

2 Μαρτίου 2023

Προσευχή καὶ Νηστεία (Ἱερεμίας Φούντας Μητροπολίτης Γόρτυνος καὶ Μεγαλουπόλεως)

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



Ἡ εὐχή μου καὶ ἡ προσευχή μου, ἀδελφοὶ χριστιανοί, γιὰ σᾶς τὸ ἱερὸ ποίμνιο, ποὺ διακονῶ, εἶναι νὰ προοδεύετε πνευματικά. Ἐπιθυμῶ νὰ στερεώνεστε ὅλο καὶ περισσότερο στὴν πίστη καὶ στὴν ἀγάπη τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ. Ἔτσι θὰ κυλάει ὁμορφα ἡ ζωὴ σας, γιατί θὰ ἔχετε μέσα σας καὶ μέσα στὴν οἰκογένειά σας τὴν εὐλογία τοῦ Χριστοῦ καὶ τῆς Παναγίας μας.



Γιὰ νὰ τὸ πετύχετε ὅμως αὐτό, χριστιανοί μου, χρειάζεται ἐκ μέρους σας νὰ ἀγαπήσετε δυὸ πράγματα: τὴν προσευχὴ καὶ τὴν ἄσκηση. Αὐτὰ τὰ δυὸ πρέπει νὰ χαρακτηρίζουν τὴν ζωὴ τοῦ χριστιανοῦ καὶ ὅποιος δὲν τὰ ἔχει αὐτά, εἶναι δεῖγμα αὐτὸ, ὅτι δὲν εἶναι καλὸς χριστιανός, ὅτι δὲν γεύεται τὸν Θεὸ καὶ ἄς φαίνεται κατὰ τὰ ἄλλα ὡς ἓνας καλὸς ἄνθρωπος καὶ ἓνας ἀξιότιμος κύριος. Ἀπὸ τοὺς βίους τῶν ἁγίων μας ὅμως φαίνεται, ὅτι αὐτὰ τὰ δυὸ, ἡ προσευχὴ καὶ ἡ ἄσκηση, εἶναι πολὺ ἀναγκαῖα στὸ νὰ βροῦμε καὶ νὰ ζοῦμε τὸν Θεὸ μας καὶ νὰ πετύχουμε τὴν ἔνωση μαζί Του. Γιατί αὐτὸς εἶναι ὁ σκοπὸς τῆς ζωῆς μας: Ἡ ἔνωσή μας μὲ τὸν Θεό, ποὺ τὸ λέμε Θέωση. Ἐπειδὴ, λοιπὸν, ἡ προσευχὴ καὶ ἡ ἄσκηση εἶναι ἀναγκαῖες, γι' αὐτὰ τὰ δυὸ θὰ σᾶς μιλήσω μὲ λίγα λόγια στὸ φυλλάδιο αὐτὸ καὶ παρακαλῶ νὰ τὰ προσέξετε.

Γιὰ τὴν προσευχὴν, πρῶτον, ἔχω νὰ πῶ, ἀδελφοί, ὅτι πρέπει νὰ τὴν ἀγαπήσουμε πολὺ, σὰν τὸ πιὸ γλυκὸ πρᾶγμα στὴν ζωὴ μας καὶ τὸ πιὸ ἀναγκαῖο γιὰ νὰ σταθοῦμε στὰ πόδια μας. Ὅταν προσευχόμαστε στὴν Παναγία, μιᾶμε μὲ τὴν Παναγία! Πεῖτε μου, ὑπάρχει τίποτε ἀνώτερο καὶ γλυκύτερο ἀπ' αὐτό; Ὅχι, δὲν ὑπάρχει. Πραγματικά, ὅταν στεκόμαστε μπροστὰ σὲ μία εἰκόνα τῆς Παναγίας μας καὶ προσευχόμαστε σ' αὐτήν, πρέπει νὰ νοιώθουμε ὅτι εἶναι παροῦσα ἡ Παναγία στὴν

