

## Αρχιμ. Ανδρέας Κονάνος: Όποιος ζει το τώρα και το παρόν της στιγμής είναι ήσυχος

/ [Ορθόδοξη πίστη](#)



Δεν μπορείς να πηγαίνεις στο Θεό με κακίες, τσακωμένος και να λες εγώ πηγαίνω και κάνω προσευχή στην Εκκλησία. Αυτή η κατάσταση θα σε αρρωστήσει.

Ο καθένας να ψάξει να βρει στην ψυχή του “γιατί ζω εγώ, τι θέλω να κάνω κατά βάθος, τι μου λείπει, ποιός είναι ο καημός μου ο ανεκπλήρωτος”. Και πρέπει αυτό να το τηρήσουμε και να το πιάσουμε και να το ζήσουμε. Ο Χριστός μας, θέλει να

πει ναι σε όλα τα ωραία που η ψυχή μας κατά βάθος θέλει να ζήσει.

## **Του Σταμάτη Μιχαλακόπουλου**

Την 2<sup>η</sup> ομιλία του πραγματοποίησε στον Ιερό Ναό Ευαγγελιστρίας Πειραιώς, ο ιεροκήρυκας της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών, **Αρχιμανδρίτης Ανδρέας Κονάνος**, στο πλαίσιο του προγράμματος **“ΕΝΟΡΙΑ εν δράσει...”**.

Η ομιλία πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 5 Νοεμβρίου, αμέσως μετά την Παράκληση στην Υπεραγία Θεοτόκο και αποτέλεσε συνέχεια της προηγούμενης, κινούμενη στον ίδιο θεματικό άξονα με τον τίτλο “Εις ίασιν ψυχής και σώματος”. Η επόμενη και τελευταία ομιλία του π. Ανδρέα θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 10 Δεκεμβρίου.

Ο ομιλητής και σε αυτόν τον λόγο του, παρηγορητικός και ξεκάθαρος όπως πάντα και αντλώντας πλειάδα παραδειγμάτων από την καθημερινή ποιμαντική του πείρα, συνέχισε να αναπτύσσει τα μέσα που μας παρέχει η Εκκλησία στον αγώνα της θεραπείας μας.

## **Συγχώρηση**

Ξεκίνησε αυτή τη φορά από την έννοια της συγχώρησης, τονίζοντας ότι για να γίνει κανείς άνθρωπος του Θεού, πνευματικός άνθρωπος, να εμβαθύνει στην ψυχή του, να κάνει δουλειά εις βάθος, να καλλιεργήσει την ψυχή του, ένα βασικό χαρακτηριστικό που τονίζει η Εκκλησία με όλη την αγωγή της, είναι να πλησιάζει το Θεό, συγχωρεμένος με τους άλλους. *“Δεν μπορείς να πηγαίνεις στο Θεό με κακίες, τσακωμένος και να λες εγώ πηγαίνω και κάνω προσευχή στην Εκκλησία. Αυτή η κατάσταση θα σε αρρωστήσει. Εις υγείαν ψυχής και σώματος θα είναι όταν είσαι άνθρωπος αγαπημένος και συγχωρεμένος με όλους”* είπε χαρακτηριστικά.

Βέβαια ξεκαθάρισε ότι αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να είναι κανείς και φίλος με κάποιον αν δεν μπορεί. Γιατί είναι αλήθεια ότι είναι πολύ δύσκολο να συγχωρέσει κάποιος ανθρώπους που στη ζωή αυτή τον πόνεσαν, τον πλήγωσαν, τον πρόδωσαν,

τον μαχαίρωσαν πίσωπλατα, τον απογοήτευσαν και τον πίκραναν. Όμως το αποτέλεσμα είναι να το κρατάει αυτό μέσα του. Κι όχι απλώς να το κρατάει, αλλά να καλλιεργεί μερικές φορές και αισθήματα κακίας. Και να κρατάει ιστορίες παλιές, με άτομα που ζούνε ή και δεν ζούνε.

