

## Το αληθινό νόημα του πόνου στη ζωή μας

/ Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθόδοξη πίστη

Image not found or type unknown



*Αφιέρωμα σε όλους εκείνους που με υπομονή κι ελπίδα σηκώνουν τον σταυρό τους*

Γιατί να πονώ Θεέ μου;

Είναι αλήθεια πως σήμερα υπάρχει άφθονος σω-ματικός και ψυχικός πόνος. Άλλοτε ευθύνεται γι' αυ-τόν ο άνθρωπος και άλλοτε όχι. Σημασία έχει την ώ-ρα του πόνου κάποιος να τον συνδράμει. Να μη τον α-φήσει ν' απογοητευθεί, να πιγεί στη μοναξιά, να πο-νέσει ακόμη πιο πολύ.

Με αυτή την προοπτική γράφθηκε και το κείμενο που ακολουθεί, από ένα άνθρωπο που πόνεσε πολύ. Γνωρίζω πως ο πόνος σ' έφερε στο κρεβάτι του πόνου ή σ' έκλεισε στο σπίτι σου. Η επίσκεψη του πόνου στη ζωή σου δεν είναι ασφαλώς κάτι δίχως σημασία και σκοπό. Δεν είναι καθόλου ένα τυχαίο γεγονός. Δεν πιστεύουμε στην τύχη. Το Ευαγγέλιο λέει πως κάτω από τη ματιά του Θεού είναι και το πέσιμο του κάθε φύλλου από το δένδρο. Πόσο μάλλον από τα προβλήματα των παιδιών Του. Ο Θεός δεν παύει ποτέ να ενδιαφέρεται για τα μετάνοια και τη σωτηρία μας και προσφέρει μύριες ευκαιρίες και ανοίγει διάφο-ρους δρόμους.

Αν την υγεία μας, αγαπητοί μου, τη σπαταλήσαμε σε ανώφελα έργα, καλούμεθα τώρα, να μελετήσουμε το παρελθόν, να δούμε βαθύτερα τον όχι και τόσο γνωστό εαυτό μας. Είναι μία μεγάλη ακόμη ευκαιρία που μας δίνει ο Πανάγαθος Θεός, για να σκύψουμε μέσα μας, να μετανοήσουμε ειλικρινά, να προσευχηθού-με θερμά, να γνωρίσουμε την ακένωτη χάρη των ιε-ρών μυστηρίων της αγίας μητέρας μας

Ορθόδοξης Εκκλησίας.

Η ασθένεια δεν προέρχεται, αδελφοί μου, από την τιμωρία ενός εκδικητή Θεού. Η αντίληψη αυτή είναι ανορθόδοξη, πέρα για πέρα λαθεμένη. Ο Θεός μας μόνο αγαπά και δεν τιμωρεί τα πλάσματά Του. Ο Θεός είναι μακρόθυμος, πολυέλεος, πολυεύσπλαχνος, πανάγαθος και αληθινός. Τ' όνομα του Θεού είναι α-γάπη, λέει ο αγαπημένος του μαθητής Ιωάννης ο Θε-ολόγος. Παραχωρεί, επιτρέπει παιδαγωγικά προς βοή-θεια την ασθένεια, για να μας φρονηματίσει, να μας διορθώσει, να μας προσγειώσει και ταπεινώσει. Ο πό-νος έτσι μπορεί να γίνει αφορμή, για μία πιο ουσια-στική και βαθειά γνωριμία μας με τον Θεό, και όχι να τα βάλουμε μαζί του. Ο πόνος μπορεί να μας συνδράμει να γίνουμε πιο ανεκτικοί και συμπονετικοί με τους αδελφούς μας και να γνωρίσουμε τον άγνωστο ε-αυτό μας. Είπαν ορθά πως όποιος έχει υποφέρει πολύ μοιάζει μ' εκείνον που γνωρίζει πολλές γλώσσες κι έ-τσι μπορεί να καταλάβει πολλούς και να τον καταλά-βουν πολλοί.

Αν εκμεταλλευθούμε την πράγματι σημαντική ευ-καιρία, μπορεί ο σωματικός πόνος να γίνει θεραπευ-τής της αθάνατης ψυχής μας. Ο πόνος τότε θα γίνει ευλογία. Δεν ζητάμε βεβαίως εμείς οι πιστοί τον πόνο νοσηρά στη ζωή μας. Η Εκκλησία μας πάντοτε εύχε-ται υπέρ υγείας και διαφώτισεως των τέκνων της. Εάν έλθει όμως ο πόνος να τον υπομείνουμε καρτερικά κι ελπιδοφόρα και θα έχουμε, αλήθεια, μεγάλο κέρδος. Με τον τρόπο αυτό ο σκοπός της δοκιμασίας μας θα έχει επιτευχθεί, αφού θα έχει μαλακώσει η καρδιά μας και θα έχουμε βοηθηθεί στο να γνωρίσουμε τον πραγ-ματικό εαυτό μας και τον Θεό μας.

Είναι επίσης αλήθεια, αγαπητοί μου, πως οι πονε-μένοι λειαινούνται, και αυτοί τελικά έχουν κάτι σημα-ντικό να πουν, ως εμπειρικό και βιωματικό. Πίσω από κάθε ανθρώπινο πόνο κρύβεται το χέρι του Θεού που ευλογεί. Μακάριοι οι πονεμένοι ως πλούσια ευλογη-μένοι.

Είναι ακόμη αλήθεια πως στα χείλη του κάθε πο-νεμένου συχνά ανεβαίνει εκείνο το γνωστό και βαθύ «γιατί σ' εμένα Θεέ μου»; Στο ανθρώπινο αυτό «γιατί» δεν νομίζουμε ότι υπάρχει μία εύκολη και γρήγορη α-πάντηση. Η απάντηση θάλθει πιο αργά από τον ίδιο τον Εσταυρωμένο Θεάνθρωπο. Ο άνθρωπος αξιώνε-ται να συμμετέχει στον σταυρό του Κυρίου. Μη νομί-ζετε ότι είναι κάτι μικρό αυτό.

