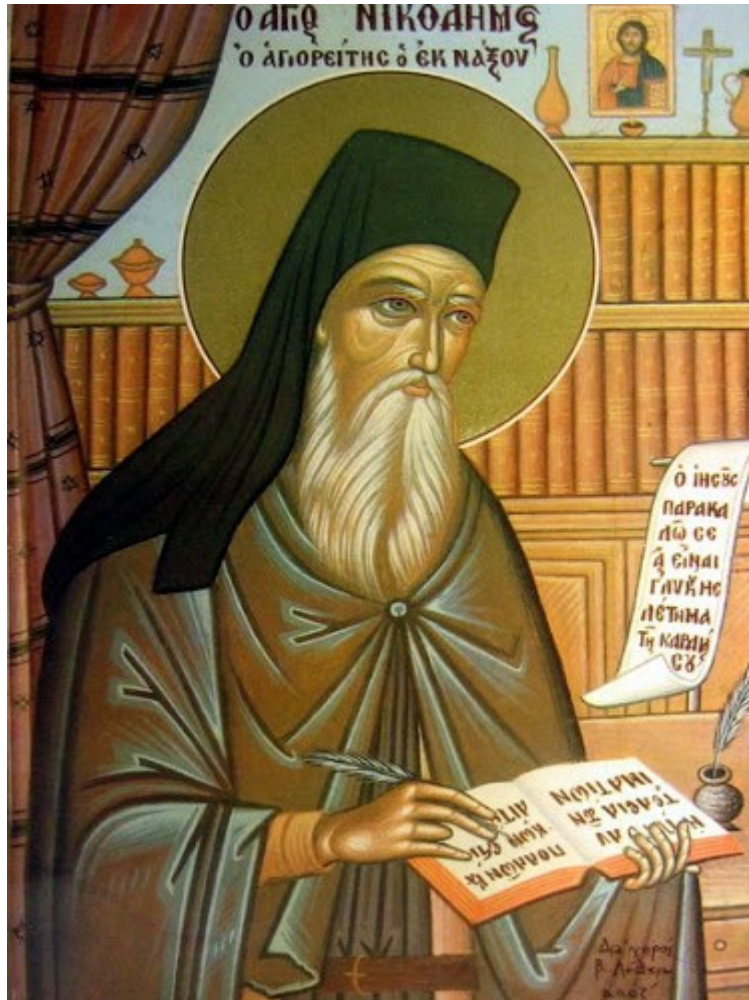


## Οι κακές έξεις και η θεραπεία τους

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Άγ. Νικόδημος Αγιορείτης / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Α'. Εξέτασε, αδελφέ, τις κακές έξεις και συνήθειες, που απόκτησες με τη ζωή που έκανες αν είναι παλιές, χρειάζεται περισσότερος κόπος, για να καταστραφούν, αν είναι καινούργιες λιγότερος· όπως ένα παλιό και ένα μεγάλο δένδρο, περισσότερο κόπο χρειάζεται, για να κοπεί και να ξεριζωθεί από ένα νέο και μικρό.



Β'. Εξέτασε τις θεραπείες που πρέπει να χρησιμοποιήσεις γι' αυτές τις κακές σου έξεις και συνήθειες από τις θεραπείες αυτές η πρώτη είναι το να θέλεις να διορθωθείς όχι αμφιβάλλοντας, αλλά αποφασιστικά. Διότι οι σωματικές ασθένειες μπορούν να θεραπευθούν και χωρίς την θέλησή μας οι ασθένειες όμως της ψυχής χωρίς να το θέλουμε, δεν είναι δυνατό να θεραπευθούν. Διότι και γι' αυτές χρειάζεται μία αποφασιστική θέληση του ασθενή, για να ιατρευθεί και να χρησιμοποιήσει τα μέσα και τα όργανα εκείνα, τα οποία είναι κατάλληλα για τη θεραπεία. Τα μέσα, λοιπόν, και τα όργανα τα οποία μπορείς να χρησιμοποιήσεις για να θεραπεύσεις τις κακές σου συνήθειες και έξεις είναι εκείνα τα δύο τα οποία μάς φανέρωσε ο Κύριος όταν ελευθέρωσε εκείνον που ήταν δαιμονισμένος από την παιδική του ηλικία λέγοντας «Το γένος αυτό δεν είναι δυνατό να βγει με κανένα άλλο μέσο παρά με προσευχή και νηστεία» (Μάρκ. 9,29).

Γ. Εξέτασε, λοιπόν, τον εαυτό σου, πώς κάνεις την προσευχή σου• διότι πρέπει να προσεύχεσαι όχι με καρδιά, που να περιπλανιέται εδώ κι εκεί και με διασκορπισμένο νου, αλλά να προστρέχεις στο Θεό και να προσεύχεσαι με τόση μεγάλη ταπείνωση και καρδιακή συντριβή και με τόση μεγάλη προσοχή του νου και με τόση μεγάλη καρτερία και υπομονή, όπως θα προσευχόσουν αν βρισκόσουν σε

