

Από τα τρεχάματα στην ηρεμία

[Ορθοδοξία](#) / [Πνευματική ζωή](#)

[π. Ανδρέας Αγαθοκλέους](#)



Πολλές οι ασχολίες, τα τρεχάματα, οι έγνοιες. Θέλεις να συγκεντρωθείς, να δεις τον εαυτό σου, να μελετήσεις κάτι που τρέφει το πνεύμα σου, να προσευχηθείς - να συναντήσεις το Θεό σου, κι όλα αυτά φαντάζουν βουνό, δύσκολα.

Και όμως, καταλαβαίνεις πως χωρίς αυτά δεν ζεις. Όταν έχεις δοκιμάσει τη δύναμή τους, τη γλυκύτητά τους, πιο πολύ τα νοσταλγείς αλλά και πιο πολύ δυσανασχετείς με τον εαυτό σου που δεν τα καταφέρνει. Ο άγιος Σωφρόνιος του Έσσεξ στο σημαντικό βιβλίο του για τον Άγιο Σιλουανό καταγράφει την πεποίθηση τού Γέροντά του ότι *«το Θεό μπορεί να Τον αναζητά μόνο εκείνος που Τον γνώρισε και ύστερα Τον έχασε. Καθώς αναζήτηση του Θεού προϋποθέτει κάποια γεύση Του»*[1].

Έτσι, το ότι θέλεις να ανασυγκροτηθείς πνευματικά δείχνει ότι δεν είσαι άγευστος της πνευματικής ζωής. Ξέρεις, γεύτηκες τους καρπούς του Αγίου Πνεύματος, είσαι *«συμπολίτης των αγίων και οικείος του Θεού»* (Εφ.2,19). Αυτό σε κάνει να νιώθεις

την ανάγκη «να βρεθείς σπίτι σου», γι' αυτό υπάρχει ελπίδα.



Ο Γέροντας Τρύφωνας του Βάσον στο βιβλίο του «Μικρά Εωθινά», αναφέρεται στους ανθρώπους που «παραπονιούνται ότι δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν στην καθημερινή τους προσευχή. Παλεύουν με τους λογισμούς που έρχονται και διασπούν την προσευχή. Για άλλους, το πρόβλημα αυτό παρουσιάζεται στις ακολουθίες, στο ναό»[2]. Ως βοήθεια στο πνευματικό αυτό πρόβλημα, προτείνει την προσευχή του Ιησού, το «Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με», η οποία μπορεί να λέγεται οπουδήποτε και σε οποιαδήποτε ώρα, όπως όταν εργαζόμαστε, όταν περιμένουμε στο φανάρι, όταν οδηγούμε, όταν είμαστε αντιμέτωποι με δύσκολες καταστάσεις και άλλα.

Αυτή η δική μας «κίνηση» θα φέρει την ειρήνη του Θεού στην καρδιά και την ηρεμία του νου, ώστε ν' αλλάξει η ζωή μας με την καθημερινότητά της, τα πάνω και τα κάτω της και «να μας επιτρέψει να μετάσχουμε σε μία πρακτική που είναι τόσο παλιά όσο η ίδια η Εκκλησία»[3].

Είναι πιο ειλικρινές να αναγνωρίζουμε την πνευματική μας οκνηρία και την απροθυμία μας να εφαρμόσουμε στην καθημερινή πρακτική τους τρόπους που θα φέρουν μέσα μας την ανάπαυση, αντί να εστιάζουμε το ουσιαστικό πρόβλημα στις δουλειές και στις όποιες αφορμές του βίου.

Βέβαια, ο καθένας μας παλεύει να ζήσει αυτό που επιθυμεί ως ανάγκη κι όχι γιατί

«πρέπει» ως καθήκον. Στο σημείο που η σχέση μας με το Χριστό είναι προτεραιότητα, είναι και η αίσθηση της απώλειας αυτής της σχέσης κι άρα η προσπάθεια, δια της προσευχής, να την ξαναβρούμε.

«Πόσο δύσκολο αλήθεια, Κύριε, να διατηρήσουμε την κοινωνία μαζί Σου! Ο πονηρός και ο κακός εαυτός μας, αντιμάχονται τη σχέση μας με τους διαφόρους λογισμούς και τις μέριμνες του βίου. Εσύ, ως δυνατός και ισχυρός «κατά πάντα», μην μας αφήσεις στη ματαιότητα των εγκοσμίων, στη διάσπαση του νου, στην περιπλάνηση των ηδονών. Ενίσχυσε τον πόθο και τη λαχτάρα για προσευχή, ώστε να σε βρούμε και να ενωθούμε μαζί Σου, και συγχρόνως με τους αδελφούς μας, ώστε όλοι μας να ζήσουμε «την ενότητα της πίστεως και την κοινωνία της αγάπης».

Παραπομπές:

[1] Εκδ. Ι. Μ. Τιμ. Προδρόμου Έσσεξ, 2018, ιζ' Έκδ. σελ. 119

[2] Εκδ. Εν πλω, Αθήνα 2018, 2η Έκδ. σελ. 291

[3] Ό. π.

www.isagiastriados.com

PERMANENTLY_REMOVED