Γι' αυτό και δεν είναι τυχαία η λέξη συγχώρεση. Θα πει: *“Μαζί με όλα τα άλλα συν - χωράω και σένα, δηλαδή σε χωράω και σένα, έλα μπες στην καρδιά μου, σε αντέχω. Όποιος το κάνει αυτό κερδίζει στη ζωή του πολλά χρόνια. Διότι το να κρατάς κακίες σε λιώνει, σε αρρωσταίνει, σε δηλητηριάζει, σε καταστρέφει. Είναι μεγάλη ξεκούραση στην ψυχή μας να πούμε στο Θεό “και άφες ημίν ...” και να το έχεις κάνει, όχι να το λες. Εγώ Κύριε συγχωρώ αυτούς που με στεναχώρησαν. Έτσι ήξεραν, έτσι έκαναν. Δεν είχαν δίκιο, αλλά τους συγχωρώ.”*

Μερικοί αισθάνονται, συνέχισε ο π. Ανδρέας, ότι άμα συγχωρέσουν είναι σαν να υποτιμούν τον εαυτό τους. Αλλά όπως τόνισε, δεν σημαίνει ότι επειδή συγχωρείς τον άλλον έχει δίκιο αυτός. Παρ' όλα αυτά είναι βασικό να αφήσουμε τον άλλον να συνεχίσει τη ζωή του. Να μην το κρατάμε μέσα μας σκαλωμένο, να μας μπλοκάρει. Και τα μπλοκαρίσματα της ψυχής, δημιουργούν δυσκίνητη πορεία σ' αυτόν τον κόσμο.

Και συνέχισε: *“Θες να δεις το Θεό; Θες να ηρεμήσει η ψυχή σου; Προσπάθησε να συγχωρέσεις αυτούς που σε πονέσανε. Για να κοιμηθείς πιο καλά το βράδυ και να είναι ο ύπνος σου χορταστικός. Ο καθένας έχει τα ελαφρυντικά του. Όλοι οι άνθρωποι έχουν δίκιο. Γιατί ο καθένας για να κάνει αυτό που κάνει κάτι σκέφτηκε, κάπως μεγάλωσε, κάτι έμαθε. Όταν το καταλάβεις αυτό θα ηρεμήσεις και θα γλυτώσεις πολύ κούραση ψυχής. Οι αρχαίοι έλληνες τον άνθρωπο που δεν συγχωρεί και κρατάει κακίες, τον ονόμαζαν μοχθηρό. Επειδή είναι μόχθος, κούραση, είναι κουραστικό το πράγμα αυτό να γυρίζει το μυαλό σου και να κρατάς κακία. Σε κουράζει εσένα τον ίδιο. ‘Αστο να φύγει, πέρασε αυτό.”*

## **Ευγνωμοσύνη**

Προχωρώντας ο π. Ανδρέας, είπε ότι κάτι ακόμη που μας βοηθάει στην Εκκλησία

να ζήσουμε ευτυχισμένοι, είναι το να είμαστε ευγνώμονες, δηλαδή να έχουμε ευγνωμοσύνη. Με άλλα λόγια, να μην έχουμε στη ζωή μας την γκρίνια, τα παράπονα και τη μιζέρια. Δεν υπάρχει χειρότερο πράγμα για να αρρωστήσει κάποιος, από το να είναι άνθρωπος συνέχεια με παράπονα, γκρίνιες και ανικανοποίητη ψυχή. Τίποτα να μην τον ευχαριστεί. Αυτό είναι αρρώστια.

Ενώ, συνέχισε: *"Το αντίθετο είναι η ευγνωμοσύνη. Να πεις θα ψάχνω σε όλα να βρω κάτι ωραίο. Να ψάξεις να βρεις κάτι, παρόλο το πρόβλημα σου, να το μετατρέψεις σε αφορμή ευγνωμοσύνης στο Θεό. Αυτοί οι άνθρωποι θα ζήσουν πολλά χρόνια γιατί ο ευγνώμων ελκύει τη Χάρη του Θεού."*

## **Ζήσε το τώρα**

Κάτι άλλο που θα μας βοηθήσει πολύ στην Εκκλησία και μας το διδάσκει συνέχεια είναι το "σήμερα", τόνισε ακολούθως ο ομιλητής. Σήμερα η Παρθένος γεννά τον Χριστό, σήμερα κρεμάται επί ξύλου κ.ο.κ.