μία μεγάλη θαλασσοταραχή, όπου δεν θα υπήρχε άλλη ελπίδα σωτηρίας παρά μόνο η βοήθεια του Θεού. Διότι σε τέτοια συντετριμμένη και ταπεινή προσευχή ο Θεός δεν αρνείται κανένα πράγμα, αλλά δίνει, όσα είναι απαραίτητα για τη σωτηρία, διότι αυτός μόνο είπε· «Ζητάτε και θα σας δοθεί, ερευνάτε και θα βρείτε, κτυπάτε και θα σας ανοιχθεί η πόρτα. Διότι καθένας που ζητά, λαμβάνει, και καθένας που ερευνά, βρίσκει» (Ματθ. 7,7-8). Αυτός είπε και το παράδειγμα της χήρας και του κριτή της αδικίας για να μάς διδάξει να προσευχόμαστε πάντοτε, να μη παραπονούμαστε, ότι δεν λαμβάνουμε αμέσως τα αιτήματά μας· «Τους είπε και παραβολή, για να τους διδάξει ότι πρέπει να προσεύχονται και να μην αποθαρρύνονται». Έτσι, όπως είναι αδύνατο να αθετήσει το λόγο του ο Θεός και να διαψευσθεί, έτσι είναι αδύνατο να μην εισακουσθείς κι εσύ με την πάροδο του χρόνου, αν εξακολουθείς να προσεύχεσαι αδιάλειπτα και να τον παρακαλείς με τον τρόπο που είπαμε. Έκτος από αυτά, πρέπει να βάλεις στο Θεό μεσίτρια της χάριτος και του ζητήματος, που επιθυμείς την Ύπεραγία Παρθένο, τη μητέρα του Θεού και μητέρα και μάμμη όλων των χριστιανών• γιατί, αν ο Υιός της είναι πατέρας μας και αδελφός μας και Πνεύμα, επόμενο είναι να είναι και αυτή μάμμη και μητέρα μας γλυκύτερη, η οποία μάς δόθηκε ως βοηθός και συνήγορος γι' αυτό το σκοπό, για να μεσιτεύσει στον Υιό της για μας ως Μητέρα του ελέους. Και αν ο Σειράχ είπε για την Εύα ότι «από τη γυναίκα ξεκίνησε η αμαρτία και εξ αιτίας της πεθαίνουμε όλοι» (Σοφ. Σειρ. 25,24)• εμείς με περισσότερο δίκαιο μπορούμε να πούμε για την Κυρία Θεοτόκο ότι από γυναίκα έγινε η αρχή της σωτηρίας και εξ αιτίας της αναζωοποιούμαστε όλοι. Έτσι μπορούμε να προστρέχουμε σ' αυτήν με κάθε θάρρος σε κάθε μας περίπτωση και ανάγκη. Και τελικά, για να κάνεις την προσευχή σου αυτή πιο ενεργητική, για να λάβεις εκείνο που ζητάς από το Θεό, πρέπει να ετοιμασθείς προσωπικά με την εξομολόγηση και με την μετάληψη των Αχράντων Μυστηρίων, διότι αυτά τα δύο μυστήρια είναι σαν τα σωληνάρια, μέσα από τα οποία έρχεται σε μας από τον Χριστό κάθε αγαθό.

Δ'. Κατόπιν, εξέτασε τον εαυτό σου για την νηστεία που κάνεις -και, όταν λέω νηστεία, εννοώ κάθε είδους εγκράτεια και αποχή και φαγητών και ποτών και ενδυμάτων και στρωμάτων και σωματικών αναπαύσεων, η στέρηση των οποίων γίνεται ή για κανόνα και παιδείωση των προηγούμενων σου αμαρτιών ή για προφύλαξη και πρόβλεψη των μελλοντικών. Γιατί, αν δίνεις στο κορμί όλες τις απολαύσεις και όλες τις αναπαύσεις και αν ζητάς στο κρεβάτι κάθε είδους μαλακά στρώματα και κάθε είδους φαγητού στο τραπέζι· και αν θέλεις να βρίσκεσαι σε όλες τις διασκεδάσεις και σε όλες τις συντροφικές των φίλων σου και να χάνεις τον καιρό σου σ' αυτές με κάθε είδους αργία· και, για να μιλήσω σύντομα, αν θέλεις να δίνεις κάθε είδους θεραπεία στα πάθη σου και να μην αποφεύγεις κανένα κίνδυνο, από εκείνους που με όλη την προθυμία δεν απέφευγαν όλοι οι άγιοι· αν λέω ζητάς αυτά, πώς είναι δυνατό να ξεριζώσεις τα πάθη και τις

κακές έξεις που απόκτησες; «Δένδρο που ποτίζεται καθημερινά πότε θα ξεραθεί η ρίζα του; Και δοχείο που καθημερινά δέχεται προσθήκη υγρού, πότε θα λιγοστέψει;» σου λέει ο άγιος Ισαάκ. Έτσι αν και συ δίνεις στο σώμα τις αναπαύσεις του, με ποιά βάση νομίζεις ότι μπορείς να διορθωθείς; Βέβαια, δεν μπορείς άλλο να περιμένεις στο τέλος μίας τέτοιας ζωής που έζησες με τόσες αμαρτίες παρά έναν ατέλειωτο θάνατο μέσα σε όλα τα κολαστήρια, διότι τέτοια πονηρή ζωή προξενεί και πονηρό θάνατο• «Ο θάνατος που προξενεί, είναι θάνατος φοβερός» (Σοφ. Σειρ.28,21).

Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτου, Πνευματικά Γυμνάσματα, σελ. 431-433. Έκδοσις Συνοδίας Σπυρίδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος.