

Η άσκηση με νηστεία και διαρκή προσευχή – Κυριακή Ι' Ματθαίου.

Αρχιμανδρίτης Δωρόθεος Τζεβελέκας (†).



«τούτο το γένος ουκ εκπορεύεται ει μη εν προσευχή και νηστεία»

Ευαγγελικά αναγνώσματα.

Ο άνθρωπος, καθώς αναπτύσσεται πνευματικά, βρίσκεται αντιμέτωπος των δαιμόνων που προσπαθούν να ανακόψουν την πορεία του προς τον Θεό. Ισχυρά όπλα του έχει την προσευχή και την νηστεία.

Ο άνθρωπος έχει διπλό αγώνα: κατά των παθών του και κατά των δαιμόνων. Τα πάθη προέρχονται κατ' εξοχήν από την προσκόλλησή του στην αίσθηση και την ηδονή κατά την ανάπτυξή του, ο πόλεμος όμως των δαιμόνων ξεκινά μέσα κι από αυτόν τον Παράδεισο, από την δημιουργία και την πτώση των Πρωτοπλάστων. Ο Διάβολος είναι «ανθρωποκτόνος» και προσπαθεί να εμποδίσει την πορεία του ανθρώπου προς την ένωσή του με τον Θεό, την κατά χάριν θέωσή του. Ο άνθρωπος, παρότι είναι πιο αδύναμος από τον διάβολο, εν τούτοις τον ξεπερνά εάν με ταπείνωση ζητήσει την βοήθεια του Θεού.

Ο άνθρωπος δεν μπορεί να σωθεί μόνο με τον προσωπικό του αγώνα – αυτό είναι αίρεση (Πελαγיאτισμός) – χρειάζεται την χάρη του Θεού. Εάν με ταπείνωση αγωνίζεται με προσευχή και νηστεία, τότε προσελκύει την χάρη και οπλίζεται κατά των δαιμόνων. Κατά τον Άγιο Γρηγόριο Νύσσης ο άνθρωπος και το καθόλου σύμπαν οδεύουν την οδό της εξέλιξης και της τελείωσης «ακαταλήκτως», που σημαίνει ότι ο Διάβολος χάνει διαρκώς την κυριαρχία του. Επειδή η Δημιουργία τρέπεται, δηλαδή αλλοιώνεται και εξελίσσεται, θετικά ή αρνητικά, τα πονηρά πνεύματα ως καταστροφικά προσπαθούν να παρασύρουν όσους περισσότερους ανθρώπους μπορούν στο πυρ της κολάσεως, «το ητοιμασμένον τω διαβόλω και τοις αγγέλοις αυτού». Ο άνθρωπος, ως έχων το αυτεξούσιο, είναι υπεύθυνος για τις πράξεις του ακόμη κι αν είναι θύμα του διαβόλου. Έχει την προίκα τού κατ' εικόνα και πλούσια χαρίσματα να ενεργοποιήσει, όπως και την δυνατότητα μέσω των θείων ενεργειών να πορευθεί στο καθ' ομοίωσιν, την ένωσή του με τον Θεό. Ο Θεός σώζει τον ανεπαρκή άνθρωπο από την φθορά και τον διάβολο όταν αυτός μετανοεί και με ταπείνωση επιστρέφει στην αγκαλιά του.

Ο προσωπικός αγώνας του ανθρώπου περιλαμβάνει την ορθόδοξη άσκηση. Η άσκηση στην ουσία της είναι η τήρηση των εντολών στην προσπάθεια να υποταγεί το σώμα, που κατά τον Απόστολο Παύλο επιθυμεί κατά του πνεύματος. Ο Χριστός ενήστευσε πριν αρχίσει την διακονία του σαράντα μέρες και την νύχτα απεσύρετο στην έρημο για προσευχή. Ο ίδιος ο Κύριος δεν είχε ροπή στην αμαρτία επειδή δεν είχε γνωμικό θέλημα και η ανθρώπινη θέλησή του ακολουθούσε κατά πάντα την θεία, άρα δεν μπορούσε να αμαρτήσει. Ο ίδιος ερωτούσε: «τις ελέγξει με περί αμαρτίας;» Όμως η προσευχή ήταν ανάγκη της ψυχής του ως τελείου ανθρώπου, παρότι ως Θεός ήταν «ουδόλως απών εκ των άνω». Πολύ περισσότερο ο άνθρωπος που προσπαθεί να ζει σε κοινωνία με τον Θεό. Η προσευχή είναι ανάγκη της ψυχής, όχι πολυτέλεια. Άλλωστε, όλες οι αποκαλύψεις στην ζωή των Αγίων έγιναν στην διάρκεια της προσευχής. Όσο περισσότερο καθαρίζει η ψυχή από τα πάθη, τόσο περισσότερο μεγαλώνει η ανάγκη της για προσευχή. Η ψυχή επιζητεί να ενωθεί με τον δημιουργό της, γι' αυτό τον αναζητά διαρκώς και αναρωτιέται: «πότε ήξεις προς με;».

Η απλούστερη και περισσότερο περιεκτική προσευχή είναι η ευχή «Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησόν με». Με την άσκηση η μονολόγιστη αυτή προσευχή αυτενεργείται και η καρδιά διαρκώς επαναλαμβάνει το όνομα του Ιησού, κατά την ρήση του Αποστόλου Παύλου «αδιαλείπτως προσεύχεσθε». Όταν η ευχή εγκατοικήσει στην καρδιά, ο πιστός ακούει τον Κύριο να προσεύχεται μέσα του, κατά τα λόγια του Κυρίου «εγώ και ο Πατήρ μονήν παρ' αυτώ ποιήσωμεν». Η κοινωνία του ανθρώπου με τον Θεό είναι νοερά, επειδή «Πνεύμα ο Θεός». Είναι, λοιπόν, ανάγκη του ανθρώπου η διαρκής ενασχόληση του νου με τον Θεό. Αυτό τον λυτρώνει από την δυστυχία τού να μην μπορεί να δει αυτόν που αγαπά. Όσο αγαπά κανείς τον Θεό και τον αναζητά, τόσο αυτός του αποκαλύπτεται και ο άνθρωπος βιώνει την αγάπη του Θεού. Η αναζήτηση του αγαπητού γίνεται με κάθε αναστροφή της ύπαρξής του, κατ' εξοχήν δε δια της προσευχής.

Στην Ορθόδοξη Εκκλησία η θεία Λειτουργία είναι το κέντρο της λατρείας. Ο άνθρωπος έχει ανάγκη να λατρεύσει τον Θεό, να του προσφέρει με λόγια ακόμη ατελή αλλά άδολα την αγάπη, την ευχαριστία, το είναι του. Πασχίζει να ανταποδώσει κάτι λιγοστό στην απέραντη αγάπη του Κυρίου. Αναρωτιέται «τι ανταποδώσωμεν τω Κυρίω περί πάντων ων ανταπέδωκεν ημίν;». Η άσκηση με νηστεία και διαρκή προσευχή είναι μια πράξη αγάπης, στην οποία ο Θεός επιστρέφει χάρη και την επίσκεψη του Αγίου Πνεύματος.

Από το βιβλίο: Αρχιμανδρίτου Δωροθέου Τζεβελέκα, ΔΙΗΓΗΣΟΜΑΙ ΠΑΝΤΑ ΤΑ ΘΑΥΜΑΣΙΑ ΣΟΥ (η αγάπη του Θεού στα κυριακάτικα Ευαγγέλια). Θεσσαλονίκη 2015.

Πηγή : <https://www.koinoniaorthodoxias.org/>