εικόνα αυτή και μᾶς βλέπει και μᾶς ἀκούει. Καὶ ὅταν λέμε ἀπὸ τὴν καρδιά μας τὰ λίγα λόγια τῆς προσευχῆς μας, νοιώθουμε ἔπειτα χαρούμενοι καὶ δυναμωμένοι στὴν καρδιά. Αὐτὸ εἶναι πραγματικὴ χαρά, ποὺ δὲν συγκρίνεται μὲ καμιὰ χαρὰ τοῦ κόσμου, οὔτε μὲ σαρκικούς ἔρωτες οὔτε μὲ κοσμικὲς προβολές καὶ δόξες καὶ τιμές. Δὲν βαριέστε! Ὅλα μάταια εἶναι αὐτά. Μάταια καὶ κούφια πράγματα. Χριστιανοί μου, νὰ προσεύχεστε! Ἄν καταφέρω κάποιον ποὺ δὲν προσευχόταν ἢ προσευχόταν ρηχὰ καὶ ἐπιπόλαια καὶ ὄχι ἐγκάρδια, ἂν τὸν καταφέρω, λέγω, αὐτὸν νὰ προσεύχεται, τότε πέτυχα καὶ ἐγὼ στὴν ἀποστολή μου ὡς ἱερέας καὶ ἀρχιερέας. Διαφορετικὰ, εἶμαι ἀποτυχημένος ὡς ποιμένας καὶ ἄς φαντάζομαι, ὅτι κάτι κάνω. Νὰ προσεύχεστε, χριστιανοί μου! Νὰ ἀνοίγετε τὴν καρδιά σας καὶ νὰ μιλάτε στὸν Θεὸ ἐλεύθερα. Ἐνας μεγάλος ἅγιος, ὁ ἅγιος Ἰωάννης τῆς Κλίμακος, μᾶς λέγει ὅτι παράδειγμα προσευχῆς πρέπει νὰ παίρνουμε τὰ μικρὰ παιδιά. Τὰ παιδάκια μιᾶνε ἐλεύθερα στὸν πατέρα τους καὶ τοῦ λένε ἀπαιτητικὰ, ὅτι θέλουν καραμέλλες! Ἔτσι πρέπει νὰ προσευχόμαστε καὶ ἐμεῖς: Μὲ παιδικότητα καὶ μὲ ἐμπιστοσύνη στὸν Θεὸ καὶ νὰ τοῦ λέμε ἐλεύθερα, ὅ,τι θέλουμε. Μάθετε ὅμως, χριστιανοί μου, νὰ λέτε καὶ αὐτὲς τὶς δυὸ σύντομες προσευχές, τὸ «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με» καὶ τὴν ἄλλη προσευχὴ στὴν Παναγία μας, «Ἐπεραγία Θεοτόκε, σῶσον ἡμᾶς».

Μαζὶ μὲ τὴν προσευχὴ, ἀδελφοί, πρέπει νὰ κάνουμε καὶ ἄσκηση. Πρέπει ὅλοι νὰ γίνουμε ἀσκητές, ἂν θέλουμε νὰ προοδεύσουμε πνευματικὰ. Εἶδατε; Οἱ ἀθλητὲς ἀσκοῦνται. Τὰ παιδιά στὰ σχολεῖα κάνουν ἀσκήσεις, γιὰ νὰ μάθουν μαθηματικὰ καὶ ξένες γλῶσσες. Καὶ οἱ χριστιανοί πρέπει νὰ ἀσκούμεστε σὲ ἀσκητικὰ παλαίσματα. Δηλαδή: Νὰ κάνουμε μετάνοιες, ὅσοι μπορούμε. Νὰ πηγαίνετε μὲ τὰ πόδια στὸ τάδε ἐξωκκλήσι, προσευχόμενοι στὸν δρόμο καὶ λέγοντας τὰ αἰτήματα ποὺ ἔχει ἡ καρδιά σας. Ἄσκηση σημαίνει γενικὰ, νὰ μὴν ἀγαπᾶμε τὴν καλοπέραση καὶ τὴν ἄνεση ἀλλὰ νὰ ζοῦμε λιτὰ καὶ νὰ προτιμᾶμε τὰ ταπεινότερα καὶ τὰ πτωχότερα στὴν ζωὴ μας. Ἄσκηση πάλι, ποὺ εὐαρεστεῖ πολὺ τὸν Θεό, εἶναι τὸ νὰ βάλουμε κανόνα τὸ νὰ μὴν κατηγοροῦμε κανέναν. Ἀλλὰ ἡ καλύτερη ἔκφραση τῆς ἀσκητικότητάς μας, σὰν χριστιανοί, εἶναι ἡ Νηστεία. Νὰ νηστεύετε, χριστιανοί μου! Καὶ ιδιαίτερα νὰ μάθετε τὰ παιδιά σας νὰ νηστεύουν. Δὲν θὰ πάθουν τίποτε, τίποτε δὲν θὰ πάθουν, ἂν δὲν φᾶνε τὸ κρέας ἢ τὸ παγωτὸ τὴν Παρασκευὴ ἡμέρα. Φτάνει αὐτὸ σὰν νηστεία γιὰ τὰ παιδιά. – Αὐτὰ τὰ δυὸ, ἀδελφοί, γιὰ τὰ ὁποῖα σᾶς μίλησα, τὴν νηστεία καὶ τὴν προσευχὴ, εἶναι πολὺ δυνατὰ φάρμακα: διώχνουν καὶ δαιμόνια. Ἔτσι μᾶς εἶπε ὁ Κύριος: «Τοῦτο τὸ γένος (= τῶν δαιμόνων τὸ γένος) ἐν οὐδενὶ δύναται ἐξελεθεῖν εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστεία» (Μάρκ. 9,29).

Πηγή: agiazoni.gr