Μέσα από τον πόνο οι προσευχές είναι σίγουρα πιο καταnuκτικές, πιο θερμές, πιο ευπρόσδεκτες. Δί-νουν κατ' αρχάς τη γαλήνη της υπομονής στη δοκιμα-σία, λιγοστεύουν την απαιτητικότητα, ταπεινώνουν α-ληθινά, χαρίζουν τη χαρά της ελπίδος και την υγεία της ψυχής. Μέσα μας θα βρούμε τον Θεό. Όσο πιο γρήγορα τον συναντήσουμε τόσο πιο γρήγορα θ' απελευθερωθούμε και θα χαρούμε αληθινά. Είπαν ωραία πως πριν μας στείλει ο Θεός τον σταυρό που σηκώνουμε, τον ζύγισε, τον είδε καλά, τον εξέτασε προσεκτικά με την πανσοφία, την αγάπη και τη δικαιοσύνη Του. Το αγαθό βλέμμα Του τον πα-ρακολούθησε και η μεγάλη Του καρδιά τον θέρμανε, αφού τον ξαναζύγισε με την άπειρη στοργή Του. Νο-μίζεις

πως είναι πιο βαρύς απ' ότι μπορείς να σηκώ-σεις, ενώ έχεις άγνωστες και ανακάλυπτες δυνάμεις μέσα σου. Μη χάνεις το θάρρος σου, μη τα βάζεις με τον Θεό, γνωρίζει πολύ καλά τι κάνει. Τον ευλόγησε πριν τον θέσει τον σταυρό στους ώμους σου. Σίγουρα μπορείς να τον σηκώσεις. Μη λησμονάς πως πάντα πριν το Κενό Μνημείο είναι ο Γολγοθάς. Η Ανάστα-ση έπεται της Σταύρωσης.

Είναι γεγονός πως η ζωή μας είναι ζυμωμένη με δάκρυα που προέρχονται από τον πόνο της ασθένειας, των θλίψεων, των βασάνων, της εγκατάλειψης και της μοναξιάς. Έχουν γίνει αχώριστοι σύντροφοι. Ο λό-γος του Θεού, η Αγία Γραφή, μας πληροφορεί πειστι-κά πως η ασθένεια, ο πόνος, η θλίψη, ο θάνατος δεν υπήρχαν από την αρχή της δημιουργίας. Πρόκειται για μεταπτωτικά φαινόμενα. Η φθαρτότητα, η ασθέ-νεια, ο πόνος είναι αποτέλεσμα της παρακοής των πρωτοπλάστων στον Δημιουργό τους και η υπακοή τους στον δαίμονα. Ο αποχωρισμός του ανθρώπου α-πό τον Θεό έχει οικτρές συνέπειες. Η απελευθέρωση του πιστού από τα δαιμονικά δεσμά μπορεί να τον κά-νει να βρει το πνευματικό περιεχόμενο της δοκιμα-σίας του και τότε η δοκιμασία να γίνει σημαντική ευ-καιρία, όπως είπαμε, βαθύτερης γνώσης του Θεού και συναντήσεώς του με Αυτόν.

Οι ιερείς της Εκκλησίας μας είναι νοσηλευτές και η Εκκλησία μας θεραπευτήριο. Οι ιερείς πλησιά-ζουν τους ασθενείς για να τους απελευθερώσουν, να τους επαναπροσανατολίσουν, να τους ανορθώσουν δια της μετανοίας. Συμμετέχουν όσο μπορούν στον πόνο για να τους τον απαλύνουν και να κάνουν πιο ε-λαφρύ τον σταυρό τους. Είναι μεγάλη η παράκληση των πασχόντων όταν κατανοήσουν το νόημα του σταυρού τους. Η προσωπική άρση του σταυρού νοηματιζόμενη συντελεί στην ανόρθωση. Βλέποντας ο ταλαιπωρούμενος και δοκιμαζόμενος άνθρωπος τη δοκιμασία του ως θεία επίσκεψη και θεία παιδαγωγία με-ταβάλλει τη στάση του, αντιμετωπίζει το πρόβλημα πολύ διαφορετικά, αν δεν γεμίζει χαρά γεμίζει πάντως ελπίδα. Η θεία Χάρη μπορεί να οδηγήσει σε αυτή την ωριμότητα τον σκληρά δοκιμαζόμενο. Εμείς θα πούμε τον καλό λόγο, αλλά η Χάρη του Θεού θα ολο-κληρώσει το έργο αυτό.

Το ευχολόγιο στα χέρια του ιερέως είναι πολύ πα-ρηγορητικό στις δύσκολες αυτές ώρες. Η σύνοψη ή το προσευχητάρι, με την Παράκληση της Παναγίας και τους υπέροχους Χαιρετισμούς, στα χέρια του α-σθενούς είναι φτερά ειρήνης. Η Παναγία, η μάνα ό-λων των πονεμένων, που πόνεσε τόσο πολύ και συ-μπονά όλους τους πονεμένους, δίνει μια γλυκιά πα-ραμυθία και μεγάλη ενίσχυση σε όλους. Μη φοβόμα-στε το ιερατικό πετραχήλι, τον τίμιο σταυρό, το άγιο έλαιο, τα τίμια και χαριτόβρυτα λείψανα, τον αγια-σμό, το αντίδωρο, τη θεία Κοινωνία.

Επανερχόμενοι στο δύσκολο ερώτημα γιατί ο Θε-ός να επιτρέπει να ταλαιπωρείται το πλάσμα του, να βασανίζεται και ν' αγωνιά μέσα στον πολύ πόνο, τα-πεινά θα πούμε πάλι: Ο πόνος μας αφυπνίζει να ενδια-φερθούμε καλύτερα για τη μετάνοια,

την ταπείνωση, την αναθέρμανση της πίστης μας και τη συμπόνια του πλησίον μας. Ο πόνος, σωματικός ή ψυχικός, μας ε-πισκέπτεται για κάποιο ιδιαίτερα σοβαρό λόγο. Για να ξαναδούμε την πορεία, τους στόχους και τον σκοπό της εφήμερης ζωής μας. Είπαμε πως μερικές φορές ένας ψυχικός πόνος είναι δριμύτερος του σωματικού και ίσως και πιο δυσκολοθεράπευτος. Ο μεγάλος ψυ-χίατρος Γιούνγκ πάντως λέει πως το πρόβλημα του ψυχικώς πάσχοντος, κατά ασυγκρίτως ανώτερο λόγο ανήκει στον πνευματικό παρά στον ιατρό!

