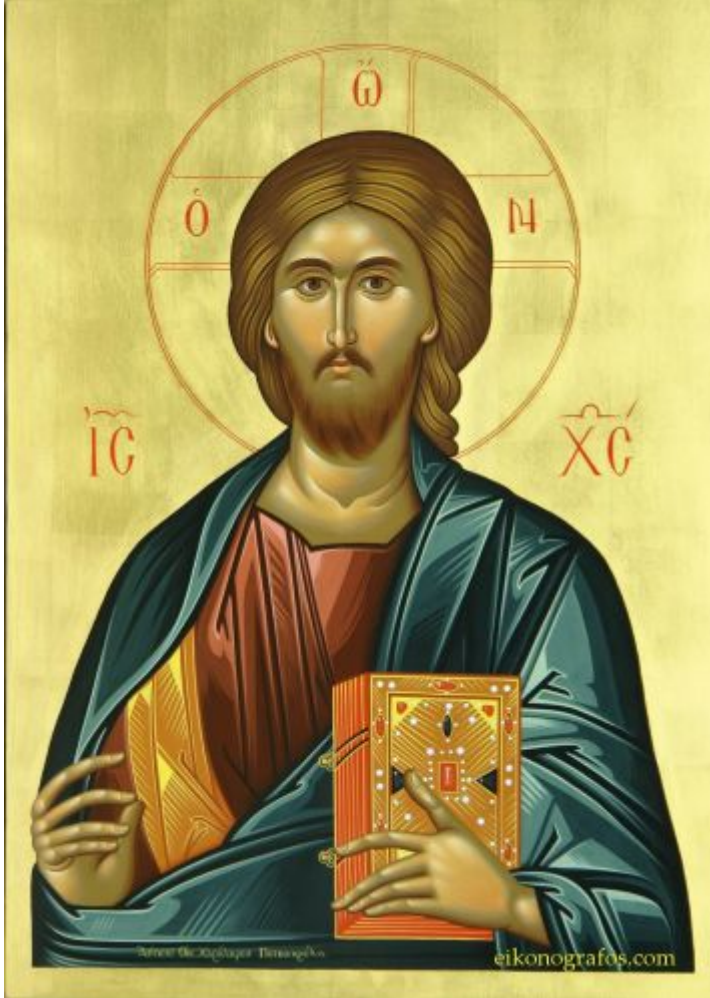


## Όχι μόνο με πικρή Η άσκηση στην εποχή της



Θεογνωσία και αυτογνωσία, κοινωνικότητα και

φυσική θεωρία είναι η πρόταση ζωής που κομίζει στους ανθρώπους ο Χριστός. Κάθε άνθρωπος καλείται να υποδεχθεί την αγάπη του Θεού, να κατανοήσει τον έσωθέν του κόσμο, να εκλάβει το συνάνθρωπο ως αδελφό και φίλο, να θεωρήσει τη φύση ως το μέγα οίκο μέσα στον οποίο φιλοξενείται η ζωή.

Για την επίτευξη της υπαρξιακής αυτής στοχοθεσίας απαιτείται προσπάθεια, πράγμα που στη θεολογική ορολογία ονομάζεται άσκηση. Τα ιερά και τίμια της ζωής, τα βαθιά υπαρξιακά βιώματα, δεν επιτυγχάνονται αυτόματα αλλά προϋποθέτουν αγώνα πολύ. Κατά συνέπεια η άσκηση βρίσκεται στους αντίποδες της μαγικής νοοτροπίας, χαρακτηριστικού γνωρίσματος του ανώριμου πνευματικά ανθρώπου. Ο αρχάριος της ζωής αναζητά ένα εύκολο τρόπο με τον οποίο θα λύσει διά μιας όλα του τα προβλήματα -οικογενειακά, οικονομικά, κοινωνικά. Στη μαγική θεώρηση της ζωής η προπαρασκευή και η προεργασία, ο μόχθος και ο κόπος

παραγνωρίζονται. Ο άνθρωπος επιζητεί να έχει το μέγιστο αποτέλεσμα καταβάλλοντας το ελάχιστο τίμημα.

