

Η ΕΓΚΡΑΤΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΚΚΛΗΣΙΑ

Αρχιμ. Απόστολος Καβαλιώτης

Σεβασμιότατε Πατέρα μας,

Την αφορμή για μια ομιλία παρέχει συνήθως ένα περιστατικό το οποίο θεωρείται κρίσιμο για τις ατομικές και κοινωνικές συνέπειές του, συχνά και για την αλλοίωση των διδαγμάτων του Κυρίου όταν πρόκειται να σχολιαστεί σε συνάρτηση με την εκκλησιαστική ζωή. Κάθε μεμονωμένο γεγονός μπορεί έτσι να αναλυθεί και να προταθούν αξιόπιστες λύσεις, ενδεχομένως ήδη εφαρμοσμένες σε ανάλογες περιστάσεις, ώστε να αναχαιτισθεί η προκαλούμενη βλάβη και να επέλθει η εξυγίανση στο άτομο ή την κοινωνική ομάδα που υποφέρει. Εάν, για παράδειγμα, υποφέρουν παιδιά από τις δυσμενείς συνθήκες της οικονομικής κρίσης, είναι πιθανόν η ενίσχυση των σχολικών γευμάτων να αποφέρει μια ανακούφιση σε εκείνα και τις οικογένειές τους. Εάν άνθρωποι πεινούν ή κρυώνουν δίνονται λύσεις και όλοι γνωρίζουμε πολύ καλά πόσο ανακουφίζει τις ζωτικές ανάγκες τους το κοινωνικό έργο που και η Εκκλησία μας ασκεί ανελλιπώς και χωρίς καμιά απαίτηση ανταπόδοσης. Όμως τι να πρωτοπεί κανείς, τι να σχολιάσει όταν η αφορμή για τα λίγα λόγια του δεν είναι ένα μεμονωμένο περιστατικό αλλά μια καθολική κρίση και μάλιστα σε παγκόσμιο επίπεδο; Δεν πρόκειται βεβαίως για την οικονομική κρίση στην οποία ο ομιλών μόλις αναφέρθηκε αλλά για την κρίση των ηθών και την έξαρση των παθών, που απαλείφουν την εγκράτεια στις εκδηλώσεις του πνεύματος, του ψυχής και του σώματος και προκαλούν κάθε είδους κατάπτωση στη σημερινή κοινωνία. Ναρκωτικά, σεξουαλική κακοποίηση, υπέρμετρη και καταστροφική ανθρώπινη επιθετικότητα ακόμα και με όπλα, υπερβολική κατανάλωση που ξεκινά από το φαγητό και φθάνει έως τους πόρους του περιβάλλοντος, συνθέτουν ελάχιστο μέρος ενός καταλόγου που θα μπορούσε να είναι μακροσκελής και να αφορά σε κάθε σχεδόν πτυχή του ανθρώπινου βίου. Ο στόχος, επομένως, αυτής της ομιλίας είναι διπλός: αφενός να υπενθυμίσει στους πιστούς τη μέγιστη σημασία και αξία της έννοιας της εγκράτειας. Αφετέρου να εξανεμίσει κάθε αμφιβολία για το πώς η Εκκλησία αντιλαμβάνεται τον εγκρατή άνθρωπο, ώστε να μην προκαλεί τρόμο στον αδύναμο, σε εκείνον που του

λείπει το σθένος, το δίδαγμα για την αποτίναξη της ακρασίας, η προτροπή για όδευση στον δρόμο του Κυρίου, μέσα σε συνθήκες εγκρατείας και σύνεσης.

Α. «Ἐν τῷ ὕψει Κύριος, τῆς ἐγκρατείας, ἀληθῆ σε ἔθετο...»

Θα μου επιτρέψετε Σεβασμιώτατε να χρησιμοποιήσω ένα εδάφιο του κοντακίου της Κυριακής Δ΄ των Νηστειών, η οποία έχει αφιερωθεί στον άγιο Ιωάννη τον Σιναΐτη, γνωστό πιο πολύ ως άγιο Ιωάννη της Κλίμακος, η ζωή και δράση του οποίου τοποθετούνται στον 5^ο ή 6^ο αι. *«Ἐν τῷ ὕψει Κύριος, τῆς ἐγκρατείας, ἀληθῆ σε ἔθετο, ὥσπερ ἀστέρα ἀπλανῆ, φωταγωγοῦντα τὰ πέρατα, καθηγητὰ Ἰωάννη Πατὴρ ἡμῶν»*. Η αναφορά αυτή του υμνωδού στον άγιο Ιωάννη τον Σιναΐτη είναι μια απόδειξη της ζωής που ζουν οι άγιοι, της ζωής του Χριστού, η οποία παρατείνεται στους αιώνες. Χαρακτηριστικό της ζωής αυτής θεωρείται η απόλυτη εγκράτεια, μακριά από πάθη και αδυναμίες, πρότυπα της οποίας είναι οι άγιοι της Εκκλησίας μας, οι διαρκείς αυτοί αστέρες που το φως της αλήθειας λάμπει στα πρόσωπά τους. Δεν είναι οι διάττοντες αστέρες που προβάλλει ως πρότυπα η καθημερινότητα μέσα από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τις εικόνες των απομακρυσμένων από την αλήθεια και την ηθική του Θεού.. Όπως πολύ σοφά και χαρακτηριστικά έχει διατυπωθεί στις ημέρες μας, πρότυπα της εγκρατείας είναι *«αυτοί που βάδισαν τον δρόμο από τον διάβολο μέχρι τον Θεό, από τον Άδη έως τον Παράδεισο»*¹. Ένα τέτοιο πρότυπο υπήρξε ο άγιος Ιωάννης ο Σιναΐτης, που σε ηλικία μόλις 16 ετών ανέβηκε στο όρος Σινά για να γίνει μοναχός.

Όταν έφθασε στο 35^ο περίπου έτος της ηλικίας του αναχώρησε για την ερημική τοποθεσία Θολάς, όπου ανάμεσα σε δύο γρανιτικούς βράχους διαμόρφωσε το ταπεινό κελλί του, για να εξακολουθήσει εκεί τον βίο του επί σαράντα ολόκληρα έτη εγκατοίκησης και άσκησης². Το φθοροποιό πάθος της ακηδίας, δηλαδή της παραίτησης από κάθε πνευματικό έργο και της παράδοσης στην παράλυση του νου

¹ Βλ. για τη ρήση αυτή αλλά και την αναφορά στους διαρκείς και διάττοντες αστέρες το κείμενο του ιερομόναχου Νικάνορος Μαλιούρα με τίτλο «Ο ΑΓΙΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΟΣ, διαχρονικό πρότυπο βιοτής και πίστεως», το οποίο έχει δημοσιευθεί στο *Λειμωνάριον*, τεύχ. 73-74, έκδοση της Ιεράς Μητροπόλεως Σερβίων και Κοζάνης, Ιανουάριος-Απρίλιος 2014, στις σελ. 16-20 και ειδικότερα σελ. 17 (το τεύχος ολόκληρο είναι διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση http://imsk.gr/wp-content/uploads/2017/05/Leimonario_73-74.pdf).

² Τα στοιχεία για τον βίο του αγίου Ιωάννη του Σιναΐτη αντλήθηκαν από το κείμενο του Αχιλλέα Πιτσιλκα *Ο ΒΙΟΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥ ΣΙΝΑΪΤΟΥ (30 Μαρτίου)* στην ιστοσελίδα της Ιεράς Μονής Παντοκράτορος Μελισσοχωρίου (το κείμενο είναι διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://www.impantokratoros.gr/2FB72BE8.el.aspx>).

και της ψυχής, σε συνδυασμό με την απέχθεια για την προσευχή και την ψαλμωδία³ καταπολέμησε με «*την ακατάπαυστη μελέτη των θεόπνευστων βιβλίων της Αγίας Γραφής και των θεοφώτιστων συγγραμμάτων των Αγίων Πατέρων*», ώστε ολόκληρη η ασκητική ζωή του έλαβε τη μορφή διαρκούς και ολόθερμης προσευχής προς τον Θεό, μάλιστα με τη συστηματική καταγραφή των σπουδαιότερων από τα χωρία που μελετούσε σε ειδικά δελτάρια. Σε ηλικία 75 ετών του ζητήθηκε να γίνει ηγούμενος της μεγάλης μονής του Σινά, έργο που ανέλαβε για τέσσερα χρόνια, πριν επιστρέψει στην ασκητική ζωή, κοντά στο τέλος πλέον της ζωής του⁴. Δεν αρκέστηκε όμως στο να καταγράφει τα θεόπνευστα λόγια των Γραφών αλλά και ο ίδιος συνέγραψε τριάντα λόγους περί αρετής. Ο καθένας από αυτούς πραγματεύεται μια εκ τω αρετών που σύμφωνα με την κρίση του αγίου αποτελούν τους αναβαθμούς μιας κλίμακας στο κάτω μέρος της οποίας βρίσκονται οι πρακτικότερες, ενώ όσο ανεβαίνει ο πιστός και τείνει προς την κορυφή πρόκειται να έρθει σε επαφή με τις θεωρητικά υψηλότερες. Το εν λόγω σύγγραμμα έχει μείνει γνωστό ως Κλίμακα των Αρετών, διαβάζεται από την αρχή της Σαρακοστής σε όλα τα μοναστήρια και αποτελεί «*παγκόσμιο κείμενο αναλύσεως όλων των παθών και των αρετών*», με λογικό επακόλουθο να προτείνεται από την Εκκλησία ως διανυγές, γλαφυρό και παραστατικό ανάγνωσμα, πλήρες βαθύτατων ψυχολογικών γνώσεων και παρατηρήσεων⁵.

Ο άγιος είχε ασκήσει και θαυματουργή δράση, ένα δε από τα θαύματα εκείνου είναι απολύτως αρμονικό με τους σκοπούς αυτής της ομιλίας. Ήταν, θα λέγαμε, ένα θαύμα ισχυροποίησης της θέλησης ώστε να ακολουθήσει η κατάκτηση της εγκράτειας, αφού επρόκειτο για την απελευθέρωση του Ισαάκιου από το σαρκικό πάθος. Και ήταν αρκετή μόνο η προσευχή για να επιτευχθεί αυτό το θαύμα, ώστε ο μοναχός Ισαάκιος, που εξαιτίας του ασίγαστου σαρκικού πειρασμού του είχε σε κάποια περίπτωση του βίου του κυριευθεί από μεγάλη θλίψη και αθυμία, απαλλάχθηκε, πριν καν ολοκληρωθεί η προσευχή του πλάι στον Ιωάννη, από το δαιμόνιο του σαρκικού πάθους και κατέστη απολύτως θεραπευμένος και άνοσος⁶.

³ Βλ. για την έννοια της «ακηδίας» στην ιστοσελίδα του *Ορθόδοξου Συναξαριστή*, όπου το κείμενο με τίτλο «Τι είναι η “ακηδία”;» (διαθέσιμο στην ηλεκτρ. διεύθυνση <http://www.saint.gr/205/texts.aspx>).

⁴ Από το κείμενο του Αχιλλέα Πιτσίλκα, ό.π. υποσημ. 2.

⁵ Αναφορά στο κείμενο της Κλίμακος στο άρθρο με τίτλο «Δ' Κυριακή τῶν Νηστειῶν Ἁγίου Ἰωάννου τῆς Ἰωάννου Κλίμακος» στην ιστοσελίδα του Ἱεροῦ Καθεδρικοῦ Ναοῦ Κοιμήσεως Θεοτόκου Ἀμαρουσίου (2018) (το άρθρο είναι διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.panagia-amarousiou.gr/index.php/ekklisiastika-keimena/3005-d-kyriaki-ton-nisteion-agiou-ioannou-tis-ioannou-klimakos>).

⁶ Από το κείμενο του Αχιλλέα Πιτσίλκα, ό.π. υποσημ. 2.

Μην νομίζετε όμως ότι η προσευχή, η πραγματική από τα βάθη της καρδιάς προσευχή, είναι εύκολο πράγμα. Αρκεί να λάβετε υπόψη ότι τον λόγο του για την προσευχή κατέταξε ο άγιος 28^ο στο βιβλίο του ανάμεσα στους 30, παρά το ότι θα περίμενε κανείς να τον θέσει πρώτο ή μεταξύ των πρώτων. Αυτό σημαίνει ότι τη γλυκύτητα της προσευχής δεν μπορεί να τη γευθεί εύκολα ο πιστός εάν δεν έχει μαθητεύσει στην τήρηση των 27 προηγούμενων αρετών. Σημαίνει ότι η προσευχή είναι η απόλαυση των τελείων στην αρετή, που βεβαίως ακολουθεί τον άνθρωπό από την αρχή της πνευματικής ζωής του, όμως η καρδιά τη γεύεται πραγματικά εφόσον προηγουμένως κατακτήσει την εγκράτεια απαλλασσόμενη από τα πάθη που στους 27 πρώτους λόγους του καταδικάζει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος⁷.

Στην Κλίμακα όμως αυτή θα επανέλθουμε αργότερα.

B. Η εγκράτεια στην Εκκλησία σύμφωνα με τα πατερικά κείμενα

Είναι στο σημείο αυτό απαραίτητο να αποσαφηνισθεί με ποιον ακριβώς τρόπο γίνεται αντιληπτή η έννοια της εγκράτειας από την Εκκλησία και μέσα στην Εκκλησία. Οι Ιωάννης Χρυσόστομος και Μέγας Βασίλειος έχουν συμβάλει με τους ορισμούς τους στην κατανόηση αυτή, ο πρώτος εν συντομία, ενώ ο δεύτερος πιο αναλυτικά. Ο Ιωάννης Χρυσόστομος είπε: *«τούτο εστιν εγκράτεια, το μηδενί υποσύρεσθαι πάθει»*. Όσο όμως σύντομος και αν είναι αυτός ο ορισμός, είναι συγκλονιστικά περιεκτικός αφού ορίζει την εγκράτεια ως τη δυνατότητα του χριστιανού να μην παρασύρεται και να μην υποκύπτει σε κανένα πάθος. Ο Μέγας Βασίλειος θέλησε να διακρίνει με τον αναλυτικότερο ορισμό του ότι η εγκράτεια δεν περιλαμβάνει απλώς τη νηστεία, όπως ίσως πολλοί χριστιανοί εσφαλμένα θεωρούν, αλλά επεκτείνεται και σε κάθε επιθυμία η οποία φουντώνει μέσω των αισθήσεων, ειδικά της όρασης. Είπε ο άγιος: *«εγκράτειαν δε ηγούμεθα ορίζεσθαι ου μόνον την των βρωμάτων αποχήν (τούτο γαρ πολλοί και των παρ' Ἑλλησι φιλοσόφων κατώρθωσαν), αλλά προ γε πάντων τον των οφθαλμών ρεμβασμόν»*. Όχι μόνο, λοιπόν, αποχή από τις τροφές, κάτι που και οι αρχαίοι Έλληνες φιλόσοφοι επέτυχαν, αλλά και από τον ρεμβασμό των ματιών. Συνέχισε ο Μ. Βασίλειος να ορίζει ακόμα λεπτομερέστερα

⁷ Ιερεμίας (Μητροπολίτης Γόρτυνος) (2014). Η Κλίμαξ του Αγίου Ιωάννου του Σιναΐτου. *Δόγμα, Πρακτορείο Εκκλησιαστικών Κειμένων*, 29 Μαρτίου 2014 (διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://www.dogma.gr/dialogos/i-klimax-tou-agiou-ioannou-tou-sina%CE%90tou/9831/>).

την εγκράτεια, λέγοντας ότι ισοδυναμεί με την αναίρεση της αμαρτίας, με την αποξένωση από τα πάθη, με την νέκρωση των φυσικών επιθυμιών και λειτουργιών, όλα αρχή της πνευματικής ζωής και προθάλαμος για τα αιώνια αγαθά, μέσω της αντίστασης στο κεντρί της φιληδονίας. Όμως μην βιαστούν να θεωρήσουν πολλοί ότι ένας τέτοιος ορισμός σημαίνει τη θανάτωση του σώματος, την περιφρόνησή του. Διευκρινίζει ο Αρχιμανδρίτης Συμεών Κούτσα ότι ο Χριστός με την ενανθρώπησή του προσέλαβε όχι μόνο την ψυχή αλλά και το ανθρώπινο σώμα, το οποίο συμμετέχει στον εν Χριστώ αγιασμό, ώστε *«εξαγιασμένο με την εν Χριστώ άσκηση και τη ζωοποιό χάρη του Αγίου Πνεύματος, από τον παρόντα κόσμο, μέλλει να μετάσχει και στην άκτιστη δόξα της θείας Βασιλείας»*. Ακόμα και η αποχή των βρωμάτων δεν γίνεται αντιληπτή ως διαρκούσα «εις το παντελές», διότι αυτό θα είχε ως μοιραίο αποτέλεσμα τον θάνατο. *«Σημαίνει “την επιτηδευόμενην αποχήν των ηδέων”, αποχή που αποσκοπεί στην υπερνίκηση του φρονήματος της σαρκός και στην πραγματοποίηση “του της ευσεβείας σκοπού”, που είναι ο αγιασμός μας»*⁸.

Δεν μπορούν να παραληφθούν από μια συζήτηση για την εγκράτεια οι λίγο μεταγενέστερες θέσεις του όσιου Κασσιανού του Ρωμαίου, το έργο του οποίου τοποθετείται μάλλον στο πρώτο ήμισυ του 5^{ου} αιώνα και περιλαμβάνει το σύγγραμμα *«Περί των οκτώ λογισμών της κακίας»*. Η φιλαργυρία, η οργή, η λύπη, η ακηδία, η κενοδοξία και η υπερηφάνεια αποτελούν τους τρίτο έως και έκτο λόγο αντίστοιχα, οι δύο όμως πρώτοι για τους οποίους μιλά ο όσιος είναι αυτοί της *«εγκρατείας της κοιλίας»* και του *«αγώνα κατά της πορνείας και της σαρκικής επιθυμίας»*⁹. Στον πρώτο λόγο για την εγκράτεια της κοιλίας ο όσιος Κασσιανός αναφέρθηκε στη νηστεία από τα φαγητά, για την οποία είπε ότι δεν έχει μεν παραδοθεί ένας κανόνας από τους αγίους Πατέρες, αφού πολλοί λόγοι μπορούν να αποτελούν εμπόδια για τον άνθρωπο, όπως η ηλικία ή κάποια ασθένεια, όμως παρέδωσαν οι Πατέρες έναν σκοπό κοινό για όλους: την αποφυγή της αφθονίας και του χορτασμού της κοιλίας. Ωστόσο και η υπέρμετρη νηστεία οδηγεί κατόπιν, εξαιτίας της στέρησης, σε υπέρμετρη κατανάλωση φαγητού, ενώ όσο κρατά καθιστά αδύναμο το σώμα και απρόθυμο για πνευματική εργασία. Είναι επομένως και η υπερβολική στέρηση αλλά και η

⁸ Συμεών Κούτσα (Αρχιμανδρίτης) (2000). *Στο Κατώφλι της Μεγάλης Τεσσαρακοστής – Λειτουργικά και Κατανυκτικά Κείμενα*. Αθήνα: Αποστολική Διακονία. Απόσπασμα στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://www.protoporia.gr/sto-katofli-tis-megalis-tessarakostis-p-114016.html>.

⁹ Και οι οκτώ λόγοι είναι διαθέσιμοι για κάθε ενδιαφερόμενο στην ιστοσελίδα του *Διακονήματος*, αναρτημένες από το 2014, κάθε μία σε ξεχωριστό ηλεκτρονικό σύνδεσμο. Όλες είναι προσβάσιμες από τον σύνδεσμο με τίτλο «Άγιος Κασσιανός ο Ρωμαίος: περί των οκτώ λογισμών της κακίας – Νο 1», στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.diakonima.gr/tag/άγιος-κασσιανός-ο-ρωμαίος-περί-των-οχτ/>.

λαιμαργία εξίσου σημαντικά προβλήματα με αρνητικές συνέπειες για το σώμα. Αντιθέτως, *«η μετρημένη και μέσα σε λογικά όρια τροφή βοηθά στην υγεία του σώματος, δεν αφαιρεί την αγιότητα»*. Στον ίδιο λόγο ο όσιος δεν παρέλειψε να επισημάνει όμως ότι η καθαρότητα της ψυχής δεν επιτυγχάνεται μόνο με την εγκράτεια της κοιλίας. Το σώμα πρέπει βεβαίως να δέχεται όσα είναι αρκετά για να αποφευχθεί η ασθένεια και όχι όσα θα του προκαλέσουν την ηδονή, όμως ακόμα και μια μετρημένη και συνετή κατανάλωση των τροφών δεν αρκεί για να καθαριστεί η ψυχή και να νιώσει εν τέλει την εκπλήρωση του πόθου της βασιλείας των Ουρανών. Απαιτούνται και άλλες μορφές εγκράτειας, δηλαδή η αποχή από εκείνες τις συνήθειες που ο Κασσιανός κατέκρινε στους υπόλοιπους λογισμούς του¹⁰. Έτσι στον δεύτερο από αυτούς μίλησε για την αποχή από τη σαρκική επιθυμία, που από τη μικρή του ήδη ηλικία ενοχλεί τον άνθρωπο. Είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα η επισήμανση στον 2^ο λογισμό ότι ο αγώνας κατά της σαρκικής επιθυμίας είναι ο πιο μεγάλος και δύσκολος, διότι δεν παρασύρει η εν λόγω επιθυμία μόνο την ψυχή, όπως οι περισσότερες από τις άλλες, αλλά και το σώμα. Αναφερόμενος και εδώ στη νηστεία, και συνδέοντάς τη με την υποταγή στις άλλες επιθυμίες διότι η πολυφαγία συσκοτίζει τον νου και τον κάνει αδύναμο στην επιτήρηση των λογισμών, δήλωσε ότι δεν αρκεί ώστε να αποκτηθεί η τέλεια σωφροσύνη αλλά και η αληθινή αγνεία, αν δεν *«ακολουθεί και συντριβή καρδιάς και πυκνή προσευχή προς τον Θεό και συχνή μελέτη των Γραφών και κόπος και εργασία των χεριών, τα οποία μπορούν να αναστέλλουν τις ακατάστατες ορμές της ψυχής και να ανακαλούν την ψυχή από τις αισχρές φαντασίες»*¹¹.

Ακολούθησαν στους αιώνες και άλλα κείμενα Πατέρων της Εκκλησίας και αγίων της τα οποία πραγματεύθηκαν την έννοια της εγκράτειας, όχι μόνο ως συνώνυμη της νηστείας αλλά και ως το μέσον για την εκπλήρωση της πίστης και της ελπίδας στον Θεό, που δεν νοούνται χωρίς την απαλλαγή από τα πάθη. Ο όσιος Θεόδωρος Εδέσσης, που έζησε γύρω στο 660, είχε γράψει στο 13^ο από τα 100 ψυχωφελή κεφάλαιά του ότι *«την εμπαθή επιθυμία μαραίνει η εγκράτεια ενωμένη με την ταπεινοφροσύνη»*. Στο 24^ο κεφάλαιό του δέχεται την εγκράτεια ως μια από τις μεγαλύτερες αρετές του ανθρώπου καθώς αναφέρει ότι *«από τρία μέρη αποτελείται κάθε λογική ψυχή κατά τον Θεολόγο Γρηγόριο. Την αρετή του λογιστικού την ονομάζει*

¹⁰ Από τον πρώτο λογισμό, ο οποίος είναι διαθέσιμος σε νεοελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.diakonima.gr/2014/12/05/άγιος-κασσιανός-ο-ρωμαίος-περί-των-οχτ/>.

¹¹ Από τον δεύτερο λογισμό, ο οποίος είναι διαθέσιμος σε νεοελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.diakonima.gr/2014/12/06/άγιος-κασσιανός-ο-ρωμαίος-περί-των-οχτ-2/>.

φρόνηση και σύνεση και σοφία. Την αρετή του θυμικού, ανδρεία και υπομονή. Και την αρετή του επιθυμητικού, αγάπη και σωφροσύνη και εγκράτεια». Αμέσως παρακάτω, στο 25^ο κεφάλαιο συμπληρώνει ότι «όπως το πολύ νερό σβήνει τη φωτιά, έτσι την έξαψη της σάρκας και τις αισχρές φαντασίες εξαφανίζει η πείνα ή η εγκράτεια ενωμένη με ταπείνωση ψυχής». Πιστός, δε, στο δίδαγμα του Ιωάννου του Χρυσοστόμου, σημειώνει ρητά και κατηγορηματικά στο 98^ο κεφάλαιο το εξής: «Εγκράτεια εννοώ την αποχή από όλα τα πάθη»¹².

Στη διάρκεια του 7^{ου} αιώνα χρονολογείται επίσης το μεγαλύτερο μέρος του βίου και του έργου του Αγίου Μαξίμου του Ομολογητού, ο οποίος επίσης δεν παρέλειψε να μιλήσει για την εγκράτεια, που μάλιστα συνέδεσε με την πίστη και την ελπίδα στον Θεό. Είχε πολύ χαρακτηριστικά στο 2^ο της πρώτης εκατοντάδας κεφαλαίων του περί Αγάπης ότι «την αγάπη την γεννά η απάθεια. Την απάθεια την γεννά η ελπίδα στον Θεό. Την ελπίδα, η υπομονή και η μακροθυμία. Αυτές τις γεννά η καθολική εγκράτεια. Την εγκράτεια, ο φόβος του Θεού. Το φόβο του Θεού τον γεννά η πίστη». Στο αμέσως επόμενο, 3^ο κεφάλαιο, γράφει ότι «εκείνος που φοβάται την κόλαση, εγκρατεύεται από τα πάθη. Εκείνος που εγκρατεύεται από τα πάθη υπομένει όσα θλίσουν» για να προσθέσει ότι έτσι θα αποκτήσει την ελπίδα στον Θεό. Στο κεφάλαιο 64 διακρίνει τα πάθη σε σωματικά και ψυχικά και παρατηρεί ότι τα πρώτα έχουν τις αφορμές τους στο σώμα ενώ τα δεύτερα έξω από αυτό. Τα σωματικά πάθη αφανίζει η εγκράτεια, ενώ τα ψυχικά η αγάπη. Όμως είναι σαφές ότι δέχεται την εγκράτεια ως μέσο θεραπείας και των ψυχικών παθών, αφού στο 84^ο κεφάλαιό του συνδέει την αμαρτία με την πλεονεξία και θεωρεί τη δεύτερη αιτία της πρώτης. Και συνεχίζει γράφοντας ότι «η πλεονεξία είναι κακή όχι μόνο για τα χρήματα, αλλά και για την τροφή. Όπως και η εγκράτεια δεν εννοείται μόνο για τα φαγητά, αλλά και για τα χρήματα». Αυτό δε που αποκτά τεράστιο ενδιαφέρον είναι ότι θεωρεί την εγκράτεια ως την ύψιστη ανθρώπινη αρετή καταπολέμησης των παθών, επάνω από την οποία θέτει μόνο τη θεία βούληση. Γίνεται αυτό σαφές στο 23^ο κεφάλαιο της δεύτερης εκατοντάδας του, οπότε και διατυπώνει ότι «άλλοι άνθρωποι απέχουν από τα πάθη εξαιτίας ανθρώπινου φόβου. Άλλοι από κενοδοξία. Άλλοι για λόγους εγκράτειας. Άλλοι όμως, ελευθερώνονται από τα πάθη κατά θεϊκή απόφαση». Η αναφορά στον Μάξιμο δεν μπορεί να μην συμπληρωθεί με τη διάκριση που εκείνος κάνει στις αρετές, όπως

¹² Βλ. για τα 100 ψυχοφελή κεφάλαια του Οσίου Θεοδώρου Εδέσσης στη *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών*, Τόμος Β', 4-17, μετάφραση του κειμένου διαθέσιμη στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://greekdownloads.files.wordpress.com/2013/06/filokalia-tomos-2.pdf>.

και στην περίπτωση των παθών, σε σωματικές και ψυχικές. Στο 56^ο κεφάλαιο της δεύτερης εκατοντάδας κεφαλαίων του περί Αγάπης, όπου η νηστεία και η εγκράτεια διαχωρίζονται και η πρώτη κατατάσσεται στις σωματικές ενώ η δεύτερη στις ψυχικές αρετές, δέχεται ότι ανάγκη ή ασθένεια του σώματος είναι πιθανές αιτίες για τη μη τήρηση των σωματικών αρετών, γεγονός που ο Κύριος συγχωρεί, επειδή γνωρίζει τις αιτίες. Όμως δεν συγχωρεί την εγκατάλειψη των ψυχικών αρετών, αφού η παντελής έλλειψη δικαιολογίας, δηλαδή ανάγκης για την παράλειψη αυτή, δεν αφήνει περιθώρια απολογίας. Τέλος, ο Μάξιμος διευρύνει την έννοια της εγκράτειας ώστε να καλύψει τη γενικότερη συμπεριφορά του ανθρώπου, όπως όταν στο 8^ο της τρίτης εκατοντάδας κεφαλαίων του περί Αγάπης γράφει ότι *«Φιλαντία είναι η προς το σώμα εμπαθής και παράλογη αγάπη, την οποία αντιμάχεται η αγάπη και η εγκράτεια. Εκείνος που έχει τη φιλαντία, είναι φανερό ότι έχει όλα τα πάθη»*. Αμέσως στη συνέχεια, στο 9^ο κεφάλαιο, διατυπώνει αυτό που νωρίτερα ήδη σε αυτή την ομιλία υποστηρίχθηκε ως κύριο δίδαγμα της Εκκλησίας για την εγκράτεια και την αντιμετώπιση του σώματος, το οποίο μάλιστα τεκμηριώνει με αποστολικές παραπομπές: *«Κανένας δεν μίσησε την σάρκα του (Εφ. 5, 29), λέει ο Απόστολος, αλλά τη σκληραγωγεί και τη χρησιμοποιεί ως δούλη (Α΄ Κορ. 9, 27), μη παρέχοντάς της τίποτε άλλο παρά τροφές και ενδύματα (Α΄ Τιμ. 6, 8), κι απ' αυτά όσα της χρειάζονται για να ζει. Με αυτό τον τρόπο την αγαπά κανείς απαθώς και την τρέφει ως υπηρέτρια των θείων, και την περιποιείται δίνοντάς της μόνο όσα θεραπεύουν τις ανάγκες της»*¹³.

Οι φορές που η έννοια της εγκράτειας γίνεται περιεχόμενο προτροπής στα κείμενα των Πατέρων και αγίων που ακολούθησαν είναι αναρίθμητες. Και ο τρόπος με τον οποίο συχνά αναφέρεται προσθέτει διαστάσεις στην έννοια οι οποίες καθιστούν σαφές ότι δεν θα ήταν δυνατόν να περιορίζεται στη νηστεία, αν και η νηστεία, συνετή και με σκοπό, αποτελεί απαραγνώριστο συστατικό της. Ο Όσιος Φιλόθεος ο Σιναΐτης, η περίοδος κατά την οποία έζησε είναι άγνωστη, είχε γράψει στο 8^ο των Νηπτικών Κεφαλαίων του ότι *«όταν αποκτήσουμε κάποια έξη της εγκράτειας και της αποχής από τα αισθητά κακά που ενεργούνται με τις πέντε αισθήσεις, τότε από εκεί και πέρα θα μπορέσουμε να φυλάζουμε και την καρδιά μας με τη βοήθεια του Ιησού και να φωτιζόμαστε μέσα σ' αυτήν από Αυτόν και με έναν πόθο θερμό να γευόμαστε με το νου την αγαθότητά Του»*. Και προσθέτει στο 15^ο κεφάλαιό

¹³ Βλ. για τα την πρώτη έως και Τρίτη εκατοντάδα των Κεφαλαίων περί Αγάπης του Οσίου Μαξίμου του Ομολογητού στη *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών, Τόμος Β΄*, 26-53, μετάφραση του κειμένου στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://greekdownloads.files.wordpress.com/2013/06/filokalia-tomos-2.pdf>.

του ότι «για όσους έλαβαν πείρα της αρετής, αρετή θεωρείται και η γενική εγκράτεια, δηλαδή το να απέχομε από κάθε είδους κακό»¹⁴. Αλλά και ο Όσιος Ηλίας ο Πρεσβύτερος και Έκδικος, ίσως του 11^{ου} ή 12^{ου} αιώνα, προέτρεψε για τους πιστούς το εξής στο Γνωμικό ανθολόγιο σπουδαίων φιλοσόφων: «Ανάμειξε με την απλότητα την εγκράτεια και ζέψε μαζί με την ταπεινοφροσύνη την αλήθεια. Τότε θα γίνεις ομοτράπεζος της δικαιοσύνης, στο τραπέζι της οποίας αγαπά να παρακάθεται κάθε άλλη αρετή» (γνωμικό αρ. 45). Σημείωσε όμως ότι εγκράτεια πρέπει να έχει κανείς και στα λόγια: «Ο Κύριος θα προφυλάξει, λέει ο Ψαλμωδός, την είσοδό σου και την έξοδό σου» (Ψαλμ. 120,8), δηλαδή την είσοδο των φαγητών και την έξοδο των λόγων με την εγκράτεια. Γιατί εκείνος που έχει εγκράτεια εισόδου και εξόδου στα φαγητά και στα λόγια, αποφεύγει την επιθυμία των οφθαλμών και πραΰνει τον παράλογο θυμό». Ακούστε όμως και αυτή τη θαυμάσια εικόνα, με την οποία έκλεισε τα Πρακτικά και Θεωρητικά Κεφάλαιά του ο ίδιος όσιος: «να ενισχύουμε το φράχτη με την εγκράτεια, έως ότου πάψουν να ουρλιάζουν τα θηρία, τα σαρκικά πάθη, και οι μάταιοι λογισμοί να μην κατεβαίνουν σαν πουλιά και να βλάπτουν το αμπέλι, δηλαδή την ψυχή που είναι φορτωμένη με θεωρίες σταλμένες από τον Ιησού Χριστό, τον Κύριό μας. Σ' Αυτόν ανήκει η δόξα στους αιώνες. Αμήν»¹⁵.

Δεν θα ήταν δυνατόν να παρατεθούν και άλλες ρήσεις Πατέρων και αγίων της Εκκλησίας μας για την εγκράτεια, διότι δεν το επιτρέπει ο χρόνος που έχουμε στη διάθεσή μας για την ολοκλήρωση αυτής της ομιλίας. Θα σημειώσουμε όμως ότι η έννοια της εγκράτειας δεν έπαψε να απασχολεί την Εκκλησία μας στη διάρκεια των αιώνων αδιάλειπτα έως τις ημέρες μας, όπως μαρτυρεί το παράδειγμα της Ιεράς Συνόδου που πρόσφατα σχετικά αναφέρθηκε στα συμπεράσματα της Αγίας και Μεγάλης Συνόδου της Κρήτης, όπου συμμετείχατε Σεβασμιώτατε και η οποία συνεκλήθη με στόχο την ενίσχυση και τη φανέρωση της ενότητας όλων των Ορθοδόξων Εκκλησιών αλλά και την αντιμετώπιση διαφόρων συγχρόνων ποιμαντικών ζητημάτων. Στο κείμενό της διαβάζουμε τα εξής: «Η Εκκλησία τονίζει διαρκώς την αξία της εγκρατείας, της χριστιανικής ασκήσεως. Η χριστιανική άσκηση δεν διακόπτει την σχέση του ανθρώπου με την ζωή και τον συνάνθρωπο, αλλά τον

¹⁴ Βλ. για αυτές και άλλες διατυπώσεις του Οσίου Φιλόθεου του Σιναΐτη για την εγκράτεια, στη *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών, Τόμος Γ΄*, 4 και 6, μετάφραση του κειμένου στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://greekdownloads.files.wordpress.com/2013/06/filokalia-tomos-3os.pdf>.

¹⁵ Βλ. για αυτές και άλλες διατυπώσεις του Οσίου Ηλία του Πρεσβύτερου και Έκδικου για την εγκράτεια στη *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών, Τόμος Γ΄*, 15 και 30, μετάφραση του κειμένου στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://greekdownloads.files.wordpress.com/2013/06/filokalia-tomos-3os.pdf>.

συνδέει με την μυστηριακή ζωή της Εκκλησίας. Δεν αφορά μόνον τους μοναχούς. Το ασκητικό ήθος είναι χαρακτηριστικό της χριστιανικής ζωής»¹⁶. Όμως και το 2016 εν όψει του μεγάλου αυτού εκκλησιαστικού γεγονότος, είχε γίνει επίσης λόγος για την εγκράτεια από την Ιερά Σύνοδο, που μάλιστα συνέδεσε την έννοια με ορισμένα από τα σημερινά φλέγοντα προβλήματα του ανθρώπου. Σημειωνόταν ότι «*Η σημερινή οικολογική κρίση είναι προφανές ότι οφείλεται σε πνευματικά και ήθικά αίτια. Οι ρίζες της συνδέονται με την πλεονεξία, την άπληστία και τον έγωισμό, που οδηγούν στην αλόγιστη χρήση των φυσικών πόρων, την επιβάρυνση της ατμόσφαιρας με ζημιολόγους ρύπους και την κλιματική αλλαγή. Η χριστιανική αντιμετώπιση του προβλήματος απαιτεί μετάνοια για τις καταχρήσεις, εγκράτεια και ασκητικό ήθος, που αποτελούν αντίδοτο στην υπερκατανάλωση, συγχρόνως δέ, καλλιέργεια στον άνθρωπο της συνειδήσεως ότι είναι «οίκονόμος», και όχι κάτοχος της δημιουργίας*»¹⁷. Βλέπουμε επομένως πόσο σημαντική είναι η διατήρηση της εγκράτειάς μας ώστε και από τα προσωπικά πάθη να απαλλασσόμαστε αλλά και στην ικανοποίηση των ουσιωδών αναγκών της ανθρωπότητας να συμβάλλουμε. Βλέπουμε ότι δεν περιορίζεται στη νηστεία της Σαρακοστής αλλά απλώνεται σε κάθε ανθρώπινη πράξη η οποία, αν συνδεθεί με το αντίθετο της εγκράτειας, την ακρασία, μπορεί να είναι καταστροφική για τον καθένα μας αλλά και για όποιον και ό,τι εξαρτάται από τις ενέργειές μας. Το φλέγον αυτό ζήτημα θα πραγματευτεί το τελευταίο μέρος αυτής της ομιλίας.

Γ. Η Κλίμαξ του αγίου Ιωάννου του Σιναΐτη και οι συνέπειες της απήφισής της σήμερα

Ποιος είναι όμως εγκρατής σύμφωνα με τον Άγιο Ιωάννη αλλά και την Εκκλησία; Όχι αυτός που δεν έχει γνώση των παθών αλλά που έχει και δεν παρασύρεται. Διότι είπε ο άγιος στον λόγο του *περί αποταγής του ματαίου βίου*: «*Εγκρατής είναι αυτός που ζη μέσα στους πειρασμούς και τις παγίδες και τους θορύβους του κόσμου και αγωνίζεται με όλη του την δύναμι να μιμηθή την ζωή εκείνων*

¹⁶ Ιερά Σύνοδος (2017). «Προς τον Λαό»: η Ιερά Σύνοδος για την Αγία και Μεγάλη Σύνοδο της Κρήτης. 28.01.2017. Στην ηλεκτρονική διεύθυνση <https://www.impantokratoros.gr/F0B8FFF8.el.aspx>.

¹⁷ βλ. Μήνυμα της Αγίας και Μεγάλης Συνόδου της Ορθόδοξης Εκκλησίας προς τον Ορθόδοξο λαό και κάθε άνθρωπο καλής θελήσεως, 2016, διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.imra.gr/agia-kai-megali-synodos-tis-orthodoxoy-ekklisias/articles/minyma-tis-agias-kai-megalis-synodoy-tis-orthodoxoy-ekklisias-pros-ton-orthodoxo-lao-kai-kathe-anthropo-kalis-theliseos.html>.

πού είναι απηλλαγμένοι από τους θορύβους του κόσμου»¹⁸. Μήπως όλοι δεν έχουμε γνώση των παθών; Δεν είμαστε μάρτυρες των θορύβων, των πειρασμών και των παγίδων; Πόσο όμως αντιστεκόμαστε στους θορύβους αυτούς; Ίσως πολύ λίγοι και η αιτία για αυτό είναι κατανοητή. Είπε ο άγιος Ιωάννης στον δεύτερο λόγο του *περί απροσπαθείας* ότι η οδός της αρετής και της εγκράτειας φαίνεται σε πολλούς στενή και κοπιώδης. Είναι πράγματι, και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ακόμα και αρκετοί που έγιναν μοναχοί, λύγισαν, όπως ο ίδιος λέγει, «στις ορμές και τα κινήματα της σαρκός»¹⁹. Η Εκκλησία βεβαίως δεν ζητά από τους πιστούς της να ακολουθήσουν τη ζωή των μοναχών, μακριά από συγγενείς και αγαπημένους τόπους, ή να απαρνηθούν τους γονείς τους, όπως ο άγιος Ιωάννης προέτρεψε στον τρίτο λόγο του *περί ξενιτείας*, πιστός στα αιτήματα του πρώτου μοναχισμού²⁰. Τους ζητά όμως να είναι συνεπείς με ορισμένες από τις αρετές που ο άγιος περιέγραψε, διότι και μπορούν και να τηρηθούν με κάποια ευκολία αλλά και προστατεύουν το σώμα και την ψυχή από τους πειρασμούς, τις παγίδες και τους θορύβους που απειλούν την ανθρωπότητα.

Ωστόσο ο πιστός δέχεται συνεχή πόλεμο και μια καλή αρχή θα ήταν να απαλλαγεί από τις επιθέσεις της οθόνης θέτοντας κριτήρια σε αυτό που παρακολουθεί ο ίδιος και, εν αγνοία του ίσως, το παιδί του. Η οθόνη συχνά συκοφαντεί και χλευάζει την Εκκλησία, διότι έτσι, δηλαδή απομακρύνοντας τον άνθρωπο από τον δρόμο του Θεού, έχει την ευχέρεια να καλλιεργήσει έναν ανθρωποκεντρικό χαρακτήρα, που καταπνίγεται από την ψευδαίσθηση της αυτοσωτηρίας και στηρίζεται στην αυτάρκεια, τη φιλαυτία και τον εγωκεντρισμό. Πολύ δε περισσότερο η ευθύνη μεταφέρεται από τα πρόσωπα στις καταστάσεις και ο άνθρωπος θεωρεί τον εαυτό του ανεύθυνο για ό,τι συμβαίνει. Και πώς όχι, όταν η συνείδηση αμβλύνεται με τη διαρκή θέαση όσων τα παιδιά από πολύ μικρή ηλικία βλέπουν; Πώς όχι όταν το κακό παύουν να το θεωρούν κακό ή δεν έχουν μάθει να το κατακρίνουν, αλλά και όταν δεν αρκούνται σε αυτό που βλέπουν αλλά προχωρούν, μακριά από την παραδοσιακή ζωή, σε ακραίες καταστάσεις εκκοσμίκευσης και επαφής με το κακό;²¹ Τα ΜΜΕ μπορούν

¹⁸ Ο πρώτος λόγος *Περί αποταγής* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-renunciation-of-the-world>.

