

Πώς μπορούμε να διατηρήσουμε τη νήψη μέσα στις φροντίδες

/ [Πεμπτουσία](#)



Με ό,τι κι αν ασχολείστε, κάντε το εγκάρδια, προσεκτικά, συστηματικά, χωρίς βιασύνη. Σας αναθέτουν κάποια εργασία; Δεχθείτε την όπως αν σας την είχε αναθέσει ο ίδιος ο Θεός και εκτελέστε την σαν έργο δικό Του. Έτσι η σκέψη σας θα είναι κοντά στο Θεό. Αγωνιστείτε γι' αυτό, κι Εκείνος θα σας βοηθήσει.

Οι βιοτικές μέριμνες σας πνίγουν τόσο, ώστε δεν ευκαιρείτε ούτε να προσευχηθείτε. Του εχθρού κατόρθωμα είναι τούτο. Το σπίτι, τα ενδύματα, η τροφή και πολλά άλλα πράγματα είναι απαραίτητα για την καλή διαβίωση του ανθρώπου. Χρειάζεται, λοιπόν, να φροντίζουμε για την απόκτησή τους. Αυτό δεν είναι εφάμαρτο. Έτσι θέλησε ο Θεός να ρυθμίσει τη ζωή μας. Ο πανούργος διάβολος, όμως, καθώς πασχίζει ακατάπαυστα να μεταποιεί καθετί καλό σε κακό, διαστρέφει την εύλογη, μετρημένη και υγιή φροντίδα σε άλογη, συνεχή και αγχώδη μέριμνα, που σκοτίζει το νου και στενοχωρεί τη καρδιά. Αυτή η κατάσταση καταντά, ούτε λίγο ούτε πολύ, σε ψυχική ασθένεια, στη θεραπεία της οποίας στοχεύουν οι νουθεσίες του Κυρίου για την εμπιστοσύνη στη θεία πρόνοια: «Μη μεριμνήσητε λέγοντες, τί φάγωμεν ή τί πίωμεν ή τί περιβαλώμεθα;... οίδε γάρ ο πατήρ υμών ο ουράνιος ότι χρήζετε τούτων απάντων... μη ουν μεριμνήσητε εις την αύριον η γαρ αύριον μεριμνήσει τα εαυτής» (Ματθ. 6: 31-34).



Πηγή:<http://1myblog.pblogs.gr/>

Αυτό δεν σημαίνει να μην κάνουμε τίποτε, αλλά, φροντίζοντας για ό,τι είναι αναγκαίο, να μη φορτωνόμαστε με περιττές μέριμνες, που συνεπάγονται κόπο σωματικό και ψυχικό.

Το εφάμαρτο στοιχείο της πολυμεριμνίας είναι τούτο, ότι επιδιώκει εγωιστικά την αυτάρκεια. Όλα θέλει να τα κάνει μόνη της, όλα θέλει να τα κατορθώσει χωρίς το Θεό. Στηρίζοντας κάθε ελπίδα στον εαυτό της, στις ικανότητές της και στα όποια υλικά μέσα διαθέτει, αγνοεί ή και περιφρονεί τη θεία πρόνοια. Ως κύριο σκοπό της ζωής έχει την απόκτηση εγκόσμιων αγαθών. Και την ίδια την επίγεια ζωή τη θεωρεί ως αυτοσκοπό. Για τη μελλοντική και αιώνια ζωή αδιαφορεί.

Βλέπετε, τί θεομάχο πνεύμα βρίσκεται μέσα στην πολυμεριμνία! Παλέψτε, λοιπόν, μ' αυτό το κακό! Αντισταθείτε στον εχθρό, όπως αν σας παρακινούσε να διαπράξετε φόνο!

«Πώς ν' αγωνιστώ;», θα με ρωτήσετε. Αρχίστε και θα μάθετε... Αρχίστε πρώτα-πρώτα από την προσευχή. Απαλλάξτε την από κάθε βιοτική μέριμνα. Το ίδιο να κάνετε στη συνέχεια και μ' όλες τις άλλες πράξεις και ασχολίες σας. Ο τρόπος είναι απλός: Την ώρα της προσευχής, μόλις εμφανίζεται στο νου σας κάποιος λογισμός, να τον διώχνετε χωρίς καθυστέρηση. Κι αν πάλι έρχεται, πάλι να τον διώχνετε. Έτσι να κάνετε συνέχεια και ακούραστα. Μην επιτρέπετε στις μέριμνες να σταθούν ούτε για μια στιγμή στο νου σας, όταν προσεύχεστε. Αυτός είναι ο αγώνας! Και θα δείτε καρπούς. Φτάνει να επιμείνετε.

Ποια είναι τα μάταια έργα;

Θέλατε να ετοιμαστείτε για τη θεία Κοινωνία, αλλά δεν τα καταφέρατε ν' αποφύγετε τους περισπασμούς.

Πολλοί είναι εκείνοι, λέτε, που έρχονται και ζητούν να τους εξυπηρετήσετε. Η εξυπηρέτηση των συνανθρώπων, πάντως, δεν είναι έργο μάταιο. Είναι έργο Θεού. Μόνο να το κάνετε πάντα για την αγάπη Εκείνου και του πλησίον, για τίποτ' άλλο.

