

Μητροπολίτης Μάνης Χρυσόστομος: Ανάγκη ησυχίας

[Μητροπολιτικό Έργο](#) / [Ι.Μ. Μάνης](#)



Ο άνθρωπος πάντοτε έχει ανάγκη από ήσυχία. Πολύ περισσότερο στήν σημερινή τεχνοκρατούμενη εποχή. Είναι γεγονός ότι ζούμε σ' ένα ανήσυχο και θορυβώδες περιβάλλον. Κατά συνέπειαν, ο καθημερινός βίος τῶν ανθρώπων ταλανίζεται από πολλά ψυχο-κοινωνικά προβλήματα. Αὐτά ἐπιτείνονται ἀπό τήν ἀργολογία, τόν κορεσμό τῆς ὕλης, τήν διασκέδαση καί πρωτίστως ἀπό τήν ἄκριτη πολυπολιτισμικότητα.

• Γράφει ο [Μητροπολίτης Μάνης Χρυσόστομος](#)

Ἐτσι ἐμφανίζονται στό εἶναι τῆς ὑπαρξης πολλά ψυχολογικά προβλήματα, ψυχικές νόσοι καί ποικίλες διαταραχές μέ κυρίαρχα ζητήματα, τήν κατάθλιψη, τίς παραβατικές συμπεριφορές, τίς σκανδαλώδεις στάσεις ζωῆς, τελικά αὐτή τήν ἀπώλεια τῆς ψυχικῆς υἱείας. Σ' αὐτήν τήν ἀπώλεια προστίθεται ὁ μέγας δυνάστης, ὅπως ἔχει ὀνομαστεῖ, ἡ μοναξιά. Ὅτι χειρότερο ὁ ἄνθρωπος νά αἰσθάνεται καί νά βιώνει μοναξιά στή ζωή του. Εἶναι ἡ κατάσταση αὐτή ὀδυνηρή, μία θλίψη νά ζεῖ καί νά αἰσθάνεται κατάμονος, ἐνῶ γύρω του ὑπάρχουν τόσοι συνάνθρωποι του καί τό ἀκόμα χειρότερο νά ἔχει τήν αἴσθησι τῆς ἐγκατάλειψης ἀπό συγγενεῖς, φίλους, συνεργάτες καί εὐεργετηθέντες. Αὐτή ἡ μοναξιά ἀποτελεῖ,

τῷ ὄντι, μία τραγική πραγματικότητα. Εἶναι ἓνα στοιχεῖο διαβρωτικό τῆς ὅλης ὑπαρξης. Γι' αὐτό καί φέρει πνευματική ἀτονία καί ραθυμία. Ἀλλ' ἡ στενάχωρη αὐτή μοναξιά δέν ἔχει καμμία σχέση μέ τήν ἡσυχία. Μόνος εἶναι μόνον ἐκεῖνος πού ζεῖ χωρίς Θεό, χωρίς τήν αἴσθηση τῆς ἀγαθῆς παρουσίας τοῦ Θεοῦ. Ὁ ἀείμνηστος μεγάλος θεολόγος καθηγητής **Παν. Τρεμπέλας** ἔλεγε: «Ἔχεις τόν Θεό; Ἔχεις τό πᾶν. Δέν ἔχεις τό Θεό; Καί τόν κόσμο ὅλο ἐάν κατέχεις, δέν ἔχεις τίποτε». Δέν εἴμαστε, λοιπόν, μόνοι. Ὁ Θεός εἶναι μαζί μας. «Ὁ Κύριος ἐγγύς». Μήν ξαναπεῖς «εἶμαι μόνος μου». Ὅχι. Τήν ζωή σου τήν ἀγιάζει ἡ διαρκῆς παρουσία τοῦ Θεοῦ. Αὐτό εἶναι ἡ μεγίστη κοινωνικότητα. Καί ἀκόμη, σκέψου ὅτι ὁ προσωπικός σου φύλακας, ὁ ἄγγελος οὐδέποτε σ' ἐγκαταλείπει.

