρι και το σκυλί και όλα τα άλογα ζώα δεν τρώνε και δεν πίνουν ποτέ περισσότερο απ' όσο χρειάζονται, ενώ ο λογικός άνθρωπος, ο τιμημένος με την εικόνα του Θεού, γίνεται άλογος, υπερβαίνοντας το μέτρο. Ο ίδιος μάλιστα, αν έχει ζώα, δεν τα αναγκάζει ποτέ να φάνε ή να πιουν παραπάνω απ' όσο θέλουν. Και αν τον ρωτήσεις το γιατί, θα σου απαντήσει: "Για να μην πάθουν κακό και υποφέρουν". Για τον εαυτό του, όμως, δεν παίρνει αυτή τη φροντίδα. Έτσι παντοτινά υποφέρει. Γιατί οι, συνέπειες της λαιμαργίας και της μέθης -προπαντός της μέθης- διαρκούν πολύ. Όπως, όταν περάσει ο πυρετός, η αδυναμία παραμένει, έτσι και όταν περάσει η

μέθη, η ζάλη παραμένει τόσο στο σώμα όσο και στην ψυχή. Το ταλαίπωρο σώμα είναι σαν παράλυτο, όπως ένα ναυαγισμένο πλοίο· και η πιο ταλαίπωρη ψυχή, καθώς το σώμα βρίσκεται σ' αυτή την κατάσταση, σηκώνει νέα τρικυμία και ανάβει ζωηρότερη την επιθυμία. Πόσα κακά προξενούνται στους ανθρώπους από τη μέθη, ντρέπομαι να πω. Αφήνω τη συνείδησή σας, που τα γνωρίζει καλύτερα, να κρίνει.

Αλήθεια, τι υπάρχει χειρότερο από τον μεθυσμένο, που τριγυρνάει τρικλίζοντας εδώ κι εκεί και γίνεται αιτία να βλασφημούνται από τους ανόητους τα δώρα του Θεού; Γιατί ακούω πολλούς, όταν βλέπουν τα καμώματα των μεθυσμένων, να λένε: "Καλύτερα να μην υπήρχε το κρασί". Τι ανοησία! Άλλοι φταίνε, κι εσύ κατηγορείς του Θεού τα δώρα; Μήπως το κρασί κάνει το κακό, άνθρωπέ μου; Όχι το κρασί, αλλά η ασωτία εκείνων που το απολαμβάνουν με κακό τρόπο. Να λές, λοιπόν, "Ας μην υπάρχει μέθη", όχι "Ας μην υπήρχε κρασί". Γιατί έτσι, αν προχωρήσεις λίγο ακόμα, θα πεις: "Ας μην υπήρχε μαχαίρι, για να μη σκοτώνουν οι φονιάδες. Ας μην υπήρχε νύχτα, για να μην αρπάζουν οι κλέφτες. Ας μην υπήρχε γυναίκα, για να μην πέφτουμε στην πορνεία". Και κοντολογίς, θα ζητήσεις να μην υπήρχε τίποτα.

Μην κατηγορείς, λοιπόν, το κρασί, αλλά τη μέθη και όποιον μεταχειρίζεται το καλό για κακό. Αυτόν, όταν θα τον βρεις νηφάλιο, πλησίασέ τον και πες του: "Το κρασί μας δόθηκε από το Θεό για να ευφραινόμαστε, όχι για να κάνουμε απρέπειες· για να γελάμε, όχι για να γινόμαστε γελοίοι· για να διατηρούμε την υγεία μας, όχι για ν' αρρωσταίνουμε· για να δυναμώνουμε το σώμα, όχι για να εξασθενίζουμε την ψυχή μας".

