

Η ΕΙΡΗΝΗ ΩΣ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΖΩΗΣ

**Τοῦ κ. ΧΡΙΣΤΟΥ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛ,
Θεολόγου, Δρος Φαρμακευτικῆς.**

(Συνέχεια ἀπό τή σελ. 16 τοῦ προηγούμενου τεύχους)

ΓΙΑΤΙ ΛΕΙΠΕΙ Η ΕΙΡΗΝΗ

1) Ἡ ἀπόκτηση τῆς εἰρήνης ἀπό τοὺς περισσότερους ἀνθρώπους σήμερα θεωρεῖται **οὐτοπική**. Ἡ ἀπουσία τῆς εἰρήνης εἶναι δεδομένη σχεδόν γιὰ ὅλους μας. Ἔτσι δέν τὴν ἀναζητοῦμε. Ἀναρωτιόμαστε: Εἶναι δυνατόν κάποιος στίς ἡμέρες μας νά ἔχει εἰρήνη; Κι ὅμως ὡς Χριστιανοί δέν θά ἔπρεπε νά θέταμε ἕνα τέτοιο ἐρώτημα. Ὁ Θεός ζητάει ἀπὸ ἐμᾶς τὴν εἰρήνη. Θά μπορούσε ὁ Θεός νά μᾶς ζητάει κάτι ἀκατόρθωτο, κάτι ἀνεδαφικό; Δέν βλέπει σέ ποιά πραγματικότητα ζοῦμε; Μᾶς τὴν ζητάει, γιατί γνωρίζει, ὅτι μπορούμε ὅλοι μας νά τὴν ἀποκτήσουμε. «Ἐν δέ εἰρήνῃ κέκληκεν ἡμᾶς ὁ Θεός»⁽³⁰⁾. «Ἄρα οὖν τὰ τῆς εἰρήνης διώκωμεν»⁽³¹⁾. Χαρακτηριστικός, ἐπίσης, εἶναι καί ὁ στίχος 15 ἀπὸ τὸν 33ο Ψαλμὸ: «...**ζήτησον εἰρήνην καὶ δώξον αὐτήν**». Δηλαδή, «ζήτησε νά ἔχεις εἰρήνη μέ τὸν πλησίον σου καί μέ τὴ συνείδησή σου καί ἐπιδίωξε μέ συνεχεῖς προσπάθειες πού θά ἀνανεώνονται συνεχῶς νά ἐπιτύχεις νά τὴ βρεῖς»⁽³²⁾. «Εἰρήνην διώκετε μετὰ πάντων», μᾶς λέει καί ὁ Ἀπόστολος Παῦλος⁽³³⁾.

2) Ὅταν λείπει ἡ εἰρήνη, πολύ εὐκόλα δικαιολογοῦμε τὸν ἑαυτό μας, ρίχνοντας τό φταίξιμο στίς δυσμενεῖς συνθῆκες τῆς ζωῆς

30) Α΄ Κορινθ. 7, 15.

31) Ρωμ. 14, 19.

32) Ψαλμ. 33, 15.

33) Ἐβρ. 12, 14.

μας. Κι ὅμως ἡ εἰρήνη δέν ἐξαρτᾶται ἀπό εὐμενεῖς ἢ δυσμενεῖς συν-
 θῆκες τῆς ζωῆς μας ἢ ἀπό τά προβλήματα μας. **Ἡ εἰρήνη εἶναι κα-
 θαρὰ ὑπόθεση ἐσωτερική.** Ὅλοι οἱ ἅγιοι ὅλων τῶν ἐποχῶν μέ δυσ-
 κολίες δέν ἔζησαν; Πῶς τίς ἀντιμετώπιζαν; «Λοιδορούμενοι εὐλο-
 γοῦσαν, διωκόμενοι ἀνέχονταν, βλασφημούμενοι παρακα-
 λοῦσαν». Ὁ ἱερός Χρυσόστομος, λέει: «Ὅλοι τὴν ἴδια θάλασσα
 πλέομεν. Εἶναι ἀδύνατο νά ἀποφύγουμε τά κύματα καί τὴν ἀλμύρα.
 Ἄν, λοιπόν, κάνουμε τὴν καρδιά μας ἱκανή νά τά ὑπομένει ὅλα,
 δέν θά ὑπάρχει χειμώνας γιὰ ἐμᾶς, οὔτε κλυδωνισμός, ἀλλὰ λαμ-
 πρά καί συνεχῆς πάντοτε γαλήνη» καί «ὅταν ὑπάρχει ἀγάπη, μᾶς
 φαίνονται εὐχάριστα καί τά δυσάρεστα»⁽³⁴⁾. Μᾶς τό διαβεβαιώνει ὁ
 Ἅγιος Ἰωάννης ὁ Χρυσόστομος, πού τόσα δεινά καί τόσες πολ-
 λές κακουχίες πέρασε στὴ ζωὴ του. Ὁ Κύριος θέλει οἱ μαθητές του
 νά ἔχουν εἰρήνη ἐν ἑαυτοῖς, ὅσονδήποτε ταραγμένο καί
 θορυβῶδες συμβαίνει νά εἶναι τό ἐξωτερικό περιβάλλον τους.

