

**Αποσπάσματα από το βιβλίο
«ΜΕΓΑΛΗ ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ»
Πορεία προς το Πάσχα
Του Alexander Schmemmann**

Κεφάλαιο 5: Η Μεγάλη Σαρακοστή στη ζωή μας

«Ας την πάρουμε στα σοβαρά...»

Μέχρι τώρα μιλήσαμε για τη διδασκαλία της Εκκλησίας σχετικά με τη Μεγάλη Σαρακοστή όπως μας μεταδίδεται κυρίως μέσα από τη λατρεία αυτής της περιόδου. Τώρα μπορεί κανείς να ρωτήσει: Πώς είναι δυνατόν να εφαρμόσουμε στη ζωή μας αυτή τη διδασκαλία; πώς μπορούμε να τηρήσουμε την Σαρακοστή; Αν και η Μεγάλη Σαρακοστή «τηρείται» ακόμα σταμάτησε να είναι το λουτρό της μετανοίας που είχε σαν σκοπό της σύμφωνα με τη λειτουργική και πνευματική διδασκαλία της Εκκλησίας. Όσο και αν είναι νέες ή διαφορετικές οι συνθήκες κάτω από τις οποίες ζούμε σήμερα, όσο και αν είναι πραγματικές οι δυσκολίες και τα εμπόδια που υψώνονται από το σύγχρονο κόσμο μας, τίποτε απ' αυτό δεν κάνει τη Μεγάλη Σαρακοστή «αδύνατη». Η πραγματική αιτία για την οποία βαθμιαία χάνουμε την επίδραση της Σαρακοστής στη ζωή μας είναι η δική μας συνειδητή ή ασυνείδητη μείωση της θρησκείας σε ένα επιπόλαιο τυπικισμό και συμβολισμό.

Το να πάρουμε λοιπόν στα σοβαρά τη Μεγάλη Σαρακοστή σημαίνει ότι θα τη θεωρούμε μια πνευματική πρόκληση που απαιτεί απόφαση, πρόγραμμα και συνεχή προσπάθεια. Και ακριβώς για το λόγο αυτό θεοπίστηκαν από την Εκκλησία οι εβδομάδες προετοιμασίας για τη Μεγάλη Σαρακοστή. Και ο καλύτερος τρόπος είναι ν' ακολουθήσουμε την καθοδήγηση της Εκκλησίας που είναι η μελέτη και ο στοχασμός πάνω στα πέντε ευαγγελικά θέματα που μας προσφέρονται τις πέντε Κυριακές της περιόδου πριν από τη Μεγάλη Σαρακοστή. Τα θέματα αυτά είναι: η διακαής επιθυμία (Ζακχαίος), η ταπεινώση (Τελώνης και Φαρισαίος), επιστροφή από την εξορία (Άσωτος), η κρίση (Κυριακή της Απόκριω) και η συγχωρητικότητα (Κυριακή της Τυροφάγου).

Αυτές οι ευαγγελικές περικοπές δεν διαβάζονται μόνο και μόνο για ν' ακουστούν στην Εκκλησία· σκοπός είναι να τις «πάρω μαζί μου στο σπίτι» και να στοχαστώ πάνω σ' αυτές σχετιζοντάς τις μάλιστα με τη ζωή μου, την οικογενειακή μου κατάσταση, τις επαγγελματικές υποχρεώσεις μου, το ενδιαφέρον μου για τα υλικά πράγματα, τις σχέσεις μου με τους συγκεκριμένους ανθρώπους με τους οποίους ζω. Αν σ' αυτή την προσπάθεια περιουλογοής προσθέσει κανείς και την προσευχή αυτής της περιόδου: «της μετανοίας άνοιζόν μοι πύλαις ζωοδότα...» και τον ψαλμό 136 «επί των ποταμών της Βαβυλώνας εκεί εκαθήσαμεν...» μπορεί να καταλάβουμε τι σημαίνει να «νιώθεις ότι είσαι με την Εκκλησία», και πώς μπορεί μια λειτουργική περίοδος να χρωματίσει τη καθημερινή ζωή.