Πράγματι, το λίγο κρασί και ευφροσύνη χαρίζει -όπως λέει ο ψαλμωδός, «ευφραίνει την καρδιά του ανθρώπου» (Ψαλμ. 103:15)- αλλά και υγεία, καθώς βεβαιώνει ο απόστολος Παύλος, συμβουλεύοντας το μαθητή του Τιμόθεο: «Να χρησιμοποιείς λίγο κρασί για το στομάχι σου και για τις συχνές σου ασθένειες» (Α' Τιμ. 5:23). Στον καθέναν από μας, βέβαια, ο απόστολος θα έλεγε: "Να χρησιμοποιείς λίγο μόνο κρασί για τον κίνδυνο της πορνείας, για τις αισχρολογίες και για τις πονηρές επιθυμίες, που συνήθως ξεσηκώνει η μέθη".

Όσοι από σας μεθάτε, καταστρέφετε τα προτερήματα του κρασιού. Και την υγεία σας κλονίζετε και την ευφροσύνη στερείστε. Αλήθεια, τι χειρότερο υπάρχει από το να χάνουμε τον αυτοέλεγχό μας, να αισθανόμαστε απερίγραπτη δυσφορία, να θαρρούμε πως όλα στριφογυρίζουν ολόγυρά μας, να βυθιζόμαστε σε πυκνό σκοτάδι, να χρειαζόμαστε βοήθεια και περιποίηση, όπως οι άρρωστοι, να βασανιζόμαστε με τόσα και τόσα κακά;

Εκείνοι που παραδίνονται στη μέθη, όσο περισσότερο κρασί πίνουν, τόσο

περισσότερο διψούν. Το πιοτό εντείνει όλο και περισσότερο τη δίψα τους. Και η ηδονή, που προξενεί το κρασί, εξαφανίζεται, η δίψα όμως, επειδή γίνεται ακατάσχετη, παρασύρει στον γκρεμό της μέθης όσους αιχμαλωτίζει. Μήπως νομίζουμε ότι το φάρυγγα τον έχουμε, για να του ρίχνουμε μέσα ακατάπαυστα φαγητά και ποτά; Δεν τον έχουμε γι' αυτό, αλλά για να κάνουμε στο Θεό προσευχές, για να διδάσκουμε τους θείους νόμους, για να συμβουλεύουμε τους συνανθρώπους μας ό,τι ωφελεί και συμφέρει τις ψυχές τους.

Τα ορμητικά ποτάμια δεν διαβρώνουν και δεν καταστρέφουν τις όχθες τους τόσο εύκολα, όσο η τρυφή και η απόλαυση, η λαιμαργία και η μέθη τη σωματική και ψυχική μας υγεία. Γιατί το σώμα το κάνουν πλαδαρό, αδύναμο, φιλάσθενο· και την ψυχή την κάνουν ράθυμη, δειλή, χαύνη.

Δεν είναι, λοιπόν, κακό το να τρώμε. Κάθε άλλο. Η λαιμαργία είναι κακό. Δεν είναι, επίσης, κακό το να πίνουμε κρασί. Το άμετρο κρασοπότι, που οδηγεί στη μέθη, είναι κακό. Ο Κύριος μας έδωσε υλικό σώμα, που δεν μπορεί να συντηρηθεί αλλιώς, παρά μόνο με τροφές. Στη λήψη τους, όμως, χρειάζεται μέτρο, για να διατηρείται η υγεία και η ευεξία μας.

Ας προσέχουμε, επομένως, να τρώμε και να πίνουμε τόσο μόνο, όσο και πραγματική ηδονή μας χαρίζει και το σώμα μας τρέφει, ώστε να είναι ικανό για την εκτέλεση των εντολών του Χριστού. Έτσι, με τη χάρη Του, και στην παρούσα ζωή θα περάσουμε καλά και τη μελλοντική θα κερδίσουμε.

(Πηγή: Από το βιβλίο «Θέματα ζωής». Κείμενα του Αγίου Ιωάννου του Χρυσόστομου. Η επεξεργασία και μετάφραση των κειμένων καθώς και η έκδοση των βιβλίων έχουν γίνει από τους πατέρες της Ιεράς Μονής Παρακλήτου Ωρωπού, Τόμος