

29-03-2014 Φόβος θανάτου και καθημερινά άγχη (ομιλία στη Θεολογική Ακαδημία Βόλου)

- Ο μεγαλύτερος εχθρός του ανθρώπου είναι ο θάνατος. Αν ψάξουμε μέσα μας, θα δούμε ότι κάτω από καθετί κρύβεται η αγωνία μας για τον θάνατο.
- Η στάση μας έναντι του θανάτου καθορίζει και τη ζωή που επιλέγουμε να κάνουμε. Με άλλα λόγια, οτιδήποτε κάνουμε στη ζωή μας εκφράζει και το πώς τοποθετούμαστε στο γεγονός του θανάτου.
- Πολλές επιλογές μας είναι απόπειρες να λησμονήσουμε τον θάνατο και να αποσιωπήσουμε το άγχος και τον φόβο που προκαλεί.
- Όταν η Εκκλησία δεν είναι εμπειρία νίκης επί του θανάτου, γίνεται ένα σωματείο με σημαντικό ίσως κοινωνικό έργο και προσφορά, για να δικαιώσει την ύπαρξή της. Η ευθύνη της όμως είναι να προτείνει στον άνθρωπο τον τρόπο νίκης επί του θανάτου, που δεν προϋποθέτει ωραία κηρύγματα, αλλά κατάθεση βιώματος και μάλιστα μέσα από την εμπειρία της προσωπικής απώλειας και κόλασης.
- Πίσω από τις διάφορες πνευματικές-ιδεολογικές τοποθετήσεις μελών της Εκκλησίας συχνά υπάρχει η αγωνία της αυτοπροβολής. Και η ένταση ή ακόμα κι ο φανατισμός με την οποία αυτές εκφράζονται μάλλον κρύβουν κάποιο πρόβλημα. Αυτό συμβαίνει, γιατί δεν εμπιστευόμαστε ούτε τον Θεό ούτε τους ανθρώπους, αλλά τους βλέπουμε σαν αντιπάλους και απειλή, παρά σαν φίλους και ευλογία.
- Ο άνθρωπος που έμαθε να τοποθετείται άνετα απέναντι στο γεγονός του θανάτου δεν έχει ταραχή ούτε μεταδίδει ένταση. Έχει ησυχία, έχει ανάπαυση και μεταφέρει ένα κλίμα ελευθερωτικό, ενωτικό, όχι διχαστικό.
- Οι λογισμοί είναι δεν είναι τίποτε άλλο παρά σύμπτωμα του ανθρώπου που δεν εμπιστεύεται τον άλλον, είτε τον Θεό είτε τους ανθρώπους. Και προσπαθεί να καταλάβει πόσο ικανός είναι για να ελέγχει και να προστατεύει τον εαυτό του από τους άλλους, που δεν τους εμπιστεύεται.
- Οι πολλαπλές σεξουαλικές σχέσεις του νέου οφείλονται κυρίως στον φόβο του και την ανασφάλειά του να ανοιχτεί και να συνδεθεί προσωπικά και καρδιακά με κάποιο πρόσωπο, που αυτό σημαίνει ευθύνη, ρίσκο έκθεσης και απώλειας. Ο νέος προτιμά να έχει τον έλεγχο του εαυτού του και να κυριαρχεί έναντι του άλλου και ο πιο βολικός τρόπος είναι η σεξουαλική επαφή.
- Να μην μένουμε στο φαινόμενο, στο πόσο ανήθικος είναι κάποιος και στο πόσο παραβαίνει κάποια εντολή, αλλά να αγγίζουμε τον προσωπικό του φόβο. Και αγάπη είναι να δούμε την πραγματικότητα του άλλου και να του καταδείξουμε την προσωπική του αξία, που κρύβεται πίσω από τον φόβο του.
- Μόνο αν καταδειχθεί και μαρτυρηθεί στον άνθρωπο η προσωπική του αξία με έναν λόγο που θα τον εμπνεύσει, θα μπορέσει ο άνθρωπος να ελευθερωθεί και να προχωρήσει.
