



Θέμα 17ο: Σάββατο 25 / Κυριακή 26 Φεβρουαρίου 2023

Η ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ

(Επιμέλεια: Γραφείο Νεότητας ΙΜΜΑ)

Μπαίνουμε παιδιά στην ιερότερη περίοδο του εκκλησιαστικού έτους, τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή. Γι' αυτό και η Εκκλησία μας προσφέρει μία ολόκληρη αλυσίδα από πρωτότυπες λατρευτικές ευκαιρίες, που αποτελούν πηγή δύναμης για κάθε πιστό χριστιανό. Μπορεί να πει κανείς χωρίς υπερβολή ότι οι πνευματικοί πατέρες και υμνογράφοι που συνέθεσαν τους ύμνους του Τριωδίου και οργάνωσαν τη δομή των ακολουθιών της Μεγάλης Σαρακοστής, γνώριζαν τις ανάγκες της ψυχής και τον τρόπο που αυτή θα οδηγηθεί στη μετάνοια, μετέχοντας στη μυστηριακή ζωή της Εκκλησίας.

Τι είναι η χαρμολύπη και πώς αποτυπώνεται στη Μεγάλη Σαρακοστή;

Χαρμολύπη σημαίνει ότι η λύπη και η χαρά συνυπάρχουν στην ανθρώπινη ψυχή. Η λύπη προέρχεται από την απομάκρυνσή μας από το Θεό λόγω των αμαρτιών μας, όπως την είχε βιώσει ο άσωτος υιός στη γνωστή παραβολή, όταν συναισθάνθηκε την άθλια κατάσταση που βρέθηκε. Η χαρά προέρχεται από την επιστροφή μας κοντά Του μέσω της μετάνοιας αλλά και από την ελπίδα της Αναστάσεως. Αυτή ακριβώς είναι και η ατμόσφαιρα της λατρείας αυτήν την περίοδο. Αν παρατηρήσουμε θα δούμε ότι τα άμφια των ιερέων είναι σκούρα, οι ακολουθίες διαρκούν περισσότερο και είναι κάπως πιο μονότονες, υπάρχει ελάχιστη κίνηση, τα φώτα χαμηλωμένα. Ο ναός διακατέχεται από μία ήρεμη θλίψη, η οποία όμως μας βοηθά να γαληνέψουμε, να αναλογιστούμε τις πράξεις και τη συμπεριφορά μας, να ξαναβρούμε τον πιο υγιή πνευματικά εαυτό μας. Πολύ χαρακτηριστικά διαπιστώνουμε τη χαρμολύπη κατά τη διάρκεια της Μεγάλης Εβδομάδας. Στον όρθρο της Μεγάλης Παρασκευής, δηλαδή το απόγευμα της Μεγάλης Πέμπτης, που τιμούμε τα Άγια Πάθη και ο ιερέας περιφέρει στην εκκλησία τον Εσταυρωμένο ψάλλοντας «Σήμερον κρεμάται ἐπὶ ξύλου», μπορούμε να θυμηθούμε ότι τελειώνει ψάλλοντας «Προσκυνοῦμέν σου τὰ Πάθη Χριστέ, δεῖξον ἡμῖν, καὶ τὴν ἔνδοξόν σου Ἀνάστασιν». Δηλαδή η Εκκλησία δεν αφήνει τον πιστό στη θλίψη των ημερών αλλά του δίνει την προοπτική και την ελπίδα της Αναστάσεως.

Ποια προσευχή μπορεί να ονομαστεί προσευχή της Μεγάλης Σαρακοστής και γιατί;

Η προσευχή του Αγίου Εφραίμ του Σύρου, η οποία λέει τα εξής:

Κύριε καὶ Δέσποτα τῆς ζωῆς μου,

πνεῦμα ἀργίας, περιεργίας, φιλαρχίας, καὶ ἀργολογίας μὴ μοι δῶς.

Πνεῦμα δέ σωφροσύνης, ταπεινοφροσύνης, ὑπομονῆς καί ἀγάπης

χάρισαί μοι τῷ σῶ δούλῳ.

Ναί, Κύριε Βασιλεῦ, δώρησαί μοι τοῦ ὁράν τά ἐμά πταίσματα,

καί μή κατακρίνειν τόν ἀδελφόν μου,

ὅτι εὐλογητός εἶ εἰς τούς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν.

