14 Οκτωβρίου 2013

Πώς να ξεκινάς πνευματικά τη μέρα σου

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Ορθόδοξη πίστη

-

  Φωτό:trialx.com

  Πίεζε τον εαυτό σου να ξυπνάς νωρίς το πρωί με σταθερό ωράριο. Μόλις ξυπνήσεις, στρέψε το νου σου στο Θεό: κάνε το Σημείο του Σταυρού και ευχαρίστησέ Τον για τη νύχτα που πέρασε και όλους τους οικτιρμούς Του προς εσένα. Ζήτησέ Του να καθοδηγεί όλες σου τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις επιθυμίες, ώστε οτιδήποτε λες ή κάνεις να είναι ευάρεστο σε Αυτόν.

- **Καθώς ντύνεσαι, να θυμάσαι ότι είναι παρών ο Κύριος και ο Φύλακας Άγγελός σου**. Ζήτησε από τον Κύριο Ιησού Χριστό να σου φορέσει το χιτώνα της σωτηρίας.
- **Αφού πλυθείς, ξεκίνα την πρωινή προσευχή**. Να προσεύχεσαι γονατιστός, με συγκέντρωση, σεβασμό και πραότητα, όπως αρμόζει μπροστά στα μάτια του Παντοδυνάμου. Ζήτησέ Του να σου δώσει πίστη, ελπίδα και ευσπλαχνία, καθώς και την ήρεμη δύναμη για να αποδεχθείς όλα όσα μπορεί να σου φέρει η νέα ημέρα – τις δυσκολίες και τα προβλήματα. Ζήτησέ Του να ευλογεί τους κόπους σου. Ζήτησε βοήθεια, για να ολοκληρώσεις κάποιο συγκεκριμένο έργο που εκτελείς, για να καταφέρεις να μείνεις αλώβητος από κάποια συγκεκριμένη αμαρτία.
- **Αν γνωρίζεις ανάγνωση, διάβασε κάτι από την Αγία Γραφή**, ειδικά από την Καινή Διαθήκη και τους Ψαλμούς. Διάβασε με προσήλωση για να λάβεις

τον πνευματικό φωτισμό, που θα φέρει την καρδιά σου στη μετάνοια. Αφού διαβάσεις λίγο, να σταματάς και να συλλογίζεσαι αυτά που διάβασες, και έπειτα να συνεχίζεις παρακάτω και να αφουγκράζεσαι όσα ο Κύριος λέει στην καρδιά σου.

- **Προσπάθησε να αφιερώσεις τουλάχιστον δεκαπέντε λεπτά συλλογιζόμενος** τις διδασκαλίες της Πίστης μας και την ψυχική ωφέλεια από αυτά που διάβασες.
- **Πάντοτε να ευχαριστείς τον Κύριο που δε σε άφησε να χαθείς μέσα στις αμαρτίες σου**, αλλά φροντίζει για σένα και με κάθε πιθανό τρόπο σε οδηγεί στη Βασιλεία των Ουρανών.
- Με αυτά που σου είπα, **να ξεκινάς κάθε πρωί σαν μόλις εκείνη τη στιγμή να αποφάσισες να γίνεις Χριστιανός** και να ζήσεις σύμφωνα με τις εντολές του Θεού.

Του Αρχιεπισκόπου Κοστρομά κυρού Πλάτωνα

Πηγή: xfd.gr