*

Κάμνουμε, λοιπόν, λόγο γιά τήν κατά Θεόν ἡσυχία. Ἐπιδιώκουμε ἀναζήτηση, αὐτῆς τῆς ἡσυχίας. Τῆς ὠφέλιμης, δημιουργικῆς καί χρηστῆς ἡσυχίας. Γιατί μ' αὐτή τήν χαριτωμένη ἡσυχία τίθεται ἡ προοπτική τῆς ἀναγέννησης τοῦ ἀνθρώπου. Ἀνανεοῦται ὁ ἄνθρωπος πού ξέρει νά ἡσυχάζει. Ἡ ἡσυχία φέρει τήν ψυχική γαλήνη. Κατεργάζεται τήν ὑπομονή. Ἀναπτερώνει τό ἠθικό. Φέρει εὐεργετικές σκέψεις. Εἰρηνεύει ὁ ἐσωτερικός κόσμος. Μόνο μέ τήν κατά Θεό ἡσυχία, ἡ ὀργή ἐξαφανίζεται, ὁ ἐγωϊσμός καταπίπτει, τό μῖσος ἀπομακρύνεται, ἡ ἀδυναμία γίνεται δύναμη, ἡ δειλία θάρρος, ἡ ἀπογοήτευση μεταλλάσσεται σέ χρηστή ἐλπίδα, ἡ πίστη γιγαντώνεται. Μέ τήν ἡσυχία αὐτή βρίσκεται ἡ χαμένη χαρά τῆς ζωῆς. Ἡσυχία, βέβαια, δέν σημαίνει ἀπραξία. Δέν εἶναι ἀδράνεια καί ραθυμία. Δέν εἶναι κενό. Σημαίνει, ὡστόσο ὅμως παραίτηση ἀπό τά ἐπουσιώδη, τά ἀνούσια, τά μάταια. Ἐκεῖ ἀληθῶς σκέπτεσαι τό: «Ματαιότης ματαιοτήτων τά πάντα ματαιότης». Γι' αὐτό, ἡ ἡσυχία καλλιεργεῖται μέ τήν νήφουσα διάνοια. Ἡ ἡσυχία δέν εἶναι παραίτηση ἀπό τήν ζωή, δέν εἶναι αἴσθημα ἀπογοήτευσης καί ἀκηδίας. Δέν εἶναι ἀπηλπισμένη ἀδιαφορία. Δέν εἶναι αἴσθημα μοναξιᾶς καί ἀπομόνωσης. Ἡσυχία σημαίνει νά ἐπιδιώξεις νά μένεις ἐσύ καί ὁ ἑαυτός σου. Καί ὁ Ἄλλος, πού εἶναι μόνον ὁ Θεός. Τεῖχος μοναδικό ἀνά μέσον σου καί τοῦ Θεοῦ εἶναι μοναχά οἱ ἁμαρτίες σου. Ὅσον δέ, δέν τίς διώχνεις, τόσο δέν ἐπικοινωνεῖς μέ τό Θεό. Δέν πέφτει τό τεῖχος, δέν βλέπεις Θεό, μένεις ἀπελπιστικά κατάμονος. Ἐκεῖ, βέβαια, στήν ἅγια ἡσυχία κατανοεῖς ὅτι ἔσχατο καταφύγιο εἶναι ὁ Θεός. Ἐκεῖ ἀνοίγεσαι στό Θεό, προσεύχεσαι, στοχάζεσαι, δακρύζεις, μετανοεῖς, ἱκετεύεις, εὐχαριστεῖς, δοξολογεῖς. Ἀκριβῶς, διότι ἡ ἡσυχία εἶναι δίδυμη ἀδελφή τῆς προσευχῆς. Ἡσυχία καί προσευχή – εὐχή συνδέονται ἄρρηκτα καί φέρουν γλυκύτατους καρπούς. Μ' αὐτή τήν ἡσυχία ἐν τῷ Θεῷ μαλακώνει ἡ σκληρή καρδιά, χαίρεται ἡ ψυχή, ἀνακουφίζεται καί εὐφραίνεται.

*

Ὁ ὅρος κυρίως «ἡσυχία» ἀνήκει στό λεξιλόγιο τοῦ μοναχικοῦ βίου. Σημαίνει τήν ἀναζήτηση τοῦ Θεοῦ στήν ἡσυχία, τήν μόνωση, τήν ἐν γένει σιωπή. Πρόκειται γιά τήν μεγάλη ἀρετή, τό ὕψιστο κατόρθωμα τῆς ἡσυχίας. Ἀλλά πού νά φθάσουμε ἐκεῖ,