Ἡ προσευχή αὐτή λέγεται στο τέλος κάθε ακολουθίας, ἀπό τον Κατανυκτικό Ἑσπερινό της Κυριακῆς ὡς τὴν Παρασκευὴ το ἀπόγευμα, κατέχει δηλαδή πολὺ σημαντικὴ θέση στο λατρευτικὸ τυπικὸ της Μεγάλης Σαρακοστής. Ἐνῶ εἶναι πολὺ σύντομη καὶ ἀπλή, εἶναι πολὺ περιεκτικὴ. Στὴν ἀρχὴ ὁ Ἅγιος Εφραίμ ἀναφερόμενος στὸν Χριστὸ ὡς τὸν μοναδικὸ Θεὸ καὶ Δεσπότη, Τὸν παρακαλεῖ νὰ τὸν ἀπαλλάξει ἀπὸ τέσσερις βασικὲς ἀμαρτίες, οἱ ὁποῖες ἀν ὑπάρχουν γεννοῦν καὶ πλήθος ἄλλων ἀμαρτιῶν. Πρόκειται γιὰ τὴν τεμπελιά, τὴν περιέργεια, τὴν φιλαρχία, δηλαδή νὰ θέλω νὰ εἶμαι ἀρχηγός καὶ τὴν ἀσκοπη χρῆση τοῦ λόγου.

Στὴ συνέχεια ζητᾷ ἀπὸ τὸν Χριστὸ νὰ τοῦ χαρίσει τὶς ἀρετὲς τῆς σωφροσύνης, τῆς ταπεινοφροσύνης, τῆς ὑπομονῆς καὶ τέλος τὴν μεγαλύτερη ἀπὸ ὅλες τὶς ἀρετὲς, τὴν ἀγάπη. Συνοψίζοντας ὁ Ἅγιος Εφραίμ ζητᾷ ἀπὸ τὸν Κύριο νὰ τὸν βοηθήσει νὰ βλέπει τὰ δικά του λάθη καὶ νὰ μὴ κρίνει τοὺς ἀδελφούς του. Το τελευταῖο αἴτημά του ἐπαναλαμβάνεται, καθὼς ἀποτελεῖ βασικὴ προϋπόθεση γιὰ ὁποιαδήποτε πνευματικὴ προσπάθεια.

Τι εἶναι ἡ Προηγιασμένη Θεία Λειτουργία καὶ γιὰ ποιο λόγο θεοπίστηκε;

Στὴ διάρκεια τῆς Μεγάλης Σαρακοστής τελεῖται Θεία Λειτουργία μόνον κάθε Σάββατο καὶ Κυριακῆ, καθὼς πρόκειται γιὰ περίοδο πένθους, νηστείας καὶ κατάνυξης ἐνῶ ἡ Θεία Λειτουργία ἔχει χαρακτήρα ἀναστάσιμο, πανηγυρικὸ καὶ χαρμόσυνο. Οἱ πιστοὶ ὅμως τῶν πρώτων αἰώνων εἶχαν τέτοια λαχτᾶρα γιὰ Θεία Κοινωνία, ποὺ κοινωνοῦσαν σχεδόν κάθε μέρα. Τους ἦταν δύσκολο λοιπὸν νὰ ἀπέχουν τόσες μέρες ἀπὸ τὴ Θεία Κοινωνία. Γιὰ αὐτὸν τὸ λόγο ἡ ἐκκλησία καθιέρωσε τὴ Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων, ποὺ τελεῖται κάθε Τετάρτη καὶ Παρασκευὴ, ὥστε ὅσοι πιστοὶ θέλουν καὶ εἶναι ἔτοιμοι, νὰ μποροῦν νὰ κοινωνοῦν τακτικά. Δὲν ἔχει τὸν ἀναστάσιμο χαρακτήρα τῆς Θείας Λειτουργίας, καθὼς τὸ Σῶμα καὶ τὸ Αἷμα τοῦ Χριστοῦ ἔχουν προαγιαστεῖ κατὰ τὴ Θεία Λειτουργία τῆς Κυριακῆς ποὺ προηγήθηκε καὶ ἔχουν φυλαχτεῖ στο Ἱερό.

