04/06/2019

Αγίου Ιγνατίου Brianchaninov: “Η δύναμη της συνήθειας”

/ Ορθόδοξες Προβολές

Του Αγίου Ιγνατίου Brianchaninov

Ἡ δύναμη μιᾶς ριζωμένης στὴν ψυχὴ συνήθειας εἶναι ἴση μὲ τὴ δύναμη μιᾶς φυσικῆς ἰδιότητας. Ὁ μαθητὴς τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ ὀφείλει νὰ ἀποκτήσει καλὲς συνήθειες καὶ νὰ ἀποφεύγει τὶς ἄτοπες. Νέε μου! Νὰ εἶσαι συνετὸς καὶ προνοητικός. Στὰ χρόνια τῆς νεότητάς σου φρόντισε μὲ ἐπιμέλεια νὰ ἀποκτήσεις καλὲς συνήθειες. Ἔτσι, στὴν ὥριμη καὶ στὴ γεροντική σου ἡλικία θὰ χαρεῖς τὸν πλοῦτο ποὺ σχεδὸν ἄκοπα ἀπέκτησες στὴ νεανική.

Μὴ θεωρήσεις ἀσήμαντη τὴν ἐκπλήρωση μιᾶς κακῆς ἐπιθυμίας σου, ὅσο μικρὴ κι ἂν φαίνεται αὐτή. Κάθε ἐπιθυμία, ὅταν ἐκπληρώνεται, βάζει τὴ σφραγίδα της στὴν ψυχή. Καὶ τὸ σφράγισμα αὐτὸ κάποτε εἶναι τόσο δυνατό, ποὺ γίνεται ἀρχὴ μιᾶς

καταστροφικῆς συνήθειας.

Μήπως γνώριζε ὁ χαρτοπαίκτης, ὅταν ἄγγιζε τὰ χαρτιὰ γιὰ πρώτη φορά, πώς ἡ χαρτοπαιξία θὰ τοῦ γινόταν πάθος; Μήπως γνώριζε ὁ μέθυσος, ὅταν ἔπινε τὸ πρῶτο του ποτήρι, πώς ἔκανε τὴν ἀρχὴ τῆς αὐτοκτονίας του; Ἤ μήπως δὲν εἶναι ἀργὴ αὐτοκτονία αὐτὴ ἡ θλιβερὴ συνήθεια, ποὺ καταστρέφει καὶ τὴν ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα;

Μιά ἀπρόσεκτη ματιὰ ὄχι σπάνια πληγώνει τὴν καρδιά. Ἀλλεπάλληλες ματιὲς τόσο βαθαίνουν τὴν πληγή, ὥστε αὐτὴ πολὺ δύσκολα ἐπουλώνεται μὲ πολυχρόνιες προσευχές, ἀσκήσεις καὶ δάκρυα.

Παιδαγωγοὶ καὶ δάσκαλοι! Μεταδῶστε στοὺς νέους καλὲς συνήθειες καὶ ἀποτρέψτε τους ἀπὸ κακές, ποὺ τοὺς ὁδηγοῦν σὲ μεγάλες συμφορές.

Οἱ κακὲς συνήθειες ἀλυσοδένουν τὸν ἄνθρωπο, τοῦ στεροῦν τὴν πνευματικὴ ἐλευθερία, τὸν κρατοῦν βίαια στὸν δύσοσμο βάλτο τῶν παθῶν.

Γιὰ τὴν καταστροφὴ τῆς ψυχῆς εἶναι ἀρκετὴ μία καὶ μόνο κακὴ συνήθεια, γιατί αὐτὴ ἀνοίγει συνεχῶς τὴ θύρα τῆς καρδιᾶς σ’ ὅλα τὰ ἁμαρτήματα καὶ σ’ ὅλα τὰ πάθη.

Μάθε νὰ εἶσαι σεμνός. Μὴν ἀφήνεις τὸν ἑαυτό σου νὰ μιλάει ἐλεύθερα ἤ καὶ ν’ ἀγγίζει ἀκόμα τὸν πλησίον χωρὶς μεγάλη ἀνάγκη. Ἡ καλὴ συνήθεια τῆς σεμνῆς διαγωγῆς ἐξασφαλίζει εὔκολα τὴ μεγάλη ἀρετὴ τῆς ἁγνείας. Οἱ ἄλλοι, βλέποντας τὴ σεμνότητά σου, θὰ εἶναι μπροστά σου συνεσταλμένοι, εὐλαβικοί, θὰ ἔλεγα, ὅπως μπροστὰ στὴν εὐωδία τῆς ἁγιοσύνης.

