14/02/2019

Καθηγουμένου Ι.Μ. Εσφιγμένου: Πνευματικές πρακτικές συμβουλές

/ Ιερές Μονές

– Γέροντα, ζούμε σε μια δύσκολη εποχή. Κυριαρχεί το άγχος, η απελπισία, ο θυμός, παντού σκοτεινιά και ταραχή. Τι πρέπει να κάνουμε για να ξεπεράσουμε αυτήν την κατάσταση;

– Πράγματι, είναι ζοφερή η κατάσταση που έχουμε βρεθεί. Για να απαντήσουμε, όμως, στην ερώτηση «τι πρέπει να κάνουμε», πρέπει πρώτα να απαντήσουμε στο τι φταίει και τι προκάλεσε αυτήν την κατάσταση.

– Σε τι βοηθά αυτό, όμως;

– Βοηθά να κατανοήσουμε το είδος και τις αιτίες του προβλήματος. Όταν γνωρίζεις το είδος του προβλήματος και τι το προκάλεσε, τότε μπορείς να δώσεις και την κατάλληλη λύση.

– Δεν χάνουμε χρόνο έτσι; Δεν γίνεται «πολλή κουβέντα», ενώ το πρόβλημα «τρέχει»;

– Για να λύσεις ένα ζήτημα πρέπει να το ξεκινήσεις από την αρχή του. Αν δεν βρεις την άκρη, δεν μπορείς να ξετυλίξεις το κουβάρι. Με το να λες ότι έχεις πρόβλημα

δεν το λύνεις. Τότε πραγματικά χάνεις χρόνο, γιατί δεν βρίσκεις τον τρόπο να το λύσεις.

– Πολλές φορές, ενώ μας συμβουλεύετε να κάνουμε υπομονή και προσευχή, εμείς ζητάμε κάτι πιο πρακτικό, με το οποίο θα δώσουμε λύση στο πρόβλημά μας.

– Όταν ζητάμε συμβουλή για κάτι πιο πρακτικό στην αντιμετώπιση των προβλημάτων, το πρώτο που χρειάζεται και είναι πρακτικό, είναι η ψυχική ηρεμία. Όταν έχεις ηρεμία, μπορείς να κατανοήσεις το πρόβλημά σου και τις αιτίες του. Τότε μπορείς να κάνεις πιο σίγουρες κινήσεις για την αντιμετώπισή του.

– Δηλαδή με την προσευχή έρχεται η ηρεμία μέσα μας και μπορούμε να αντιμετωπίσουμε κάθε πρόβλημά μας. Αν όμως κάνουμε λάθος;

– Αλίμονο! Δεν πρέπει να βγάζουμε από την ζωή μας τον παράγοντα «λάθος». Απλά όταν ελέγχεις τον εαυτό σου και δεν ταράζεσαι εύκολα, μπορείς να διαχειριστείς και να διορθώσεις το λάθος. Το λάθος στην ζωή μας είναι ανθρώπινο, δεν είναι προς θάνατο. Είναι εμπειρία και γνώση, καθώς και ευκαιρία για επανόρθωση.

– Εμείς επιμένουμε, όμως, πέραν της προσευχής να ζητάμε κάτι «ακόμη πιο πρακτικό». Τι λέτε γι’ αυτήν, την επιμονή μας;

– Αυτό αποδεικνύει την έλλειψη προσευχής. Δεν συμβιβάζεται η προσευχή με την ταραχή. Η προσευχή είναι η επικοινωνία μας με τον Θεό. Αυτή η επικοινωνία χαρίζει την γαλήνη, την ηρεμία, την σιγουριά, διώχνει την ταραχή και τον θόρυβο που επικρατεί μέσα μας. Όταν βλέπω, λοιπόν, μπροστά μου κάποιον, ο οποίος είναι μέσα στο άγχος και την αγωνία, τρέμει από την ταραχή του όλος, και μου ζητά άλλη πρακτική συμβουλή για να αντιμετωπίσει τα προβλήματα, που του παρουσιάζονται, εκτός της προσευχής, καταλαβαίνω ότι δεν προσεύχεται καθόλου...

– Τελικά, τι συμβουλεύετε αυτόν, που, έστω ταραγμένος, σας ζητά πρακτικά μια συμβουλή;

– Τίποτε άλλο δεν τον συμβουλεύω, εκτός από το να ξεκινήσει να προσεύχεται! Είναι το πρώτο βήμα για να λύσει τα προβλήματα που τον απασχολούν. Δεν υπάρχει τίποτε πιο πρακτικό. Μέσα στην αγωνία και το άγχος του, οτιδήποτε άλλο και να του πω να κάνει, δεν θα μπορεί, ούτε να το κάνει, ούτε να το καταλάβει, ούτε να το αποδεχθεί. Όλα θα του φαίνονται βουνό. Ξεκινώντας, όμως, να προσεύχεται, όταν γευθεί τα πρώτα αποτελέσματα της προσευχής, σίγουρα θα του απαντηθούν πολλά ερωτήματα αυτόματα, θα είναι όμως και σε θέση να ακούσει και να πράξει. Πρώτα λοιπόν προσευχή και μετά το επόμενο βήμα.

– Χρειάζεται, λοιπόν, πολλή υπομονή.

