

Προσευχή και σιωπή (Μητροπολίτης Διοκλείας Κάλλιστος Ware)

/ [Πεμπουσία· Ορθοδοξία-Πολιτισμός-Επιστήμες](#)



Έχει σοφά ειπωθεί από έναν Ορθόδοξο συγγραφέα στη Φινλανδία «Όταν προσεύχεσαι, εσύ ο ίδιος οφείλεις να σιωπάς... Εσύ ο ίδιος οφείλεις να σιωπάς· άφησε να μιλήσει η προσευχή σου». Το να πετύχεις τη σιωπή, είναι το πιο δύσκολο, το πιο αποφασιστικό απ' όλα τα πράγματα στην τέχνη της προσευχής. Η σιωπή δεν είναι απλώς αρνητική-μία παύση δηλαδή ανάμεσα στις λέξεις, μια χρονική διακοπή, του λόγου – αλλά, όταν την καταλάβουμε σωστά, είναι πολύ θετική: είναι μια στάση προσεχτικής εγρήγορσης, επαγρύπνησης και πάνω απ' όλα προσοχής ν' ακούσουμε. Ο ησυχαστής, δηλαδή ο άνθρωπος που έχει πετύχει την ησυχία, την εσωτερική ηρεμία ή σιωπή, είναι ο κατ' εξοχήν προετοιμασμένος ν' ακούει. Ακούει τη φωνή της προσευχής μέσα στη δική του καρδιά και καταλαβαίνει ότι αυτή η φωνή δεν είναι η δικιά του αλλά κάποιου Άλλου που μιλάει μέσα του.



Πηγή: www.iowastatedaily.com



Η σχέση ανάμεσα στην προσευχή και στη σιωπή θα γίνει πιο κατανοητή αν εξετάσουμε τρεις σύντομους ορισμούς.

Ο πρώτος ορισμός, που προέρχεται από ένα Ρώσο στάρετς του περασμένου αιώνα, είναι πολύ λιγότερο εξωτερικός. «Στην προσευχή», λέγει ο επίσκοπος Θεοφάνης ο Ερημίτης (1815-94), «το πρωταρχικό είναι να σταθείς μπροστά στο Θεό με το νού στην καρδιά, και να συνεχίζεις να στέκεσαι μπροστά Του ακατάπαυστα μέρα και νύχτα, μέχρι το τέλος της ζωής σου».

Η προσευχή σύμφωνα μ' αυτόν τον ορισμό δε σημαίνει απλώς να κάνουμε ορισμένες «ιερές αιτήσεις»· και μπορεί να πραγματοποιηθεί χωρίς τη χρήση οποιωνδήποτε λέξεων. Δεν είναι τόσο μια στιγμιαία ενέργεια, όσο μία συνεχής κατάσταση. Να προσεύχεσαι σημαίνει να στέκεσαι μπροστά στο Θεό, να έρχεσαι σε άμεση και προσωπική σχέση με Αυτόν είναι να γνωρίζεις σε κάθε επίπεδο της ύπαρξής σου, από το ενστικτώδες μέχρι το διανοητικό, από το υπό – μέχρι το υπέρσυνειδητο, ότι υπάρχεις μέσα στο Θεό και Αυτός είναι εντός σου. Για να επιβεβαιώσουμε και να βαθύνουμε τις διαπροσωπικές μας σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους δε χρειάζεται να θέτουμε συνεχώς αιτήματα ή να χρησιμοποιούμε λέξεις· όσο πιο καλά γνωρίζουμε και αγαπάμε ο ένας τον άλλο, τόσο πιο λίγο έχουμε ανάγκη από λόγια για να συνεννοούμαστε. Το ίδιο ακριβώς συμβαίνει και

στην προσωπική μας σχέση με το Θεό.

Εδώ δίδεται έμφαση κυρίως σ' αυτό που κάνει ο άνθρωπος παρά σ' αυτό που κάνει ο Θεός. Αλλά στην προσωπική σχέση της προσευχής, εκείνος που παίρνει την πρωτοβουλία και του οποίου η ενέργεια είναι θεμελιακή, είναι ο ουράνιος σύντροφος και όχι ο άνθρωπος. Αυτό φαίνεται καθαρά στον δεύτερο ορισμό, παρμένο από τον Άγιο Γρηγόριο το Σιναΐτη († 1346). Σε ένα σύνθετο χωρίο, όπου το ένα επίπεδο ακολουθεί το άλλο, καθώς ο συγγραφέας προσπαθεί να περιγράψει την αληθινή ουσία της εσωτερικής προσευχής, τελειώνει ξαφνικά με απροσδόκητη απλότητα: «Γιατί μακρυλογούμε; Προσευχή είναι ο Θεός, που κατεργάζεται όλα τα πράγματα σε όλους τους ανθρώπους». Προσευχή είναι ο Θεός – όχι δηλαδή κάτι που εγώ αρχίζω αλλά κάτι στο οποίο συμμετέχω – πρώτιστα δεν είναι κάτι που εγώ κάνω αλλά κάτι που ο Θεός κάνει μέσα μου: κατά τη ρήση του Απ. Παύλου, «ζώ δε ουκέτι εγώ, ζή δε εν εμοί Χριστός» (Γαλ. β', 20).

[Συνεχίζεται]