Αυτό που λέει η Εκκλησία είναι να μην πας πολύ μπροστά, ούτε πολύ πίσω, γιατί αυτοί οι δύο χρόνοι δεν είναι δικοί σου. Το παρελθόν δεν είναι δικό σου. Έφυγε, πέρασε. Το μέλλον δεν ήρθε. Ζήσε το τώρα. Όταν ζεις το τώρα είσαι καλά. Όποιος ζει το τώρα και το παρόν της στιγμής είναι ήσυχος. Μόλις μπει στο μυαλό του ανθρώπου μια σφήνα για το μέλλον θα αρρωστήσει.

*"Γι' αυτό είναι πολύ μεγάλο μυστικό να λες "Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησον με", εννοείται τώρα, δεν λέει κάποτε. Βοηθήστε το νου σας με την προσευχή σας. Να αποσύρεστε λίγο και να λέτε τώρα να δοξάσω το Θεό για το παρόν αυτής της στιγμής."*

## **Εμπιστοσύνη στο Θεό**

Το επόμενο μέσο για τη θεραπεία του ανθρώπου είναι η εμπιστοσύνη στο Θεό. Στην Εκκλησία μαθαίνουμε από μικρά παιδιά να εμπιστευόμαστε το Θεό. Δηλαδή, όπως είπε χαρακτηριστικά ο π. Ανδρέας:

*“ Να πεις Θεέ μου αυτό το πρόβλημα μου το εμπιστεύομαι σε σένα και απόδειξη είναι ότι ηρέμησα. Δεν μπορείς να κοινωνάς και μετά να βρίσκεις τον Ιερέα και να του λες ότι έχεις άγχος για κάποιο θέμα. Και πριν λίγο έχεις κοινωνήσει. Και μπήκε μέσα σου Αυτός που είναι η λύση για όλα τα προβλήματα, ο Θεός ο ίδιος και τίποτα δεν σ’ άγγιξε και πάλι σε τρώει η αγωνία του φόβου σου.”*

Εμπιστοσύνη δεν έχει ο άνθρωπος όταν φοβάται. Γι’ αυτό το βασικό είναι να μάθουμε ότι ο Θεός μας αγαπάει, να το νιώσουμε αυτό και να τον εμπιστευθούμε, να παραδοθούμε και να τον ακολουθήσουμε σ’ αυτό που μας λέει με σιγουριά, ότι *“ παιδί μου δεν θα σε εγκαταλείψω. Και στην αρρώστια σου θα είμαι δίπλα σου, και στο πρόβλημα σου θα δώσω λύση, και όλα καλά θα πάνε με τη βοήθεια μου.”*

Αυτό θα πει εμπιστοσύνη. Να μη βλέπεις ακόμα ορατά αποτελέσματα και να πιστεύεις. Να ζωντανεύεις αυτό που πιστεύεις σαν να είναι μπροστά σου παρόν. Οι άνθρωποι πιο πολύ πιστεύουν στην αποτυχία παρά στην επιτυχία. Είμαστε μόνιμως ανασφαλείς. Στην Εκκλησία μαθαίνεις να εμπιστεύεσαι το Χριστό όπως τον εμπιστεύθηκαν οι λεπροί, οι οποίοι έγιναν καλά από τον Χριστό και πίστεψαν στα λόγια Του πριν γίνουν καλά.

*“Πιστεύω θα πει πριν γίνει το θαύμα εγώ να ετοιμάζω το σπίτι μου για να κάνω την οικογένεια μου. Πριν γίνει κάτι να το βλέπεις νοερά στην ψυχή σου. Εμπιστεύσου, αφέσου, παραδώσου. “*

**Χαρά**

Το άλλο μεγάλο μυστικό που μαθαίνουμε στην Εκκλησία, ανέφερε ο π. Ανδρέας, για να είμαστε υγιείς ψυχή και σώματι είναι η χαρά. Όπως μάλιστα είπε κάποιος, χαρά είναι το “χ” που καταργεί και διαγράφει την “αρά”, δηλαδή την κατάρρα. Χαρά θα πει η κατάσταση που καταργεί την κατάρρα της ψυχής μας. Χαρά θα πει η ψυχή σου να βλέπει τα πράγματα με καλή διάθεση, με την καλή τους πλευρά.