– Η υπομονή δεν είναι η λύση του προβλήματος, αλλά ο τρόπος για να βρεις την λύση! Υπομονή κάνεις όταν έχεις κάποιο στόχο και θες να τον κατακτήσεις. Η αγάπη για τον στόχο σού δίνει την δύναμη να κάνεις υπομονή μέχρι να τον φτάσεις. Άρα, δεν είναι απλώς σχήμα λόγου όταν λέμε στην δυσκολία του άλλου «κάνε υπομονή». Είναι πρακτική ενίσχυση και ενδυνάμωση να μην χάσει το θάρρος του.

– Η υπομονή έχει σχέση με τον Θεό;

– Όταν ζητάς κάτι από τον Θεό, η υπομονή που θα δείξεις μέχρι να φανερώσει ο Θεός το θέλημά Του, είναι η απόδειξη της εμπιστοσύνης σου σ’ Αυτόν. Χωρίς εμπιστοσύνη στον Θεό χάνεις την ψυχραιμία σου, αδημονείς, αγχώνεσαι, δεν μπορείς να υπομείνεις, με αποτέλεσμα να τα βάλεις και μαζί Του.

– Γιατί δεν μπορούμε να κάνουμε υπομονή;

– Η απάντηση έχει ήδη δοθεί προηγουμένως. Μέσα στον θόρυβο και την ταραχή της εποχής που ζούμε, με την έλλειψη προσευχής, δεν είμαστε ειρηνικοί. Ζητάμε λύσεις άμεσα, χωρίς καθυστέρηση. Στην απόγνωσή μας ζητάμε βοήθεια από τον Θεό και άμεσα. Αν καθυστερήσει, αμέσως τα βάζουμε μαζί Του, γιατί δήθεν δεν μας ακούει. Ποιος είναι, λοιπόν, ο στόχος; Έχω αγάπη γι’ αυτόν; Πού είναι η εμπιστοσύνη στον Θεό; Χωρίς τα προηγούμενα μπορώ να κάνω υπομονή; Σχεδόν αδύνατο! Μόνο αν αλλάξω εγώ στάση και τρόπο αντίδρασης.

– Μας λέτε πολλές φορές και επιμένετε, λόγω της σύγχυσης που επικρατεί στην σημερινή εποχή, να κρατούμε σιωπή και να προσευχόμαστε. Μπορείς, όμως, να βλέπεις το άδικο και να μην επεμβαίνεις; Να κοιτάμε τη δουλειά μας δηλαδή και όλα να τα αφήσουμε στον Θεό;

– Βεβαίως και μπορείς να επέμβεις. Όχι μόνο στο άδικο, αλλά και σε κάθε απειλή

που βλέπεις να πλησιάζει εσένα ειδικά, αλλά και την κοινωνία μας γενικά. Πώς, όμως, θα επέμβεις; Γνωρίζεις τι να κάνεις; Είσαι σε ετοιμότητα να δώσεις την «μάχη» σου; Έχεις σιγουριά στον εαυτό σου; Μπορείς να διαχειριστείς μια λάθος κίνηση που τυχόν θα κάνεις; Και τόσα άλλα ερωτήματα, που πρέπει πρώτα να απαντήσεις για να είσαι σε ετοιμότητα να αγωνιστείς. Δυστυχώς, όμως, δεν είμαστε έτοιμοι για «μάχες». Αυτό συμπεραίνω μέσα από την εξομολόγηση και μέσα από την συναναστροφή μου με πολλούς ανθρώπους. Παντού λόγια, μεγάλες κουβέντες, αδιαφορία, θόρυβος πολύς. Αυτό τι δείχνει; Έλλειψη προσευχής και ηρεμίας.

– Είμαστε δηλαδή καταδικασμένοι;

– Όχι βέβαια. Υπάρχει τρόπος να βρεις την ηρεμία και το θάρρος να αντισταθείς.

– Ποιος είναι ο τρόπος;

– Στα λόγια τα πολλά και τον θόρυβο, η σιωπή. Στην ταραχή και το άγχος, η προσευχή. Αμέσως ξεθολώνει το τοπίο μπροστά σου και μπορείς πλέον να αγωνιστείς άνετα. Δεν είμαστε έτοιμοι για μεγάλους αγώνες και η ευθύνη είναι δική μας. Αδιαφορούμε. Δεν χάθηκε, όμως, η ελπίδα. Μπορεί να έχουμε χάσει χρόνο, προλαβαίνουμε, όμως, να ετοιμαστούμε, φθάνει να ξεκινήσουμε από την αρχή. Γι’ αυτό επιμένω στην σιωπή, λίγα λόγια και πολλή προσευχή.

Αν θες να διορθώσεις τον κόσμο όλο, ξεκίνα από τον εαυτό σου! Αυτό χρειάζεται, λοιπόν. Ξεκινάμε όλοι μαζί από τα του εαυτού μας, με σίγουρα μέσα την σιωπή και την προσευχή, ώστε να γυμνασθούμε κατάλληλα και να είμαστε έτοιμοι να δώσουμε την «μάχη» μας, όταν χρειαστεί, με μοναδικό στόχο την Νίκη!

Αρχιμανδρίτης Βαρθολομαίος, Καθηγούμενος Ι.Μ. Εσφιγμένου Αγίου Όρους (14.02.2019)