¹⁹ Ο δεύτερος λόγος *Περί απροσπαθείας* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-detachment>.

²⁰ Ο τρίτος λόγος *Περί ξενιτείας* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-exile-or-pilgrimage>.

²¹ Γεώργιος (Καψάνης) (Αρχιμανδρίτης). Οι σημερινοί νέοι δυσκολεύονται γενικά να πλησιάσουν την Εκκλησία. 8.9.2012. *Ορθοδοξία. Ορθόδοξος Χριστιανικός Χώρος Ενημέρωσης και Διαλόγου*.

να εκπέμψουν και θετικά παραδείγματα, δυστυχώς όμως πολλά είναι τα αρνητικά που αναπαράγουν και καλούν τους ανθρώπους μέσω του μιμητισμού να ακολουθήσουν. Διότι η εικόνα είναι ισχυρή και καθηλώνει, τα συναισθήματα διεγείρονται εις βάρος της κρίσης, καλείται ο θεατής να ταυτιστεί με τον πρωταγωνιστή, κατασκευάζεται και παρουσιάζεται η κοινωνική πραγματικότητα όπως θέλουν τα ΜΜΕ να δείχνουν ότι είναι²². Και τα πράγματα διαρκώς χειροτερεύουν. Παλαιότερα ακούγαμε για κρούσματα βίαιης δράσης οπλοφόρων μαθητών στα σχολεία της Αμερικής, σε μίμηση όσων παρακολουθούσαν στις ταινίες καταγιστικής δράσης. Τον περασμένο Οκτώβριο 13χρονος μαθητής πυροβόλησε, ευτυχώς με όπλο κρότου-λάμψης, συμμαθητή του σε σχολείο της Λαμίας. Ως πέτρα του σκανδάλου αναφέρεται μαθήτριά, φίλη φίλου του μαθητή που πυροβόλησε, η οποία είχε παρενοχληθεί από τον νεαρό που πυροβολήθηκε²³.

Τίποτα τέτοιο δεν θα συνέβαινε εάν ο μαθητής με το όπλο είχε μάθει στην αρετή της *αοργησίας*, που στον όγδοο λόγο του Αγίου Ιωάννη ορίζεται ως «*νίκη κατά της ανθρώπινης φύσεως, πού φαίνεται με την αναισθησία απέναντι στις ύβρεις και πού αποκτάται με αγώνας και ιδρώτα*»²⁴. Ούτε θα συνέβαινε εάν σε τόσο μικρή ηλικία, που οι νέοι βρίσκονται μάλιστα έξω από την ιερή κατάσταση του γάμου, οι μαθητές βίωναν την αρετή της *αγνείας* και δεν υποτάσσονταν στις αισχρές φαντασίες τους, αφού όπως και πάλι ο Άγιος λέγει, αυτή τη φορά στον δέκατο πέμπτο λόγο του *περί αγνείας*, «*η αγνεία είναι προσοικειώσεις του Θεού και ομοιώσεις προς Αυτόν, όσο είναι δυνατόν στον άνθρωπο*»²⁵. Η Εκκλησία δεν καταδικάζει τον έρωτα, ούτε θεωρεί την αγαπητική ορμή του ανθρώπου προς το άλλο φύλο δαιμονικό στοιχείο που πρέπει να καταπολεμηθεί και να νεκρωθεί. Θεωρεί όμως τον έρωτα ως την «ενοποιό δύναμη που συντελεί στην ανασύνδεση της διασπασμένης ανθρωπίνης φύσεως και στην επαναφορά της σε κοινωνία με τον Θεό»²⁶. Ενώ όμως στο ανθρώπινο επίπεδο η

Διαθέσιμο στην ηλ. διεύθυνση <http://www.orthodoxos.com.gr/phpBB3/viewtopic.php?t=1327>.

²² Μοναστηρίδου, Αικ. (2016). *Η Τηλεοπτική Βία και η Επίδρασή της στις Ηθικές Αξίες του Παιδιού*. Θεσσαλονίκη. Διαθέσιμο στο <https://ikee.lib.auth.gr/record/289927/files/GRI-2017-19466.pdf>.

²³ LamiaReport. *Λαμία: Για τα μάτια μιας κοπέλας έπεσε πυροβολισμός σε σχολείο!* 13.10.2018. Διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.lamiareport.gr/index.php/topika/item/105332-lamia-gia-ta-matia-mias-kopelas-epese-o-pyrovolisimos-sto-sxoleio>.

²⁴ Ο όγδοος λόγος *Περί αοργησίας* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-freedom-from-anger-and-on-meekness>.

²⁵ Ο δέκατος πέμπτος λόγος *Περί αγνείας* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-purity-and-chastity>.

²⁶ Από το βιβλίο του καθ. Γ. Μαντζαρίδη *Χριστιανική Ηθική*, σελ. 322-330, σύμφωνα με μεταφορά των απόψεών του σε άρθρο της Ιεράς Μητροπόλεως Πειραιώς με τίτλο «Το “πρόβλημα του σεξ” και η ευλογία του γάμου, 9.10.2017, διαθέσιμο στο http://aktines.blogspot.com/2017/10/blog-post_80.html.

φυσική ένωση ανδρός και γυναικός αποτελεί «μέγα μυστήριο», το μυστήριο του γάμου, που ανάγεται στο μυστήριο της ενώσεως του Χριστού με την Εκκλησία, η σεξουαλική καταδυνάστευση του ανθρώπου από τα σωματικά πάθη με τα οποία συνδέεται έχει προκαλέσει στην ανθρωπότητα δεινά και στρεβλώσεις. Ας θυμηθούμε τη μάστιγα του AIDS που στο πρόσφατο παρελθόν αποδεκάτισε πληθυσμιακές ομάδες οι οποίες συνήθως δεν ήταν σε θέση να κατασιγάσουν και να ελέγξουν τις σεξουαλικές ορμές τους. Και ας αναφέρουμε τις τελευταίες εξελίξεις στις νομιμοποιήσεις των γάμων ατόμων του ίδιου φύλου, μια κατάσταση που προκάλεσαν οι «δαιμονικές διεκδικήσεις του απόλυτα παρηκμασμένου δυτικού κόσμου»²⁷.

