

Kreshma në Kishën Orthodhokse sipas Shën Vasilit të Madh



Meqënëse kemi filluar Kreshmën e Madhe të Pashkës, nga dt. 15 Mars deri në 1 Maj në mbrëmje, kemi nisur të postojmë rregullisht informacione të vazhdueshme sesi mund të kreshmojmë me lutje, përvullësi, pendim, sakrificë, besim, dashuri, bamirësi dhe gezim, këto ditë nuk hamë ushqime me prejardhje shtazore (mish, vezë, bulmet, peshk) por hame ushqime bimore (perime, fruta, brumera, vaj etj.).

Kreshma është dhuratë e cmuar e Perëndisë. Rregulli i hershëm që u ruajt si trashëgimi atërore dhe arriti deri në ditët tona. Pranojeni pra, me gëzim. Shërbëtorë, pranoni qetësinë tuaj. Pasanikë, pranoni atë që ju shpëton nga cdo rrezik i të velurit dhe jep shije sa ngrënia e tepërt i bën pa shije. Të sëmurë, pranoni mëmën e shëndetit. Të shëndetshëm, pranoni sigurimin e gjendjes së mirë shëndetsore. Pyesni doktorët dhe do t'ju thonë se asgjë nuk është aq i paqendrueshëm dhe i pasigurt se sa shëndeti. Prandaj të urtët përpiqen me kreshmë të ruajnë shëndetin e tyre dhe të shpëtojnë nga pesha dermuese e obezitetit.

Mos pretendo se nuk mund të kreshmohesh duke sjellë si pretekst sëmundje apo dobësi trupore, përderisa nga ana tjetër, gjatë gjithë jetës, me ngrënie të tepërt e torturon trupin tënd. Njoh shumë mirë se si doktorët imponojnë tek të sëmurët ndoshta dietë modeste dhe kreshme se sa shumëllojshmëri dhe bollëk ushqimesh. Përndryshe cila është më e lehtë për trupin, ta kalojë natën me një darkë të lehtë, apo të bjerë i rënduar në krevat nga ngrënia e tepërt? Mundet që të clodhet apo do

të rrotullohet i tejngopur dhe i stërmunduar? Cilën anije kapiteni mund ta drejtojë më lehtë dhe ta shpëtoje nga një furtunë, atë që është e ngarkuar plot e përplot apo atë që ka peshën e saj normale? Anijen e ngarkuar plot e përplot nuk do ta zhytë një furtunë e vogël? Kështu ndodh dhe me trupat, kur stërmundohen nga ushqimi i shumtë, lehtë u nënshtrohen sëmundjeve. Ndërsa kur ushqehen pak, ruajnë shëndetin e mirë të tyre.

* * *

Por le ta shohim historikisht çështjen e kreshmës, për të vënë re se sa ajo u respektua nga shenjtorët dhe se sa të mira ka kryer. Moisiu i lavdëruar, pas kreshmës 40 ditëshe guxoi të ngjitet në majën e malit Sina dhe të marrë pllakat e 10 porosive (Dalja 24:18). Nuk do të merrte guximin t'i afrohej majës, e cila nxirrte tym nga prezenca e Perëndisë, nëse nuk do të armatosej me kreshmën. Kreshmoi dhe si i tillë bashkëbisedoi me Perëndinë.

Profeti Samuel ishte fryt i kreshmës. Nëna e tij, Ana, pasi kreshmoi, u lut tek Perëndia dhe i kërkoi një fëmijë, nën betimin se do ta përkushtonte tek Ai (1 Mbretërit 1:11).

Ç'ishte ajo gjë që e bëri të pa mundur nga armiqtë heroin e madh Samson? Kreshma! Me kreshmën u ngjiz në të përbrendshmet e nënës së tij. Kreshma e lindi. Kreshma e ushqe. Kreshma e rriti. Ajo kreshmë që engjëlli e përcaktoi: Kur thotë "fëmija që do të lindi, nuk do shijojë asnjë nga produktet e vreshtit. Nuk do të pijë verë, as ndonjë tjetër pije të fortë" (Gjykatësit 13:14).

Kreshma lind profetë. Mbështet të fortët. Urtëson ligjvënësit. Pajis me armë heronjtë. Ushtron gjimnastët. Përball ngasjet. Banon me mendjekthjelltësinë dhe pastërtinë. Në kohë luftime bën trimëria dhe në kohë paqeje mëson qetësinë. Shenjtëron të dedikuarit dhe përsos priftërinjtë. Asnjë nuk mund t'i afrohet Tryezës së Shenjtë (Altarit) dhe të kryejë Liturgjinë Hyjnore, pa kreshmuar më parë.

Profeti Ilia u denjësua pas kreshmës 40 ditëshe, që të shohë Perëndinë (3 Mbretërit 19:8-18). Për hir të kreshmës u tregua më i fortë nga vdekja dhe ngjalli fëmijën e vdekur (3 Mbretërit 17:21-23). Për hir të kreshmës pengoi qiellin që të bjerë shi për 3 vjet e gjysmë (3 Mbretërit 17:1, 18:1). Dhe këtë e bëri, që të zbusë zemrat e izraelitëve, të cilët i ishin dorëzuar pabesisë dhe të paligjshmes. Kështu provokoi në të gjithë popullin kreshmë të detyruar, deri sa të pendohen dhe të ndreqin mëkatin që e ka pikënisjen nga rehatia dhe nga jeta e ngathët.

Profeti Daniel, që për njëzet ditë nuk shijoi bukë dhe as ujë nuk piu (Danieli 10:2-3), mësoi akoma dhe luanët që të kreshmojnë (Danieli 6:12-22). Luanët e uritur nuk e shqyen, sikur të kishte trup prej guri apo prej bakri apo ndonjë materiali të fortë. Kreshma forcoi trupin e profetit dhe e bëri të pacenuar nga dhëmbët e egërsirave, ashtu siç lyerja e bën hekurin të paprekshëm nga ndryshku.

* * *

Kreshma fuqizon lutjen. Bëhet krah në rrugën e saj drejt qiellit. Është mëma e shëndetit, mësues i rinisë, stoli e pleqërisë. Është bashkëudhëtar i udhëtarëve dhe siguri e bashkëqytetarëve. Burri aspak nuk dyshon për besimin bashkëshortor të gruas së tij, kur e sheh se bashkëjeton me kreshmën. Gruaja nuk mundohet nga zilia kur sheh burrin e saj të kreshmojë.

Kush u ligështua ndonjë herë nga kreshma? Llogarite gjendjen ekonomike të shtëpisë sate gjatë një ditë kreshme. Llogarite dhe në një ditë të zakonshme. Kështu shumë lehtë do të konstatosh se sa fitim të madh ke me kreshmën. Mendo se si akoma dhe tatimorët lejojnë tatimpaguesit të jetojnë për pak kohë të qetë dhe të pashqetësuar. Le t'i lejojë pra dhe trupi një pushim gojës. Ajo le të bëjë një armëpushim, që, kur ngopet, filozofon përreth përmbajtjes, ndërsa, kur ka uri, harron sa ka pohuar më parë. Kush kreshmon, nuk ka nevojë për kredi as i duhet të paguajë këste.

Kreshma bëhet shkak të dëfrehet njeriu. Sepse ashtu siç etja e bën të ëmbël pijen dhe uria të kënaqshme tryezën, kështu dhe kreshma i bën të shijshme ushqimet. Nëse do pra që tryeza jote të jetë e kënaqshme, prano ndryshimet e kreshmës. Por nëse je gjithmonë i rrethuar nga ushqime të pasura, i bën padrejtësi vetes sate, sepse zhduk kënaqsinë me epshin e pamatshëm. Asgjë nuk ka që nuk përbuzet me kënaqsinë e vazhdueshme të tij. Ndërsa në të kundërt, shpesh dëshirojmë ato gjellë që rralle i shijojmë. Prandaj Krijuesi ynë krijoi, shumëllojshmërinë në jetën tonë me qëllim që të ndjejmë kënaqsinë e gjithë të mirave të Tij. Vër re se c'ndodh në natyrë: Dielli nuk ndrit më tepër pasi nata ikën? Gjumi nuk është më i ëmbël pas agripnisë? Shëndeti nuk është më shumë i dëshirueshëm pas sproves së sëmundjes? Kështu dhe tryeza bëhet më shumë e dashur pas kreshmës. Kjo po që vlen për të gjithë. Dhe për të pasurit që kanë gjellë të bollshme, dhe për të varfërit që kanë më pak ushqim.

* * *

Të kujtosh dhe të kesh frikë shembullin e të pasurit të parabolës (Llukai 16:19-31). Dëfrimet e shumta e drejtuan në ferrin e përjetshëm. Ky i pasur nuk u akuzua për ndonjë të keqe. Por për shkak të rëhative dhe të ushqimit që shijonte, por dhe të indiferencës së tij për varfërinë e Llazarit, u dënua kaq ashpër. Kreshma dhe durimi në vuajtje, përkundrazi, nuk ishin ato që i dhuruan prehjen Llazarit? Paravolia nuk përmend të tjera virtyte të tij, përveçse për këto, që si dy krahë, e lartësuan dhe e prehën në gji të Abrahamit. Kujdes pra dhe ti, se mos ndoshta, ndërsa tani pi me kënaqësi pije të ndryshme dhe të neveritet uji, më vonë mos lutesh për një pikë të vetme të tij, ashtu si i pasuri. Asnjë nuk pësoi asgjë së piri ujë. Asnjë nuk u deh. Asnjë nuk ndjeu dhimbje koke apo zali. Ndërsa në të kundërt, tretja e keqe, që dashur pa dashur, i shoqëron gostitë, shkakton sëmundje të tmerrshme.