Και συνέχισε:

*“Η καλύτερη κληρονομιά στο παιδί σας, εκτός των άλλων, είναι και αυτό, να δώσετε ένα περιβάλλον ευτυχημένο στο σπίτι, να ακούγετε ένα γέλιο κάπου κάπου στη μέρα. Όταν τα παίρνεις όλα πολύ τοις μετρητοίς, είσαι πάρα πολύ σοβαρός, τότε η ζωή θα σε τρελάνει. Η ζωή είναι πάρα πολύ σκληρή για αυτούς που είναι πάρα πολύ σοβαροί όλη την ώρα. Γι’ αυτό δεξ λίγο με χιούμορ τα πράγματα, δεξ τα λίγο αλλιώς.*

*Βάλτε χαρά στο σπίτι σας. Για να τη βάλετε να την ζητάμε από το Χριστό, να τη νιώθουμε πρώτα στη δική μας την ψυχή. Κι όταν κοινωνάμε αυτό ακριβώς του ζητάμε. “Χαράν, υγείαν ευφροσύνη” ζητάμε στις ευχές της θ. Μετάληψης. Αυτά δεν είναι μαγικά, που τα διαβάζουμε και πιάνουν από μόνα τους. Εσύ θα τα κάνεις. Όπως και η θ. Κοινωνία δεν είναι κάτι μαγικό. Θέλει συντονισμό ζωής. Όλη η ζωή να συντονίζεται με αυτό που κάνουμε. Αυτό είναι το δώρο της θ. Κοινωνίας και ο καρπός του Αγ. Πνεύματος.”*

Και προέτρεψε όλους να ψάξει ο καθένας μέσα του να βρει τι είναι αυτό που του λείπει, γιατί δεν έχει χαρά στη ζωή του. Και αν χρειάζεται να ρωτήσει ειδικούς, εκμεταλλευόμενος και τις πολλές ευκαιρίες που προσφέρει η Εκκλησία με τις ποιμαντικές της δραστηριότητες.

## **Η κλίση μας**

Ολοκληρώνοντας την 2<sup>η</sup> αυτή ομιλία του ο π. Ανδρέας, είπε ότι ο βασικός λόγος που αρρωσταίνουμε ψυχικά και σωματικά είναι ότι δεν ζούμε αυτό που κατά βάθος θέλουμε. Όλοι οι άνθρωποι έχουμε κάτι που η Εκκλησία ονομάζει κλίση. Είναι αυτό που κατά βάθος η ψυχή του ανθρώπου θέλει να το κάνει για να βρει τον προορισμό

της. Είναι πλασμένος κάποιος για κάτι. Πρέπει να το κάνει, αλλιώς θα υποφέρει.

Και όπως είπε πολύ χαρακτηριστικά:

*“Είναι μεγάλο πράγμα να ξυπνάς το πρωί και να λες αυτό που ζω, το θέλω. Είναι ωραίο πράγμα αυτό που κάνεις να σε γεμίζει. Είναι ωραίο πράγμα αυτό που είναι η δουλειά σου, ο άντρας σου, η γυναίκα σου, το σπίτι σου να είναι όπως το ονειρεύεσαι. Αν είσαι εδώ κι ονειρεύεσαι να είσαι εκεί, μια ζωή θα κοιτάς εκεί και θα αλληθωρίζεις και θα υποφέρεις.*

*Ο καθένας να ψάξει να βρει στην ψυχή του “γιατί ζω εγώ, τι θέλω να κάνω κατά βάθος, τι μου λείπει, ποιός είναι ο καημός μου ο ανεκπλήρωτος”. Και πρέπει αυτό να το τηρήσουμε και να το πιάσουμε και να το ζήσουμε. Ο Χριστός μας, θέλει να πει ναι σε όλα τα ωραία που η ψυχή μας κατά βάθος θέλει να ζήσει.”*

Και κατέληξε την εμπνευσμένη καρδιακή ομιλία του ο π. Ανδρέας τονίζοντας για μια ακόμη φορά ότι η ζωή είναι όμορφη και μπορούμε να ζήσουμε πολλά χρόνια αν δεν μας αρρωστήσουν αυτές οι λύπες, αυτές οι στεναχώριες και αυτά τα κενά της ψυχής μας.

Την ομιλία του π. Ανδρέα Κονάνου μπορείτε να παρακολουθήσετε

**Πηγή:**[synodoiporia.gr](http://synodoiporia.gr)