

Άγιος Θεοφάνης ο Έγκλειστος: Συμβουλές πνευματικές για θάρρος και προσευχή

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Θεοφάνης ο Έγκλειστος](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)





Έχεις ακόμη ανησυχίες. Πές μου, από ποῦ θὰ μποροῦσαν νὰ προέρχονται; Ὅλα τὰ ἐξωτερικὰ πάνε καλά. Ὅλα τὰ ἐσωτερικὰ τὰ ἔχεις ἐπανεξετάσει καὶ τακτοποιήσει. Τὴν ἀπόφασή σου τὴν ἔχεις πάρει. Ἀπὸ ποῦ, λοιπόν, προέρχονται αὐτὲς οἱ ανησυχίες; Ὅλες εἶναι ἀπὸ τὸν ἐχθρό. Ὅλες. Ἀπὸ πουθενὰ ἄλλοῦ.

Τί άλλο θα μπορούσε να συμβαίνει; Μήπως σκέφτεσαι να φτιάξεις τη ζωή σου μόνη σου, με τις δικές σου ικανότητες και προσπάθειες; Άν πραγματικά αυτό σκέφτεσαι, σε συμβουλεύω ν' αλλάξεις άμέσως γνώμη, άλλιώς δέν θ' άπαλλαγεΐς άπό τή σύγχυση και τήν ταραχή.

Έξετάσε πάλι τόν έαυτό σου ή θυμήσου ό,τι σοϋ έχω ύποδείξει και ό,τι έχει συμβεί μέσα σου σ' όλη τη διάρκεια τής άλληλογραφίας μας. Θυμήσου, επίσης, ποιά ήταν ή έκβαση τών προβληματισμών σου για τή ζωή. Τέλος, δώσε στην άυτοεξετάσή σου τέτοια κατεύθυνση, ώστε να καταλήξει σε μιά σταθερή άπόφαση άμετάκλητης έναποθέσεως τοϋ μέλλοντός σου στα χέρια τοϋ Θεοϋ.

Άφοϋ, λοιπόν, πάρεις αύτη τήν άπόφαση, προσευχήσου στον Κύριο όλόθερμα. “Τò μέλλον μου”, πές Του, “τò αφήνω με έμπιστοσύνη στα χέρια Σου. “Όπως ξέρεις και όπως θέλεις, Κύριε, κατεύθυνε τή ζωή μου, μ' όλα τά άπρόοπτα και μ' όλες τις δυσκολίες της. Άπό δώ κι έμπρός δέν θα μεριμνώ και δέν θ' άνησυχώ πια για τόν έαυτό μου. Μιά φροντίδα μόνο θα έχω, να κάνω πάντα ό,τι εΐναι εύάρεστο σ' Έσένα”.

Έτσι να Τοϋ μιλήσεις, αλλά και έμπρακτα να Τοϋ άποδείξεις ότι έχεις ολοκληρωτικά άφεθει στα χέρια Του, ότι δέν άνησυχείς για τίποτα, ότι άποδέχεσαι ήρεμα και άγόγγυστα όποιαδήποτε κατάσταση, εύχάριστη ή δυσάρεστη, με τήν πεποίθηση ότι έχει παραχωρηθει άπό τή θεία πρόνοια. Μοναδική σου μέριμνα ας εΐναι ή άκριβής τήρηση τών έντολών τοϋ θεοϋ σε κάθε περίσταση.

Ύστερ' άπό μιά τέτοια έσωτερική τοποθέτηση, όλες οι άνησυχίες σου θα έξανεμιστοϋν. Άνησυχείς για τόν έαυτό σου τώρα, καθώς θέλεις όλες οι περιστάσεις να συντείνουν στην έκπλήρωση τοϋ δικοϋ σου σκοποϋ. Και επειδή, φυσικά, όλα δέν γίνονται σύμφωνα με τò θέλημά σου, ταραζέσαι και στενοχωριέσαι - “Αυτό δέν έγινε έτσι, εκείνο δέν έγινε άλλιώς”. Άν, όμως, άναθέσεις τά πάντα στον Κύριο με έμπιστοσύνη και δεχθείς πώς ό,τι συμβαίνει προέρχεται άπ' Αϋτόν για τò καλό σου, τότε δέν θ' άνησυχείς πια καθόλου. Θα κοιτᾶς μόνο γύρω σου, για να δείς τί σοϋ στέλνει ό Θεός, και θα ενεργείς σύμφωνα μ' αύτò που στέλνει.