σ' αὐτή τήν «ἀκρότητα τῆς τελειώσεως κατά τόν ἅγιο Ἰσαάκ τόν Σϋρο; Μιλᾶμε γιά τόν ἀπλό καί συνήθη ἄνθρωπο, ἐδῶ στήν πολύβουη κοινωνία. Ἐκεῖ στόν ἀσκητικό – ἡσυχαστικό βίο εἶναι ἄλλα τά μέτρα καί τά κριτήρια. Ἐκεῖ, εἶναι σέ ἀπόλυτο βαθμό ἡ ἐφαρμογή τοῦ βιβλικοῦ λόγου: «Ἐγώ καθεύδω καί ἡ καρδιά μου ἀγρυπνεῖ» (Ἄσμα ἁσμάτων, 5',2) γι' αὐτό καί «σκληρόν καί χαλεπόν τοῖς ἀνθρώποις καταφαίνεται τό ψυχικῶς ἡσυχάζειν ἀπό παντός λογισμοῦ. Καί ἐστίν ἄρα ὡς ἀληθοῦς, ἐργῶδες τε καί ἐπίπονον», κατά τόν ὅσιο Ἡσύχιον τόν πρεσβύτερο. Ἐκεῖ εἶναι ἡ «θεοποιός ἡσυχία», ἡ ὑψηλοῦ ἐπιπέδου ἡσυχία. Ἐπειτα μή λησμονοῦμε ὅτι ὁ ἴδιος ὁ Χριστός ἔζησε στήν ἔρημο. Ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Πρόδρομος τό ἴδιο. Ὁ Ἀπ. Παῦλος τρία ὀλόκληρα χρόνια προετοιμάζεται ἀποσυρόμενος στήν ἔρημο τῆς Ἀραβίας. Ὁ Μ. Βασίλειος μαζί μέ τόν **ἅγιο Γρηγόριο στήν ἔρημο τοῦ Πόντου** ἡσυχάζουν. Καί ὁ Ἱερός Αὐγουστῖνος μετά ἀπό τίς ποικίλες περιπλανήσεις του ἡσυχάζει, μελετᾷ, βρίσκει τόν ἑαυτό του στό ἀγρόκτημα τοῦ φίλου του Βερεκούνδου.

*

Καταφαίνεται, λοιπόν, ὅτι ἡ ἡσυχία δέν σημαίνει οὐδετερότητα. Κρύβει κάτι τό ἱερό. Ἔχει μέσα της μία πνευματικότητα, μία δυναμική καί προοπτική ἀνακαινισμοῦ καί ἐλπίδας. Κυριολεκτικά, λειτουργικά, παιδευτικά ἔρχεται καί μεταρσιοῖ τόν νοῦν, φέρει ἀγάπη καί ἱερό πόθο καθάρσεως τῆς ψυχῆς. Γι' αὐτό ἀντίθετα, τό ἄγχος, τό «στρές», ἡ ἀγωνία, ἡ νευρικότητα, ἡ ἀνησυχία, ὁ θόρυβος, ὅλα αὐτά δέν ὠφελοῦν. Καταρρακώνουν τόν ἐσωτερικό κόσμο τοῦ ἀνθρώπου. Φυγαδεύουν τήν χαρά καί τήν εὐφροσύνη. Πικρούς καρπούς καί μόνον, φέρουν ὡς γεύση ζωῆς. Ὅλα τά κοσμικά ἐπιτηδεύματα καθίστανται σβηστά λυχνάρια σέ σκοτεινές ἀτραπούς τῆς ζωῆς. Μόνον, τό «σιγῶν τοπίον», ὡς τρόπος ζωῆς, ἔσωθεν καί ἔξωθεν εἶναι ἡ λύση. Ἔτσι ἡ βίωση τῆς ἐν Χριστῷ ἡσυχίας εἶναι τό πιό ἀποτελεσματικό φάρμακο κατά τοῦ ἄγχους, τῆς μοναξιᾶς, τῆς ἀπαισιοδοξίας. Πραγματικά ἡρεμοῦμε καί ἀπελευθερωνόμαστε ἀπ' ὅλα τά ταραχώδη τοῦ κόσμου τούτου, ὅταν μείνουμε μέ τό Θεό, ἀνεβοῦμε στό ὑπερῶο τοῦ Μυστικοῦ Δείπνου, καί συμβαδίσουμε στό δρόμο πρὸς **Ἑμμαούς**. Γι' αὐτό «ἑαυτούς καί ἀλλήλους καί πᾶσαν τήν ζωὴν ἡμῶν, Χριστῷ τῷ Θεῷ παραθώμεθα».