

## Η σιωπή της Μεγάλης Σαρακοστής, όταν γίνεται με σύνεση και διάκριση, ελκύει τη χάρη του Θεού

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Στο τρέξιμο της ζωής, με τα προβλήματα και τις έγνοιες να συντρίβουν την ύπαρξή μας, έρχεται η Μεγάλη Σαρακοστή να δείξει το «έτέρως ζήν».

Σε όσους θελήσουν να πορευτούν, καθώς η Εκκλησία προτείνει την περίοδο αυτή, θα διαπιστώσουν ότι η δυσκολία της νηστείας ευκολύνει την καθαρότητα του νου, οι συχνές ακολουθίες στο ναό ρυθμίζουν το λίγο χρόνο για τις πολλές δουλειές, οι ποικίλοι πειρασμοί και απροσδόκητοι υπερβαίνονται με τη Χάρη που κυριαρχεί.

Είναι παρατηρημένο ότι στην εποχή μας έχει αυξηθεί η πολυλογία και η αργολογία. Τα τηλέφωνα κτυπούν, οι τηλεοράσεις μιλούν, τα ραδιόφωνα δεν σταματούν. Η απουσία ανθρώπων από κοντά μας δεν σημαίνει και σιωπή. Γι' αυτό και οι πολλές κουβέντες οδηγούν στη διάσπαση του νου που δυσκολεύει την προσευχή, τη μελέτη, την περισυλλογή.

Οι άγιοι Πατέρες της Εκκλησίας, γνωρίζοντας από πείρα ότι «ἄνευ ἡσυχίας ἀδύνατον καθαρθῆναι» μας λένε ότι η σιωπή από τους λογισμούς ευκολύνεται και αντιμετωπίζεται από τη σιωπή των λόγων. Γι' αυτό και την περίοδο της Μεγάλης Σαρακοστής, που πιο πολύ ο εσωτερικός αγώνας αυξάνεται, η Εκκλησία, ως μέσο

θεραπείας από τα πάθη και ενδυνάμωση του αγώνα της προσευχής, μας προτείνει τη σιωπή.

Ζώντας, βέβαια, με ανθρώπους όπου χρειάζεται να επικοινωνούμε για τις καθημερινές μας ενασχολήσεις, δεν είναι δυνατό να εφαρμόσουμε την απόλυτη σιωπή, που μπορεί να εκληφθεί και ως απόρριψη. Μπορούμε όμως να λέμε τα αναγκαία, αποφεύγοντας τα άσκοπα, την αργολογία και κυρίως την κατάκριση θα διαπιστώσουμε τότε ότι μια άλλη δυναμική της καρδιάς αναπτύσσεται. Θα κατανοήσουμε το πόσο η προσευχή γίνεται δύναμη και απόλαυση, καθώς θα μαζεύεται με τη σιωπή ο νους μας. Κι ακόμα, θα δούμε πως η περισυλλογή θα οδηγεί στην αυτογνωσία, τη θέα του μέσα μας κόσμου που θα γίνεται η θεά της «έντός ήμῶν Βασιλείας».

**Η σιωπή της Μεγάλης Σαρακοστής, όταν γίνεται με σύνεση και διάκριση, ελκύει τη χάρη του Θεού** που φέρνει την εσωτερική ισορροπία. Βιώνεται η χαρμολύπη των ημερών και προχωρούμε τη δύσκολη πορεία της Μεγάλης Σαρακοστής πιο εύκολα και ελεύθερα.

Σήμερα, περισσότερο από άλλες εποχές, χρειάζεται να μαζέψουμε τις εσωτερικές δυνάμεις της ψυχής, για να μπορέσουμε να ζήσουμε την πνευματική ζωή. Η άσκηση αυτή, ασφαλώς, είναι πιο δύσκολη από εκείνη των φαγητών, πιο αποτελεσματική και πιο ουσιαστική. Άλλωστε, η νηστεία συνδυασμένη με προσευχή προς τα εκεί τείνουν να βοηθήσουν, ώστε ο άνθρωπος να βρει το χαμένο εαυτό του και να χαρεί το δώρο της ύπαρξής του.

**Η σιωπή της Μεγάλης Σαρακοστής αποκαλύπτει μέσα μας ένα άλλο κόσμο που έχουμε κρυμμένο.** Μας δείχνει το «ένα οὐ ἔστι χρεία», τη ματαιότητα των πολλών και άχρηστων λόγων, μας εισάγει στη γλώσσα του ουρανού. Τότε, ακούμε το λόγο των αδελφών μας, την αγωνία και τον πόνο τους, μα κυρίως ακούμε το λόγο του Λόγου.

π.Ανδρέα Αγαθοκλέους

**Πηγές:** [isagiastriados.com](http://isagiastriados.com)- [xristianos.gr](http://xristianos.gr)