3) **Ὀλιγοπιστία.** Ἡ ἔλλειψη ἰσχυρῆς καί ἀκλόνητης πίστεως. Ἡ
 ὀλιγοπιστία φέρνει ταραχὴ στὴν καρδιά. Ξεχνοῦμε τὴ Θεία Πρό-
 νοια. Πολλές φορές ταραζόμαστε καί ἀπό φανταστικές δυσκολίες,
 πού πιστεύουμε, ὅτι θά ἔρθουν. Τί γίνεται τότε; Μᾶς τό λέει ὁ Μέ-
 γας Ἀθανάσιος: «Ἐάν οἱ δαίμονες ἡμᾶς εὕρωσιν δειλιῶντας καί
 ταραττομένους, εὐθύς ὡς λησταί, τὸν τόπον ἀφύλακτον εὐρόντες...
 αὐξάνουσι τὴν δειλίαν ἐν ταῖς φαντασίαις»⁽³⁵⁾. Ἡ πίστη δίνει εἰρή-
 νη. Γι' αὐτό καί ὁ Κύριός μας, ὅταν μετὰ τὴν Ἀνάστασή Του γιὰ
 δεύτερη φορά παρουσιάζεται στοὺς μαθητές του – καί αὐτὴ τὴ φο-
 ρά εἶναι καί ὁ Θωμᾶς μαζί τους –, τοὺς χαιρετίζει, λέγοντας πάλι
 «Εἰρήνη ὑμῖν» καί τό ἀπευθύνει αὐτὴ τὴ φορά κυρίως πρὸς τὸν
 Θωμᾶ, διότι αὐτός ἦταν ὁ μόνος, πού δέν ἀπολάμβανε ἀκόμα τὴν
 εἰρήνη, πού δίνει ἡ πίστη. «Ἐάν γάρ καί πορευθῶ ἐν μέσῳ σκιᾶς
 θανάτου, οὐ φοβηθήσομαι κακά, ὅτι Σὺ μετ' ἐμοῦ εἶ»⁽³⁶⁾. Ὁ Κύριος

34) ΕΠΕ, Ἰωάννου Χρυσοστόμου, Ὁμιλία Ι, Πατερικὲς Ἐκδόσεις «Γρη-
 γόριος ὁ Παλαμᾶς», Θεσσαλονίκη, 1978, σελ. 560 - 561.

35) Μεγάλου Ἀθανασίου, Ὁ Μέγας Ἀντώνιος: Βίος καί Πολιτεία, ἐκδό-
 σεις Σταμούλης, Ἀθήνα, 2004.

36) Ψαλμ. 22, 4.

εἶναι ὑπερασπιστῆς τῆς ζωῆς μου, ἀπό τίνος δειλιάσω; «Προωρώ-
μην τόν Κύριον ἐνώπιόν μου διά παντός, ὅτι ἐκ δεξιῶν μου ἐστίν,
ἵνα μή σαλευθῶ»⁽³⁷⁾. Χρειάζεται, λοιπόν, ἰσχυρή πίστη. Ὁ Κύριος
θά ἀφήσει νά δοκιμαστοῦμε, ἀλλά δέν θά ἀφήσει νά καθοῦμε. «Οὐ
μή σέ ἀνῶ, οὐδ' οὐ μή σέ ἐγκαταλίπω»⁽³⁸⁾. Ὡς φέρνουμε σέ τέτοι-
ες στιγμές τά τελευταῖα ἐπὶ γῆς λόγια τοῦ Κυρίου: **«Καί ἰδού ἐγώ
μεθ' ὑμῶν εἰμι πάσας τὰς ἡμέρας ἕως τῆς συντελείας τοῦ
αἰῶνος»**⁽³⁹⁾. Τί ἄλλο θέλουμε;

4) **Ἑλλειψη ταπείνωσης καί ὑποχωρητικότητας.** Ὁ Ἅγιος Νικό-
δημος ὁ Ἀγιορείτης μᾶς τό ξεκαθαρίζει: «Ὅποιος θέλει νά ἔχει με-
τά πάντων εἰρήνην, πρέπει πολλάκις νά παραιτῇ τό ἐδικόν του δίκαι-
ον, διά νά μὴν ταραχθῇ μέ τόν ἀδελφό του ἐκεῖνον πού τόν ἀδίκη-
σε» καί «Μέ κάθε ἐπιμέλεια πρέπει νά εἰρηνεύσῃς τόν ζῆλον καί τήν
θερμότητα ὅπου λαμβάνεις διά τούς ἄλλους ἵνα σέ φυλάττῃ καί ὁ
Θεός μέ κάθε εἰρήνην καί γαλήνην»⁽⁴⁰⁾. «Ἀνεχόμενοι ἀλλήλων ἐν
ἀγάπῃ». Νά ἐπιδεικνύομε μακροθυμία. «Προσελάβετε ἀλλήλους,
καθώς καί ὁ Χριστός προσελάβετο ἡμᾶς». Νά προσέξουμε, ὅμως,
καί ἐμεῖς νά μή δημιουργοῦμε ταραχή μέ τίς δικές μας ἰδιοτροπίες
καί νά γινόμαστε ἐμεῖς οἱ ἴδιοι καμιά φορά ἀφορμή συγκρούσεων
καί φυγάδευσης τῆς εἰρήνης. Ὁ Γέροντας Γερμανός Σταυροβου-
νιώτης, ἔλεγε: «Παραπονιέσαι ὅτι δέν σοῦ συμπεριφέρονται καλά
αὐτοί, μέ τούς ὁποίους συναναστρέφσαι. Ἄκου τή συμβουλή μου:
Ἐάν κάποιος δέν σοῦ συμπεριφέρεται καλά, ἐσύ νά τοῦ συμπερι-
φέρεσαι μέ καλωσύνη. Ὅλη ἡ ὑπόθεση θέλει ταπείνωση. Ὡς
ποῦμε ἕνα παράδειγμα: Σοῦ λέγει κάποιος πώς ἡ δουλειά σου δέν
εἶναι καλή. Νά τοῦ πεῖς: «Εὐχαριστῶ, πού μέ συμβουλευεῖς. Βοή-
θησέ με νά γίνω καλύτερος. Λέγε μου τά λάθη μου, γιά νά τά διορ-
θώσω». «Νά δέχεσαι ἀπ' ὅλους συμβουλές, ἀπό ταπείνωση, ὅμως,

37) Ψαλμ. 15, 8.

38) Ἑβρ. 13, 5.

39) Ματθ. 28, 20.

40) Ἀγίου Νικοδήμου Ἀγιορείτου, Ἀόρατος Πόλεμος, ἐκδόσεις «Ν. Πα-
ναγόπουλος, Ἀθήνα, 1989.

καί ὄχι ἀπό δειλία. Ἔτσι θά διατηρῇς στήν ψυχή σου τήν οὐράνια χαρά καί τήν εἰρήνη»⁽⁴¹⁾.

