

## Η αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου.

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Μητροπ. Λεμεσού Αθανάσιος / Ορθόδοξη πίστη](#)



Πανιερωτάτου Μητροπολίτου Λεμεσού κ. Αθανασίου

Είτε το θέλει ο άνθρωπος είτε όχι, όσο περνά ο καιρός και μεγαλώνει σε ηλικία, βλέπει ότι ο χρόνος κυλά και τα χρόνια προστίθενται από την άλλη πλευρά, δηλαδή αυξάνεται το παρελθόν και μειώνεται το μέλλον. Και μόνη της αυτή η γνώση, μπορεί να μας βοηθήσει να καταλάβουμε πολλά πράγματα και να τα κρίνουμε σωστά. Να αξιοποιήσουμε πνευματικά τον χρόνο μας. Ένα από τα στοιχεία για το οποίο θα κριθούμε θα είναι το γεγονός του χρόνου. Αυτό το ζει κανείς στους αγίους ανθρώπους. Οι άνθρωποι αυτοί έχουν μια τεράστια ευαισθησία στο θέμα του χρόνου, στο να μην χαθεί καθόλου χρόνος. Οι μεγάλοι άγιοι είναι αυτοί που μπόρεσαν να αξιοποιήσουν και το τελευταίο δευτερόλεπτο του χρόνου τους.

Πολύ συχνά οι άνθρωποι λένε «να μου δώσει ο Θεός χρόνια να μεγαλώσω τα παιδιά μου, να τα παντρέψω, να τελειώσω τις δουλειές μου, να κάμω καλά έργα, έχω έργα ατέλειωτα»... όμως διερωτάται κανείς αν αυτό το αίτημα είναι δικαιολογημένο, γιατί φαίνεται ότι και χίλια χρόνια να ζήσουμε, πάντοτε θα

έχουμε δουλειές ατέλειωτες. Ανοίγουμε συνέχεια θέματα και δεν τα τελειώνουμε, αγχωνόμαστε και δεν ξεκουραζόμαστε.

Τι εννοούμε όμως όταν λέμε ξεκούραση; Πότε ξεκουράζεται αληθινά ο άνθρωπος; Πραγματική ξεκούραση είναι το να αφιερώνει ο άνθρωπος έστω και λίγο χρόνο από τη ζωή του για να προσευχηθεί. Μετά από μια πιεστική μέρα, αν λίγος χρόνος αφιερωθεί και αν ο άνθρωπος αφήσει τον εαυτό του να επικοινωνήσει με τον Θεό, με το Άγιο Πνεύμα που υπάρχει πλούσιο, άφθονο, στην Εκκλησία, πραγματικά λαμβάνει πολλή ξεκούραση διότι ξεκούραση δεν είναι μόνο να κοιμόμαστε πολλές ώρες ή να κάνουμε πολλά ταξίδια. Είναι και αυτό βέβαια ένα είδος σωματικής ξεκούρασης, αλλά η ψυχική ξεκούραση, η πνευματική ξεκούραση είναι πολύ πιο σημαντική και σπουδαία και ο άνθρωπος ξεκουράζεται πραγματικά όταν μάθει να έχει μια ζωντανή σχέση με τον Θεό. Βλέπει κανείς πόσο αναπαύεται το πνεύμα του ανθρώπου μέσα στις ιερές ακολουθίες της Εκκλησίας μας, όπως είναι ο παρακλητικός κανόνας της Παναγίας μας την περίοδο του Δεκαπενταυγούστου και πόσο αυτά τα ιερά τροπάρια βοηθούν ώστε το πνεύμα του ανθρώπου να ανεβεί προς τον Θεό και να κοινωνήσει με το Πνεύμα το Άγιο το οποίο δίδεται από το Θεό σε αυτούς οι οποίοι θέλουν και το επιζητούν. Τα τροπάρια αυτά γράφτηκαν από τους αγίους οι οποίοι είχαν την εμπειρία του Αγίου Πνεύματος, την παρουσία του Θεού μέσα στην καρδιά τους και εξέφρασαν ακριβώς αυτή την εμπειρία μέσα από τη μουσική της Εκκλησίας και τους ύμνους.