Κάθε κατάσταση μπορεί να ύπαχθει σε κάποια θεία έντολή. Να ενεργείς, λοιπόν, σύμφωνα με τή σχετική έντολή, έπιδιώκοντας τήν εύαρέστηση τοϋ Θεοϋ και όχι τήν ικανοποίηση τών δικών σου έπιθυμιών. Προσπάθησε να καταλάβεις τί λέω και άποφάσισε να τò εφαρμόσεις. Δέν θα τò κατορθώσεις, βέβαια, άπό τή μιά στιγμή στην άλλη. Χρειάζεται άγώνας γι' αύτò, αλλά και προσευχή.

Ζητώ άπό τόν Κύριο να σε λυτρώσει άπό τήν κατάθλιψη, που θεωρείς άφόρητη,

ἀλλά μόνο ἂν αὐτὸ εἶναι σύμφωνα μὲ τὸ ἅγιο θέλημά Του καὶ ἀπαραίτητο γιὰ τὴ σωτηρία σου. Θὰ σὲ λυτρῶσει, δίχως ἄλλο, στὴν ὥρα ποὺ πρέπει. Ὅπλίσου μὲ πίστη καὶ ὑπομονή. Βλέπουμε πόσο γρήγορα μεταβάλλονται οἱ συνθήκες τῆς ζωῆς μας. Ὅλα ἀλλάζουν ἀκατάπαυστα. Ἔτσι θ' ἀλλάξει καὶ ἡ ψυχική σου κατάσταση. Θὰ ἔρθει μία μέρα πού, ἀπαλλαγμένη πιά ἀπὸ τὸ πλάκωμα, θ' ἀναπνέεις ἐλεύθερα καὶ θὰ φτεροκοπᾷς ὅπως ἡ πεταλούδα πάνω ἀπὸ τὰ λουλούδια. Πρέπει μόνο νὰ σηκώσεις μὲ ὑπομονὴ τὴν τωρινὴ δυσκολία γιὰ ὅσον καιρὸ παραχωρήσει ὁ Θεός.

Ὅταν ἡ νοικοκυρὰ βάλει μιά πίτα στὸ φουῦρνο, δὲν τὴ βγάζει ὥσπου νὰ βεβαιωθεῖ πὼς εἶναι ψημένη. Ὁ Νοικοκύρης τοῦ σύμπαντος σ' ἔχει βάλει μέσα σ' ἓνα φουῦρνο καὶ σὲ κρατᾷ ἐκεῖ ὥσπου νὰ ψηθεῖς. Κάνε ὑπομονή, λοιπόν, καὶ περίμενε. Δὲν θὰ μείνεις στὸ φουῦρνο οὐτ' ἓνα λεπτὸ περισσότερο ἀπ' ὅσο χρειάζεται. Μόλις εἶσαι ἔτοιμη, θὰ σὲ βγάλει ὁ Κύριος ἔξω. Ἄν, ὅμως, μόνη σου πεταχτεῖς ἔξω, θὰ εἶσαι σὰν τὴ μισοψημένη πίτα.

Πρέπει ἐπίσης νὰ σοῦ πῶ, ὅτι, σύμφωνα μὲ τὴν πίστη μας, ὅποιος ὑπομένει ἀγόγγυστα τὶς δυσκολίες, πιστεύοντας ὅτι τὶς παραχωρεῖ ὁ Θεὸς γιὰ τὸ καλὸ του, εἶναι ἰσότιμος μὲ τοὺς μάρτυρες. Αὐτὸ νὰ τὸ θυμᾶσαι πάντα, γιὰ νὰ παρηγοριέσαι.

Εἶναι ἀδύνατο νὰ ζήσεις χωρὶς συναισθήματα καὶ συγκινήσεις, ἀλλά δὲν εἶναι σωστὸ νὰ ὑποκύπτεις σ' αὐτά. Πρέπει νὰ τὰ συγκρατεῖς μὲ τὴ λογικὴ καὶ νὰ τοὺς δίνεις τὴ σωστὴ κατεύθυνση. Εἶσαι εὐαίσθητη καὶ εὐσυγκίνητη. Ἡ καρδιά σου ξεχειλίζει καὶ χύνεται μέσα στὸ κεφάλι σου.