5) **Λανθασμένη ἀντιμετώπιση τῶν θλίψεων.** Δέν δεχόμαστε τίς θλίψεις· τίς θεωροῦμε πώς εἶναι πάνω ἀπό τά μέτρα μας. Πιστεύουμε πώς σπκώνουμε βαρύ σταυρό. Μπορεῖ καί νά γογγύσουμε ἐναντίον τοῦ Θεοῦ γιά τίς θλίψεις, πού ἐπέτρεψε νά ἔχουμε. Ὑπόδειγμα ὀρθῆς ἀντιμετώπισης τῶν θλίψεων ὑπῆρξε ὁ Ἰωβ. Ἔχασε ὅλα του τά παιδιά, ἔχασε ὅλα του τά ὑπάρχοντα, ἔχασε τέλος καί τήν ὑγεία του, ἀλλά δέν ἔχασε τήν εἰρήνη του: «**Ὁ Κύριος ἔδωκεν, ὁ Κύριος ἀφείλατο. Εἴη τό ὄνομα Κυρίου εὐλογημένον**»⁽⁴²⁾. Νά θυμόμαστε, ὅτι ὁ Θεός παραχωρεῖ μέν τίς θλίψεις, εἶναι, ὅμως, πάντοτε αὐτές στά μέτρα μας, ἀνάλογες μέ τίς δυνάμεις μας. Ἰσχυρή προτροπή θάρρους στίς θλίψεις δίνει ὁ ἴδιος ὁ Κύριός μας: «Ἐν τῷ κόσμῳ θλίψιν ἔξετε· ἀλλά θαρσεῖτε»⁽⁴³⁾.

Ἡ εἰρήνη εἶναι, ὅπως ἀναφέραμε, καρπός τοῦ Ἁγίου Πνεύματος. Καρπός, δηλαδή, πού παράγουν οἱ ἀνώτερες πνευματικές μας δυνάμεις, φωτιζόμενες καί ἐνισχυόμενες ἀπό τό Ἅγιο Πνεῦμα. Ἀπό τοὺς 7 καρπούς ἡ εἰρήνη ἀναφέρεται 3η, μετά τήν ἀγάπη καί τή χαρά, γιατί, ὅταν κάποιος ἔχει ἀγάπη καί χαρά, εἰρηνεύει καί ἡ ψυχή του καί δέν ταράζεται οὔτε μέσα του οὔτε καί μέ τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους. Εἶναι, λοιπόν, θεῖο δῶρο ἡ εἰρήνη. Δέν θά τήν ἀποκτήσουμε ἀπό μόνοι μας. Μποροῦμε, ὅμως, νά ἀποκτήσουμε τίς προϋποθέσεις γιά νά μᾶς δοθεῖ αὐτό τό δῶρο.

41) Ἀρχιμ. Ἀθανασίου Σταυροβουνιώτη, Ὁ Γέρον Γερμανός Σταυροβουνιώτης, Ἱ. Μ. Σταυροβουνίου, 1η ἔκδοση, Λευκωσία, 1997.

42) Ἰωβ 1, 21.

43) Ἰωάν. 16, 33.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΤΗΣ ΕΙΡΗΝΗΣ

1) **Ἡ μελέτη τοῦ Λόγου τοῦ Θεοῦ.** Εἶναι ψυχική τροφοδοσία. Ἀνανεώνει τίς ψυχικές καί τίς σωματικές μας δυνάμεις. Ἐφόσον ἡ Ἀγία Γραφή εἶναι θεόπνευστος, ἀπό αὐτήν τό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ μεταβαίνει στήν ψυχή μας καί ἡ ψυχή μας ἀποκτᾷ ἔτσι γλυκύτητα καί εὐχαρίστηση. Γράφει ὁ Ἅγιος Σιλουανός ὁ Ἀθωνίτης: «Δέν δύναται ἡ ψυχή νά ἔχει εἰρήνη, ἐάν δέν μελετᾷ ἐν τῷ νόμῳ τοῦ Θεοῦ ἡμέρας καί νυκτός, διότι ὁ νόμος οὗτος ἐγγράφη Πνεύματι Θεοῦ καί ἐκ τῆς Γραφῆς τό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ μεταβαίνει εἰς τήν ψυχήν. Ἡ ψυχή αἰσθάνεται εἰς τοῦτο γλυκύτητα καί εὐχαρίστηση»⁽⁴⁴⁾.

2) **Προσευχή.** Ὁ Γέροντας Γερμανός ὁ Σταυροβουνιώτης ἔλεγε: «Καί μόνη ἡ ἀναφορά στήν προσευχή μας τοῦ Παναγίου Ὁνόματος τοῦ Θεοῦ, τῆς Ὑπεραγίας Θεοτόκου, τῶν Μαρτύρων, τῶν Ὁσίων καί τῶν Ἀγίων προξενεῖ σέ μᾶς μεγάλη χαρά, ἀπερίγραπτη παρηγορία, εἰρήνη στήν καρδιά»⁽⁴¹⁾. Μεγάλη ἀξία ἔχει καί ἡ προσευχή ὑπέρ τῶν ἐχθρῶν μας. Ἐάν προσευχόμαστε θερμά γιά αὐτούς, θά φύγει ἀπό τήν καρδιά μας σιγά-σιγά ἡ ἀντιπάθεια καί θά ἐπέλθει ἡ εἰρήνη. Κάποτε ρώτησαν τόν Ἅγιο Σιλουανό πῶς μπορεῖ κανεῖς νά διατηρήσει τήν ψυχική του εἰρήνη, ὅταν ὁ προϊστάμενός του εἶναι θυμώδης καί κακός. Αὐτός ἀπάντησε: «Ὁ ὑφιστάμενος ὀφείλει νά προσεύχεται γιά τόν προϊστάμενο αὐτοῦ. Εἶναι μέγα ἔργον ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ νά προσεύχεται τις δι' ἐκείνους, οἵτινες ἀδικοῦν καί προσβάλλουν αὐτόν. Ἐνεκα τούτου ὁ Κύριος θά δώσει εἰς αὐτόν τήν χάριν καί θά γνωρίσει διά Πνεύματος Ἀγίου τόν Κύριον, καί τότε χάριν Αὐτοῦ θά ὑπομένει μετά χαρᾶς πάσας τάς θλίψεις, καί θά δώσει εἰς αὐτόν ὁ Κύριος ἀγάπη πρὸς ὅλο τόν κόσμον, καί θά ἐπιθυμεῖ ὁλοψύχως τό καλόν πρὸς πάντας καί θά προσεύχεται γιά ὅλους, ὅπως γιά τήν ἑαυτοῦ ψυχή. Ὅστις, ὅμως, γογγύζει καί κατηγορεῖ τόν προϊστάμενό του, ἐκεῖνος ὁ ἴδιος θά γίνει