- Μία να είναι η προσπάθειά μας: Να βρούμε τον τρόπο να μας αγγίξει το έλεος του Θεού

κι έτσι να δώσουμε και τη μαρτυρία στον κάθε άνθρωπο, όσο διαφορετικός κι αν είναι.

- Ο λόγος που ορίζεται ως εκκλησιαστικός και κατά Θεόν είναι ο λόγος που φανερώνει το πρόβλημα αλλά ταυτόχρονα δίνει και ελπίδα.
- Το κατά κόσμον πένθος είναι ένα κλείσιμο στον εαυτό μας, μια αυτιστική-εγωιστική κλάψα αποτυχίας, ενώ το κατά Θεόν πένθος είναι η κατάσταση θλίψης για τα χάλια μας αλλά ταυτόχρονα και ελπίδας στο έλεος του Θεού.
- Ο πιστός που με ψυχαναγκαστικό τρόπο ακολουθεί τους θρησκευτικούς τύπους και νόμους, για να οχυρώνεται πίσω από αυτούς, το κάνει γιατί δεν εμπιστεύεται τον Θεό, Τον θεωρεί πιθανό εχθρό της χαράς του και ότι υπάρχει για να τιμωρεί και να επιβραβεύει. Δεν θεωρεί αρκετό το έλεος του Θεού και προσπαθεί να το υποκαταστήσει με την ανθρώπινη δύναμη.
- Όταν στηριζόμαστε μόνο στον εαυτό μας, προσπαθώντας εμείς να έχουμε τον έλεγχό του, επειδή αυτό είναι ανέφικτο, θα νιώθουμε ευάλωτοι και σε συνεχή απειλή και κίνδυνο.
- Εάν στηρίζω τα πάντα στον εαυτό μου, οδηγούμαι στη μοναξιά και στην ακοινωνησία. Οι σχέσεις μου κυριαρχούνται από την προσποίηση και την καχυποψία. Γεμίζω από λογισμούς και δυσκολεύομαι να ζήσω την πραγματικότητα. Αποφεύγω να είμαι ο εαυτός μου, γιατί ο άλλος μπορεί να με απορρίψει ή να με εκμεταλλευτεί.
- Κάθε -ισμός έχει την ανάγκη κάποιου αντιπάλου και εχθρού που να καταριέται, για να δικαιώνει τη δύναμή του, δηλαδή την ανθρώπινη δύναμη και όχι τη χάρη του Θεού. Γιατί, αν πυρήνας της ζωής μας δεν ήταν οι -ισμοί αλλά ο Χριστός, θα θέλαμε όλοι να σωθούν.
- Να μην μετράμε τη δικαιοσύνη του Θεού με τα ανθρώπινα κριτήρια. Η δικαιοσύνη του Θεού είναι η αρετή Του. Και αρετή του Θεού είναι η αγάπη Του, το έλεός Του.
- Παράδεισος και Χριστός είναι το ίδιο. Αν δεν το συνειδητοποιούμε αυτό, ζούμε σε πλάνη.
- Παράδεισος είναι η εμπειρία της αγάπης του Θεού.
- Όταν οι σχέσεις μου με τον Θεό και τους ανθρώπους καθορίζονται από τον φόβο να μην χάσω, δεν θα οικοδομηθεί ποτέ ζεστή-καρδιακή σχέση εν ελευθερία, αλλά κάθε προσπάθεια συνύπαρξης θα είναι εγκλωβισμένη σε σχεδιασμούς και υπολογισμούς.
- Είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι ο λόγος που αξίζουμε δεν είναι γιατί πετύχαμε κάτι σπουδαίο, αλλά γιατί ταπεινωθήκαμε τόσο πολύ, που αρχίσαμε να αισθανόμαστε την αγάπη του Θεού.
- Όλος ο αγώνας μας και όλη η άσκησή μας είναι να αφαιρέσουμε τα εμπόδια που δεν μας αφήνουν να γευτούμε την αγάπη του Θεού.
- Όλος ο πλούτος μας και όλη η τιμή μας είναι η αίσθηση της αγάπης του Θεού, που βιώσαμε προσωπικά στην κόλασή μας και όχι γιατί μας το είπε κάποιος και το καταλάβαμε διανοητικά.
