Φως Ιλαρόν

Μηνιαία Έκδοση της Ενορίας Περιβολίων Ρεθύμνου. φ. 6, Μάρτιος 2013

Μεγάλη Σαρακοστή: να μην ξεχάσω…

…να προσπαθήσω γερά να εφαρμόσω όσο γίνεται τις εντολές του Χριστού μου. Αυτές (όπως γράφει ο άγιος Γέροντας Σωφρόνιος του Essex) δεν είναι εντολές, αλλά αποκάλυψη του τρόπου ζωής του Θεού (που είναι η αγάπη) και πρόσκληση για μίμηση αυτού του τρόπου.

Και είναι δύο: «***Αγαπήσεις Κύριον τον Θεόν σου*** *εν όλη τη καρδία σου και εν όλη τη ψυχή σου και εν όλη τη διανοία σου. αύτη εστί πρώτη και μεγάλη εντολή. δευτέρα δε ομοία αυτη·* ***αγαπήσεις τον πλησίον σου ως σεαυτόν***» (κατά Ματθαίον, κεφ. 22, στίχ. 37-39).

Και, για να μην απομένει αμφιβολία για το τι εννοεί ο Κύριος ως αγάπη στον πλησίον, υπάρχει ανάλυση στο κατά Λουκάν, κεφ. 6, στ. 27-45:

«Αλλά υμίν λέγω τοις ακούουσιν· ***αγαπάτε τους εχθρούς υμών, καλώς ποιείτε τοις μισούσιν υμάς, ευλογείτε τους καταρωμένους υμίν, προσεύχεσθε υπέρ των επηρεαζόντων υμάς.*** *τω τύπτοντί σε επί την σιαγόνα πάρεχε και την άλλην, και από του αίροντός σου το ιμάτιον και τον χιτώνα μη κωλύσης. παντί δε τω αιτούντί σε δίδου, και από του αίροντος τα σά μη απαίτει. και καθώς θέλετε ίνα ποιώσιν υμίν οι άνθρωποι, και υμείς ποιείτε αυτοίς ομοίως.*

Και ει αγαπάτε τους αγαπώντας υμάς, ποία υμίν χάρις εστί; και γαρ οι αμαρτωλοί τους αγαπώντας αυτούς αγαπώσι. και εάν αγαθοποιήτε τους αγαθοποιούντας υμάς, ποία υμίν χάρις εστί; και γαρ οι αμαρτωλοί το αυτό ποιούσι. και εάν δανείζητε παρ' ων ελπίζετε απολαβείν, ποία υμίν χάρις εστί; και γαρ αμαρτωλοί αμαρτωλοίς δανείζουσιν ίνα απολάβωσι τα ίσα. πλήν αγαπάτε τους εχθρούς υμών και αγαθοποιείτε και δανείζετε μηδέν απελπίζοντες, και έσται ο μισθός υμών πολύς, και έσεσθε υιοί υψίστου, ότι αυτός χρηστός εστιν επί τους αχαρίστους και πονηρούς. Γίνεσθε ουν οικτίρμονες, καθώς και ο πατήρ υμών οικτίρμων εστί. Και μη κρίνετε, και ου μη κριθήτε· μη καταδικάζετε, και ου μη καταδικασθήτε· απολύετε, και απολυθήσεσθε· δίδοτε, και δοθήσεται υμίν· […]» κ.τ.λ.

…να τηρήσω τη νηστεία, όπως την έχουν καθορίσει οι άγιοι Πατέρες κι όχι τροποποιώντας την όπως μου λέει ο εγωισμός μου ή η πνευματική μου τεμπελιά. Τη Μεγάλη Σαρακοστή δεν τρώμε ούτε ψάρι, παρά μόνο δύο φορές: τη γιορτή του Ευαγγελισμού (25 Μαρτίου) και την Κυριακή των Βαΐων. Μπορούμε όμως να τρώμε καλαμαροχτάποδα και ταραμά.