Η Εκκλησία, προβάλλοντας την άσκηση, καλεί τους ανθρώπους να εγκαταλείψουν τη μαγική νοοτροπία, κάθε φαντασιακή παντοδυναμία ή παθητική μοιρολατρία. Η συνάντηση με τον Θεό και οι αυθεντικές ανθρώπινες σχέσεις απαιτούν διαρκή καλλιέργεια, βασική δε προϋπόθεσή τους είναι η νίκη επί της φιλαυτίας, δηλαδή της φιλοδοξίας, της φιληδονίας και της φιλοχρηματίας. Κάθε αυτοδικαίωση και φαρισαϊσμός, η αρχή της ήσσανος προσπάθειας και η δικαιολογία «για όλα φταίνε οι άλλοι» απορρίπτονται. Αθλούμενοι οι άνθρωποι, ενηλικιώνονται πνευματικά, που σημαίνει αναλαμβάνουν την ευθύνη τους για ό,τι συμβαίνει μέσα τους και ανάμεσά τους: ευθύνη όχι μόνο για αυτά που πράττουν αλλά και ευθύνη για αυτά που αποφεύγουν να πράξουν.

Στους καιρούς της κοσμικής επίδειξης και του «όλα επιτρέπονται» η άσκηση συγκρούεται με την καταναλωτική λογική, για την οποία τα πάντα είναι αναλώσιμα. Θυμίζει έτσι ότι π.χ. στον έρωτα και τη φιλία, στην αγωγή και τον πολιτισμό οι άνθρωποι είναι πρόσωπα μοναδικά και ανεπανάληπτα, και συνεπώς μη αντικαταστατά. Οι όντως διαπροσωπικές σχέσεις είναι σχέσεις χάριτος και δωρεάς, υπερβαίνουν την ανταλλακτική αγοραπωλησία.

Η άσκηση θα βοηθήσει τον άνθρωπο να τιθασεύσει τον εγωκεντρισμό του για να φανερωθεί το εσύ και να αναδειχθεί το εμείς. Τρεις δε είναι οι κύριες μορφές της: η προσευχή, η νηστεία και η αγρυπνία. Με την προσευχή ο άνθρωπος θα αφουγκραστεί τη φωνή του Θεού και θα ιεραρχήσει σωστά τις ανάγκες του. Τότε θα αναδυθεί σε υπεύθυνο πρόσωπο, που δεν προσδιορίζεται από κανένα βιολογικό ή κοινωνικό προκαθορισμό, αλλά ελεύθερα καλείται να κατευθύνει την ιστορία προς τη φιλοθεία και τη φιλανθρωπία και όχι προς το Άουσβιτς και τη Χιροσίμα. Με τη νηστεία θα διακρίνει τις πραγματικές από τις πλασματικές ανάγκες, το αναγκαίο από το περιττό. Έτσι θα μειώσει τις ανάγκες του στο ελάχιστο για να προσφέρει στο συνάνθρωπο το μέγιστο. Θα μάθει ότι ο συνάνθρωπος έχει ανάγκες, για τη θεραπεία των οποίων οφείλει να μεριμνά. Τότε θα μοιράζεται ό,τι έχει και ό,τι είναι: χρήματα και χρόνο, γνώσεις και πράγματα, στοργή και τρυφερότητα. Θα ανακαλύψει ότι όπως χωρίς βιολογική τροφή ο άνθρωπος πεθαίνει, παρόμοια πεθαίνει και χωρίς τροφή υπαρξιακή, χωρίς δηλαδή βαθιούς διαπροσωπικούς δεσμούς: μέγιστη πείνα και δίψα τού ανθρώπου είναι η ελευθερία κ' η αγάπη. Με την αγρυπνία ο άνθρωπος θα αφυπνισθεί από την υπαρξιακή ύπνωση, θα θυμηθεί τον υπαρξιακό του προορισμό. Θα πιστοποιήσει εμπειρικά ότι μόνο η γενναιοδωρία και η καλοσύνη δεν χάνονται στο χρόνο, μόνο η αυτοπροσφορά και η αυτοθυσία διασώζουν το πέρασμα του ανθρώπου στη γη. Θα αγωνισθεί για να εκλείψει ο

θάνατος από αστία και ο θάνατος από νόημα ζωής, για να λαμπροφορήσει η ζωή και να καρπίσουν τα όνειρα.

Με την άσκηση η Εκκλησία θυμίζει στον άνθρωπο τις ερμηνευτικές εξισώσεις της ζωής: είμαι ελεύθερος όταν αγαπώ• αγαπώ, γι' αυτό υπάρχω.

*Σταύρου Σ. Φωτίου*

*Αν. Καθηγητή Πανεπιστημίου Κύπρου*

**Πηγή:** [churchofcyprus.org.cy](http://churchofcyprus.org.cy)