- Μετάνοια και ταπείνωση δεν είναι το κλαψούρισμα για τα χάλια μας, αλλά η παράδοση του εαυτού μας στον Θεό και η απάντηση "Να 'ναι ευλογημένο" σε ό,τι μας συμβαίνει.

- Η κατάκριση είναι κάτι κακό ακόμα κι όταν είναι προς τον εαυτό μας. Όταν κατακρίνω τον εαυτό μου για τα πάθη του, φανερώνω την επιθυμία μου να στηρίζομαι στον εαυτό μου και να έχω τον έλεγχο του εαυτού μου.
- Η διαρκής και απεγνωσμένη ενασχόληση με τα πάθη μας και τις αποτυχίες μας είναι δαιμονική κατάσταση.
- Η ανάλυση των παθών μας και των λογισμών μας δεν είναι πνευματική στάση ούτε έχει καμία σχέση με την αυτομεμψία, που προτείνουν οι Πατέρες και που είναι ο έλεγχος του εαυτού μας επειδή απομακρυνθήκαμε από την αγάπη του Θεού.
- Να μην φοβόμαστε τις αμαρτίες μας. Να φοβόμαστε τη στέρηση της αγάπης του Θεού.
- Να διατηρούμε πάντα την ειρήνη της καρδιάς μας. Κι ο πιο εύκολος τρόπος γι' αυτό είναι το να μην κατακρίνουμε και το να μην αγωνιούμε για τη γνώμη των άλλων.
- Να έχουμε στην καρδιά μας όλους τους ανθρώπους, ακόμα και τους φανατικούς. Ο θάνατος είναι μπροστά και πρέπει να νικηθεί.
- Το άγχος και ο φόβος παύουν, αν είμαι έτοιμος να χάσω για χάρη του άλλου τα δικαιώματα και τον έλεγχο του εαυτού μου.
- Να σεβόμαστε την καρδιά μας και να μη θέλουμε να ελέγχουμε τη ζωή μας. Τότε θα είμαστε ελεύθεροι.
- Σέβομαι την καρδιά μου σημαίνει της δίνω την προοπτική του τρόπου νίκης επί του μεγάλου μου εχθρού, που είναι ο θάνατος.
- Η σχέση στην ουσία είναι απώλεια και ζωή. Πεθαίνουμε θεληματικά για να μπορέσουμε να ζήσουμε πραγματικά.
- Η μεγαλύτερη μιζέρια είναι η γκρίνια και τα παράπονα α) έναντι του εαυτού μου, που σημαίνει ότι δεν δίνω χώρο στον Θεό, ή β) έναντι των άλλων για το πόσο μας αδίκησαν ή για το ότι μας περιφρονούν και δεν μας αγαπούν, που σημαίνει ότι δεν είμαι διατεθειμένος να χαρίσω τίποτε από τον χώρο και τα δικαιώματά μου στον άλλον.
- Αν είμαι έτοιμος να χάσω για τον άλλον, να χάσω για χάρη του τα δικαιώματα και τον έλεγχό μου, τότε παύει το άγχος και ο φόβος.
- Είναι πιο σημαντικό να αγαπώ τον άλλον, παρά να διαφυλάσσω τον εαυτό μου και τα δικά μου χωρίς τον άλλον.
- Η μεγαλύτερη αμαρτία είναι η απελπισία, γιατί αμφισβητούμε το έλεος του Θεού και τη δύναμή Του να μας βγάλει από την προσωπική μας κόλαση.
- Στην απελπισία πέφτουμε, γιατί πιστεύουμε στον εαυτό μας και όχι στη χάρη του Θεού. Σε αυτό έχει ευθύνη και η πνευματική αγωγή που λάβαμε, όπου πιστέψαμε πως αυτό που μας σώζει είναι η άσκησή μας και η αρετή μας και όχι ο Θεός.
- Η άσκησή μου είναι η προσπάθεια να αδειάσω από τον εαυτό μου και την ανάγκη μου να ελέγχω τη ζωή μου, για να γεμίσω από την παρουσία του Θεού.