Αυτή η τελευταία εξέλιξη αποτελεί την αφορμή για να συστήσουμε εγκράτεια όχι μόνο στον άνθρωπο ο οποίος οφείλει να τιθασεύει τον εαυτό του, αλλά εγκράτεια και στους θεσμούς. Διότι ορισμένες καταστάσεις νομιμοποιούνται, χωρίς μάλιστα την παραμικρή επιστημονική τεκμηρίωση, εξαιτίας πολιτικών σκοπιμοτήτων. Βεβαίως, πολύ σωστά επισημάνθηκε από την Ιερά Σύνοδο ότι *«Ἡ Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία δέν ἀναμειγνύεται στήν πολιτική»*. Ωστόσο, *«Ὁ λόγος της παραμένει διακριτός ἀλλά καί προφητικός, ὡς ὀφειλετική παρέμβαση ὑπέρ τοῦ ἀνθρώπου. Τά ἀνθρώπινα δικαιώματα βρίσκονται σήμερα στό κέντρο τῆς πολιτικῆς ὡς ἀπάντηση στίς σύγχρονες κοινωνικές καί πολιτικές κρίσεις καί ἀνατροπές, ἀποβλέποντας στήν προστασία τοῦ πολίτη ἀπό τήν αὐθαιρεσία τοῦ κράτους. Ἡ Ἐκκλησία μας προσθέτει ἐπίσης τίς ὑποχρεώσεις καί εὐθύνες τῶν πολιτῶν καί τήν ἀνάγκη συνεχοῦς αὐτοκριτικῆς πολιτικῶν καί πολιτῶν πρός οὐσιαστική βελτίωση τῆς κοινωνίας. Καί κυρίως τονίζει, ὅτι τό ὀρθόδοξο δέον περί ἀνθρώπου ὑπερβαίνει τόν ὀρίζοντα τῶν καθιερωμένων ἀνθρωπίνων δικαιωμάτων, ὅτι «μείζων πάντων» εἶναι ἡ ἀγάπη, ὅπως τήν ἀποκάλυψε ὁ Χριστός καί τήν βίωσαν ὅσοι πιστά Τόν ἀκολούθησαν»*²⁸. Αυτοί είναι οι λόγοι για τους οποίους και τα πολιτικά πρόσωπα πρέπει σήμερα να επιδεικνύουν έμπρακτα την αρετή της εγκράτειας, διαφορετικά προσεταιρίζονται ένα χαρακτηριστικό που ο Άγιος Ιωάννης συνέδεσε με όσους αγαπούν την κενοδοξία: *«Ὁ κενόδοξος .. φαινομενικά μέν σέβεται τον Θεόν, ἀλλά στήν πραγματικότητα ἐπιζητεῖ νά ἀρέσῃ στούς ἀνθρώπους καί ὄχι στον Θεόν»*²⁹. Και χάνουν όλες εκείνες τις χάρες οι οποίες συνδέονται με την ταπεινοφροσύνη, που πολλοί τη βλέπουν, όπως και πάλι ο άγιος εξηγεί, ως την ικανότητα του ανθρώπου να

²⁷ Από το ίδιο άρθρο της Ιεράς Μητροπόλεως Πειραιώς.

²⁸ Από το Μήνυμα της Αγίας και Μεγάλης Συνόδου της Ορθοδόξου Εκκλησίας, ό.π. υποσημ. 17.

²⁹ Ο εικοστός πρώτος λόγος *Περί κενοδοξίας* είναι διαθέσιμος σε ελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-unmanly-and-puterile-cowardice>.

ξεχνά αμέσως τα κατορθώματά του, την ικανότητά του να προλαβαίνεις τις φιλονικίες και να διαλύει πρώτος την οργή, την ικανότητα να αισθάνεται ψυχική συντριβή και να απαρνείται το ιδικό του θέλημα³⁰. Το θέλημα αυτό που δεν απαρνούνται αλλά επιβάλλουν ενέργειες όπως η ψήφιση νομοσχεδίων για την νομική αναγνώριση της ταυτότητας του φύλου, την οποία μερίδα του κόσμου μας έχει αποδώσει σε ψηφοθηρικές σκοπιμότητες. Ας μην φανταστεί κανείς ότι η Εκκλησία δεν δέχεται το δικαίωμα αυτοπροσδιορισμού του ατόμου. Κάθε άλλο, αρκεί, όπως διατυπώνει ο Μεσσηνίας Χρυσόστομος, να μην λειτουργεί καταστροφικά διασπαστικά προς το κοινωνικό σύνολο και να μην επιβάλλει συγκεκριμένα πρότυπα ζωής. Ούτε ενδιαφέρει την Εκκλησία, όπως ο ίδιος προσθέτει, εάν εντάσσονται στο ποίμνιό της ομοφυλόφιλοι ή διεμφυλικοί. Της είναι αδιάφορο ως προς τα ανθρώπινα πρόσωπα. Ως «κιβωτός σωτηρίας» δέχεται τους πάντες, ανεξάρτητα από την ετερότητα και διαφορετικότητά τους. Είναι άλλο όμως η υιοθέτηση ή και αποδοχή των οποιονδήποτε ιδιαιτεροτήτων και διαφοροποιήσεων, «γιατί τότε θα κινούμεθα στον αστερισμό του ισοπεδωτισμού»³¹.

Επίλογος

Η εγκράτεια, σύμφωνα με την Εκκλησία, είναι επομένως ουσιώδης για τον καθαρισμό του σώματος και της ψυχής και πρέπει να εφαρμόζεται στην ατομική και την κοινωνική ζωή, τόσο από τα πρόσωπα μεμονωμένα όσο και από τις κοινωνικές ομάδες αλλά και από όσους κρατούν στα χέρια τους τις τύχες προσώπων και κοινωνικών ομάδων, δηλαδή τους πολιτικούς. Μπορούσαν να αναφερθούν ποικίλες άλλες πτυχές της ζωής για τις οποίες η εγκράτεια είναι σημαντική, όμως δεν το επιτρέπει ο χρόνος. Αυτό που πρέπει να σημειωθεί είναι ότι όπως και μέλος της *Ειδικής Συνοδικής Επιτροπής Θείας καί Πολιτικής Οικονομίας καί Οικολογίας* έχει συστήσει με αφορμή τις προτεινόμενες κατάλληλες περιβαλλοντικές ενέργειες, οι πράξεις μας «θα πρέπει να καθοδηγούνται από το πνεύμα του “πολιτισμού εγκράτειας”, τον οποίο εδώ και αιώνες βιώνουν και διακηρύττουν οι πατέρες της

³⁰ Από τον εικοστό πέμπτο λόγο *Περί ταπεινοφροσύνης*, ο οποίος είναι διαθέσιμος σε νεοελληνική μετάφραση στην ηλεκτρονική διεύθυνση <http://www.orthodoxfathers.com/On-most-sublime-humility>.

³¹ Μεσσηνίας Χρυσόστομος, Τι σκοπιμότητες κρύβει το νομοσχέδιο για την αλλαγή φύλου, 15.10.2017. Διαθέσιμο στην ηλεκτρον. διεύθυνση <https://www.exapsalmos.gr/2017/10/15/messinias-chrysostomos-ti-skopimotites-kryvi-nomoschedio-gia-tin-allagi-fylou/>.

ορθοδόξου εκκλησίας μας. Η αποτελεσματικότητα αυτής της συνταγής είναι βεβαιωμένη, αφού ο πολίτης χριστιανός και ο πολιτικός χριστιανός που φθάνει στον φωτισμό, βιώνοντας τον «πολιτισμό εγκράτειας», «γρηγορεί και νήφει εν πάσι», ολοκληρώνεται ως προσωπικότητα και μπορεί να αντιμετωπίζει με επιτυχία» τα διάφορα προβλήματα και κρίσεις, «γνωρίζοντας ότι κάποτε ο κόσμος θα παύσει, αφού σύμφωνα με την Αποκάλυψη, ο Χριστός κατά τη Δευτέρα Παρουσία Του θα τον μεταποιήσει σε πόλη Θεού»³². Αμην.

³² Παπαδημητράκης, Ι., (2005). *Ποια τα προβλήματα περιβάλλοντος σήμερα και ποια η στάση της Εκκλησίας*. Εναρκτήρια Ομιλία κατά τον εορτασμό της Ημέρας Περιβάλλοντος στην Ιερά Μονή Πεντέλης, Αθήνα, 6-6-05, *Ecclesia.gr*. Διαθέσιμο στην ηλεκτρονική διεύθυνση http://www.ecclesia.gr/greek/holySynod/commitees/environment/ekklisia_perivallon5.html.