Ἐκτός ἀπὸ τὶς ἀκολουθίες ποιες ἄλλες ευκαιρίες μας δίνει ἡ Μεγάλη Σαρακοστή;

Τὴν Κυριακὴ πρὶν τὴν Καθαρὰ Δευτέρα, τελεῖται ὁ πρῶτος κατανυκτικὸς Ἑσπερινός, ὁ ὁποῖος καλεῖται καὶ Ἑσπερινός τῆς συγχωρήσεως. Τι γίνεται σὲ αὐτόν; Στὸ τέλος τῆς ἀκολουθίας ὅλοι οἱ χριστιανοὶ ἀλληλοσυγχωροῦνται, δηλαδή ζητοῦν συγχώρεση ὁ ἓνας ἀπὸ τὸν ἄλλον, προκειμένου χωρὶς ἐρίδες καὶ τσακωμούς νὰ ξεκινήσουν τὸ ἀγωνιστικὸ στάδιο τῆς περιόδου αὐτῆς. Ὁ πνευματικὸς ἀγῶνας δε θα ἔχει κανένα ἀπολύτως ἀποτέλεσμα, ἀν ἡ σχέση μας με τοὺς ἄλλους δὲν

είναι καθαρή και αγαπητική. Μην ξεχνάμε τα λόγια του Χριστού στην επί του όρους ομιλία (Ματθ. ε' 23-24), που είπε ότι αν προσφέρεις το δώρο σου στο θυσιαστήριο (σύμφωνα με την παράδοση των Εβραίων) και θυμηθείς ότι ο αδελφός σου έχει κάτι με εσένα, προσέξτε, όχι εσύ να έχεις κάτι με τον αδελφό σου, να αφήσεις το δώρο, πήγαινε πρώτα να συμφιλιωθείς με τον αδελφό και ύστερα να επιστρέψεις για να προσφέρεις δώρο στο θυσιαστήριο. Εκτός όμως από τη συγχώρεση με τους αδελφούς μας, καλό είναι, ξεκινώντας αυτόν τον αγώνα, να ζητήσουμε συγχώρεση και από τον Θεό, προστρέχοντας στο πετραχήλι του πνευματικού μας. Με την εξομολόγηση ταπεινωθήκαμε ενώπιον του Θεού, αναγνωρίζουμε τα λάθη και τις αμαρτίες μας και ζητούμε το έλεός και τη βοήθειά Του. Δεν έχει νόημα να φοβόμαστε να αποκαλύψουμε στον πνευματικό μας τα βάθη της ψυχής μας, φανερώνοντας τις αδυναμίες και τα λάθη μας. Μέσω του πνευματικού ο Θεός συγχωρεί τις αμαρτίες μας. Ο ρόλος του δεν είναι να μας κρίνει αλλά να μας βοηθήσει πλησιάζοντας τον Θεό, να απαλλαγούμε από τα πάθη και τις αμαρτίες μας. Είναι πολύ όμορφο να χαρίζει κανείς τις αμαρτίες του στο Θεό και να Τον αφήνει να λειτουργήσει μέσα του το έργο της σωτηρίας. Επίσης, με το μυστήριο της εξομολόγησης φαίνεται η άπειρη αγάπη του Θεού προς τον άνθρωπο, καθώς συνεχώς του παρέχει την συγχώρεση, όσες φορές κι αν αυτός πέσει. Ονομάζεται και δεύτερο βάπτισμα, καθώς λειτουργεί σαν το βάπτισμα, που καθαρίζει τον άνθρωπο από το προπατορικό αμάρτημα. Έτσι και η εξομολόγηση καθαρίζει τον πιστό από τις αμαρτίες στις οποίες πέφτει στην επί γης ζωή του.

Η νηστεία επίσης αποτελεί χαρακτηριστικό και αναπόσπαστο στοιχείο της Μεγάλης Σαρακοστής.

