

18 Μαρτίου 2022

Απαντήσεις στην ρουτίνα

[Ορθοδοξία](#) / [Πνευματική ζωή](#)

[Πρωτοπρεσβύτερος Θεμιστοκλής Μουρτζανός, Δρ. Θεολογίας](#)



«Ο καθένας μας ας εξετάζει τον εαυτό του κάθε βράδυ πώς πέρασε την ημέρα του και το πρωί πώς πέρασε τη νύχτα του και να μετανοεί ενώπιον του Θεού γι' αυτά φυσικά που έχει αμαρτήσει» **(Αββάς Δωρόθεος)**

Οι άνθρωποι, στην καθημερινότητά μας, νιώθουμε τον χρόνο να τρέχει και εμείς να τον ακολουθούμε. Η ρουτίνα μας είναι το συνηθισμένο. Το πρόγραμμά μας. Η επανάληψη. Και όταν η μέρα τελειώνει, πέφτουμε να κοιμηθούμε με μια τυπική προσευχή, βλέποντας κάτι στην οθόνη του κινητού, της τηλεόρασης, του υπολογιστή (ιδίως οι νεώτεροι) και ελπίζοντας ότι θα ξημερώσει μια καινούργια μέρα που από μόνη της θα είναι καλύτερη από την προηγούμενη. Η επικοινωνία με τον/την συγκάτοικό μας, τα παιδιά μας ή και με τον εαυτό μας, αν μένουμε μόνοι μας, δεν είναι δεδομένη. Παραδιδόμαστε βεβαίως στις σκέψεις μας, στους λογισμούς μας, στα σενάρια μας για την μέρα που έφυγε, για το τι ζήσαμε, για το ποιος μας έδωσε χαρά ή στον θυμό μας για την λύπη που λάβαμε, κάνουμε κάποια σχέδια, είτε δραστηριότητας είτε εκζήτησης της ευχαρίστησης ή και της εκδίκησης και αφηνόμαστε στα όνειρά μας.



Ο πολιτισμός μας, πάντως, προσπαθεί να μας κλέψει και το τελευταίο δευτερόλεπτο πριν τον ύπνο, για να αποφύγουμε την ανία. Η ρουτίνα, άλλωστε, είναι συνδεδεμένη μαζί της. Καλύτερα να έχουμε ένα πρόγραμμα, παρά καθόλου. Φοβόμαστε τον ελεύθερο χρόνο. Γι' αυτό και βλέπουμε τους γονείς σήμερα να θέλουν τα παιδιά τους να είναι υπεραπασχολημένα, ώστε να μη πρέπει να ασχοληθούν οι ίδιοι μαζί τους. Αρκεί ο κόπος της δικής τους ρουτίνας. Τα παιδιά μας κουραστούν όσο περισσότερο γίνεται, ώστε να μη γίνει η όποια ανία τους αφορμή γκρίνιας και απαιτήσεων.

Η ασκητική μας παράδοση προτρέπει να εξετάζουμε τον εαυτό μας κάθε βράδυ για

το πώς περάσαμε την ημέρα μας εντοπίζοντας μια λεπτομέρεια: την ανάγκη για μετάνοια για τα όσα πράξαμε ή σκεφτήκαμε και δεν ήταν σύμφωνα με το θέλημα του Θεού, δηλαδή την αγάπη. Διότι αυτό είναι η αμαρτία: η απουσία ή το έλλειμμα της αγάπης σε πράξεις, σκέψεις, προθέσεις. Κι αν θέλουμε να είμαστε ειλικρινείς, επλήθυνεν η ανομία μας. Ακολουθώντας τον συρμό, την πρώτη σκέψη που έρχεται στον νου μας, κατακρίνουμε, απιστούμε, μένουμε στην ρουτίνα «του λίγο απ' όλα κι ο Θεός στην άκρη». Ο αυτοέλεγχος όμως, γεννά αποφάσεις. Να είναι η επόμενη μέρα μας πιο αγαπητική, πιο ανοιχτή σε διάλογο, δηλαδή σε συνάντηση με τον κάθε πλησίον μας, πιο συγχωρητική, πιο εφευρετική στην χαρά, πιο δημιουργική στην τροφοδοσία της καρδιάς μας με πνευματική αφύπνιση, πιο προσευχητική τελικά. Το ίδιο και η νύχτα μας. Αν η τελευταία σκέψη μας είναι η αγάπη και όχι τι μας τάραξε ή πόσο κουρασμένοι είμαστε, τότε η νύχτα θα αναγγέλλει γνώση, αυτή της ελπίδας.

Ο πολιτισμός μάς προτείνει ταξίδια, περιπλανήσεις διαδικτυακές, σήριαλ, δραστηριότητες, περιστασιακές σχέσεις για να ξεφύγουμε από την ρουτίνα. Οι εναλλαγές αυτές κάποτε αποκρύβουν τον μέσα κόσμο μας, αυτόν που έχει ανάγκη να μοιραστεί φως και αληθινή χαρά, όχι μόνο την ευχαρίστηση της στιγμής. Όλα περνούν από τους άλλους. Ας ησυχάζουμε λίγο, βλέποντας το υστέρημά μας και ας ξεκινούμε την καινούργια ημέρα με μια δοξολογία στον Θεό και ένα χαμόγελο, όχι μόνο γιατί ζούμε, αλλά γιατί η ζωή μας έχει νόημα!

themistoklismourtzanos.blogspot.com

<https://bit.ly/3Jpr8mv>