Ἀπὸ τίποτ’ ἄλλο δὲν κινδυνεύει τόσο ἡ ἁγνεία ὅσο ἀπὸ τὴ συνήθεια τῆς παρρησίας, τῆς θρασύτητας, τῆς ἐλεύθερης συμπεριφορᾶς, ποὺ ἀθετεῖ τοὺς κανόνες τῆς μετριοφροσύνης.

Μάθε νὰ εἶσαι συγκρατημένος καὶ στὴ λήψη τροφῆς. Ἔτσι, τόσο τὸ σῶμα σου ὅσο καὶ ὁ νοῦς σου θὰ ἔχουν ὑγεία, δύναμη καὶ ζωντάνια -ἐφόδια ἀπαραίτητα καὶ στὸν ἀγώνα γιὰ τὴ σωτηρία καὶ στὶς διάφορες ἐγκόσμιες ἀσχολίες.

Ἡ λαιμαργία δὲν εἶναι παρὰ μία κακὴ συνήθεια. Εἶναι ἡ ἄκριτη καὶ ἄμετρη

ἱκανοποίηση μιᾶς διεστραμμένης ἀπὸ τὴν ἀλόγιστη χρήση φυσικῆς ἐπιθυμίας.

Μάθε νὰ τρῶς ἁπλά. Οἱ ἁπλὲς τροφὲς γι’ αὐτὸν ποὺ τὶς συνήθισε εἶναι πιὸ γευστικὲς καὶ ὁπωσδήποτε πιὸ ὑγιεινὲς ἀπὸ τὶς ἐξεζητημένες.

Πόση εἶναι ἡ πνευματικὴ ἐλευθερία καὶ πόση ἡ ψυχικὴ δύναμη τοῦ ἀνθρώπου ποὺ συνήθισε στὴν ἁπλὴ τροφή, ὅσο μηδαμινὴ κι ἂν φαίνεται αὐτὴ ἡ συνήθειά του! Ἀλλὰ καὶ ὑλικὰ πόσο κερδίζει ὁ ἄνθρωπος ποὺ ἀρκεῖται στὰ λιτὰ γεύματα! Ὄχι μόνο πολὺ λιγότερα χρήματα ξοδεύει γιὰ τὴ διατροφή του, ἀλλὰ καὶ πολὺ λιγότερο χρόνο χάνει καὶ πολὺ λιγότερες μέριμνες ἔχει. Ἂν, μάλιστα, εἶναι φτωχός, δὲν πιέζεται ἀπὸ τὴ φτώχεια του.

Εἶναι δύσκολο τὸ πέρασμα ἀπὸ τὰ πολυτελή γεύματα στὰ ἁπλά. Πολλοὶ ἀναγκάστηκαν ἀπὸ τὶς συνθῆκες νὰ τὸ κάνουν ἀπότομα καὶ ἄκαιρα. Ἔτσι, ὅμως, κλονίστηκε ἡ ὑγεία τόσο τοῦ σώματος ὅσο καὶ τῆς ψυχῆς τους. Αὐτὴ τὴ συμφορὰ θὰ τὴν εἶχαν ἀποφύγει, ἂν συνετὰ καὶ ἔγκαιρα εἶχαν ἐθιστεῖ στὴ λιτὴ διατροφή.

Ἐκεῖνος ἰδιαίτερα ποὺ ποθεῖ ν’ ἀφιερωθεῖ στὴ διακονία τοῦ Χριστοῦ, μὲ τὴ λιτὴ διατροφὴ ὠφελεῖται πάρα πολύ. Γιατί μπορεῖ νὰ κατοικήσει σὲ μίαν ἀπόμακρη τοποθεσία, ἀποφεύγοντας τὶς συχνὲς ἐπαφὲς μὲ ἄλλους ἀνθρώπους καί, γενικότερα, τὰ αἴτια τῆς νοητικῆς διασπάσεως, καὶ νὰ ἀφοσιωθεῖ στὴ μνήμη τοῦ Θεοῦ καὶ τὴν προσευχή.

Ὅλοι οἱ ἅγιοι εἶχαν συνηθίσει νὰ τρῶνε καὶ μετρημένα καὶ ἁπλά. Ὁ ἀπόστολος Παῦλος γιὰ τὴν καθημερινή του τροφὴ δαπανοῦσε ἐλάχιστα χάλκινα νομίσματα.

Ἂς ἔρθω τώρα στὸ πάθος τῆς μέθης. Τί φοβερὸ πάθος! Εἰσχωρεῖ βαθιὰ στὸ σῶμα καὶ τὴν ψυχή, μὲ τὴ συγκατάθεση τῆς ἐπιθυμίας, ἀποκτώντας ἀπὸ τὴ συνήθεια, ὅπως εἴπαμε, τὴ δύναμη φυσικῆς ἰδιότητας.

Ὁ μαθητὴς τοῦ Χριστοῦ πρέπει νὰ φυλάγεται ὄχι μόνο ἀπὸ τὴ μέθη ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τὴν ὑπέρμετρη χρήση τοῦ κρασιοῦ, ποὺ φλογίζει τὴ σάρκα καὶ ξεσηκώνει τὶς αἰσχρὲς ἐπιθυμίες. «Νὰ μὴ μεθᾶτε μὲ κρασί, ποὺ ὁδηγεῖ στὴν ἀσωτία», γράφει ὁ ἀπόστολος Παῦλος (1). Ἐπιτρέπεται ἡ χρήση τοῦ κρασιοῦ σὲ πολὺ μικρὴ ποσότητα. «Νὰ χρησιμοποιεῖς καὶ λίγο κρασί», συμβουλεύει ὁ ἴδιος ἀπόστολος τὸν Τιμόθεο, «γιὰ τὸ στομάχι σου καὶ γιὰ τὶς συχνές σου ἀσθένειες» (2). Ὅποιος, ὅμως, δὲν μπορεῖ νὰ ἐπιβληθεῖ στὸν ἑαυτό του καὶ νὰ πίνει μὲ μέτρο, καλὰ θὰ κάνει νὰ ἀποφεύγει τελείως τὸ κρασί.

Ὁ ἀββὰς Ποιμὴν ὁ Μέγας εἶπε: «Δὲν χρειαζόμαστε τίποτ’ ἄλλο παρὰ νηφάλιο νοῦ»

(3). Τὸ κρασί, ὡστόσο, ὅπως εἶναι γνωστό, ἀφαιρεῖ ἀπὸ τὸν νοῦ τὴ νηφαλιότητά του, τὸν σκοτίζει καὶ τὸν ἐξασθενίζει. Ὅταν, λοιπόν, ὁ ἀγωνιστὴς βρίσκεται ὑπὸ τὴν ἐπήρεια τοῦ κρασιοῦ, στὸν σκοτισμένο καὶ ἐξασθενημένο νοῦ του εἰσβάλλουν εὔκολα οἱ νοητοὶ ἐχθροί. Καὶ ὁ νοῦς, μὴν ἔχοντας τὴ διαύγεια καὶ τὴ δύναμη νὰ παλέψει μαζί τους, παρασύρεται, δεμένος ἀπὸ τὸ κρασί, στὸ βάραθρο τῆς ἁμαρτίας! Ἔτσι, μέσα σὲ μιά στιγμή, πᾶνε χαμένοι μακροχρόνιοι ἀγῶνες, καθὼς τὸ Ἅγιο Πνεῦμα φεύγει μακριὰ ἀπὸ τὸν ἁμαρτωλό. Νὰ γιατί ὁ ἀββὰς Ἡσαΐας ὁ ἀναχωρητὴς εἶπε ὅτι ἐκεῖνος ποὺ ἀγαπᾶ τὸ κρασί, ποτὲ δὲν θὰ ἀξιωθεῖ νὰ λάβει καί, ἂν λάβει, νὰ διατηρήσει πνευματικὰ χαρίσματα (4). Αὐτὰ τὰ χαρίσματα, γιὰ νὰ παραμείνουν στὸν ἄνθρωπο, ἀπαιτοῦν διαρκή καθαρότητα, πού εἶναι δυνατὴ μόνο μὲ τὴ διαρκή νηφαλιότητα.