Άνθρωποι δίχως Θεό και ηθικές αρχές στον πόνο της ασθένειας διαλύονται και κατανοτούν αξιολύπητοι. Ο Θεός δεν τους αποστρέφεται, αλλά τους επισκέπτε-ται διαφορετότροπα, με διάφορα φάρμακα για να τους θεραπεύσει κι όχι να τους πληγώσει και πικράνει. Ο θείος και ιερός Χρυσόστομος θαυμάσια συμβουλεύει να μη γογγύζουμε εύκολα με τα δυσάρεστα που μας βρίσκουν και μάλιστα να μη βλασφημούμε. Μήπως έτσι, λέει, θα γίνει πιο ελαφρύς ο πόνος μας; Ούτε χρειάζεται να πολυεξετάζουμε τους λόγους και τις αι-τίες και τις αφορμές και να ζητάμε πολλές εξηγήσεις για όλα αυτά που μας επιτρέπει η πανσοφία του Θεού. Να μη λησμονάμε ποτέ πως η παρούσα ζωή είναι στά-διο άθλων και αγώνων και η άλλη ζωή είναι επάθλων και αιώνιας ανάπαυσης. Στις δυσκολίες, τις συμφορές και τους πόνους να επικαλούμεθα τη σωστική βοή-θεια του Θεού με κάθε εμπιστοσύνη. Πάντοτε παραμένει επίκαιρο το θέμα της ασθέ-νειας. Πολλοί οι ασθενείς στα σπίτια, στα νοσοκο-μεία, στους δρόμους. Είμαστε εμείς οι ίδιοι ασθενείς ή δικοί μας άνθρωποι. Σήμερα εμείς, αύριο άλλοι και το αντίθετο. Ο πόνος κτυπά όλες τις πόρτες, όλες τις ώρες αδιάκριτα, πλουσίων, φτωχών, νέων, ηλικιωμέ-νων, μορφωμένων, αμόρφωτων, όλων. Γιατί ν' αρρω-σταίνουμε και γιατί να πονάμε; Το ίδιο ερώτημα επα-νέρχεται με δριμύτητα. Δεν είναι μόνο από τις αμαρ-τίες οι διάφορες αρρώστειες. Αρρώστειες πολλές και μεγάλες είχαν και οι άγιοι. Οι αρρώστειες μας κάνουν να θυμηθούμε τον λησμονημένο Θεό, να τον επικαλε-σθούμε, να συνδεθούμε μαζί του. Η μνήμη του Θεού συντείνει στην ειλικρινή μετάνοια. Οι αρρώστειες εί-ναι, αλήθεια, για να μας φέρουν πιο κοντά στον Θεό και όχι να μας απομακρύνουν από Αυτόν. Την πίστη μας στον Θεό αποδεικνύουμε με την υπομονή στις δο-κιμασίες και μάλιστα στον πόνο των ασθενειών.

Αν ο πόνος σ' έκανε συμπνετικό κέρδισες. Αν η ασθένεια σ' έφερε να θυμάσαι πιο πολύ τον ουρανό εί-σαι ευλογημένος και μακάριος. Αν ο πόνος σου κα-θάρισε τα μάτια, για να βλέπεις πιο βαθιά τα γεγονό-τα και τα πράγματα, τότε είσαι πλούσια κερδισμένος. Αν ο άγιος πόνος σ' έκανε, αδελφέ μου, πιο καρτερι-κό, πιο γενναίο, πιο διαλλακτικό και ανεκτικό να ευ-χαριστείς εκ βαθέων τον Θεό που αρρώστησες. Γιατί αρρώστησες και κέρδισες τελικά έτσι. Δίχως πόνο έχεις πολλές κατακτήσεις, αλλά όχι αληθινές γνώσεις. Ο πόνος σμιλεύει και τελειοποιεί τον άνθρωπο. Δί-χως τον πόνο ο άνθρωπος θα ήταν σκληρός και ακα-τέργαστος. Ο

πόνος γεννά τα δάκρυα και τα δάκρυα την κάθαρση. Τα δάκρυα ποτίζουν τα ευώδη άνθη της κατάνυξης, της συντριβής, της ευλάβειας, της ευσέ-βειας, της ευλογίας. Δεν υπάρχει άνθρωπος δίχως πόνο. Πήγε κάποτε ένας να πει τον πόνο του σε κάποιον και δεν πρόλαβε και του είπε πρώτα ο άλλος τον πόνο του κι ήταν τό-σο πιο μεγάλος που δεν τόλμησε να πει τον δικό του. Δίχως τον πόνο θα είμασταν πιο πονεμένοι, πιο σκλη-ροί, πιο ανάλγητοι, πιο αδιάφοροι και πιο άγριοι. Κα-τά τον ιερό Χρυσόστομο δεν υπάρχει άνθρωπος στον κόσμο αυτό που να μη δοκιμάζει στη ζωή του πόνο. Αν δεν πονέσει σήμερα, θα πονέσει αύριο κι αν όχι αύριο σίγουρα μεθαύριο. Κύρια πηγή του πόνου η α-μαρτία.

Ο πόνος είπαν είναι ο φρουρός της υγείας. Σαν έ-να καμπανάκι μας αφυπνίζει. Αν δεν πονούσαμε δεν θα πηγαίναμε ποτέ στον ιατρό. Ο πόνος είναι σαν ένα σήμα κινδύνου, που

εκπέμπεται για να μας γλυτώσει από τα χειρότερα. Αυτά ισχύουν και για το σώμα και για την ψυχή. Έτσι ο πόνος καταντά σ' ευλογία και για το σώμα και για την ψυχή. Ο πόνος ακόμη καθίσταται σαν ένα προληπτικό εμβόλιο για να μη υπερηφανευόμεθα. Ο πόνος μπορεί να γίνει μία οδός επι-στροφής στον Θεό. Ο πόνος γεννά την ωραία και θεάρεστη συμπόνια. Ο πόνος δοκιμάζει την αγάπη μας στον Θεό. Ο πόνος μας ζυγίζει, μας σμιλεύει, μας καλλιεργεί, μας ωριμάζει, μας ωραιοποιεί.