44) Ἀρχιμ. Σωφρονίου Ζαχάρωφ, Ὁ Ἅγιος Σιλουανός ὁ Ἀθωνίτης, Ἱ. Μ. Τιμίου Προδρόμου Ἑσσεξ Ἀγγλίας, 7η ἔκδοση, Ἑσσεξ Ἀγγλίας, 1995.

παρομοίως ὀργίλος, καί θά πληρωθεῖ δι' αὐτόν ὁ λόγος τοῦ προφήτου Δαβίδ: «Μετά ἐκλεκτοῦ ἐκλεκτός ἔση καί μετά στρεβλοῦ διαστρέψης» (Ψαλμ. 12, 27)». Μέ τήν προσευχή, συμβουλευέι, ἐπίσης, ὁ ἴδιος Ἅγιος, νά ἀντιμετωπίζουν καί οἱ προϊστάμενοι τούς ἀπείθαρκους ὑφισταμένους. Μ' αὐτόν τόν τρόπο θά ἔχουν στή ψυχή τους βαθεῖα εἰρήνη καί ἀγάπη⁽⁴⁴⁾.

3) **Συμμετοχή στή Θεία Λατρεία καί Θεία Κοινωνία.** Ὁ ἱ. Χρυσόστομος λέγει: «Εἰρήνης ἐστὶ μυστήριον, τοῦτο τό μυστήριον». Ἡ βίωση τῆς Θείας Λειτουργίας καί ἡ συμμετοχή στήν Θεία Κοινωνία εἶναι πηγή εἰρήνης. Μᾶς λέει πάλι ὁ ἱ. Χρυσόστομος: «Πάνω στήν Τράπεζα τῆς Εὐχαριστίας βρίσκεται σφαγμένος ὁ Χριστός. Καί γιά ποιόν σφάχτηκε; Καί γιατί; Γιά νά φέρει τήν εἰρήνην ἀνάμεσα στόν οὐρανό καί στή γῆ. Γιά νά σέ κάνει φίλο τοῦ Θεοῦ. Ἐσένα πού εἶσαι καί ἀντίπαλός του. Γιά νά ἔχεις εἰρήνη μέ τόν ἀδελφό σου, ἔγινε ἡ θυσία αὐτή». Ἀπό τήν Ἁγία Τράπεζα ἀναβλύζει πηγή πού χύνει πνευματικούς ποταμούς. Αὐτή ἡ πηγή εἶναι πηγή φωτός καί ἀναβλύζει τίς ἀκτίνες τῆς ἀλήθειας⁽⁴⁵⁾.

4) **Εὐλικρινής ἐξομολόγησις** ὅλων τῶν ἁμαρτημάτων μας. Ἐτσι ἀποφεύγεται ἡ χρονίζουσα ἁμαρτία, ὅπως καί οἱ τύψεις πού φέρνουν πολλή ταραχή στήν καρδιά καί ἔρχεται ἡ καθαρή καί γαληνέμενη συνείδησις. Σύμφωνα μέ τόν Ἅγιο Νικόδημο τόν Ἀγιορείτη, τό ἐλάχιστο πού μπορούμε νά κάνουμε εἶναι νά βρεθοῦμε ὑγιεῖς ἀπό τίς ἀσθένειες τῆς ἁμαρτίας μέσω τῆς ἀρετῆς τῆς μετανοίας⁽⁴⁶⁾. Τίποτα δέν προκαλεῖ τόση χαρά καί γαλήνη ψυχῆς ὅσο ἡ καθαρή συνείδησις. Γράφει καί ὁ Δαβίδ στόν Ψαλμό 37 (στ. 4): «Οὐκ ἔστιν εἰρήνη ἐν τοῖς ὀστέοις μου ἀπό προσώπου τῶν ἁμαρτιῶν μου»⁽⁴⁷⁾. Δηλαδή δέν ὑπάρχει εὐστάθεια καί ἡσυχία εἰς τά ὀστέα μου ἔνεκα τῶν ἁμαρτιῶν, τὰς ὁποίας διέπραξα καί τῶν ὁποίων ἡ ἀνάμνησις καί

45) ΕΠΕ, Ἰωάννου Χρυσοστόμου, Ὁμιλία ΜΣΤ, Πατερικὲς Ἐκδόσεις «Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς», Θεσσαλονίκη, 1978, σελ. 333 - 339.

46) Ἀγίου Νικοδήμου Ἀγιορείτου, Ἐξομολογητᾶριον, ἐκδόσεις Ν. Παναγόπουλος, Ἀθήνα, 1998.

47) Ψαλμ. 37, 4.

αί συνέπεται μέ ταράπτουν καί κλονίζουν όλόκληρον τόν ὀργανισμόν μου.