* * *

Jeta e Shën Joan Prodhromit, Pagëzorit, ishte një kreshmë në vazhdim. Nuk kishte as krevat, as tryezë, as toka, as kafshë, as magazina ushqimesh, as ndonjë gjë tjetër nga ato që në jetë konsiderohen të domosdoshme. Prandaj për këtë Zoti shpalli se Joani ishte “më i madh nga sa janë lindur prej nëne” (Mattheu 11:11).

Kreshma e ngriti në qiellin e tretë edhe apostull Pavlin, që e numëroi në të mburrurit për vuajtjet e tij (2 Korinthianeve 11:27).

Por për të gjithë virtytet, tip model dhe shembull kemi vetë Zotin. Zoti pra, pas kreshmës 40 ditëshe, nisi veprën e tij këtu në tokë (Mattheu 4:2). Si fillim fortifikoi dhe armatosi me kreshmën trupin, që mori për hirin tonë dhe më pas pranoi tundimet e djallit.

Në mënyrë të ngjashme dhe ne, me kreshmë le të përgatitemi dhe paraprkishtë, le të stërvitemi për luftërat kundrejt armiqve shpirtërore. Në një përleshje luftarake të pasigurtë, prezenca e një aleati përkrah një ndërluftuesi, përbën humbjen e tjetrit. Pra shpirti dhe trupi gjenden në gjendje ndërluftuese. Me kë do bashkëluftosh? Nëse do bashkëluftosh me trupin do të sëmuresh shpirtin. Ndërsa nëse do të luftosh me shpirtin do të nënshtrosh trupin. Meqënëse do të bësh të fuqishëm shpirtin tënd, dispiplinoje trupin me kreshmë. Apostull Pavli shkruan: “Sa njeriu i jashtëm (dmth trupi) shkon në prishje, aq dhe ai i brendshmi (dmth shpirti) përtërihet” (2 Korinthianëve 4:16).

Moisiu që të marrë ligjin për herë të dytë, iu desh kreshmë për herë të dytë (Eksodi 34:28). Niveitët, nëse nuk do të kreshmonin, ata dhe kafshët e tyre, nuk do t'i kishin shpëtuar shkatërrimit (Jonai 3:4-10). Por dhe Esaun, çfarë ishte ajo që e diskretitoi dhe e bëri shërbëtor të vëllait të tij? Nuk ishte ushqimi? Prandaj dhe vetë shiti parëbirninë e tij (Zanafilla 25:29-34)! Cilët, përsëri, lanë kufomat e tyre në shkretëtirë? A nuk i lanë ata të cilët kërkuan ngrënien e mishit dhe rehatinë në Egjipt (Numrat 11:33-34)? Dmth aq kohë sa izraelitët mbetën të kënaqur vetëm me manën, fituan mbi armiqtë e tyre dhe asnjë prej tyre nuk sëmurej. Por kur kujtuan tënxheret me mish dhe kështu patën nostalgji për skllavërinë në Egjipt, u dënuan. Vdiqën në shkretëtirë dhe nuk u denjësuat të shohin tokën e premtuar. Nuk ke frikë edhe ti këtë shembull? Nuk mendon se ndoshta me ngrënien e tepërt përjashtohesh nga toka e premtuar në qiell? Dëfrimi i ushqimit të yndyrshëm dhe me bollëk krijon në shpirt avuj, që, si një re e dendur tymi, pengojnë mendjen të dallojë rrezet e Shpirtit të Tërëshenjtë.

Kreshma është një armë e fortë kundër demonëve, “kjo lloj fryme nuk mund të dëbohet me asnjë mjet tjetër, përveç se vetëm me lutje dhe kreshmë”, tha Zoti në rastin e të riut të demonizuar (Marku 9:29). Me kënaqjen, dehjen dhe shijet e ndryshme nxitet dhe çdo lloj shturjeje. Gjahu i kënaqsisë transformon njerëzit e logjikshëm në kafshë pa arsye. Jeta e tepruar (dehja e tepruar apo jeta e shturur) shkakton deformime të frikshme. Për të shtururit bëhet shkak të kërkojnë gruan

tek burri dhe burrin tek gruaja. Kreshma ndreq dhe jetën martesore. Pengon shfrenimin dhe imponon vetëpërbajtje, marrëveshje, që bashkëshortët t'i kushtohen lutjes.

* * *

Por virtytin e keshmës mos e kufizo vetëm në dietë. Keshmë e vërtetë nuk është vetëm mosngrënia e disa ushqimeve, por largimi nga pasionet dhe mëkatet: mos i bëj padrejtësi askujt. Të falesh të afërtin tënd për hidhërimin që të shkaktoi, për të keqen që të bëri, për paratë që të ka borxh. Përndryshe, përveçse nuk ha mish, ha vetë vëllain tënd. Përveçse vetpërbahesh nga vera, nuk vetpërbahesh në përgojim. Përveçse keshmon deri në mbrëmje, harxhon ditën tënde nëpër gjykata. Shkrimi i Shenjtë thotë: "Mjerë ata që dehen pa pirë verë" (Isaia 28:1). Dehje e tillë është psh zemërimi, që bën shpirtin të cmendet. Gjithashtu është frika, që paralizon mendjen. Përgjithësisht çdo pasion që turbullon trurin është njëkohësisht dehje. I nxehuri dehet me pasionin e tij. Nuk mendon se kë ka përpara tij. Si të luftojë në mes të natës, rrëmben ç'të gjëje, pengohet tek cdokush. Nuk di se ç'thotë, shan, godet, kërcënon, nxehet, ulëret. Pra nëse do realisht të keshmosh, duhet t'u largohesh gjithë pasioneve.

Ki kujdes dhe dicka tjetër: të mos bëhet keshma e nesërme shkak i jetës së shturur sot. Mos shkatërro me mungesën e kontrollit të sotëm vetpërbajtjen e nesërme. Kur dikush do të martohet me një grua të ndershme, nuk vë më parë në shtëpinë e tij dashnore dhe të përdala. Sepse gruaja e ligjshme nuk duron të bashkëjetojë me të paligjshmet dhe të degjeneruarat. Kështu pra edhe ti. Me pritjen e keshmës mos prano dehjen e shturur, që është nëna e paturpësisë, shoqe e shakasë së ndyrë, e gatshme për çdo imoralitet. Keshma dhe lutja nuk do të banojnë brenda shpirtit, që është ndotur nga jeta e shturur. Zoti pranon në banesat qiellore atë që keshmon. Por përjashton, si të përlyer dhe të përshtirë, plangprishësin. Pra nëse vjen nesër dhe bie erë alkool, mendon se do ta llogarisë si keshmë jetën tënde të tepruar? Ku të të caktojë? Tek pijanecët apo tek të përbajturit? Dehja që u parapri, të tregon pijanec, ndërsa dieta që fillove, keshmues. Me mbeturinat e dehjes, keshma jote bëhet e padobishme. Dhe nese fillimi është i padobishëm, keshma rrezikon të përfundojë si e padobishme në tërësi.

Keshma nuk ushtron ndikim vetëm tek individë. Ndikon dhe gjithë shoqërinë. Pajton dhe qetëson menjëherë të gjithë njerëzit. Imponon heshtje në britma dhe në gërthitje, dëbon grindjet dhe konfliktet, largon përgojimin dhe thashethemet. Cila paraqitje e ndonjë mësuesi, ndalon kaq shpejt rrëmujën dhe zhurmën e fëmijëve? Sapo shfaqet keshma çdo turbullirë në qytet pushon automatikisht. Kush mund të vazhdojë partin dhe argëtimin në kohë keshmë? Kush mund të bashkangjisë keshmën me kërcime të fëlliqura? Të qeshurat e shëmtuara, këngët imorale dhe

vallet e ekzagjëruara, largohen nga qyteti, sapo mbërrin kreshma si një gjykatës i ashpër. Nëse të gjithë do të dëgjonin këshillat e kreshmës, do të mbizotëronte paqe e përsosur në të gjithë njerëzimin. Nuk do të ngrihej një popull kundër tjetrit. Nuk do të kishim konflikte të armatosura, as prodhues armësh. Nuk do të kishte gjykatore e as burgje. Shkretëtirat nuk do të strehonin keqbërës, qytetet as shpifësit, detet as piratët. Nëse do të mbizotëronte kreshma, jeta jonë nuk do të ishte e mbushur me psherëtima. Sepse ajo do të mësonte tek të gjithë kufizimin e jetës së shkapërderdhur, por dhe ndalimin nga shumë të këqia. Do të mësonte ikjen përfundimtare dhe largimin nga paradashja dhe tahmaqarllëku dhe nga ambicia dhe epshi. Nëse lirohemi nga këto, do të jetojmë me paqe dhe shenjtërim. Pra, pasi kaq të mira na ofron kjo mbretëreshë e virtyteve, le ta pranojmë pa ndonjë zyrtësi, pa ndonjë ankesë. Të gjithë gatishmërisht le të nderojmë tryezën shpirtërore që na shtron kreshma, duke na larë dhe duke na përgatitur për lumturinë hyjnore, të përjetshme, të parajsës.

Përgatiti: Thoma Shkira

[Kisha Orthodhokse Autoqefale e Shqipërisë](#)