Προσπάθησε ν' ἀποκτήσεις αὐτοκυριαρχία. Σοῦ ἔχω γράψει ἤδη τί νὰ κάνεις: Νὰ σκέφτεσαι προκαταβολικὰ ποῦ βρίσκεται τὸ πιθανὸ ἐρέθισμα γιὰ κάθε συναίσθημα. Καί, ὅταν τὸ ἐντοπίζεις, νὰ εἶσαι σὲ ἐπιφυλακὴ, γιὰ ν' ἀντιλαμβάνεσαι ὅποιαδήποτε συναισθηματικὴ ταραχὴ τῆς καρδιάς, ἢ νὰ κρατᾷς τὴν καρδιά σου κάτω ἀπὸ τὸν σταθερὸ ἔλεγχο τοῦ νοῦ. Χρειάζεται ν' ἀσκηθεῖς σ' αὐτό. Μὲ τὴν ἐξάσκηση εἶναι δυνατὸ ν' ἀποκτήσεις πλήρη αὐτοκυριαρχία.

Ὅλα πάντως προέρχονται ἀπὸ τὸν Θεό. Γι' αὐτὸ ἄς στρεφόμεστε σ' Ἐκεῖνον μὲ τὴν προσευχή. Καὶ ὅμως, γράφεις ὅτι δὲν προσεύχεσαι. Τί εἶναι τοῦτο πάλι; Μήπως ἔγινες ἄθεη; Τί πάει νὰ πεῖ δὲν προσεύχεσαι; Μπορεῖ νὰ μὴ λές τὶς τυπικὲς προσευχές, ἀλλά ν' ἀπευθύνεσαι στὸν Θεὸ μὲ δικά σου λόγια καὶ νὰ Τοῦ ζητᾷς βοήθεια. “Κοίτα, Κύριε, τί συμβαίνει μ' ἐμένα. Ἐτοῦτο κι ἐκεῖνο... Δὲν μπορῶ νὰ τὰ βγάλω πέρα μόνη μου. Βοήθησέ με, πολυεύσπλαχνε!”. Νὰ Τοῦ μιλᾷς γιὰ κάθε σου ἀνάγκη, ἀκόμα καὶ τὴν πιὸ μικρὴ, καὶ νὰ Τὸν παρακαλᾷς γιὰ διαρκὴ ἐνίσχυση. Αὐτὴ ἡ προσευχὴ εἶναι ἡ πιὸ γνήσια.

Γιατί ἀκοῦς ἐκεῖνον πού σὲ ἀποτρέπει ἀπὸ τὴν προσευχή; Δὲν καταλαβαίνεις ὅτι κι

αὐτὸ εἶναι δουλειὰ τοῦ ἐχθροῦ; Ναί, ἀναμφίβολα εἶναι. Ψιθυρίζει στὸ αὐτί σου: “Μὴν προσεύχεσαι!”. Καὶ μερικὲς φορές, ἀφοῦ κυριαρχήσει σ’ ὁλόκληρο τὸ σῶμα σου, σὲ ρίχνει στὸ κρεβάτι καὶ σὲ ἀποκοιμίζει. Δικὰ του τεχνάσματα εἶναι ὅλα τοῦτα. Μὰ ἐνῶ ὁ πονηρὸς κάνει τὴ δουλειά του, πασχίζοντας νὰ σὲ ἀποσπάσει ἀπὸ τὸ καλὸ σου ἔργο, πρέπει κι ἐσύ νὰ κάνεις τὴ δική σου δουλειά, ἐπιμένοντας σ’ αὐτὸ τὸ ἔργο ὡς τὸ τέλος.

Ὅπλίσου, ὅπως τόσες φορές σοῦ ἔχω πεῖ, μὲ θάρρος καὶ μὴν ἀκοῦς τὸν ἐχθρό. Καμιὰ προσοχὴ μὴ δίνεις στοὺς ψιθυρισμοὺς του. Καὶ ἐπιπλέον, θύμωσε! Θυμώνοντας ἐναντίον του, εἶναι σὰν νὰ τὸν χτυπᾶς κατάστηθα. Ἀμέσως γίνεται καπνός.

Σοῦ εὐχόμαι μ’ ὅλη μου τὴν καρδιὰ νὰ βρεῖς τελικὰ τὴν εἰρήνη.

Ὁ Θεὸς βοηθός!