5) **Ἡ κατά Θεόν ζωή σέ συνδυασμό μέ τόν πνευματικό ἀγώνα.** Ὁ Ἅγιος Ἰωάννης τῆς Κλίμακος ἀναφέρει: «Οἱ στέφανοι τῆς εἰρήνης καί τῆς γαλήνης ἔχουν πλεχθεῖ γιά ὅσους πολεμοῦν μέ ἀνδρεία»⁽¹⁾. Διαβάζουμε καί στίς Παροιμίες: «Παιδί μου, μή λησμονεῖς τούς λόγους μου. Ὁ δέ νοῦς καί ἡ καρδιά σου ἄς φυλάττουν τούς λόγους μου ὡς θησαυρούς. Διότι αὐτά θά σοῦ χαρίσουν μακροβιότητα, θά προσθέσουν χρόνια ζωῆς εἰρηνικῆς καί εὐτυχισμένης»⁽⁴⁸⁾. Γράφει ὁ Νικήτας Σιτηάτος: «Ἐκεῖ ὅπου ὑπάρχει ἔρως Θεοῦ, ἐργασία τῶν νοπτῶν πραγμάτων καί μετουσία τοῦ ἀπροσίτου φωτός, ἐκεῖ τῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς εἰρήνη καί νοός κάθαρσις καί ἡ ἐνοίκησις τῆς Ἀγίας Τριάδος»⁽⁴⁹⁾. «Γι' αὐτό ἐκτός ἀπό τήν προσπάθεια νά τηρήσουμε τό νοῦ μας καθαρό, χρειάζεται νά τόν συνηθίζουμε στή νοερά ἐργασία καί στή νοερά προσευχή γιά νά ἀποκτήσει ἀγάπη καί ἔρωτα πρὸς τόν Θεό, γιατί ὅπου ἐνοικεῖ αὐτός ὁ ἔρως, ἐκεῖ ἐπιτυγχάνεται ἡ εἰρήνη τῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς καί ἡ καθαρότης τοῦ νοός» (ἀπό τό βιβλίον «Ὁρθόδοξη Ψυχοθεραπεία» τοῦ Μητροπολίτη Ἱεροθέου Βλάχου)⁽⁵⁰⁾. Ἀναφέρεται στόν Ψαλμό 118 (στ. 165): «Εἰρήνη πολλή τοῖς ἀγαπῶσι τόν νόμον σου, καί οὐκ ἔστιν αὐτοῖς σκάνδαλον». Δηλαδή: «Εἰρήνη πολλή βασιλεύει εἰς τήν καρδιά ἐκείνων, πού ἀγαποῦν καί φυλάττουν τόν Νόμο Σου. Δέν ὑπάρχει εἰς αὐτούς σκάνδαλον, πού νά σκοντάπτουν πάνω του, νά τούς ἀναταράσσει καί νά τούς κλονίζει»⁽⁵¹⁾.

6) **Ἐκκοπή τοῦ ἰδίου θελήματος.** «Τό θέλημα εἶναι τεῖχος, λέει ὁ Ἀββάς Ποιμίν, πού χωρίζει τόν ἄνθρωπο ἀπό τόν Θεό». Στήν Κυριακή Προσευχή ὅλοι λέμε «γεννηθήτω τό θέλημά Σου», ἀλλά λίγοι ἄνθρωποι πραγματικά τό ἐννοοῦν. Οἱ περισσότεροι ζητοῦμε

48) Παροιμ. 3, 2.

49) Νικήτα Σιτηάτου, Φιλοκαλία, τόμος Γ', σελ. 298.

50) Μητροπολίτου Ἱεροθέου Βλάχου, Ὁρθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Ἰ. Μ. Γενεθλίου τῆς Θεοτόκου (Πελαγίας), 3η ἔκδοση, Λεβαδεία, 1989.

51) Ψαλμ. 118, 165.

συνεχῶς ἀπό τόν Θεό τό δικό μας θέλημα νά πραγματοποιηθεῖ, κι ὅταν αὐτό ὁ Θεός δέν τό ἐπιτρέπει, κάνουμε τήν εἰρήνη μας καί ἀποκτοῦμε πολλή ταραχή, πολλή ἀνησυχία καί πολλή ἀπογοήτευση ἐνίστε. «Πᾶς ἄνθρωπος, λέει ὁ Ἅγιος Σιλουανός ὁ Ἀθωνίτης, ἐάν κόπτεται τό θέλημα αὐτοῦ ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ καί τῶν ἀνθρώπων, θά εἶναι πάντοτε εἰρηνικός ἐν τῇ ψυχῇ. Ὅστις, ὅμως, ἀγαπᾷ νά ποιεῖ τό ἴδιον θέλημα, οὗτος δέν θά εἰρνεύει»⁽⁴⁴⁾.

7) Ἰδιαίτερη σημασία ἄς δώσουμε καί στήν **κόπωση**. Ὅσο μποροῦμε νά μή ὑπερβαίνουμε τίς σωματικές μας ἀντοχές. Νά φροντίζουμε γιά τή σωματική μας ξεκούραση, γιατί ὁ κουρασμένος ἄνθρωπος πιό εὐκόλα μπορεῖ νά χάσει τήν εἰρήνη του. Θά πρέπει, δηλαδή, νά εἴμαστε πάντοτε προετοιμασμένοι, νά γνωρίζουμε ὅσο εἶναι δυνατό τά ὅριά μας καί μέ τήν καθοδήγηση τοῦ πνευματικοῦ νά τεντώνουμε τό τόξο μέχρι ἐκεῖ πού μπορεῖ νά πάει. Γράφει καί ὁ Ψαλμωδός: «Ἦτοιμάσθην καί οὐκ ἐταράχθην»⁽⁵²⁾. Νά εἴμαστε ἔτοιμοι καί σέ συνεχῇ ἐγρήγορση, γιατί ὁ πειρασμός караδοκεῖ νά μᾶς κτυπήσει τή στιγμή πού θά μᾶς βρεῖ περισσότερο εὐάλωτους.