Το αληθινό νόημα του πόνου στη ζωή μας

Η παρουσία του πόνου στη ζωή μας δεν μπορεί παρά να είναι για όλους ένα γεγονός αδιαμφισβήτητο. Το αρχαίο ερώτημα, δικαιολογημένο και σαφές, είναι πάντοτε και σήμερα το αυτό. Γιατί να πονάμε; Έχει κάποιο νόημα ο πόνος στη ζωή του καθενός μας; Η απάντηση μη νομίζετε πως είναι τόσο εύκολη. Μόνο ο Θεός μπορεί να βοηθήσει σε αυτή την αρκετά χρή-σιμη και ωφέλιμη κατανόηση.

Υπάρχει άφθονος, ποικίλος, σωματικός πόνος προερχόμενος συνήθως από πρόσκαιρες ή ανιάτες α-σθένειες, που ταλαιπωρούν πολύ τον άνθρωπο. Υπάρ-χει επίσης πλούσιος ψυχικός πόνος, που μπορεί νάναι και πιο δυνατός του σωματικού. Πόνος που προέρχε-ται από ξαφνική ορφάνια, χηρεία, ξενιτεμό, προσφυ-γιά, πένθος, αποτυχία, αδυναμία, μειονεξία, στέρηση, έλλειψη, ανικανότητα, ανεπάρκεια, απόρριψη, απώ-λεια, φτώχεια, κακουχία, δυστυχία, ειρωνεία, εμπαιγ-μό, προδοσία, εξαπάτηση, ψέμα, επιορκία, βουλιμία, κατάχρηση, καταδίκη, φυλάκιση, απομόνωση, μονα-ξιά....

Υπάρχει ο πόνος του προδότη και του προδομέ-νου, του εκμεταλλευτή και του εκμεταλλευόμενου, του εξαπατούντα και του εξαπατώμενου. Πόνος της νο-σταλγίας, του έρωτος, του πάθους, του κενού, του ανι-κανοποίητου και ανολοκλήρωτου του ανθρώπου. Πό-νος της χαμένης ολότητας, των ενοχών, του ορθολο-γισμού, της εξουσιαστικότητας, των ψευδαισθήσεων, των διαψεύσεων,

των φαντασιώσεων, των διαπροσωπικών συγκρούσεων, δια κακιών, ζηλοτυπιών, ύβρεων, φθόνων, κατηγοριών, συκοφαντιών κι εχθροτήτων. Δυνατός ο πόνος του φόβου, επικείμενων καταστροφών, αγωνιών, υποκρισιών, απογνώσεων, απελπισιών, απαισιοδοξιών, μελαγχολιών, καταθλίψεων και θανάτων. Πόνος μεγάλος η αντιφατικότητα, η αμφιθυμία, η αμφιβολία, η αναποφασιστικότητα, η αναβλητικότητα. Επίσης η δικαιολόγηση της μετριότητας, της ρηχότητας, της καθημερινότητας, της αυτάρκειας, της υποκρισίας. Ακόμη το ξεγέλασμα του εαυτού μας, η ψυχολογική κατάρρευση, η συνεχής ανταγωνιστικότητα, η βάνουση εξουσιαστικότητα, η παράφορη κτητικότητα, η άκρατη πλεονεξία, ο ευδαιμονισμός, η κραιπάλη, η ασωτεία, η εμπάθεια, η κακότητα...

Πάθος σημαίνει πάθημα, πτώση, υποδούλωση, οδύνη, άλγος. Ο πιο πονεμένος και δυστυχημένος εί-ναι ο εμπαθής άνθρωπος. Νοσεί, αφού αγαπά τα πάθη, τα λατρεύει, τα προσκυνά, δεν τ' αφήνει παρότι τον ταλαιπωρούν. Πρόκειται για ένα φοβερό και παθογόνο διχασμό. Ενώ του δίνονται ευκαιρίες ν' απεγκλωβισθεί τις απορρίπτει. Οι εμπαθείς επιλογές όμως του ανθρώπου του κοστίζουν. Οι άνθρωποι μαθαίνουν να ζουν μία μέτρια, χλιαρή και χαλαρή, μονότονη, ανιαρή, ανολοκλήρωτη, μίζερη, κακόμοιρη, ρηχή, άχαρη ζωή. Η βίωση της άρνησης και της αποτίναξης αυτού του τρόπου ζωής αποτελεί οδυνηρή εμπειρία. Αφαιρείται από τον ίδιο τον άνθρωπο η δυνατότητα βιώσεως μιας αυθεντικής, καθαρής, ανυπόκριτης, τίμιας και ειλικρινούς ζωής. Είναι λυπηρό να πλανάται και να αιχμαλωτίζεται ο άνθρωπος σε αυτή την ανόητη ζωή. Να σκηνοθετεί μία αμεταμόρφωτη ζωή μέσα στην ε-μπάθεια. Σίγουρα κύριος υποκινητής είναι ο δαίμονας, αφού κατά τον άγιο Γρηγόριο τον Παλαμά όλα τα πάθη είναι δαιμονοκίνητα. Ο άνθρωπος βέβαια ε-πιλέγει μόνος του τον τρόπο αυτό ζωής. Ο άνθρωπος έχει τη δυνατότητα ν' αντισταθεί, ν' αντικρούσει τα πάθη, ν' απελευθερωθεί. Μα δυστυχώς συχνά δεν το κάνει.

Ο πόνος φαίνεται να έχει μία κυρίαρχη θέση στη ζωή. Έφθασαν οι φιλόσοφοι να πουν πονώ άρα υ-πάρχω. Ο Κίκεργκωρ λέει: «Δεν είμαι αυτός που σκέ-φτεται πως δεν πρέπει να πονούμε ποτέ. Περιφρονώ αυτήν την ποταπή σκέψη κι αν μπορώ να επιλέξω προτιμώ να υπομείνω μέχρι τέλους τον πόνο. Είναι καλό να υποφέρουμε και μέσα στα δάκρυα υπάρχει δύ-ναμη, αλλά δεν είναι να υποφέρουμε δίχως ελπίδα». Κρύβεται ένα βαθύ νόημα, αδελφοί μου, στην παρου-σία του πόνου στη ζωή μας. Για να το δούμε μαζί.