Τα βάρη της οικογένειας πέφτουν κι αυτά στους ώμους σας. Όμως, ούτε οι οικογενειακές υποθέσεις είναι μάταια έργα, φτάνει ν' ασχολείστε μ' αυτές ευσυνείδητα, δίχως να παραβαίνετε τον θείο νόμο.

Μάταια έργα είναι εκείνα που αποσκοπούν στην ικανοποίηση των παθών, τα εφάμαρτα, καθώς επίσης τα άχρηστα και ανώφελα. Ξεχωριστέ, λοιπόν, στη ζωή σας τις μάταιες από τις μη μάταιες ενασχολήσεις. Οι δεύτερες πάντα μπορούν να γίνονται σύμφωνα με το θέλημα του Θεού. Κάτι περισσότερο: Μπορούν να γίνονται για τη δόξα του Θεού.

Απαλλαγή απ' όλα τα γήινα. Είναι δυνατή;

Η απαλλαγή απ' όλα τα πράγματα και όλες τις εξαρτήσεις του κόσμου τούτου, η απαλλαγή δηλαδή από καθετί γήινο, είναι πρακτικά αδύνατη σε τούτη τη ζωή, τουλάχιστο για τους περισσότερους ανθρώπους. Αποτελεί κατόρθωμα μόνο των μοναχών, και μάλιστα των ερημιτών. Όλοι, όμως, είναι δυνατόν, όπως φαίνεται από την επί του Όρους ομιλία του Κυρίου, ν' απαλλάξουν τη καρδιά τους από την εμπαθή προσκόλληση στα γήινα. Εσείς, λοιπόν, έχετε πλούτο. Αν δεν στηρίζετε τις ελπίδες σας σ' αυτόν, αν είστε έτοιμος να τον στερηθείτε αγόγγυστα όποτε θελήσει ο Κύριος, αν αδιάκοπα και πρόθυμα βοηθάτε όσους έχουν ανάγκη, βρίσκεστε στο σωστό δρόμο.

Προσαρμογή στις συνθήκες της ζωής.

Ως προς τη ροή των πραγμάτων στη ζωή μας, ας το πάρουμε απόφαση ότι δεν είναι στο χέρι μας να την αλλάξουμε. Ας έχουμε, λοιπόν, τη σοφία της προσαρμογής στις όποιες συνθήκες παραχωρεί ο Θεός. Μόνο έτσι θα είμαστε ειρηνικοί σε κάθε περίπτωση.

Τώρα, λοιπόν, που αντιμετωπίζετε ένα τόσο μεγάλο πρόβλημα, δεν έχετε παρά να κάνετε πρώτα-πρώτα υπομονή. Χωρίς υπομονή δεν μπορούμε να ζήσουμε. Δεν υπήρξε ποτέ άνθρωπος σε τούτο τον κόσμο που να μην υπέμεινε κάτι. Να το θυμάστε πάντα και να το επαναλαμβάνετε μέσα σας: Και όσοι φαίνονται

τρισευτυχισμένοι, ακόμα κι αυτοί υπομένουν, καμιά φορά μάλιστα βάρη δυσβάσταχτα. Γιατί, λοιπόν, να μην υπομένω κι εγώ;

Παράλληλα ψάξτε να βρείτε κάποιες απασχολήσεις, που θα σας προξενούν ψυχική ανάπαυση και ικανοποίηση. «Με τί ν' ασχοληθώ;», θα με ρωτήσετε. Με οτιδήποτε, φτάνει να έχετε πάντα δουλειά. Και όταν δεν έχετε δουλειά, να διαβάζετε καλά βιβλία. Ν' αγαπήσετε, επίσης, τη φύση. Σε κάθε εποχή, η φύση έχει τις ομορφιές της. Να τις βρίσκετε και να τις απολαμβάνετε. Σ' αυτό κρύβεται ξεχωριστή σοφία. Θέλετε να είστε σοφή; Κάντε το!

Θα μπορούσατε ακόμα να γίνετε ένας «καλός άγγελος» για όλο το χωριό: Όπου υπάρχει φτώχεια, αρρώστια, συμφορά, εκεί να τρέχετε πρόθυμα, βοηθώντας όσο και όπως μπορείτε τους συνανθρώπους σας. Αυτή η απασχόληση δίνει στη ψυχή μεγάλη παρηγοριά. Έκτος κι αν είστε μια σκληρή εγωίστρια. Αν, όμως, είστε τέτοια, τότε μην περιμένετε ποτέ ευτυχία, έστω κι αν αποκτήσετε όλο το χρυσάφι του κόσμου. Τον εγωισμό, αυτόν τον κακοποιό, πρέπει να τον θανατώσουμε. Κι αν δεν τον θανατώσετε εσείς, μόνη σας, τότε θα το κάνει ο Κύριος, στέλνοντας το ένα χτύπημα μετά το άλλο. Και θα το κάνει όχι από σκληρότητα, μα από αγάπη. Γιατί θέλει να μπειτε στη βασιλεία των ουρανών, όπου μόνο οι ταπεινοί χωράνε.

(Αγ. Θεοφάνους του Εγκλείστου, «Ο δρόμος της ζωής»-επιλογές-, Ι.Μ.Παρακλήτου)