

Ποιός δεν έχει βασανιστεί απ' αυτή τη ψυχική ατονία;

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Αθυμία και μελαγχολία. Τα αίτια τους.

Ο Θεός, με την πανάγαθη και πάνσοφη βουλή Του, τα οικονομεί όλα για το συμφέρον μας. Όσο για την αθυμία που σας κυριεύει καμιά φορά, αυτή οφείλεται στη σωματική σας αδυναμία. Η αδυναμία, όταν διαρκεί για πολύ, δημιουργεί στη ψυχή μια αίσθηση εγκαταλείψεως απ' όλους, αίσθηση που γεννάει στη καρδιά φόβο και μελαγχολία.

Αλλά μην ξεχνάτε ποτέ πως ο Θεός είναι κοντά σας. Όλοι είμαστε παιδιά Του. Αποπαίδια δεν έχει. Και κανέναν δεν αφήνει. Όλα για το καλό μας τα παραχωρεί, ακόμα και τις πιο μεγάλες συμφορές. Νομίζω πως το έχετε αντιληφθεί, γι' αυτό παραδώσατε ήδη με εμπιστοσύνη τον εαυτό σας και τη ζωή σας στα χέρια Του. Όποιος ελπίζει στο Θεό, αξιώνεται να λάβει το έλεός Του. Να επικαλείστε τη μεσιτεία της Κυρίας Θεοτόκου. Και όταν μελαγχολείτε, να ψάλλετε τα δυό τούτα τροπάρια της: «Μακαρίζομέν σε πάσαι αι γενεαί, Θεοτόκε Παρθένε· εν σοι γαρ ο

αχώρητος Χριστός ο Θεός ημών χωρηθήναι ηυδόκησε. Μακάριοι έσμεν και ημείς προστασίαν σε έχοντες· ημέρας γαρ και νυκτός πρεσβεύεις υπέρ ημών και τα σκήπτρα της βασιλείας ταις σαις ικεσίαις κρατύνονταν διό ανυμνούντες βοώμέν σοι· Χαίρε κεχαριτωμένη, ο Κύριος μετά σου».

«Σε το απόρθητον τείχος, το της σωτηρίας οχύρωμα, Θεοτόκε Παρθένε, ικετεύομεν τας των εναντίων βουλάς διασκέδασον του λαού σου την λύπην εις χαράν μετάβαλε· υπέρ ειρήνης του κόσμου πρέ-σβευε· ότι συ ει, Θεοτόκε, η ελπίς ημών».

Πώς να νικάμε την ακηδία.

Σας κυριεύει η ακηδία. Τί να κάνετε; Να επινοήσετε τρόπους αναθερμάνσεως του ζήλου και της φιλοπονίας σας. Ποιός δεν έχει βασανιστεί απ' αυτή τη ψυχική ατονία; Τσακιζόμαστε για να τη νικήσουμε. Αλλά βλέπουμε ότι ματαιοπονούμε. Έτσι δεν μας απομένει τίποτ' άλλο από το να την υπομείνουμε καρτερικά, περιμένοντας την επέμβαση του Κυρίου. Όταν Εκείνος ευδοκήσει, θα μας δώσει νέα ζωή, θα μας παρηγορήσει και θα μας δυναμώσει. Δοκιμάστε, πάντως, και τούτον τον τρόπο: Καταπιαστείτε με μια δουλειά που απαιτεί κόπο και θυσία. Ίσως έτσι να κινητοποιηθεί η ψυχή σας. Διαφορετικά, δεν έχετε παρά να κάνετε υπομονή, όπως σας είπα. Αυτό το αίσθημα της ακηδίας και της ατονίας είναι παροδικό. Καμιά φορά προέρχεται από σωματική κόπωση ή αδυναμία. Άλλοτε πάλι οφείλεται σε κάποια κατάσταση αναμονής.

Η Κυρία Θεοτόκος ας μεσιτεύει στον Υιό της για την ενίσχυσή μας... Αλήθεια, πώς οι παλαιοί ασκητές, που ζούσαν κλεισμένοι σ' ένα κελλί, που κανέναν δεν έβλεπαν, που τίποτα δεν άκουγαν, που καμιά παρηγοριά δεν είχαν; Με τη χάρη του Κυρίου. Και πώς κατόρθωναν να ελκύουν τη χάρη; Με την αδιάλειπτη προσευχή. Να το πιο αποτελεσματικό όπλο εναντίον της ακηδίας. Εμείς όχι μόνο αδιάλειπτα δεν προσευχόμαστε, μα ούτε καν συχνά. Και η προσευχή μας, όποτε γίνεται, είναι απρόσεκτη, ψυχρή.

(Οσίου Θεοφάνους του Εγλείστου «Χειραγωγή στην Πνευματική ζωή», εκδ. Ι.Μ.Παρακλήτου)

Πηγή: agiosmgefiras.blogspot.gr