

Μη  
στραφείς  
προς τα πίσω



π. Θεμιστοκλής Μουρτζανός

# Μη στραφείς προς τα πίσω

Η ΑΣΚΗΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ  
ΣΤΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Επιμέλεια έκδοσης:  
Σοφία Μπουγά

Ἐν πλῶ

© Εκδόσεις Έν πλώ  
Κολοκοτρώνη 49, Αθήνα 105 60  
Τηλ.: 210 3226343 - Fax: 210 3221238  
e-mail: info@enploeditions.gr  
www.enploeditions.gr  
www.facebook.com/enploeditions.gr

Α΄ έκδοση: Οκτώβριος 2023

ISBN: 978-960-619-148-0

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος .....	9
Μη στραφείς προς τα πίσω .....	13
Πώς να μην λυπηθείς, όταν στερηθείς εκείνο που αγαπάς; .....	17
Δεν απαιτείται από όλους μας να σώσουμε άλλους .....	21
Ιδιορρυθμία και υπακοή στην οικογένεια .....	25
Αγοράζω ταπεινώση .....	29
Ο χρόνος που χάσαμε .....	33
Χαρά και λύπη μαζί .....	37
Πικρία .....	41
Καλά να πάθεις .....	45
Κρύψε τα λάθη του άλλου .....	49
Αγοράζω ταπεινώση .....	53
Το ψέμα είναι η εξαφάνιση της αγάπης .....	57
Πλήττω... ..	61
Από το φαγητό στην καρδιά .....	65
Το πήλινο σώμα μου .....	69
Για τα λεφτά τα κάνεις όλα .....	73
Γιατί είσαι αναίσθητος .....	77
Σήκω, η μέρα άρχισε! .....	81
Φτάνει μια ματιά .....	85
Περί δειλίας .....	89
Ο θορυβοποιός .....	93

Ο υπερήφανος .....	97
Δίχως Θεό .....	101
Συχνά τα στήθια εκούρασα, ποτέ την καλοσύνη .....	105
Ταπείνωση: η ξεχασμένη αρετή στις σχέσεις .....	109
Διάκριση .....	113
Πνεύμα μαθητείας .....	117
Γιατί ταραζόμαστε; .....	121
Ο τελειομανής .....	125
Ο κόσμος φτιάχνεται με την προσευχή! .....	129
Δεν φτάνει μόνο να νικάς το κακό .....	133
Μπορούμε να ξεχάσουμε την αγάπη; .....	137
Αγάπη και κατάκριση .....	141
Ηγεσία, έπαινος και τιμωρία .....	145

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Όσοι αναζητούμε στην κοσμική πραγματικότητα οδούς και τρόπους για να ζήσουμε την πίστη στον Θεό ως προτεραιότητα και ως κριτήριο της πορείας μας, των σχέσεών μας, του τρόπου με τον οποίο βλέπουμε τον εαυτό και τον χαρακτήρα μας, αλλά και τις προκλήσεις της ζωής, δεν μπορεί παρά να νοσταλγούμε το περιεχόμενο της μοναχικής πολιτείας. Την αγάπη για τον Θεό που γίνεται κίνητρο του να κοιτάμε ψηλά. Κίνητρο να ξεκινάμε με γνώμονα τον άλλο, τη διακονία και τη συγχώρηση. Την ταπεινότητα που μας απαλλάσσει από το βάρος να έχουμε τον πρώτο και τον τελευταίο λόγο. Μια διαρκή αίσθηση ότι η αιωνιότητα μας προσμένει. Κι εκείνα τα θερμά δάκρυα, είτε από την προσευχή και την κατάνυξη, είτε από την παρουσία του Χριστού στις καρδιές, που κάνουν την καρδιά να πλαταίνει. Κυρίως όμως νοσταλγούμε ένα αίσθημα αμεριμνησίας, παιδικότητας, εμπιστοσύνης στον Θεό και στο θέλημά του, σημάδια και σημεία της μοναχικής ζωής.