- Αγαπώ και εμπιστεύομαι σημαίνει αφήνω τον Θεό να ελέγχει τη ζωή μου.

- Το μεγαλύτερο εμπόδιο στη σχέση μου με τον Θεό είναι ο εαυτός μου, τον οποίο ειδωλοποιώ και προσκυνώ. Αυτό πολλές φορές γίνεται και στο όνομα της πνευματικότητας, όταν αγωνιώ μήπως και αποτύχω, αμαρτήσω, χάσω τον έλεγχο του εαυτού μου.
- Ό,τι στηρίζει και ισχυροποιεί τον εαυτό μας για να υποκαταστήσει τον Θεό και τον αδελφό είναι η μεγαλύτερη παγίδα.
- Όταν ο Θεός θέλει να κάνει κάποιον πνευματικό ηγέτη, του επιτρέπει μία αδυναμία, μία πτώση, έτσι ώστε αφενός να συστέλλεται και να είναι φιλόανθρωπος προς τους άλλους και αφετέρου να συνειδητοποιεί πως ό,τι έχει δεν είναι κατόρθωμά του αλλά δώρο του Θεού.
- Βλέπουμε την Εκκλησία σαν ένα σύστημα που υπάρχει για να καταδυναστεύει τη ζωή μας και ο λόγος που τη βλέπουμε έτσι είναι γιατί πιστεύουμε ότι, μόνο αν στηριζόμαστε στον εαυτό μας, μπορούμε να ανταποκριθούμε στους κανόνες της και όχι αν εμπιστευτούμε τον Θεό. Όμως ο παράδεισος δίνεται δωρεάν σε όποιον αδειάσει από τον εαυτό του και εμπιστευτεί τον Θεό.
- Το πρόβλημα των φανατικών ανθρώπων είναι ότι δεν έχουν χαρά μέσα τους, τη χαρά της εμπειρίας της αγάπης του Θεού. Ζουν μέσα στο άγχος της αμαρτίας, το οποίο προσπαθούν να εκτονώσουν κατακρίνοντας και αφορίζοντας "ανήθικους" και "αιρετικούς".
- Όποιος βιώνει την αγάπη του Θεού καταλαβαίνει τι ελευθερία, τι φως, τι έκπληξη, τι λεπτότητα είναι ο Θεός. Μόνο να αγκαλιάζει και να θεραπεύει θέλει ο Θεός.
- Όταν δεν βιώνουμε τον Θεό ως αγκαλιά και θεραπεία και πιεζόμαστε από διάφορους θρησκευτικούς ψυχαναγκασμούς για να μπούμε στον παράδεισο, τότε οπωσδήποτε θα έχουμε την ανάγκη να βρούμε ή να φτιάξουμε έναν αντίπαλο, που να τον κατηγορούμε και να τον πολεμούμε. Και έτσι να εκτονωνόμαστε.
- Η αποδοχή της αμαρτωλότητάς μας και η ελπίδα μας στην αγάπη του Θεού είναι εμπειρία ελευθερίας. (Απόστολος Παύλος)
- Να ζητώ από τον Θεό έλεος, όχι δικαίωση.
- Όταν χάσω κάθε έλεγχο του εαυτού μου αλλά δεν χάσω τις ελπίδες μου, τότε αρχίζω να εκπλήσσομαι, τότε αρχίζει να μου αποκαλύπτεται η χαρά της ζωής.
- Η εμμονή μου να έχω τον έλεγχο της ζωής μου είναι μια μορφή άρνησης της σχέσης μου με τον Θεό και με τους ανθρώπους. Είναι μια μορφή οχύρωσης και κλεισίματος.
- Ο Χριστός και οι συνάνθρωποί μας είναι φίλοι και όχι αντίπαλοι από τους οποίους πρέπει να προστατευτούμε. Αν ζήσουμε αυτή την αγάπη, τότε δεν έχουμε λόγο για φόβο και άγχος.
- Στην πνευματική ζωή τα αδιέξοδα είναι κατά κανόνα διέξοδοι στην αληθινή ζωή και χαρά.