Ἡ φιλαργυρία, ἡ ὀργή, ἡ ἀλαζονεία, ἡ ἀναισχυντία εἶναι πάθη τῆς ψυχῆς, ποὺ σχηματίζονται ἀπὸ τὴ συγκατάβαση τῆς φθαρμένης μας φύσεως πρὸς τὶς κακὲς ροπές. Τὰ πάθη ἐδραιώνονται, αὐξάνονται καὶ ὑποδουλώνουν τὴν ψυχὴ μέσω τῆς συνήθειας.

Τὸ ἴδιο συμβαίνει καὶ μὲ τὴ σαρκικὴ ἐπιθυμία, ὅσο κι ἂν αὐτὴ θεωρεῖται φυσιολογικὴ γιὰ τὸν μεταπτωτικὸ ἄνθρωπο. Μακάριος εἶναι ὁ νέος ἐκεῖνος πού, μόλις ἡ ἐπιθυμία κάνει μέσα του τὴν πρώτη της ἐμφάνιση, θὰ ἀντιληφθεῖ ὅτι δὲν πρέπει νὰ τῆς παραδοθεῖ καὶ θὰ τὴ χαλιναγωγήσει μὲ τὸν νόμο τοῦ Θεοῦ καὶ τὴ φρόνηση. Ἡ ἐπιθυμία ποὺ χαλιναγωγεῖται στὰ ἀρχικά της στάδια, προβάλλει ἀπαιτήσεις ὅλο καὶ πιὸ ἀσθενεῖς, ὥσπου τελικὰ ὑποτάσσεται στὸν νοῦ, ἀλυσοδένεται ἀπ’ αὐτὸν καὶ κατευθύνεται σάν σκλάβα του. Ἀπεναντίας, ἡ ἐπιθυμία πού ἱκανοποιεῖται ἔστω καὶ μιά φορά, ἐντείνει καὶ αὐξάνει τὶς ἀπαιτήσεις της. Καὶ ὅταν ὁ λογικὸς νοῦς τῆς παραχωρεῖ τὴν ἐξουσία του πάνω στὸν ὅλο ἄνθρωπο καὶ τὴν ἀφήνει νὰ ἱκανοποιεῖται συχνὰ καὶ μακροχρόνια, αὐτὴ τελικὰ καταντᾶ τύραννος καὶ ἀφανιστής τόσο τοῦ σώματος ὅσο καὶ τῆς ψυχῆς.

Ὅλα, γενικά, τὰ πάθη ἀναπτύσσονται στὴν ψυχή μας, ὅταν τοὺς δείχνουμε συγκατάβαση. Ἡ συγκατάβαση, ὅταν ἐπαναληφθεῖ πολλὲς φορές, δημιουργεῖ συνήθεια. Καὶ ἡ συνήθεια κάνει τὸ πάθος ἰσχυρὸ κυρίαρχό μας. Γι’ αὐτὸ ὁ ἀββὰς Ἰσαὰκ ὁ Σύρος εἶπε: «Νὰ φοβᾶσαι τὶς κακὲς συνήθειες περισσότερο ἀπὸ τοὺς ἐχθροὺς» 5, δηλαδὴ τοὺς δαίμονες.

Ἂν, μόλις ἐμφανιστεῖ μέσα μας ἁμαρτωλὴ ἐπιθυμία, τὴν ἀρνηθοῦμε, στὴν ἑπόμενη ἐμφάνισή της θὰ εἶναι πιὸ ἀδύναμη, ὥσπου τελικὰ θὰ σβήσει. Ἂν, ὅμως, τὴν ἱκανοποιήσουμε, θὰ ἐπιστρέψει λίγο ἀργότερα μὲ μεγαλύτερη δύναμη. Καὶ ὅσο τὴν ἱκανοποιοῦμε, τόσο δυναμώνει, τόσο μεγαλύτερη ἐξουσία ἀποκτᾶ πάνω στὴν

προαίρεσή μας, αἰχμαλωτίζοντάς την σιγὰ-σιγά, ὥσπου τελικὰ γεννᾶ τὴ συνήθεια.