Επίσης είναι μια πολύ καλή ευκαιρία να διαβάσει κανείς κάποιο θρησκευτικό βιβλίο. Ο σκοπός είναι βασικά να καθαρίσουμε το μυαλό μας απ' όλα όσα συνήθως το πλημμυρίζουν. δημιουργείται έτσι μια άλλη διανοητική και πνευματική ατμόσφαιρα. Το βασικό σημείο είναι ότι, στη διάρκεια αυτής της περιόδου βλέπουμε τη Μεγάλη Σαρακοστή σαν ευκαιρία για αλλαγή, για ανανέωση, για εμβάθυνση, και ότι παίρνουμε αυτή την επερχόμενη ευκαιρία πολύ στα σοβαρά. Έτσι, όταν την Κυριακή της Συγγνώμης αφήνουμε το σπίτι μας και πάμε στον Εσπερινό, μπορεί να είμαστε έτοιμοι να κάνουμε δικά μας τα λόγια από το Μεγάλο Προκείμενο που ανοίγει τη Μεγάλη Σαρακοστή. Μη αποστρέψεις το πρόσωπόν σου από του παιδός σου, ότι θλίβομαι...

Συμμετοχή στις Ακολουθίες της Μεγάλης Σαρακοστής

Κανένας δεν μπορεί να παρακολουθήσει ολόκληρο το λατρευτικό κύκλο της Μεγάλης Σαρακοστής. Ο καθένας όμως μπορεί να παρακολουθήσει μερικές έστω ακολουθίες. Εδώ και πάλι οι προσωπικές συνθήκες, οι ατομικές δυνατότητες και αδυναμίες μπορεί να ποικίλουν αλλά είναι ανάγκη να υπάρξει μια απόφαση, να γίνει μια προσπάθεια, να υπάρξει μια σταθερή επιδίωξη. Από την πλευρά της λειτουργικής ζωής μπορούμε εμείς να προτείνουμε το κατώτατο όριο παρακολούθησης για να πάρουμε τουλάχιστον τα στοιχειώδη από το λειτουργικό πνεύμα της Σαρακοστής. Πρώτα πρώτα θα πρέπει, στα πλαίσια της ενορίας, να γίνει κάποια ειδική

προσπάθεια για μια ανάλογη γιορταστική τέλεση του Εσπερινού της Κυριακής της Συγγνώμης. Γιατί τίποτε περισσότερο από την ακολουθία αυτή δεν φανερώνει το νόημα της Μεγάλης Σαρακοστής, σαν κρίση μετάνοιας και συμφιλίωσης. Η επόμενη προτεραιότητα πρέπει να δοθεί στην πρώτη εβδομάδα των Νηστειών. Ειδική προσπάθεια πρέπει να γίνει για την παρακολούθηση τουλάχιστον μια ή δύο φορές του Μεγάλου Κανόνα του αγίου Ανδρέα. Κατόπιν, στην όλη διάρκεια της Μεγάλης Σαρακοστής είναι επιτακτική ανάγκη ένα τουλάχιστον απόγευμα να παρακολουθήσουμε τη Θεία Λειτουργία των Προηγιασμένων με όλα τα πνευματικά βιώματα που συνεπάγεται – τη γενική νηστεία, τη μετατροπή, τουλάχιστον, μιας μέρας σε αληθινή προσδοκία της κρίσης και της χαράς.

«...Ει μὴ εν Προσευχῇ και Νηστειῶν»

Δεν μπορεί να υπάρξει Σαρακοστή χωρίς νηστεία. Είναι βασικό να ξεχωρίσουμε το μοναδικό περιεχόμενο στη χριστιανική νηστεία. Αυτό μας αποκαλύπτεται στην αλληλεξάρτηση που υπάρχει ανάμεσα σε δυο γεγονότα που βρίσκονται στην Αγία Γραφή: το ένα στην αρχή της Παλαιάς Διαθήκης και το άλλο στην αρχή της Καινής Διαθήκης. Το πρώτο γεγονός είναι το «σταμάτημα της νηστείας» από τον Αδάμ στον Παράδεισο. Έφαγε, ο Αδάμ, από τον απαγορευμένο καρπό. Έτσι μας παρουσιάζεται η πρώτη αμαρτία του ανθρώπου. Ο Χριστός, ο Νέος Αδάμ –και αυτό είναι το δεύτερο γεγονός– αρχίζει με νηστεία. Η συνέπεια της αποτυχίας του Αδάμ είναι η έξωσή του από τον Παράδεισο και ο θάνατος. Ο καρπός της νίκης του Χριστού είναι η συντριβή του θανάτου και η δική μας επιστροφή στον Παράδεισο. η νηστεία δεν είναι μια απλή «υποχρέωση», ένα έθιμο· είναι δεμένη μ' αυτό το ίδιο το μυστήριο της ζωής και του θανάτου. Ο Χριστός είναι ο Νέος Αδάμ. Έρχεται να επανορθώσει την καταστροφή που επέβαλε στη ζωή ο Αδάμ, να αποκαταστήσει τον άνθρωπο στην αληθινή ζωή. Και ο Χριστός επίσης αρχίζει με νηστεία: «νηστεύσας ἡμέρας τεσσαράκοντα καὶ νύκτας τεσσαράκοντα ὕστερον ἐπέειπασεν.» (Ματθ. 4,2).