Γνωρίζουμε πως δεν μπορούμε να ζήσουμε σε τέτοιες καταστάσεις. Δεν κληθήκαμε γι' αυτές. Έτσι, φτάνουμε στο σημείο να απορρίπτουμε εντελώς τη δική μας πραγματικότητα και ζωή ως αμαρτωλή και ρυπαρή, να λειτουργούμε ενοχικά απέναντι στον κόσμο, λες και δεν είναι δημιούργημα και δώρο του Θεού προς όλους μας, λες και ο Χριστός δεν έγινε άνθρωπος, μέλος αυτού του κόσμου, δεν δίδαξε, δεν σταυρώθηκε, δεν πέθανε, δεν αναστήθηκε μέσα στην κακία και την

απόρριψη, για να σωθεί ο κόσμος. Ο Χριστός όμως, εκτός από την αγάπη και την ανάσταση, μας άφησε ως καθοδήγηση στη ζωή μας το Ευαγγέλιό Του. Σημείο-κλειδί του Ευαγγελίου είναι η άσκηση. Άσκηση δεν είναι μόνο η προσευχή και η νηστεία. Αυτές είναι μέθοδοι ασκητικές. Είναι κυρίως μία στάση ζωής που βασίζεται στο μέτρο, όπως αυτό το καθορίζει η αγάπη, που δεν είναι μόνο γενική ούτε και μόνο εξατομικευμένη, αλλά «τά πάντα τοῖς πᾶσι». Είναι η απόφαση να υπερβούμε το «εγώ» μας, με τη βοήθεια του Χριστού και εν τη Εκκλησία, να σηκώσουμε τους σταυρούς μας, που προέρχονται από τις σχέσεις μας τόσο με τον συνάνθρωπο, οικείο, συνοδοιπόρο, αναγκαστικά ή και από επιλογή, ξένο. Από την περιρρέουσα ατμόσφαιρα. Από τον πολιτισμό, στον οποίο μετέχουμε. Διότι πλαστήκαμε όχι για να γυρίζουμε στο χθες, ούτε να προσδοκούμε μόνο ένα αύριο, αλλά για να παλεύουμε «ἐν τῷ νῦν». Κι όπως ζούμε στην θεία λειτουργία, αυτό το «νῦν» εμπεριέχει και το «πάντοτε» και το «ἀεί» και το «εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων».

Τα ασκητικά βιβλία και η ασκητική παράδοση είναι οδοδείκτες και για μας τους «ἐν τῷ κόσμῳ». Μπορεί οι μοναχοί και οι μοναχές να ζούνε την πνευματική ζωή στις λεπτομέρειές της, κι αυτός είναι ο αγώνας τους, όμως και οι «ἐν τῷ κόσμῳ» δεν εξαιρούμαστε. Γι' αυτό είναι πολύτιμη η προσπάθεια να δούμε την άσκηση και την πνευματικότητα μέσα και στη δική μας ζωή. Να εγχρονίσουμε, όσο γίνεται, τα μηνύματά τους, χωρίς να αλλοιώσουμε το πνεύμα, και να παλέψουμε, με τη βοήθειά τους, έχοντας νόημα ζωής, που



είναι ο Χριστός, να δούμε κάθε στιγμή τόσο τον εαυτό μας, τον χαρακτήρα μας, τις μικρές ή μεγάλες ιδιορρυθμίες μας, όσο και τους άλλους μέσα από την αλήθεια της πνευματικότητας.

Αυτός ο τρόπος αγκαλιάζει ιδιαιτέρως την οικογενειακή ζωή. Τον έρωτα. Τη συζυγία. Τις σχέσεις γονέων και παιδιών. Την ανατροφή. Αν γίνεται εμπειρία και δεν παραμένει μόνο στη θεωρία, τότε η ασκητική παράδοση γίνεται εφαλτήριο μιας ολοκληρωμένης θέασης της ζωής και των ανθρώπων, των πειρασμών, των σταυρών, των αναστάσεων, πάντοτε ως εφαρμογή του ήθους του Ευαγγελίου. Και, ταυτοχρόνως, γίνεται ευκαιρία θέασης του κόσμου στον οποίο ζούμε μέσα από μια προοπτική ελπίδας στο φως του Χριστού, αγάπης και όχι απόρριψης, πρόσληψης των θετικών του και μεταμόρφωσης των αρνητικών.

Το βιβλίο που κρατάτε ανά χείρας λοιπόν είναι μία απόπειρα εγχνονισμού στην καθημερινότητα των σχέσεων και της ζωής ενός από τα σπουδαιότερα βιβλία της ασκητικής μας παράδοσης, της «Κλίμακας» του αγίου Ιωάννου του Σιναΐτου. Είναι αναπόφευκτη η αποσπασματική παράθεση χωρίων, στην αρχή κάθε κεφαλαίου. Όποιος θελήσει, ας κάνει αντιπαραβολή με το κάθε σκαλοπάτι της «Κλίμακας». Εκεί είναι η σοφία. Το βάθος. Η εμπειρία. Η κατά Χριστόν ζωή. Η υπέρβαση. Ας δει πώς κάποια ελάχιστα μπορούν να ειπωθούν και να ιδωθούν στην δική μας ζωή και εμπειρία, αυτήν την «ἐν τῷ κόσμῳ». Αυτήν που θέλει, αλλά δύσκολα μπορεί. Ίσως, τότε, νιώσετε μαζί μας ότι η παράδοσή μας δεν είναι μία χαμένη υπόθεση για

μας που παλεύουμε στον κόσμο αυτό, με την/τον σύζυγό μας, με τα παιδιά μας, με τους οικείους, με όλους, αλλά μπορεί μία μικρή χαραμάδα από την οποία το φως του Χριστού θα περάσει, να προκύψει. Τις δικές μας μεγάλες ελλείψεις, άλλωστε, μόνο η χάρις του Θεού μπορεί να αναπληρώσει.

Οφείλουμε θερμές ευχαριστίες στις εκδόσεις Εν Πλω που ανέλαβαν την έκδοση. Την εφημερίδα «Ορθόδοξη Αλήθεια», στην οποία τα κείμενα δημοσιεύτηκαν στην αρχική τους μορφή. Όσες και όσους έδωσαν αφορμή για περαιτέρω διάλογο. Κυρίως όμως την ζώσα πραγματικότητα, στην οποία παλεύουμε. Την οικογένειά μας. Την ενορία των Αγίων Πάντων Κέρκυρας. Τις μαθήτριες και τους μαθητές μας στο 7ο Γυμνάσιο Κέρκυρας, όπου ο διάλογος, οι αντιστάσεις, αλλά και η αποδοχή ομορφαίνουν αληθινά τη ζωή και μας δείχνουν ότι η Εκκλησία έχει να πει στη νεότητα πολλά, όπως και να πάρει. Τον Μητροπολίτη Κερκύρας, Παξών και Διαποντίων Νήσων κ. Νεκτάριο, που μας ώθησε να έρθουμε σε επαφή με την ασκητική παράδοση της Εκκλησίας «ἐκ νεότητος». Τον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος, που ανέχτηκε αυτή την απόπειρα. Πιότερο από όλους και όλα, Εκείνον που είναι και για μας η «Κραταιά Αγάπη».

Κέρκυρα, 19 Αυγούστου 2023  
π. Θεμιστοκλής Μουρτζανός

# Μη στραφείς προς τα πίσω

*«Συ που ανέβηκες το σκαλοπάτι  
της αποταγής, μη στραφείς προς τα πίσω»*

**Π**όσες φορές στην πορεία του γάμου και της οικογένειάς μας πειράζει ο λογισμός για το αν έπρεπε να παντρευτούμε τον άνθρωπο που παντρευτήκαμε –ο νους μας γυρίζει σε άλλες αγάπες–, και πλάθουμε σενάρια για το αν θα ήμασταν πιο ευτυχημένοι με άλλους ανθρώπους ή με άλλες επιλογές. Στην ανατροφή των παιδιών μας αναρωτιόμαστε αν κάναμε λάθη, αν έπρεπε να ακολουθήσουμε άλλη οδό, αν δώσαμε τον χρόνο που θα έπρεπε, αν ακούσαμε τα παιδιά μας όσο έπρεπε, αν δείξαμε περισσότερη επιείκεια ή αυστηρότητα από ό,τι έπρεπε. Ανάλογοι είναι και οι προβληματισμοί για μία επαγγελματική επιλογή, για τον τρόπο διάθεσης των χρημάτων μας, για τις σπουδές μας, για γεγονότα στα οποία κληθήκαμε να πάρουμε αποφάσεις που είχαν συνέπειες. Και ο λογισμός μάς ταλαιπωρεί.

Στην πνευματική μας παράδοση διαβάζουμε τη φράση: «Μη στραφείς προς τα πίσω». Δεν είναι προτροπή για αποφυγή της αυτοκριτικής. Είναι σύσταση να μη γυρίζει ο νους μας σε ό,τι δεν

αλλάζει, σε ό,τι αφήσαμε, σε ό,τι ανήκει στο χτες. Είναι κλήση να υπερβούμε τον λογισμό που μας θλίβει για ό,τι έχει να κάνει με το μη αναστρέψιμο και απόφαση επιλογής να παλέψουμε με τις συνθήκες του καιρού μας, με το σήμερα και το αύριο μας. Η πίστη, όπως και η φιλοσοφία, είναι μία διαρκής μνήμη θανάτου, όχι ως αφορμή αγωνίας ή λύπης, αλλά ως αφύπνιση για ό,τι μπορούμε να κάνουμε. Είναι μία διαρκής υπόμνηση του Ποιον έχουμε ανάγκη για να μπορέσουμε να σταθούμε στις προκλήσεις της ζωής. Να διορθώσουμε τα λάθη που μπορούν να διορθωθούν. Να επιλέξουμε την αγάπη εκεί που κριτήριο ήταν μόνο ο εαυτός μας. Να δώσουμε και να μην αρκούμαστε στο να πάρουμε.

«Μη στραφείς προς τα πίσω». Είναι σπουδαίος ο δρόμος που είναι μπροστά μας. Αντί να κρίνουμε και να απορρίπτουμε τον άνθρωπό μας, να του ζητήσουμε μια καινούργια αρχή. Αντί να τρεφόμαστε από τις μνήμες των λαθών και των παθών μας, να ξυπνήσουμε και να διαλέξουμε τον αγώνα της μετάνοιας που δεν είναι αναδίφηση τού χτες αλλά αρχή νέας ζωής. Και η έξοδος από το χτες να γίνει έμπρακτα. Ένα χαμόγελο εκπλήσσει. Ένα «συγγνώμη» από την καρδιά συγκινεί. Ένα «ευχαριστώ» ομορφαίνει τη σχέση. Και, κυρίως, «ένα παλεύω και κάνω ό,τι μπορώ» αναμορφώνει την πορεία της ζωής μας σε όλους τους τομείς.

Η ψυχοθεραπεία μάς καλεί να επιστρέψουμε στο χτες για να διορθώσουμε το σήμερα. Να δούμε τις μνήμες που μας ταλαιπωρούν, να τις εξωτερικεύσουμε, να τις εκλογικεύσουμε, να μην τις αφήσουμε να κάνουν κι άλλο φωλιά στην ψυχή μας. Το βήμα όμως παραμένει ανολοκλήρωτο, αν η επιστροφή στο χτες γίνεται για να αυτοδικαιωθούμε. Αν δεν περιλαμβάνει τη συγχώρεση για ό,τι χάσαμε, για ό,τι δεν ζήσαμε, για όσους μας αδίχησαν. Δεν αρκεί να καταλάβεις το χτες σου, αν η ψυχή σου δεν θέλει να προχωρήσει στο αύριο. «Μη στραφείς προς τα πίσω» σημαίνει με τη βοήθεια της πίστης στον Χριστό να μην θεωρήσεις τα όσα σε ταλαιπώρησαν νάρκη για το σήμερα και το αύριο, αλλά πληγές ταπείνωσης, και να μπεις με την προσευχή στην αποταγή του θελήματος. Κι ας πεθάνει ο λογισμός.