Τὰ ἁμαρτήματα ποὺ διαπράττουμε ἀπὸ συνήθεια, ὅσο βαριὰ κι ἂν εἶναι, μᾶς φαίνονται ἐλαφριά. Τὸ καινούργιο ἁμάρτημα τὸ φοβᾶται ἡ ψυχὴ καὶ δὲν ἀποφασίζει σύντομα νὰ τὸ διαπράξει.

Τὰ πάθη εἶναι συνήθειες κακές, οἱ ἀρετὲς εἶναι συνήθειες καλές. Ἐδῶ, βέβαια, ἐννοοῦμε τὰ πάθη καὶ τὶς ἀρετὲς ποὺ ἔγιναν συνήθειες στὸν ἄνθρωπο μὲ τὴ διαγωγή του, μὲ τὸν τρόπο τῆς ζωῆς του. Γιατί ὑπάρχουν πάθη καὶ ἀρετὲς ποὺ ἀποτελοῦν ἔμφυτες ἰδιότητες τοῦ ἀνθρώπου, ἰδιότητες μὲ τὶς ὁποῖες αὐτὸς γεννιέται.

Ὁ ἄνθρωπος τοῦ Θεοῦ πρέπει νὰ εἶναι ὅσο τὸ δυνατὸ περισσότερο ἐλεύθερος ἀπὸ κακὲς συνήθειες, οἱ ὁποῖες τὸν ἐμποδίζουν νὰ πλησιάσει τὸν Χριστό. Ὁ ἄνθρωπος τοῦ Θεοῦ πρέπει ὄχι μόνο ἀπὸ τὶς ἁμαρτωλὲς συνήθειες νὰ ἀπομακρύνεται, ἀλλὰ καὶ ἀπ’ ὅλες ὅσες ὁδηγοῦν ἄμεσα ἢ ἔμμεσα στὴν ἁμαρτία, ὅπως εἶναι, γιὰ παράδειγμα, ἡ τρυφή, ἡ μαλθακότητα, ὁ περισπασμός.

Καμιὰ φορά μιά ἀσήμαντη συνήθεια μᾶς δένει τὰ πόδια καὶ μᾶς κρατᾶ στὴ γῆ, ἐνῶ θὰ μπορούσαμε νὰ ἤμασταν στὸν οὐρανό!

Νέε μου! Σοῦ ἐπαναλαμβάνω τὴ σωτήρια συμβουλή: Ὅσο βρίσκεσαι ἀκόμα μέσα στὴν πνευματικὴ ἐλευθερία, φεῦγε μακριὰ ἀπὸ τὶς κακὲς συνήθειες σὰν ἀπὸ δεσμὰ καὶ φυλακή. Ἀπόκτησε καλὲς συνήθειες, μὲ τὶς ὁποῖες διατηρεῖται, ὑποστηρίζεται καὶ σφραγίζεται ἡ πνευματικὴ ἐλευθερία.

Ἐσύ, πάλι, ποὺ σὲ ὥριμη ἡλικία ἀποφάσισες νὰ ὑπηρετήσεις τὸν Χριστὸ καί, δυστυχῶς, ἔχεις ἤδη ἀποκτήσει πολλὲς ἁμαρτωλὲς συνήθειες ἤ ἔχεις, ἔστω, ἐθιστεῖ στὴ μαλθακὴ ζωὴ καὶ γι’ αὐτὸ ἡ ψυχή σου εἶναι ἐξασθενημένη, ἐσύ, λοιπόν, πρέπει μὲ ἀνδρεία νὰ μπεῖς στὸν ἀγώνα ἐναντίον τῶν συνηθειῶν σου. Μὲ τὴ βοήθεια τοῦ Θεοῦ θὰ τὶς ἀποβάλεις.

1.Ἐφ. 5:18.
2. Α΄ ΤΙμ. 5:23.
3. Τὸ Γεροντικόν. Ἀββὰς Ποιμήν, ἀπόφθεγμα ρλε΄.
4. Πρβλ. ὅ.π.. ΙΣΤ΄, η΄.
5. Ὅ.π., ΝΗ΄, 12.

ΠΗΓΗ: Ἀσκητικὲς Ἐμπειρίες, τόμος Β, ἐκδόσεις Παρακλήτου, Χρ.Ἔκδοσης: 2009

Εκ του Ιερού Ναού Αγίας Ζώνης Πατησίων www.agiazoni.gr