8) **Ὀλιγάρκεια**. Δυστυχῶς, στίς μέρες μας πολλοί ἄνθρωποι δυσκολεύονται νά ἀντιμετωπίσουν τόν πειρασμό τοῦ ἀδιάλειπτου κυνηγιοῦ συσσώρευσης ὑλικῶν ἀγαθῶν. Καί αὐτό ὁδηγεῖ μέ τή σειρά του σέ μιᾶ ἀκατάσχετη ἐκζήτηση ὑλικῶν ἀγαθῶν, ἡ ὁποία γιά νά ἱκανοποιηθεῖ ἀναγκάζει τόν ἄνθρωπο νά περισπᾶται καί νά χάνει τήν εἰρήνη του. Ὁ Μέγας Παῖσιος κατελήφθη κάποτε ἀπό θυμό καί παρακάλεσε τόν Κύριο νά Τόν ἐλευθερώσει ἀπό τό πάθος αὐτό. Καί ὁ Κύριος τοῦ ἐμφανίστηκε καί τοῦ εἶπε: «Παῖσιε, ἐάν θέλεις νά μή ὀργίζεσαι, νά μή ἐπιθυμεῖς τίποτα, νά μή κρίνεις καί νά μή μισήσεις κανένα καί τότε θά ἔχεις εἰρήνη». Τό «Ἄνω σχῶμεν τάς καρδίας», πού λέγει ὁ λειτουργός κατὰ τό μυστήριο τῆς Θείας Εὐχαριστίας, θά πρέπει νά ἀποτελεῖ τόν ὁδοδείκτη μας καί στό θέμα τῶν ὑλικῶν ἀγαθῶν. Προέχουν τά πνευματικά ἀγαθὰ καί ὄχι τά ἐπίγεια⁽⁵³⁾.

52) Ψαλμ. 118, 60.

53) Ἀρχιμ. Γεωργίου Δημοπούλου, Κατ' οἶκον Ἐκκλησία - Ἡ οἰκογένεια, ἐκδόσεις «Σωτήρ», Ἀθήνα, 2000.

9) **Ἀγάπη γιὰ τὸ συνάνθρωπό μας.** Χωρὶς τὴν ἀγάπη δὲν μποροῦμε νὰ κάνουμε τίποτα οὐσιαστικό στὴν πνευματικὴ ζωή. Ἐτσι, λοιπόν, χωρὶς ἀγάπη δὲν μποροῦμε νὰ νοιώσουμε ἢ νὰ ἀποκτήσουμε τὴν εἰρήνη. Ἀναφέρω μόνο τὸ παράδειγμα τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου τῆς Κροστάνδης, ὅπως τὸ καταγράφει ὁ Ἅγιος Σιλουανὸς ὁ Ἀθωνίτης: Μετὰ τὴν Θεία Λειτουργία ἔφεραν στὸν Ἅγιο Ἰωάννη τῆς Κροστάνδης τὴν ἄμαξα γιὰ νὰ ἀναχωρήσει. Καὶ καθὼς πορευόταν στὴν ἄμαξα, τὸν περικύκλωσε ὁ λαὸς (τὸν συνέπνιγε καλύτερα) καὶ ζητοῦσε ἀπὸ αὐτὸν τὴν εὐλογία του. Καὶ μέσα σ' αὐτὸν τὸ συνωστισμό καὶ τὸ σπρώξιμο ὁ Ἅγιος διατηροῦσε τὴν εἰρήνη τῆς ψυχῆς του. Πῶς τὸ κατόρθωνε αὐτό; Τὸ κατόρθωνε, γιατί ἔνοιωθε πραγματικὴ ἀγάπη γιὰ τὸ λαό. Ἀγάπη πού ἐκδηλωνόταν μὲ ἀδιάλειπτη προσευχή. Προσευχόταν συνεχῶς: «Κύριε δώσε τὴν εἰρήνην Σου στὸ λαό Σου». «Κύριε, θέλω ἡ εἰρήνη Σου νὰ περιβάλλει τὸν κόσμο Σου». «Κύριε, δώσε σέ αὐτοὺς τοὺς ἀνθρώπους τὴν χάριν Σου γιὰ νὰ Σέ γνωρίσουν καὶ νὰ Σέ ἀγαπήσουν μὲ εἰρήνη»⁽⁴⁴⁾. Ἐάν δὲν ἀγαποῦμε τὸν ἀδελφὸ μας, δὲν μποροῦμε νὰ ἔχουμε εἰρήνη. Καὶ χωρὶς ἀγάπη καὶ εἰρήνη ὁ ἄνθρωπος δὲν μπορεῖ νὰ ἔχει οὔτε χαρά. Εἶναι δυστυχισμένος. Αὐτὸ θὰ πρέπει νὰ τὸ ἀναλογιστεῖ ὁ κάθε ἄνθρωπος.

Ὁ εἰρηνικὸς ἄνθρωπος αὐτόματα γίνεται καὶ εἰρηνοποιός. Ὁ εἰρηνικὸς ἄνθρωπος μὲ τὴν ταπείνωσή του, τὴν εὐγένειά του καὶ τὴν καλωσύνη του δημιουργεῖ ἀτμόσφαιρα, στὴν ὁποία δὲν εὐδοκимоῦν οἱ διαπληκτισμοί, οἱ θυμοὶ καὶ οἱ ταραχές. Μὲ τὸν ἥρεμο τρόπο του παρακινεῖ ἐμμέσως τοὺς γύρω του νὰ εἶναι ἥρεμοι καὶ νὰ μὴ δημιουργοῦν φασαρίες. Ὁ εἰρηνικὸς δὲν ἀποκαλύπτει καὶ δὲν ἀσχολεῖται μὲ τὰ ἐλαττώματα τῶν ἀνθρώπων γύρω του, ἀλλὰ προσπαθεῖ νὰ δημιουργεῖ κλίμα ἀνοχῆς, συγχωρητικότητας, ἀγάπης. Ὁ Ἅγιος Γρηγόριος Νύσσης μᾶς διευκρινίζει, ὅτι: **«Εἰρηνοποιός ἐστιν ὁ εἰρήνην διδούς ἄλλῳ, οὐκ ἂν δὲν τις ἐτέρῳ παράσχοιτο ὃ μὴ αὐτὸς ἔχει»**. Δηλαδή, εἰρηνοποιός εἶναι ἐκεῖνος, πού δίνει εἰρήνη εἰς τὸν ἄλλο. Ἀλλὰ δὲν εἶναι δυνατό νὰ χαρίσει εἰς τὸν ἄλλον αὐτό, πού ὁ ἴδιος δὲν ἔχει. Ἐτσι ὁ εἰρηνικὸς ὅχι μόνο λαμβάνει τὸν μισθὸ τῆς εἰρήνης, ἀλλὰ καὶ τὸν μισθὸ τοῦ εἰρηνοποιοῦ, πού εἶναι

ἡ ὀνομασία του ὡς «Υἱὸς τοῦ Θεοῦ», σύμφωνα μέ τούς μακαρισμούς τοῦ Χριστοῦ στήν ἐπί τοῦ Ὑφους Ὁμιλία⁽⁵⁴⁾.