Μόνο η νηστεία είναι εκείνη που μπορεί να μας δώσει την υπαρξιακή βεβαίωση ότι η εξάρτησή μας από την τροφή και την ύλη δεν είναι ολοκληρωτική και τέλεια· ότι ενωμένη με την προσευχή, τη χάρη και τη λατρεία μπορεί να γίνει πνευματική. Όλα αυτά σημαίνουν ότι η νηστεία είναι το μόνο μέσο με το οποίο ο άνθρωπος επανορθώνει την αληθινή πνευματική του φύση. Έχει ύψιστη σημασία το ότι ο Χριστός, ενώ νήστευε συνάντησε το Σατανά και το ότι αργότερα είπε ότι ο Σατανάς δεν αντιμετωπίζεται «ει μὴ εν νηστειῇ και προσευχῇ». Η νηστεία είναι μια τέχνη που την κατέχουν απόλυτα οι άγιοι. Θα ήταν αλαζονικό και επικίνδυνο για μας αν δοκιμάζαμε αυτή την τέχνη χωρίς διάκριση και προσοχή. Για το λόγο αυτό εκείνο που πρώτα απ' όλα χρειαζόμαστε είναι μια πνευματική προετοιμασία για την προσπάθεια της νηστείας. Και αυτή είναι να ζητήσουμε από το Θεό βοήθεια και επίσης να κάνουμε τη νηστεία μας θεοκεντρική. Να νηστεύουμε εν ονόματι του Θεού.

Σύμφωνα με όσα είπαμε παραπάνω η νηστεία μπορεί να πραγματοποιηθεί σε δύο επίπεδα: πρώτα σαν ασκητική νηστεία και δεύτερον σαν γενική νηστεία. Η ασκητική νηστεία περιλαμβάνει μια δραστηκή μείωση της τροφής έτσι ώστε η συνεχής κατάσταση πείνας να μπορεί να βιωθεί σαν υπενθύμιση του Θεού και σαν διαρκής προσπάθεια συγκέντρωσης του νου μας στο Θεό. Όσο για την γενική νηστεία είναι ανάγκη αυτή να περιορίζεται σε διάρκεια και να συνδυάζεται με τη Θεία Ευχαριστία. Με τις παρούσες συνθήκες ζωής η καλύτερη μορφή αυτής της νηστείας είναι η μέρα πριν από τη βραδινή Θεία Λειτουργία των Προηγιασμένων. Το βασικό σημείο είναι να ζούμε όλη τη μέρα σαν μια μέρα προσδοκίας, ελπίδας, μια μέρα πείνας για τον ίδιο το Θεό.

Σαν συμπέρασμα: από μια συμβατική και τυπική νηστεία –δηλαδή νηστεία από υποχρέωση και συνήθεια– πρέπει να γυρίσουμε στην πραγματική νηστεία. Ας είναι περιορισμένη και ταπεινή αλλά να είναι συνεχής και αποφασιστική. Ας αντιμετωπίσουμε έντιμα τις πνευματικές και φυσικές μας δυνατότητες και ας ενεργήσουμε ανάλογα· ας θυμόμαστε πάντως ότι δεν μπορούμε να νηστεύουμε χωρίς να ενεργοποιήσουμε στη ζωή μας τα θεϊκά λόγια «τα αδύνατα παρ' ανθρώπους δυνατά εστί παρά τω Θεώ».

Η Μεγάλη Σαρακοστή: «Ένας τρόπος ζωής»

Με την παρακολούθηση των ακολουθιών, με τη νηστεία, ακόμα και με την προσευχή σε τακτά διαστήματα δεν εξαντλείται η όλη προσπάθεια στη διάρκεια της Μεγάλης Σαρακοστής. Όλα αυτά για να έχουν νόημα πρέπει να υποστηρίζονται και από αυτή την ίδια τη ζωή. Ο σάραετς Ζωσιμάς του Dostoyevsky στους Αδελφούς Καραμαζώφ λέει: «εκείνος που μπορεί να έχει καλές αναμνήσεις από την παιδική του ηλικία είναι σωμένος για όλη του τη ζωή». Η υπέροχη

προσπάθεια για θρησκευτική αγωγή που γίνεται σήμερα στα κατηχητικά σχολεία δε σημαίνει και πολλά πράγματα, αν δεν βασίζεται στη ζωή της οικογένειας. Τι λοιπόν θα μπορούσε και θα έπρεπε να γίνει στο σπίτι στη διάρκεια της Μεγάλης Σαρακοστής;

Μια «συνήθεια» που προτείνεται είναι να μειωθεί δραστικά η παρακολούθηση του ραδιοφώνου και της τηλεόρασης. Φυσικά τίποτε το κακό δεν υπάρχει στο να συνεχίσει κανείς να παρακολουθεί ειδήσεις, εκλεκτές σειρές, πνευματικά ή διανοητικά εμπλουτισμένα προγράμματα. Εκείνο που πρέπει να σταματήσει είναι η πλήρης «παράδοση» στην τηλεόραση. Η Μεγάλη Σαρακοστή είναι ευκαιρία για έλεγχο στα λόγια μας. Ο Χριστιανισμός αποκαλύπτει την ιερότητα του λόγου – ένα αληθινά θείο δώρο στον άνθρωπο. Γι' αυτό ακριβώς η ομιλία μας είναι προικισμένη με τεράστια δύναμη είτε θετική είτε αρνητική. Ελέγχουμε τα λόγια μας με το να ανακαλύπτουμε τη σοβαρότητα και την ιερότητά τους. Δεν έχουμε, πραγματικά, ιδέα πόσο επηρεάζουμε ο ένας τον άλλον με τα λόγια, με τον τόνο της προσωπικότητάς μας. Και τελικά οι άνθρωποι ελκύονται στο Θεό, όχι γιατί κάποιος μπόρεσε να τους δώσει διαφωτιστικές εξηγήσεις, αλλά γιατί είδαν σ' αυτόν το φως, τη χαρά, το βάθος, τη σοβαρότητα, την αγάπη που από μόνα τους αποκαλύπτουν την παρουσία και τη δύναμη του Θεού στον κόσμο.

Η Μεγάλη Σαρακοστή είναι η ανακάλυψη της πίστης από τον άνθρωπο και ανόρθωση της ζωής του, του θεϊκού νοήματός της. Με το να απέχουμε από την τροφή ξαναβρίσκουμε τη γλύκα της και ξαναμαθαίνουμε πώς να την παίρνουμε από το Θεό με χαρά και ευγνωμοσύνη. Με το «να μειώνουμε» τις ψυχαγωγίες, τη μουσική, τις συζητήσεις, τις επιπόλαιες κοινωνικότητες, ανακαλύπτουμε την τελική αξία των ανθρώπινων σχέσεων. Και τα ξαναβρίσκουμε όλα αυτά ακριβώς γιατί ξαναβρίσκουμε τον ίδιο το Θεό, γιατί ξαναγυρίζουμε σ' Αυτόν και δι' Αυτού σε όλα όσα Εκείνος μας έδωσε μέσα από την τέλεια αγάπη και το έλεός Του. Έτσι τη νύχτα της Ανάστασης ψέλνουμε: Νυν πάντα πεπλήρωται φωτός, ουρανός τε και γη και τα καταχθόνια. Εορταζέτω γουν πάσα κτίσις, την έγερσιν Χριστού, εν η εσπερέωται. **Μη μας αποστερήσεις αυτής της προσδοκίας, φιλόνηθροπε Κύριε!**