Ο πόνος αρχίζει στον κήπο της Εδέμ. Η παράλο-γη υπακοή στον δαίμονα και η υπερήφανη ανυπακοή στον Θεό είναι η αρχή του πόνου στη ζωή των ανθρώ-πων. Η τραγωδία εισέρχεται στον κόσμο. Συγκρούε-ται ο άνθρωπος με τον Θεό. Διακόπτεται ο άνετος διά-λογος Αδάμ και Θεού. Χάνεται ο παράδεισος. Αρχί-ζει ο κόπος, η λύπη, ο στεναγμός. Τη γυμνότητά του αισθάνθηκε ο Αδάμ μετά την αμαρτία της παρακοής και τη γεύση του κακού. Η αίσθηση της γυμνότητός του

σημαίνει αντίληψη της τρεπτότητας και τρωτότητας, έλλειψη προστασίας, κατανόηση του πόνου της αποδεσμεύσεώς του από τον Θεό. Μπορούσαν να θε-ραπευθούν οι πρωτόπλαστοι δια της μετανοίας. Δεν το έπραξαν όμως. Γιατί; Θέλησαν να δικαιολογηθούν, ν' ακολουθήσουν δικό τους δρόμο, πιο σύντομο, πιο εύκολο, δίχως Θεό. Παγιδεύτηκαν οικτρά στον δρα-ματικό πόνο της μοναξιάς, της θεώσεως δίχως Θεό, της παράλογης αυτοθεώσεως. Η θεοδώρητη επιθυμία θεώσεως των πρωτοπλάστων εκμεταλλεύθηκε από τον πανούργο δαίμονα, που θέλησε να τους προσφέρει μία δική του ταχύρρυθμη ισοθεία κι έτσι τους απάτησε και τους θανάτωσε.

Η νοσταλγία του απολεσθέντος παραδείσου δη-μιουργεί δάκρυα πικρά, πόνο δυνατό, πόνο που μπο-ρεί όμως να θεραπεύσει τον αμαρτωλό. Και τότε να έχουμε το παράδοξο, αντιφατικό και οξύμωρο: Υγεία στην ασθένεια! Με την κατάφαση του πόνου, όχι μα-ζοχιστικά, όχι παθητικά, όχι μοιρολατρικά, αλλά με βεβαία πίστη, μ' επίγνωση, με υπομονή, ως θεϊκή δο-κιμασία και παιδαγωγία, και όχι ως τιμωρία, που επε-ξεργάζεται λύτρωση και σωτηρία. Γεννιέται έτσι ένας άλλος πόνος. Αγαπάς και πονάς, ταπεινώνεσαι και πονάς, υποχωρείς και πονάς. Πονάς όμως διαφορετι-κά, γλυκά, κερδοφόρα. Το ν' αγαπάς αληθινά σημαί-νει να θυσιάζεσαι. Αποτελεί μία ιδιαίτερα φιλόπονη εργασία, όπως και να ταπεινώνεσαι. Αγαπώντας ενδυναμώνεσαι και χαίρεσαι. Έχεις μια βαθειά ικανοποί-ηση. Μιλώντας για «χαρμολύπη» και «χαροποιόν πένθος», κατά τις ωραίες εκφράσεις των νηπτικών κει-μένων της Εκκλησίας μας, δεν παραδοξολογούμε. Ο πόνος και η συνειδητή κατάφαση σε αυτόν προσφέρει πολύτιμη γνώση, μεγάλη εμπειρία. Η εγνωσμένη παραδοχή της παθολογίας μας θα μας δώσει την υπέροχη και απαραίτητη για την πνευματική ανάβαση αυ-τογνωσία. Η γνήσια πνευματική ζωή είναι μία ηθελη-μένη απόσπαση από τον ψεύτικο εφησυχασμό της κα-λοπέρας και η είσοδος σε μία καλή αγωνία και ή-ρεμη ανησυχία, όπως έλεγε ο μακαριστός Γέροντας Παΐσιος Αγιορείτης, από την επανάπαυση και τη νωχέλεια σε μία ζωή όλο ωραίες αλλαγές. Μία πορεία προς συνάντηση του πλησίον, που κι εκείνος αγωνιά, άγχεται, δυσκολεύεται, προβληματίζεται, βασανίζεται και πονά.

Ο πόνος λιχνίζει και τελειοποιεί τον άνθρωπο. Ο πόνος από τους άλλους, δια πικρών λόγων και σκοτει-νών έργων, συχνά είναι πιο σκληρός και από της α-σθένειας και του πένθους. Πονά πολύ ο αταπείνωτος άνθρωπος όταν τον υποτιμούν, τον παρεξηγούν, τον μειώνουν, τον ειρωνεύονται, τον κουτσομπολεύουν, κατακρίνουν και συκοφαντούν. Οι συνεχώς κρίνοντες και κατακρίνοντες ασύστολα τους πάντες και τα πά-ντα, δίχως καμιά περίσκεψη κι αιδώ, καταδικάζοντάς τους αναπολόγητα, αμαρτάνουν φοβερά και θέτουν μεγάλο βάρος πάνω τους. Πονούμε τους άλλους, αλλά πονάμε κι εμείς.

Η συνεχής εξουσιαστικότητα στη ζωή δημιουργεί έντονη εχθρότητα, αντιπαλότητα και αντίδραση. Οι ε-ξουσιαστές συνήθως είναι άσπλαχνοι εγωιστές,

με υ-περβολική εσωτερική ένδεια, που προσπαθούν να την καλύψουν με πράξεις ισχύος. Ο ανόητος άνθρωπος θέ-λει να γίνει μεγάλος, κάνοντας τους άλλους μικρούς. Ο μεγάλος χριστιανός συγγραφέας Ντοστογιέφσκυ ορθά λέει πως υπάρχουν άνθρωποι που δεν έχουν δια-πράξει ποτέ τους έγκλημα και όμως είναι χειρότεροι α-πό εγκληματίες. Μερικοί πεθαίνουν χωρίς να ζήσουν. Λησμονούν ότι είναι άνθρωποι, εικόνες Θεού.

Ο ψυχικός πόνος είναι μια κραυγή της ψυχής για βοήθεια. Μας καλεί να εντείνουμε την πνευματική ό-ραση και ακοή εντός μας. Δεν πρέπει απρόσεκτα να προσπεράσουμε αυτό το κάλεσμα και να παραβλέψου-με το μήνυμα. Όπως ένας πόνος του σώματος μας δη-λώνει ότι κάτι συμβαίνει στον οργανισμό μας και ο-δηγούμεθα στον ιατρό και τις σχετικές εξετάσεις, έτσι καλούμεθα ν' αποκρυπτογραφήσουμε το σήμα του ψυ-χικού πόνου με τη συνδρομή μάλιστα της κατάλλη-λης μελέτης, της προσευχής και της βοήθειας του έ-μπειρου πνευματικού. Πολύ συχνά ο άνθρωπος εκτός από τα «γιατί» πα-ραπονείται πως είναι αβάστακτος και ασήκωτος ο πό-νος του και πως δεν είναι ικανός να τον αντέξει. Εν-τούτοις αυτός ο μεγάλος πόνος τελικά αντέχεται και ανακαλύπτει και αποκαλύπτει πολύ σπουδαία πράγμα-τα, που φανερώνουν την ποιότητα και ακεραιότητα της ζωής μας. Αν δηλαδή πιστεύουμε αληθινά -με μία πίστη δυνατή, ακράδαντη και θερμή- αν υπομέ-νουμε κραταιά κι ελπίζουμε εγκάρδια. Η πίστη στον Κύριο ανοίγει δρόμους, εκεί που ήταν όλοι κλειστοί και αδιέξοδοι. Τότε αισθανόμεθα καλά την ατέλεια, την ανεπάρκεια, τη μικρότητα, την αδυναμία, την παροδικότητα της ζωής μας. Κατανοούμε τότε μετά του θείου και κορυφαίου αποστόλου Παύλου ότι η δύναμή μας στην ασθένεια φανερώνεται και ολοκληρώνεται. Μέσα στην ασθένεια ταλαντεύεται η επίγεια ευδαιμο-νία μας, πιστεύουμε ότι δεν έχουμε μένουσα πόλη, αλ-λά τη μέλλουσα επιζητούμε.

Ο πόνος μπορεί να γίνει εφαλτήριο για την εκτί-ναξή μας από τη στείρα μετριότητα, τη μονότονη στα-σιμότητα, το κουραστικό πνευματικό σημειωτόν, στη γνωριμία μας με τον πραγματικό εαυτό μας. Να γνωρίσουμε καλά τις δυνάμεις, τις δυνατότητες, τις αντο-χές, τα όριά μας, τα τάλαντα που μας έδωσε ο Θεός μας. Να δούμε την κρυμμένη άγνωστη διάστασή μας -ότι δεν υπάρχουμε για να τρώμε και να κοιμόμαστε- και να γίνουμε περισσότερο αληθινοί άνθρωποι και χριστιανοί.

Δεν είναι εύκολο θέμα πράγματι για εξετάσεις ο πόνος. Δεν εξορκίζεται με πρόχειρες συνταγές εύκο-λης υπομονής, αλλά με ουσιαστική, ζωντανή και θερ-μή σχέση με τον Λυτρωτή, Σωτήρα, Σταυροαναστηθέντα Χριστό και τις δυνατές πρεσβείες των μεγάλων α-γωνιστών του πόνου. μεγαλομαρτύρων, ιερομαρτύρων, οσιομαρτύρων, παρθενομαρτύρων, νεομαρτύρων, δι-καίων, οσίων, ομολογητών. Ιδιαίτερα με τις σωστικές πρεσβείες της Υπεραγίας Θεοτόκου, της στοργικής μητέρας πάντων των θλιβομένων, της ελπίδος των απηλπισμένων, της χαράς των



χριστιανών, που τόσο πολύ την ακούει ο Υιός της, ο Κύριος ημών Ιησούς Χριστός. Η κάθε περίπτωση πόνου είναι προσωπική, ιδιαίτερη, σημαντική για τον ίδιο τον άνθρωπο, πρωτό-γνωρη ίσως, ασύγκριτη με όποιο άλλο μικρότερο ή μεγαλύτερο πόνο. Είναι ο καθαρά δικός μου σταυρός, το δικό μου φορτίο, ο δυνατός πειρασμός, η ισχυρή δοκιμασία, όπου κρίνομαι, εξετάζομαι και προβιβάζομαι ή μη. Η καλύτερη παρηγοριά πάντως των πικρών αυτών ωρών είναι η δια της ταπεινής και θερμής προ-σευχής επικοινωνία με τον πολυεύσπλαχνο, επουρά-νιο πατέρα, που υπάρχει για ν' ακούει και να προσ-τρέχει στους πόνους των πάντοτε αγαπητών παιδιών του.

Όμως, παρ' όλα αυτά, νομίζω πως ακόμη δεν έχω απαντήσει καίρια στο ποιο ακριβώς είναι το βαθύ νόημα του πόνου στη ζωή μας. Ταπεινά φρονώ πως την καλύτερη απάντηση συνάντησα σ' ένα μεγάλο βυ-ζαντινό θεολόγο, σ' ένα σπουδαίο ασκητή και μάρτυ-ρα και μεγάλο άγιο της Εκκλησίας μας, Μάξιμο τον Ομολογητή, που οι ανόσιοι εικονομάχοι του έκοψαν τη γλώσσα και το χέρι, για να μη μιλά και γράφει. Λέγει περιεκτικά και χαρακτηριστικά ο άγιος: Η πα-ράλογη ηδονή είχε ως φυσικό αποτέλεσμα την οδύνη, τον πόνο. Για ν' απαλλαγούμε από αυτή την οδύνη χρειάζεται μία νέα οδύνη, για να φθάσουμε στην ό-ντως ηδονή! Παράλογη ηδονή, αδελφοί μου, είναι κά-θε μορφή μικρής ή μεγάλης αμαρτίας. Η αμαρτία τε-λικά είναι ένας παραλογισμός. Ο άγιος Μάξιμος επί-σης λέγει πως αιτία της πτώσεως των πρωτοπλάστων ήταν η γεύση της ηδονής, που τους μετέδωσε οδύνη. Ο πνευματικός νόμος λειτουργεί πάντοτε άψογα. Η παράνομη, παράλογη, εγωιστική ηδονή καταλήγει σε οδύνη. Η γλυκύτητα δίνει πικρότητα, σαν τα χαρού-πια, την τροφή των χοίρων, την τροφή του ασώτου της γνωστής ευαγγελικής παραβολής. Πώς θα ελευθερωθεί ο άνθρωπος από την οδύνη, την πικρότητα, που τον κουράζει και ταλαιπωρεί; Χρειάζεται να κοπιάσει, να πονέσει, ν' αγωνισθεί, για να ξεπεράσει τον πόνο και να απελευθερωθεί από την οδύνη, που του πρόσφερε η γεύση της παράλογης η-δονής. Πώς θα γίνει όμως αυτό; Είναι εύκολο; Θα έ-χει αίσια αποτελέσματα; Αξίζει ν' αγωνίζεται και κο-πιάζει κανείς; Θα πραγματοποιηθεί δια του υπομονετι-κού, επίμονου, επιμελούς, δοκιμασμένου καλά και παραδεδομένου, γνήσιου ασκητικού αγώνος της Εκκλη-σίας μας. Η υπάρχουσα οδύνη της αμαρτίας θ' ανα-χωρήσει μόνο δια μιας νέας οδύνης, βίας και ασκήσε-ως. Όταν όμως ο άνθρωπος για διάφορους λόγους δεν αγαπά, δεν προσλαμβάνει και δεν ενστερνίζεται το α-παραίτητο, ασκητικό, μαρτυρικό φρόνημα της αγίας μητέρας μας Ορθόδοξης Εκκλησίας, τότε ο Πανάγα-θος Θεός, που θέλει όλους να μας σώσει και να έλθουμε σ' επίγνωση της αληθείας, δεν μας εγκαταλείπει, δεν μας ξεσυνερίζεται, αλλά μας επισκέπτεται δι' ενός άλλου τρόπου για να μας βοηθήσει. Ποιος είναι αυτός ο άλλος τρόπος; Οι διάφοροι πειρασμοί, οι πολλές δοκιμασίες, οι καθημερινές θλί-ψεις, οι έκτακτες ασθένειες, σωματικές ή ψυχικές. Ό-λα αυτά παραχωρούνται, επιτρέπονται από τον Θεό για την ανάνηψη, μετάνοια και

σωτηρία μας. Με αυ-τές τις προϋποθέσεις και αυτή την προοπτική, αντι-λαμβάνεσθε αγαπητοί μου, το βαθύ θέμα του πόνου και του νοήματός του στη ζωή μας. Δεν πρόκειται α-σφαλώς για ατυχία, για κακή ώρα, για δυστυχία και τραγωδία, όπως λέγεται, αλλά για επίσκεψη Θεού, ευ-λογία, τρόπο και οδό προς αγιασμό, σωτηρία και λύ-τρωση.

Η υπομονή λοιπόν στον πόνο και η προσευχητική καρτερία φέρει την επίσκεψη της θείας Χάριτος. Ο έτσι καλοδεχούμενος πόνος καθαρίζει την ψυχή. Αποδεικνύουμε την αγάπη μας στον Χριστό, με την αγόγγυστη υπομονή στον πόνο. Ο πόνος είναι ένας σταυρός, πάνω στον οποίο σταυρώνουμε τα πάθη μας. Μέσα από αυτή την εκούσια σταύρωση θ' αναστηθεί ο αναγεννημένος εαυτός μας.

Ο άγιος Μάρκος ο Ασκητής τονίζει πως η υπομο-νή στους πόνους των θλίψεων δίνει αληθινή γνώση και μεγάλη ωφέλεια. Ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος συνεχίζοντας λέγει πως αυτή η υπομονή στους πειρασμούς θα στε-φθεί από χαρά, στην οποία προκαταβολικά πρέπει να ελπίζουμε κατά την αδιάψευστη εντολή του Κυρίου.

Ο πόνος, αδελφοί μου, ταπεινώνει τον άνθρωπο. Μέσα από την αδυναμία του μπορεί ν' αναζητήσει τη δύναμη στον Θεό και να την έχει. Αν θελήσει να τα βγάλει πέρα μόνος του θα ταλαιπωρηθεί αρκετά και θα πονέσει σίγουρα πιο πολύ. Είναι μία ευκαιρία, να υποχωρήσει ο ατομισμός, η αυτάρκεια, η επικίνδυνη τάση για αυτοθέωση, που αποτελεί πονηρή ψευδαί-σθηση αυτοδυναμίας και αυτοδικαιώσεως, κι έτσι να οδηγηθεί στη σωτήρια μετάνοια, αποφασιστικά και α-μετάκλητα, γενναία και σταθερά, δίχως διλήμματα, ο-πισθοχωρήσεις και δαιμονοκίνητες αναβολές.

Ο πιστός παραδίδεται ολοκληρωτικά στο θέλημα του Θεού. Λέγει κι εννοεί το «γενηθήτω το θέλημά Σου» της Κυριακής προσευχής. Η πίστη στον Θεό α-ποτελεί ένα διάφορο πόνο. Καλείται ο πιστός ν' απα-γκιστρωθεί από το «ίδιον θέλημα», το κοσμικό περι-βάλλον, πρόσωπα και πράγματα αντίθεα, ιδέες και μέ-ριμνες παγιδευτικές. Ο πιστός προσκαλείται να μετα-ποιήσει τα πάθη σε αρετές και να μεταμορφώσει τη ζωή του.

Ένας ζωντανός και δυνατός οργανισμός, όταν νοσεί κάνει υψηλό πυρετό. Μη φοβόμαστε τον πυρετό. Είναι ένα σήμα. Κάτι δηλώνει. Ας μη σπεύσουμε να πάρουμε αντιπυρετικά. Ας αναζητήσουμε ως καλοί ιατροί την αιτία, την αφορμή, την προέλευση του ενοχλητικού πυρετού. Η πλούσια παράδοσή μας μας δι-δάσκει πως η κρίση του πόνου μπορεί να φέρει στην επιφάνεια τα αντισώματα εκείνα που τελικά θα μας σώσουν. Η αντιμετώπιση του πόνου θέλει μεγάλη προσοχή και υπομονή.