Ὁ εἰρηνικός ἄνθρωπος διαθέτει καί τόν καλό θυμό. Ὁ καλός θυμός εἶναι κίνηση τῆς ψυχῆς κατά τῆς ἁμαρτίας καί τοῦ διαβόλου καί δέν περιέχει ἐμπάθεια κατά τῶν ἄλλων. Ὁ καλός θυμός ἐνδείκνυται, ὅταν διακυβεύονται ὑψίστης σημασίας θέματα τῆς πίστεως μας καί τοῦ Εὐαγγελίου. Ὅταν κινδυνεύει ἡ πίστη, ὅταν βλασφημεῖται τό ἅγιο ὄνομα τοῦ Θεοῦ, ὅταν διαφθείρεται ἡ κοινωνία, ὅταν βεβηλώνεται ὁ Ναός τοῦ Θεοῦ, ὅταν χάνονται ψυχές, ὅταν διακινούνται ναρκωτικά, ὅταν δροῦν ἀνεξέλεγκτα οἱ αἱρέσεις, ὅταν χάνεται ἡ δικαιοσύνη. Τότε ὁ εἰρηνικός ἄνθρωπος ὀρθώνει τό ἀνάστημά του, ὑψώνει τή φωνή του καί διαμαρτύρεται ἔντονα, ὅπως ἀκριβῶς ἔκανε καί ὁ Κύριός μας κατά τήν ἐκδίωξη τῶν ἐμπορευομένων ἀπό τό Ναό. Αὐτές τίς περιστάσεις ἐννοεῖ ὁ Χριστός, ὅταν λέγει: **«Μὴ νομίζετε ὅτι ἦλθον βαλεῖν εἰρήνην ἐπὶ τὴν γῆν, οὐκ ἦλθον βαλεῖν εἰρήνην, ἀλλὰ μάχαιραν»**⁽⁵⁵⁾. Ὡς μάχαιρα ὑπονοεῖται τό Εὐαγγέλιο, πού ξεχωρίζει τόν πιστό ἀπό τόν ἄπιστο. Ὅταν μερικοί μόνο πιστεύουν στό Εὐαγγέλιο καί οἱ ἄλλοι δέν πιστεύουν, γίνεται αὐτόματα ὁ διαχωρισμός τους. Αὐτό τό ἀποτέλεσμα δέν εἶναι σφάλμα τοῦ Εὐαγγελίου καί τοῦ Χριστοῦ, ἀλλά σφάλμα αὐτῶν πού δέν ἀποδέχονται τό Εὐαγγέλιο. Καί ὀφείλεται ἀσφαλῶς στό ὅτι ὁ Θεός σέβεται τήν ἐλευθερία τους.

Ὁ Χριστός δέν θέλει οἱ μαθητές του νά ζοῦνε σέ φανταστικό παράδεισο καί τούς προειδοποιεῖ, ὅτι σέ αὐτόν τόν κόσμο θά ἀντιμετωπίσουν ἀντιδράσεις καί διωγμούς. Ὅχι, λέει ὁ Χριστός, δέν ἦλθα γιά νά δώσω αὐτή τήν εἰρήνη. ἦλθα νά εἰρηνεύσω τούς ἀνθρώπους μέ τόν Θεό καί μέ τήν συνείδησή τους, ἀλλά καί μέ τούς ἄλλους ἀνθρώπους. Ὅμως στόν κόσμο θά ὑπάρχει ταραχή καί σάλος. Ἐάν ὅλος ὁ κόσμος ἀποδεχόταν τόν Χριστό, φυσικά θά ὑπῆρχε παγκόσμια εἰρήνη. Ἐφόσον, ὅμως, πολλοί τόν ἀπορρί-

54) Ματθ. 5, 9.

55) Ματθ. 10, 34.

πουν, οἱ χριστιανοί πρέπει νά περιμένουν τήν ἔχθρα τῶν ἄλλων. Χαρακτηριστικό, μεταξύ ἄλλων Ἁγίων, εἶναι τό παράδειγμα τῆς Ἁγίας Μεγαλομάρτυρος Εἰρήνης, ἡ ὁποία ὀνομαζόταν προηγουμένως Πινελόπη. Τό ὄνομα Εἰρήνη τῆς δόθηκε ἀπό ἄγγελο καί ἦταν ἐπομένως Θεόδοτο. Ὁ πατέρας της, ὁ ἑπαρχος Λικίνιος, φανατικός εἰδωολάτρης, ὅταν ἔμαθε, ὅτι ἡ κόρη του ἔγινε Χριστιανή, θέλησε νά τήν σκοτώσει, χρησιμοποιοῦντας ἄλογα. Τά ζῶα, ὅμως, ἐξαγριώθηκαν καί σκότωσαν τόν ἴδιο ἀντί τήν κόρη του. Καί ἡ Ἁγία Εἰρήνη τί ἔκανε; Μέ τήν προσευχή της ἀνέστησε τόν πατέρα της, ὁ ὁποῖος βαπτίσθηκε καί ἔγινε τελικά Χριστιανός. Στή συνέχεια ἡ Ἁγία περιόδευσε σέ ἀρκετά μέρη, ὅπου δίδαξε τό λόγο τοῦ Θεοῦ καί ἔκανε πολλά θαύματα. Ἀπό τά φοβερά μαρτύριά της ἔβγαινε ἀβλαβής κι ἔτσι πίστευσαν μυριάδες ἀνθρώπων. Ἡ Ἐκκλησία τιμᾷ τή μνήμη της στίς 5 Μαΐου. Φαίνεται, λοιπόν, μέσα ἀπό τή ζωή τῶν Ἁγίων, ὅτι ὁ Χριστιανός θά ἀντιμετωπίσει διωγμούς καί δυσκολίες στή ζωή του, θά ἀντιμετωπίσει τήν ἐχθρότητα τῶν ἀνθρώπων, πού δέν ἀποδέχονται τόν Χριστό καί τή διδασκαλία Του.