Για τη νηστεία μερικές επεξηγήσεις:

Ο αθλητής, όταν προετοιμάζεται για τους αγώνες, πρέπει να προσέχει τη διατροφή του. Συχνά πρέπει να στερείται πολλά και μάλιστα πράγματα που του αρέσουν. Και ο χριστιανός, που είναι κι αυτός αθλητής, προσέχει επίσης τη διατροφή του. Συχνά στερείται πολλά και μάλιστα πράγματα που του αρέσουν. Αυτό δε σημαίνει ότι είναι «κακό» να τρως ή ότι «το φαγητό είναι αμαρτία», ούτε ότι ο Θεός «μας τιμωρεί» επειδή απολαμβάνουμε κάτι νόστιμο. Η απόλαυση δε είναι αμαρτία. Αυτό δε θα έλεγε και η Κίρκη στον Οδυσσέα;

Εδώ και λίγα χρόνια, τουλάχιστον στην Ελλάδα, νομίζω πως παρατηρείται μια επιστροφή αρκετών ανθρώπων στη συνήθεια της νηστείας. Αυτό το συμπεραίνω από την προσφορά νηστίσιμων εδεσμάτων ή και γευμάτων στα καταστήματα έτοιμου φαγητού. Η νηστεία, κατά τη

γνώμη μου, είναι καλή για τον άνθρωπο, ακόμη κι αν δεν ξέρει το βαθύτερο νόημά της. Αυτό το βαθύτερο νόημα θα προσπαθήσουμε να δώσουμε με συντομία εδώ.

Κατ' αρχάς, η ορθόδοξη νηστεία δεν είναι θέμα μόνο είδους αλλά και ποσότητας φαγητού. Όταν δηλαδή τρώγω μέχρι σκασμού φαγητό που θεωρείται νηστίσιμο (πράγμα που κάνω κατά κανόνα), δε νηστεύω. Επίσης, αν νηστεύω το φαγητό, αλλά συγχρόνως αμαρτάνω με την καρδιά, τις πράξεις ή τις αισθήσεις μου, δε νηστεύω. Τέλος, αν ακολουθώ νηστίσιμο διαιτολόγιο για λόγους αποτοξίνωσης και σωματικής υγείας, ενώ δεν αισθάνομαι ορθόδοξος χριστιανός αλλά πιστεύω «όλες τις θρησκείες» ή καμία, είμαι μάλλον σε λάθος δρόμο – παρόλο που ο Θεός κάθε λάθος δρόμο μπορεί να βρει τρόπο να τον κάνει σωστό δρόμο. Άνθρωποι απ' όλες αυτές τις περιπτώσεις μπορεί να σωθούν, ωστόσο αυτό που κάνουν δεν είναι ορθόδοξη νηστεία.

Το νόημα της νηστείας θα μπορούσαμε ίσως να το συνοψίσουμε στα εξής:

α) Αποσύρεις τις αισθήσεις σου από τις γήινες απολαύσεις, για να τις στρέψεις προς την απόλαυση της επαφής με το Θεό· δε νηστεύεις για να στερηθείς, αλλά για να απολαύσεις, σε ένα άλλο, ανώτερο επίπεδο απόλαυσης· γι' αυτό τις περιόδους νηστείας αυξάνονται οι εκκλησιαστικές ακολουθίες και πυκνώνει η συμμετοχή στη θεία Μετάληψη. Εμείς βέβαια τις ακολουθίες τις νιώθουμε σαν αγγαρείες, επειδή είμαστε πνευματικά αναλφάβητοι, όσο προχωρεί όμως κάποιος στην πνευματική ζωή τόσο αισθάνεται «ανέκφραστη ηδονή» από την παρουσία του στην εκκλησία.
β) Αρνείσαι κάποιες απολαύσεις, για να πάψουν να σου είναι αναγκαίες, για να μάθεις να επιβιώνεις χωρίς αυτές. Με δυο λόγια, ασκείσαι στη στέρηση, για να μάθεις να απορρίπτεις και «αμαρτωλές» απολαύσεις (π.χ. την ξένη γυναίκα) ή και αμαρτωλή ικανοποίηση αναγκών (π.χ. τα ξένα χρήματα, ακόμα κι αν τα έχεις ανάγκη), αλλά και για να μπορείς να θυσιάσεις την άνετη ζωή σου, αν σου ζητηθεί να προδώσεις τον αδελφό σου ή ν' αρνηθείς το Χριστό και τη διδασκαλία Του.
γ) Νηστεύεις για να μάθεις να είσαι ταπεινός, όχι για να υποτάσσεσαι εύκολα αλλά, αντίθετα, για να είσαι ελεύθερος από το παραπλανητικό διογκωμένο Εγώ σου. Έτσι, ενώ έχεις το δικαίωμα να φας ό,τι θες, αποποιείσαι αυτό το δικαίωμα και τρως αυτό που σου λένε κάποιοι άλλοι, οι παπάδες, η Εκκλησία, τα βιβλία των αγίων (αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο πολλοί δεν νηστεύουν – οι παπάδες θα Μου πούνε Εμένα τι θα φάω;). Γι' αυτό, δε νηστεύουμε όταν, όπως και όσο θέλουμε, αλλά όταν, όπως και όσο ορίζει η Εκκλησία και, για να τροποποιήσουμε τη νηστεία, χρειαζόμαστε ευλογία απ' τον πνευματικό μας. Αν π.χ. νηστεύω διπλές σαρακοστές (ή… μόνο τη Μ. Εβδομάδα), μπορεί να θεωρήσω πως είμαι άγιος κι αυτό να κλείσει εντελώς την καρδιά μου απέναντι στο Θεό και σε σένα, αδελφέ μου. Τότε η νηστεία μπορεί να λειτουργήσει σε βάρος της σωτηρίας, αυξάνοντας τον εγωισμό μας.

Σημειωτέον, ότι η νηστεία προβλέπεται στην Αγία Γραφή: ο Χριστός νήστεψε σαράντα μέρες μετά τη βάφτισή Του στον Ιορδάνη (Ματθ. 4, 1), και, παρόλο που τόνισε πως ο άνθρωπος μολύνεται απ' αυτό που βγαίνει απ' το στόμα κι όχι απ' αυτό που μπαίνει (Ματθ. 15, 10-20), είπε για το διάβολο: «αυτό το γένος δε φεύγει, παρά μόνο με προσευχή και νηστεία» (Ματθ. 17, 21).

…να προσπαθήσω με νύχια και δόντια (και με μεγάλη ταπείνωση και πολλή προσευχή) ν' αλλάξω τις κακές μου συνήθειες, αυτές που με αποκόβουν από το Θεό και το συνάνθρωπό μου, όποιος κι αν είναι.

Για παράδειγμα, αν κλέβω την εφορία ή τους πελάτες μου ή ξεγελάω τους συνεταίρους μου, να σταματήσω (όχι μόνο κατά τη διάρκεια της σαρακοστής, αλλά να το πολεμήσω για όσο κρατάει η σαρακοστή, με σκοπό να το σταματήσω για πάντα!!). Αν είμαι νευρικός και βίαιος, να γλυκάνω το χαρακτήρα μου, να βάλω αγάπη και τρυφερότητα στο φέρσιμό μου, να μειώσω τα ξεσπάσματά μου και να μάθω να ζητάω συγγνώμη (και να το εννοώ) όταν πληγώνω τον άλλο, ακόμα κι αν είμαι σίγουρος πως έχω δίκιο. Ιδίως αν ξεσπάω στη γυναίκα μου και στα παιδιά μου, να το κόψω μαχαίρι – είναι έγκλημα που καταστρέφει ζωές και μεγάλη αμαρτία,

από τις χειρότερες.

Αν απατάω το σύζυγο ή τη σύζυγό μου, να φροντίσω σήμερα κιόλας να σταματήσω. Λέγεται «μοιχεία» και δεν έχω καμιά δικαιολογία γι' αυτό. Να χωρίσω χωρίς δεύτερη κουβέντα από τον εραστή ή την ερωμένη μου. Δεν είμαι ηλίθιος για να γίνω μοιχός και δεν παντρεύτηκα για να γίνω προδότης!

Αν βλαστημάω, να το πολεμήσω όσο σκληρά χρειάζεται. Αν πρέπει να παλέψω μια φορά ενάντια στο κάπνισμα, δέκα φορές πρέπει ενάντια στις βλαστήμιες. Όταν μου 'ρχεται να βλαστημήσω, να μάθω να λέω (αντί για ό,τι έλεγα πριν) «ήμαρτον, Κύριε», «Κύριε, ελέησον», «Παναγία, βόηθα» και τέτοιες φράσεις, που με πλησιάζουν στο Θεό αντί να με απομακρύνουν ανόητα.

Πολύ περισσότερο, αν το επάγγελμά μου είναι αντίθετο απ' το θέλημα του Θεού, όπως φανερώνεται στο ευαγγέλιο. Αν είμαι κακοποιός, αν είμαι πόρνη ή εκπορνεύω γυναίκες, αν πουλάω ναρκωτικά… να σταματήσω αμέσως και να τρέξω να εξομολογηθώ. Τι κερδίζω; Λεφτά, ηδονή, εξουσία; Σκουπίδια μπροστά στη χαρά του να αγαπάς και στην αιώνια απόλαυση του παραδείσου. Σκουπίδια και μπροστά στην οδύνη της κόλασης. Τις δικαιολογίες, ότι δεν υπάρχει κόλαση κι ότι ο παράδεισος είναι πολύ μακριά και ίσως δεν υπάρχει, να τις αφήσω για άλλους. Ξέρουμε πολύ καλά ότι υπάρχει παράδεισος και κόλαση, από τις εμπειρίες των αγίων και πολλών κοινών ανθρώπων όλων των εποχών, που είδαν τη μετά θάνατον πραγματικότητα ενώ ακόμα ζούσαν. Άλλωστε, το κακό δεν πρέπει να το σταματάμε από φόβο για την κόλαση ή από σκοπιμότητα για τον παράδεισο, αλλά από αγάπη στο Θεό και στον πλησίον.

…να εξομολογηθώ τουλάχιστον μία φορά κατά τη διάρκεια της σαρακοστής και να κοινωνήσω (να μεταλάβω) τουλάχιστον δύο φορές…

Αν δεν έχω εξομολογηθεί ποτέ μέχρι τώρα, να μια καλή ευκαιρία ν' αρχίσω. Φέτος, όχι του χρόνου, σήμερα, όχι αύριο – γιατί δεν ξέρω αν θα ζω του χρόνου ή αύριο, και μπορεί να φύγω χωρίς να έχω καθαρίσει καμιά αμαρτία από την ψυχή μου, καταλεκιασμένος και καταλερωμένος! Όχι, δεν πρέπει να πάθω τέτοιο κακό από την ανοησία μου.

Για να δώσεις αίμα χρειάζεται θάρρος, και για να εξομολογηθείς το ίδιο. Άμα φτάσεις εκεί θα δεις ότι όχι μόνο δεν είναι τίποτα, αλλά αντίθετα είναι μια πράξη πάρα πολύ ευχάριστη, που αναπαύει την ψυχή και τη βοηθάει να λυτρωθεί ακόμη κι από το άγχος της καθημερινότητας.

Ένα από τα μεγαλύτερα αγκάθια στον εγωισμό μας, που μας σκανδαλίζει αφάνταστα, είναι ότι η Εκκλησία μας ζητάει να βρούμε έναν άνθρωπο αμαρτωλό σαν εμάς και να του αποκαλύψουμε τις αμαρτωλές πράξεις και σκέψεις μας. Φυσικά ήδη καταλάβατε το σκοπό αυτής της πράξης, που είναι το να γίνουμε ταπεινοί. Η «εξομολόγηση στην εικόνα» ή «απευθείας στο Θεό» ή «στην Παναγία» δεν μας ταπεινώνει, εκτός αν είμαστε ήδη ταπεινοί. Μπορεί να μας βοηθήσει, κάτω από ειδικές συνθήκες (π.χ. αν δεν υπάρχει ιερέας), όμως δεν υποκαθιστά την πραγματική εξομολόγηση.

Εκτός όμως από την καλλιέργεια της ταπείνωσης (που είναι τόσο οδυνηρή στα πρώτα στάδια, ώστε να καθυστερούμε για χρόνια το μεγάλο βήμα, ακριβώς όπως δυσκολευόμαστε να πάμε στον οδοντίατρο ή να δώσουμε αίμα), υπάρχουν και οι εξής σοβαροί λόγοι, που κάνουν την εξομολόγηση απαραίτητη:

α) Ο ιερέας διαβάζει στον εξομολογούμενο τη «συγχωρητική ευχή», με την οποία οι εξομολογημένες αμαρτίες του συγχωρούνται και δε θα τον βαραίνουν κατά την ώρα του θανάτου και κατά την ημέρα της κρίσεως. Οι απόστολοι είχαν λάβει από το Χριστό την εξουσία να συγχωρούν αμαρτίες, εξουσία που ανήκει μόνο στο Θεό («όσα εάν δήσητε επί της γης, έσται δεδεμένα εν τω ουρανώ, και όσα εάν λύσητε επί της γης, έσται λελυμένα εν τω ουρανώ», Ματθ. 18, 18)·

εκείνοι κληροδότησαν αυτή τη χάρη στους μαθητές τους (τους πρώτους επισκόπους), κι έτσι, από ιερέα σε ιερέα, έφτασε ώς τις μέρες μας. Έτσι ο ιερέας γίνεται χοάνη που δέχεται μέσα της κάθε αμαρτία και την αδειάζει στο κενό. Αυτό δεν μπορεί να το κάνει ο λαϊκός (ο μη ιερέας), παρά μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις (αν είναι άγιος και αν δεν υπάρχει ιερέας κοντά, επειδή π.χ. βρισκόμαστε σε διωγμό και το καθεστώς έχει κατασφάξει τους ιερείς, ή δεν προλαβαίνει να πάει σε ιερέα εκείνος που επιθυμεί να εξομολογηθεί, επειδή π.χ. είναι ετοιμοθάνατος, τότε θα μπορούσε να του δώσει άφεση αμαρτιών και λαϊκός).

β) Η εξομολόγηση δεν είναι μια «ανάκριση θρησκευτικού τύπου», αλλά μια βαθιά και διαρκής σχέση πνευματικής πατρότητας, στην οποία ο «πνευματικός» ή «γέροντας» (δηλαδή ο πνευματικός δάσκαλος) καλείται να στηρίξει τον άνθρωπο που τον πλησιάζει και θέτει τον εαυτό του στα χέρια του ως παιδί προς το γονιό, να τον βοηθήσει να ξεπεράσει τα πάθη του (δηλαδή να νικήσει την αμαρτία εντός του) και όσο το δυνατόν πιο καθαρός να πλησιάσει το Θεό.

…να παρακολουθήσω (πιο σωστά: να συμμετάσχω) στην προηγιασμένη και να πάω ν' ακούσω τους Χαιρετισμούς, έστω κι αν χρειαστεί να κλείσω το μαγαζί μου, ν' αφήσω τη δουλειά μου, ν' αναβάλω ένα ραντεβού ή να λείψω απ' το φροντιστήριο (αν είμαι μαθητής) για κανα-δυο ωρίτσες. Αξίζει!