Ποιος όμως είναι ο σκοπός της νηστείας;

Η νηστεία υπάρχει στην ιερά παράδοση της Εκκλησίας και έχει τη βάση της στο λόγο του Χριστού (Ματθ. ΙΖ 14-23) : «τοῦτο δὲ τὸ γένος οὐκ ἐκπορεύεται εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστείᾳ». Σε αυτήν την περικοπή οι μαθητές του Χριστού δεν κατάφεραν να διώξουν το δαιμόνιο από κάποιον άνθρωπο και Τον ρώτησαν πού οφειλόταν η αδυναμία τους. Εκείνος τους απάντησε ότι το γένος αυτό των δαιμονίων, δε βγαίνει παρά μόνο με προσευχή και νηστεία. Πρόκειται για δύο ισχυρά πνευματικά όπλα, που είναι απαραίτητα στον αγώνα εναντίον των δαιμόνων αλλά και γενικά στην καθημερινή πνευματική μας ζωή. Και ο ίδιος ο Χριστός όμως νήστεψε σαράντα μέρες και ύστερα συνάντησε το σατανά πρόσωπο με πρόσωπο. Η ζωή του Χριστού στη γη, μας δείχνει τον τρόπο που κι εμείς πρέπει να ζούμε. Η νηστεία δεν αποτελεί αυτοσκοπό, αλλά μέσο άσκησης. Μας βοηθάει να προετοιμαζόμαστε ψυχικά, καλλιεργεί την αυτοκυριαρχία, την εγκράτεια, την άσκηση των αρετών. Όταν συνδυάζεται με την ελεημοσύνη, τότε ωφελεί πολύ.

Τι αναφέρει ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος για τη νηστεία;

Δεν περιορίζεται στη νηστεία των τροφών, αλλά γενικεύει τη χρησιμότητά της σε όλες τις αισθήσεις. Συγκεκριμένα αναφέρει : «Αληθινή νηστεία είναι η αποξένωση από τις κακίες, η συγκράτηση της γλώσσας, η απομάκρυνση από το θυμό, ο αποχωρισμός από τις κακές επιθυμίες,

τη συκοφαντία, το ψέμα, την επιορκία. Όποιος αγωνίζεται για τα παραπάνω, νηστεύει αληθινά. Ποιο είναι το όφελος να είναι κανείς εγκρατής στα φαγητά, αλλά να μην στέκεται μακριά από πονηρές και μάταιες σκέψεις; Αληθινή νηστεία είναι η αποξένωση από τις κακίες».

Μήπως λοιπόν δε χρειάζεται να νηστεύουμε από τις τροφές αν προσέχουμε τη συμπεριφορά μας;

Όπως προαναφέραμε, όταν νηστεύουμε μαθαίνουμε να συγκρατούμε την επιθυμία μας. Μπορεί εκείνη την ώρα να επιθυμούμε ένα ωραίο αρτήσιμο φαγητό, όμως κάνουμε υπακοή στην Εκκλησία και κόβουμε το θέλημά μας. Αυτό μας βοηθάει χωρίς να το καταλαβαίνουμε πάρα πολύ σε όλη μας τη ζωή. Καταρχάς μπορούμε ευκολότερα να χαλιναγωγήσουμε τα πάθη μας, το θυμό μας για παράδειγμα. Συγκρατούμαστε και κυριαρχούμε καλύτερα τον εαυτό μας. Μας βοηθάει όμως ακόμη και στο να μην επιμένουμε να γίνεται πάντα αυτό που εμείς επιθυμούμε. Μαθαίνοντας να μην κάνουμε πάντα αυτό που θέλουμε, γινόμαστε πιο ταπεινοί και συγκαταβατικοί με τους άλλους. Πόσο σημαντικό αλήθεια είναι αυτό στη συζυγία και γενικότερα μέσα στην οικογένεια αλλά και στις ευρύτερες κοινωνικές και επαγγελματικές μας σχέσεις;

Η Εκκλησία είναι θεανθρώπινο σώμα με κεφαλή τον Χριστό και μέλη τους πιστούς. Πολλές φορές μπορεί να μην κατανοούμε για ποιο λόγο ορίζει κάτι, όμως είναι προς το συμφέρον μας να την εμπιστευόμαστε και να ακολουθούμε τα βήματα των αγίων μας, οι οποίοι πριν από εμάς δοκίμασαν να ζήσουν με υπακοή και το αποτέλεσμα τους δικαίωσε. Η περίοδος που διανύουμε μας δίνει πολλές ευκαιρίες. Ας τις εκμεταλλευτούμε, ώστε να μας αξιώσει ο Θεός να ζήσουμε εντονότερα φέτος το θαύμα της Αναστάσεως.