Ἡ τίμια κára τῆς Ἁγίας Εἰρήνης φυλλάσσεται σέ ὁμώνυμο περικαλλή ἱερό ναό τῆς πόλης τῶν Πατρῶν (βρίσκεται στό προάστεο Ριγανόκαμπος). Ἡ κára τῆς Ἁγίας φυγαδεύθηκε ἀπό τοὺς Φράγκους τό 1231 ἀπό τήν πόλη τῶν Πατρῶν, ὅπου φυλασσόταν μέχρι τότε, σέ μοναστήρι τῆς Γαλλίας (κοντά στή Λυών). Ἡ ἐπανακομιδή τῆς τιμίας κáρας ἔγινε τό 2002 μετá ἀπό πολλές ἐνέργειες καί προσπάθειες τοῦ τότε Μητροπολίτη Πατρῶν Νικοδήμου. Ἐκτός, λοιπόν, ἀπό τήν τιμία κára τοῦ Ἀποστόλου Ἀνδρέα μποροῦν οἱ εὐλαβεῖς Χριστιανοί νά προσκυνήσουν στήν Πάτρα καί τήν τιμία κára τῆς Ἁγίας Εἰρήνης.

Ὁ πραγματικά εἰρηνικός ἄνθρωπος δέν φοβᾶται τόν θάνατο. Τόν περιμένει καί αὐτός ἐν εἰρήνῃ, ὅπως ὁ δίκαιος Συμεών. **«Νῦν ἀπολύεις τόν δοῦλόν σου, δέσποτα, κατὰ τό ρῆμά σου ἐν εἰρήνῃ, ὅτι εἶδον οἱ ὀφθαλμοί μου τό σωτήριόν σου»**⁽⁵⁶⁾. Πόσο εἰρηνικός

56) Λουκ. 2, 29.

εἶναι ὁ θάνατος τοῦ δικαίου καί εὐλαβοῦς ἀνθρώπου! Ἐναχωρεῖ πρὸς τὸν τόπο τῆς ἀναπαύσεώς του ἐν εἰρήνῃ. ἔχει ἤδη εἰρήνῃ μέ τὸν Θεό καί μέ τοὺς ἀνθρώπους καί μέ τὴ συνείδησή του. ἔχει εἰρήνῃ καί πρὸς τὸν θάνατο, πρὸς τὸν ὁποῖο ἔχει ἐξοικειωθεῖ καί εἰς τὸν ὁποῖο τίποτα δέν χρωστάει, ὥστε νά τὸν φοβᾶται. Μᾶς λέει ὁ Ἅγιος Σιλουανός ὁ Ἀθωνίτης: «Ὅποιος ἔχει τὴν εἰρήνῃ τοῦ Χριστοῦ μεταβαίνει εἰς τὴν αἰώνιον ζωὴν ἐν εἰρήνῃ, λέγων: Δόξα σοι Κύριε, ὅτι νῦν ἔρχομαι πρὸς Σέ καί αἰώνως ἐν εἰρήνῃ καί ἀγάπῃ θά βλέπω τό Πρόσωπόν Σου. Τό ἱλαρόν, πρᾶον βλέμμα Σου εἴλκυσε τὴν ψυχὴ μου, καί αὕτη ἐκλείπει διὰ Σέ». Μᾶς λέγει ἡ παράδοσις, ὅτι ὁ Ἀπόστολος Ἰάκωβος, ὁ ἀδελφός τοῦ Εὐαγγελιστοῦ Ἰωάννου, τὴν ὥρα πού ὁδηγεῖτο στό μαρτύριο, συνήντησε στό δρόμο ἐκεῖνον, πού τὸν εἶχε καταδώσει. Τὸν σταμάτησε καί τὸν ἐφίλησε, λέγοντάς του: «Εἰρήνευε, ἀδελφέ». Βλέποντας ἐκεῖνος τόση ἀνεξικακία, ἐθαύμασε καί φώναξε μέ ἐνθουσιασμό: «Χριστιανός εἶμαι καί ἐγώ». Ὑστερα ἀπὸ αὐτὴν τὴν ὁμολογία ἀποκεφαλίστηκε μαζί μέ τὸν Ἀπόστολο.

Ἡ πνευματικὴ ζωὴ τροφοδοτεῖ τὴν ψυχὴ. **Εἶναι τό αἷμα τῆς ψυχῆς.** Χωρὶς αὐτὴν ὁ ἄνθρωπος εἶναι, θά λέγαμε, ψυχικὰ νεκρός. Αὐτό πρέπει νά τό ἀντιληφθοῦμε ὅλοι μας, γιατί ἔχει χρεώσει ὁ Θεός στὸν καθένα καί στὴν καθεμία ἀπὸ μᾶς μιὰ ψυχὴ, τὴν ὁποία ὀφείλουμε νά σώσουμε. Ἀπὸ ὅσα ἀναφέραμε καταδεικνύεται πόσο **ἀπαραίτητη εἶναι στὴν πνευματικὴ ζωὴ ἡ εἰρήνη. Ἡ εἰρήνη εἶναι καρπὸς τοῦ Ἁγίου Πνεύματος καί ταυτόχρονα εἶναι ὁ ἴδιος ὁ Χριστός.** Ἄς προσπαθοῦμε πάντοτε νά τὴν ἀποκτήσουμε καί νά τὴν διατηρήσουμε καί ἅς προσευχόμαστε ὁ Θεός, ὁ «ἄρχων τῆς εἰρήνης», «ὁ εἰρηνοποιήσας διὰ τοῦ αἵματος τοῦ σταυροῦ αὐτοῦ»⁽⁵⁷⁾ νά χαρίζει σέ ὅλους τοὺς ἀνθρώπους εἰρήνῃ.

57) Κολοσ. 1, 20.