Ο άγιος Διάδοχος, επίσκοπος Φωτικής της Ηπεί-ρου, θεοφώτιστα και θεοχαρίτιστα αναφέρει στις θε-σπέσιες γραφές του ένα λόγο υπέροχα παρηγορητικό για πολλούς: «Ο υπομείνας χρόνιον ασθένειαν αγωγ-γύστως ως μάρτυς παραλειφθήσεται». Αυτός, λέγει, που έχει μία χρόνια και ανίατη ασθένεια και την

υπο-μένει στο κρεβάτι του πόνου δίχως να γογγύζει, αυτόν θα τον παραλάβει ο Κύριος κοντά Του ως ένα μεγαλο-μάρτυρα. Για να έχει όμως κανείς, αγαπητοί μου αδελ-φοί, τη μεγάλη καρτερικότητα και υπομονή να μη γογγύζει, ασφαλώς και βεβαίως θα πρέπει να πιστεύει θερμά στον Θεό και να προσεύχεται ταπεινά. Κατά τον άγιο Γρηγόριο τον Παλαμά, τον νέο οικουμενικό διδάσκαλο, η προσευχή δεν είναι απλά μία νοητική ε-νέργεια που απευθύνεται έκτακτα στον Θεό, είναι πράξη καρδιακής καθάρσεως, στην οποία μετέχει ό-λος ο άνθρωπος.

Ο ασθενής, λοιπόν, που υπομένει τον πόνο κι ευ-χαριστιακά και δοξολογικά προσεύχεται, ενισχύεται, παραμυθείται, απαλλάσσεται από την εμπάθεια και την ηδυπάθεια κι αισθάνεται το μέγα έλεος του πανά-γαθου Κυρίου. Στην κατάσταση της απάθειας η επιθυ-μία του ανθρώπου δεν νεκρώνεται, αλλά κατά την πατερική διδασκαλία μεταμορφώνεται. Αυτά όμως μόνο όταν τα ζει καλά κανείς, μόνο τότε μπορεί άνετα να τα εκφράσει και να τα περιγράψει. Είναι πολύ διαφορετικό να ξέρω ότι υπάρχει κάπου πολύτιμος θησαυ-ρός, από το να τον έχω δικό μου, να γνωρίζω δηλαδή τι σημαίνει να είσαι αληθινός Ορθόδοξος χριστια-νός.

Ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς λέγει πως ύλη της θεώσεως είναι η καθαρότητα. Η ασθένεια, όπως είπα-με, καθαρίζει τον άνθρωπο, όπως και η ταπεινή ά-σκηση -το μόνο που έχει να δώσει ο άνθρωπος στον Θεό. Με όλα τα παραπάνω πού καταλήγουμε αδελφοί μου; Ότι είναι καλύτερα να είμαστε άρρωστοι; Να μη προσευχώμεθα υπέρ της υγείας μας; Ν' αγαπούμε τον πόνο; Όχι. Δεν επιζητούμε νοσηρά τον πόνο στη ζωή μας. Όταν όμως έλθει, που κάποτε με κάποιο τρόπο σίγουρα θα έλθει, μη πανικοβληθούμε, μη τρομάξου-με, μη φύγουν όλα κάτω από τα πόδια μας, μην απογοητευθούμε, μη μελαγχολήσουμε, μη τα βάλουμε με τον Θεό, μη Τον θεωρήσουμε τιμωρό κι εκδικητή, μη Τον αγνοήσουμε, μη Τον λησμονήσουμε, μη δεν προ-σευχηθούμε. Αν φαίνεται να καθυστερεί να μας απα-ντήσει, δεν σημαίνει διόλου ότι δεν μας παρακολου-θεί, προσέχει και ακούει. Το σχέδιο της σωτηρίας μας μπορεί να φαίνεται ότι καθυστερεί, υφαίνεται όμως προσεκτικά και μυστικά. Δεν επιζητούμε αστόχαστα τον πόνο στη ζωή μας, αλλά αν και όποτε μας επισκε-φθεί, ας αναζητήσουμε καρτερικά το κρυμμένο και βαθύ νόημα της επισκέψεώς Του. Μπορούμε ν' ανα-πτύξουμε μαζί Του ένα σημαντικό διάλογο, που ν' α-ποτελέσει σταθμό στη ζωή μας και να νοηματισθεί ό-λος ο βίος μας και να λάβει άλλη διάσταση και νέα προοπτική. Σας μιλά αδελφικά ένας πονεμένος.

Η ανάσταση ακολουθεί πάντα τη σταύρωση. Ο θάνατος μας συνοδεύει στην αιώνια και πανευφρόσυνη ζωή, όπου «ουκ έστι λύπη, πόνος και στεναγμός αλλά ζωή ατελεύτητος». Αυτή την άλυπη, άπονη και αγόγγυστη παραδείσια ζωή προγεύεται, κατά τον υπέ-ροχο άγιο Συμεών τον Νέο Θεολόγο, ο πιστός που έ-χει παραδώσει εκούσια όλη του τη ζωή στα χέρια του Χριστού, όπως λέμε σε κάθε θεία λειτουργία του α-γίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου.

Με όλη μου την καρδιά, με όλη τη δύναμη της ψυχής μου και με όλη τη θέρμη του είναι μου εύχομαι ταπεινά και προσεύχομαι συνέχεια, αδελφοί πεφιλημένοι, ο πόνος των ασθενειών, των πειρασμών και των θλίψεων, να μη σας απογοητεύσει ποτέ. Ο πόνος να σας κάνει πιο υγιείς ψυχικά, πιο ώριμους πνευματικά, πιο καλλιεργημένους καρδιακά. Ο πόνος να συνδράμει στη νοηματοδότηση της ζωής σας και στην ουσιαστική σχέση σας με τον ζώντα Χριστό, τους φίλους του Χριστού, τους Αγίους και την Παναγία, τ' άγια μυστήρια και την αγία μας μητέρα Ορθόδοξη Εκκλησία, στην αγκάλη της οποίας όλοι οι πονεμένοι αναπαυόμαστε.

Εύχεστε και υπέρ εμού.

Άγιον Όρος  
Ιερά Σκήτη Κουτλουμουσίου  
Πάσχα 2008

ελάχιστος μοναχός  
Μωσής Αγιορείτης

ΤΟ ΑΛΗΘΙΝΟ ΝΟΗΜΑ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ: «ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΚΥΨΕΛΗ»  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

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