Έτσι έχουμε τη σωστή αίσθηση της ξεκούρασης, τη σωστή αίσθηση της ψυχαγωγίας, της διασκέδασης, διότι πιστεύω ότι όσο κανείς ξεκουράζεται με μια προσευχή, μια ακολουθία, μια μυσταγωγία με τη σημασία του όρου στον εκκλησιαστικό χώρο, δεν ξεκουράζεται ούτε στα καλύτερα ξενοδοχεία ή κέντρα ψυχαγωγίας όπου εκεί πάνε οι άνθρωποι και φεύγουν πολλές φορές πιο κουρασμένοι ή πιο αγχωμένοι απ' ότι πήγαν. Είναι παράδοξο το γεγονός ότι σήμερα που νυχτοξημερώνομαστε μέσα στα κέντρα ψυχαγωγίας, που γεμίζουμε τα ξενοδοχεία και τις καφετέριες, αντί να είναι όλοι ήρεμοι, χαρούμενοι και χαμογελαστοί κάθε μέρα, τελικά είναι όλοι γεμάτοι νεύρα. Από το πρωί που θα ξυπνήσουν, φωνάζουν, βρίζουν, έτοιμοι να κάνουν καβγά. Στην Εκκλησία δεν συμβαίνει αυτό. Λέγει έναν ωραίο λόγο ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος: «Θέλεις να δεις τι είναι η Εκκλησία και ποιο είναι το θαύμα της Εκκλησίας; Είναι πολύ απλό. Μπες μέσα στην Εκκλησία και θα δεις ότι είναι ένας τόπος όπου μπαίνεις λύκος και βγαίνεις πρόβατο, μπαίνεις ληστής και βγαίνεις όσιος, μπαίνεις θυμώδης και βγαίνεις πράος, μπαίνεις άνθρωπος και βγαίνεις άγγελος». Και συνεχίζει ο άγιος, «Τι λέω άγγελος; Μπαίνεις άνθρωπος και βγαίνεις Θεός κατά χάριν».

Αυτή είναι η Εκκλησία. Είναι κάτι το οποίο δεν μπορεί να αμφισβητήσει κανείς, το γεγονός ότι ο άνθρωπος μέσα στον εκκλησιαστικό χώρο, στην ατμόσφαιρα των ύμνων, των προσευχών, βρίσκει πολλή ηρεμία και γι' αυτό η Ορθόδοξη Εκκλησία έχει πολλές ακολουθίες. Είναι μια Εκκλησία κατεξοχήν λειτουργική και όλη η θεραπευτική αγωγή που ασκεί στον άνθρωπο και στη ψυχή του είναι αγωγή λειτουργική.

Είναι ευλογία λοιπόν να αξιοποιεί σωστά ο άνθρωπος το χρόνο του, να βρίσκει λίγο χρόνο να ξεκουράζεται πραγματικά αλλά κυρίως, να αφιερώνει λίγη ώρα στο Θεό και να μάθει να προσεύχεται. Μέσα στην καθημερινή μας ζωή συναντούμε πολλές δυσκολίες κι απογοητεύσεις, πολλά νέα παιδιά βρίσκονται σε αδιέξοδο, πολλά ερωτηματικά και προβλήματα υπάρχουν στις ψυχές των ανθρώπων και πολύ άγχος. Ακόμα και αυτό το σκότος που μπαίνει στη νεανική ψυχή και ο άνθρωπος δεν ξέρει ποιος είναι ο ίδιος, τι κάνει και πού πηγαίνει, δεν ξέρει τι θέλει. Όλα αυτά τα πράγματα θεραπεύονται όταν ο άνθρωπος αρχίσει να αξιοποιεί σωστά το χρόνο του, να προσεύχεται γιατί λαμβάνει δύναμη από την προσευχή και φως, γιατί ο ίδιος ο Θεός είναι φως και το φως του Θεού αρχίζει σιγά σιγά να διαλύει τα πνευματικά σκοτάδια.

Απομαγνητοφωνημένη ομιλία Ν.Κ.

**Πηγή:** [isagiastriados.com](http://isagiastriados.com)