Η «προηγιασμένη» είναι μια σύντομη λειτουργία, που τελείται στο ναό συνήθως κάθε Τετάρτη βράδυ και κάθε Παρασκευή πρωί όλη τη Μεγ. Σαρακοστή. Η βραδινή προηγιασμένη είναι μια πανέμορφη λειτουργία, με χαμηλό φωτισμό, τον ιερέα στα μαύρα και γενικά ατμόσφαιρα γεμάτη συγκίνηση («κατάνυξη»). Σ' αυτή τη λειτουργία δεν τελείται η θεία Μετάληψη, αλλά ο ιερέας φέρνει και προσφέρει σε όποιον θέλει να μεταλάβει θεία Μετάληψη από την προηγούμενη Κυριακή – γι' αυτό λέγεται «προ-ηγιασμένη» ή θεία λειτουργία «των προηγιασμένων Δώρων» [=θεία Μετάληψη], επειδή δεν αγιάζεται εκείνη την ώρα, αλλά έχει αγιαστεί από πριν.

Τη Μεγ. Σαρακοστή δεν γίνεται κανονική λειτουργία, παρά μόνο Σάββατο, Κυριακή και κάποιες μεγάλες γιορτές (π.χ. του Ευαγγελισμού). Τις άλλες μέρες γίνεται μόνο προηγιασμένη. Ο λόγος; Η ορθόδοξη λειτουργία έχει κεντρική αναφορά στην ανάσταση του Χριστού, ενώ η Μεγ. Σαρακοστή είναι μια περίοδος με κεντρική αναφορά στη σταύρωση. Έτσι, δεν ταιριάζει η κανονική λειτουργία. Την Κυριακή όμως ταιριάζει, γιατί κάθε Κυριακή όλο το χρόνο είναι πάντα γιορτή της ανάστασης του Χριστού, ενώ το Σάββατο γίνεται λειτουργία για τις ψυχές των νεκρών, γιατί το Σάββατο είναι η μέρα των νεκρών στην Ορθοδοξία (δε λέμε «νεκρών», αλλά «κεκοιμημένων», γιατί δεν υπάρχει θάνατος, όλοι είναι ζωντανοί στον ουρανό και περιμένουν την ανάστασή τους στη Δευτέρα Παρουσία, για την οποία μίλησε πολλές φορές ο Ιησούς).

Οι Χαιρετισμοί σίγουρα ξέρεις τι είναι: ένα μεγάλο ποίημα, από τα ωραιότερα παγκοσμίως, που απευθύνεται στην Παναγία και το έχει γράψει μάλλον ο άγιος Ρωμανός ο Μελωδός, ένας μεγάλος ποιητής και μουσικός του 7ου αιώνα μ.Χ. Έχει 24 στροφές, που αρχίζει κάθε μία και με ένα γράμμα της αλφαβήτου, κατά σειρά. Το κόβουμε σε 4 μέρη και λέμε ένα κάθε Παρασκευή βράδυ τη Μεγ. Σαρακοστή, ενώ την 5η Παρασκευή το λέμε όλο μαζί (είναι ο Ακάθιστος Ύμνος). Τους Χαιρετισμούς τους λέει ο παπάς (κάνει μια μουσική απαγγελία, όπως γινόταν στο Βυζάντιο), αλλά, πριν βγει να τους απαγγείλει μπροστά στην εικόνα της Παναγίας, οι ψάλτες ψάλλουν ένα άλλο υπέροχο μουσικό και ποιητικό έργο, γραμμένο από τον άγιο Ιωσήφ τον Υμνογράφο (μεγάλο ποιητή και μουσικό του 9ου αιώνα), τον «κανόνα των Χαιρετισμών» (κανόνας ας πούμε ότι είναι ένα είδος της κλασικής εκκλησιαστικής μουσικής του Βυζαντίου).

Καλή ανάσταση λοιπόν, καλή Μεγάλη Σαρακοστή και καλό παράδεισο, αδελφοί. Ο Χριστός μαζί σας.