- Πίσω από κάθε φόβο και άγχος υπάρχει ο φόβος του θανάτου. Και ο θάνατος ξεπερνιέται με την εμπειρία της αγάπης. Όταν όμως φοβόμαστε να χάσουμε τον εαυτό μας, εμποδιζόμαστε από το να έχουμε την εμπειρία της αγάπης.
- Χάνω τον εαυτό μου πρακτικά σημαίνει: Δεν τρομάζω όταν με αδικήσουν, δεν γκρινιάζω ούτε παραπονούμαι αν ο άλλος δεν ανταποκρίνεται στις προσδοκίες μου, δεν κατακρίνω τον

άλλον σαν να είμαστε μέλη διαφορετικού σώματος, δεν "πνίγομαι" αν τα πράγματα δεν έρχονται όπως πρέπει ούτε αν δεν τα καταφέρω να αλλάξω και να είμαι σωστός, είμαι ελεύθερος από κάθε λογισμό, υπολογισμό και παραλογισμό, απομακρύνω από την καρδιά μου κάθε φόβο και αγωνία και την αφήνω να ανασάνει.

- Μόνο η καρδιά που ανασαίνει μπορεί να έχει προσδοκία αναστάσιμης εμπειρίας.
- Ένα δικαίωμα μόνο έχουμε: Να αγκαλιάζουμε τον κάθε άνθρωπο χάνοντας τον έλεγχο των δικαιωμάτων μας.
- Αυτό που είναι ζητούμενο δεν είναι να διορθωθούμε για να νιώθουμε αυτάρκειες και εντάξει, αλλά να βρούμε το νόημα της ζωής. Υπάρχουν άνθρωποι που έχουν τακτοποιημένες όλες τις ψυχολογικές τους λειτουργίες και είναι λειτουργικοί στην καθημερινότητά τους, αλλά η καρδιά τους δεν έχει ζεστασιά, δεν έχει την ικανότητα να αγαπά.
- Τις περισσότερες φορές στην αναζήτηση του νοήματος μας οδηγεί η αποτυχία μας, το αδιέξοδό μας.
- Στη θέση της αγωνίας για επιτυχία και αλλαγή δική μας ή αυτού που είναι κοντά μας οφείλουμε να βάλουμε την επιθυμία για χαρά και ζωή.
- Η ελπίδα που δίνει η Εκκλησία είναι γι' αυτούς που είναι χαμένοι, γι' αυτούς που έχουν απομυθοποιήσει τη δύναμή τους και γοητεύονται από τη δύναμη και τη χάρη του Θεού.
- Η Εκκλησία δεν στοχεύει στη νέκρωση των παθών, αλλά στη δρομολόγησή τους προς τη σωστή κατεύθυνση, δηλαδή προς τη ζωή και τη σχέση.
- Ένας δρόμος που μπορεί να μας ξεμπλοκάρει και να μας βγάλει σε ξέφωτο είναι να συνειδητοποιήσουμε ότι αυτό που εμείς νιώθουμε ότι το έχουμε ανάγκη το έχει ανάγκη κι ο άλλος και να αρχίσουμε να ικανοποιούμε αυτή την ανάγκη του άλλου.
- Είναι πολύ σημαντικό να μην κατακρίνουμε, να μην βλέπουμε τα αρνητικά του άλλου.
- Όταν είμαστε επιεικείς με τον άλλον, εισπράττουμε κι εμείς επιείκεια αλλά και πολλά άλλα δώρα από τον Θεό, όπως πίστη, αγάπη, αυτοεκτίμηση.
- Όταν ο Θεός μας δώσει την αυτοεκτίμηση και την αίσθηση της προσωπικής μας αξίας, αποδεσμευόμαστε από την αγωνία μας να επιτύχουμε. Και θέλουμε να επιτύχουμε μόνο για το νόημα της ζωής και όχι για την αναγνώριση των άλλων.
- Το μεγάλο μας πρόβλημα δεν είναι το κακό, αλλά η ομορφιά που δεν ζούμε. Η χειρότερη αμαρτία είναι το καλό που δεν κάνουμε και δεν επιθυμούμε.