11 Ιουνίου 2014

# Η νοερά προσευχή είναι η βάση της τελειότητος

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Θεολογία και Ζωή / Ορθόδοξη πίστη



Ένα θέμα πάντα επίκαιρο και πάντα φλέγον για κάθε συνειδητό χριστιανό. Η σημασία του και η αξία του είναι πράγματι ανυπολόγιστη για καθένα, που έστω και στοιχειωδώς αγωνίζεται να ζει κατά το θέλημα του Θεού.

Και όμως εμείς οι άνθρωποι οι αδύνατοι τι παθαίνουμε; Ένα τέτοιο καταπληκτικής δραστικότητος όπλο το αφήνουμε συχνά αναξιοποίητο ή το χρησιμοποιούμε λανθασμένα σε ώρες πολλές φορές κρίσιμες, που διακυβεύονται ύψιστα πνευματικά μας συμφέροντα. Πόσο αλήθεια, αδικούμε τον εαυτό μας, όταν ένα τέτοιο μοναδικό για τον άνθρωπο προνόμιο, το υποβιβάζουμε σε ένα ψυχρό, τυπικό καθήκον χωρίς εκείνον τον συγκλονισμό της ψυχής, που δίνει η αίσθηση του μεγαλείου του! Και ύστερα απορούμε, γιατί η πνευματική μας ζωή παρουσιάζεται τόσο χλωμή, τόσο ωχρή χωρίς παλμό και σφρίγος, αποτελματωμένη μέσα στα θολά νερά της πνευματικής νωθρότητος και ραθυμίας. Όχι. Δεν είναι υπερβολή, εάν πούμε, πως η προσευχή αποτελεί στοιχείο ζωής για τον άνθρωπο. Όσο μπορούμε να ζήσουμε βιολογικά χωρίς νερό και αέρα, άλλο τόσο μπορούμε πνευματικά χωρίς θεάρεστη προσευχή.

Λέγει ο Άγιος Ιωάννης ο Σιναϊτης: «Η προσευχή, ως προς την ποιότητά της, είναι συνουσία και ένωσις του ανθρώπου με τον Θεόν, και ως προς την ενέργειά της, σύστασις και διατήρησις του κόσμου, συμφιλίωσις με τον Θεόν, μητέρα των δακρύων, καθώς επίσης και θυγατέρα, συγχώρησις των αμαρτημάτων, γέφυρα που σώζει από τους πειρασμούς, τοίχος πού μας προστατεύει από τις θλίψεις, συντριβή των πολέμων, έργο των Αγγέλων, τροφή όλων των ασωμάτων, η μελλοντική ευφροσύνη, εργασία που δεν τελειώνει, πηγή των αρετών, πρόξενος των χαρισμάτων, αφανής πρόοδος, τροφή της ψυχής, φωτισμός του νου, πέλεκυς πού κτυπά την απόγνωσι, απόδειξις της ελπίδος, διάλυσις της λύπης, πλούτος των μοναχών, θησαυρός των ησυχαστών, μείωσις του θυμού, καθρέπτης της πνευματικής προόδου, φανέρωσις των μέτρων, δήλωσις της πνευματικής καταστάσεως, αποκάλυψις των μελλοντικών πραγμάτων, σημάδι της πνευματικής δόξης που έχει κανείς... Μην επιτηδεύεσαι τα λόγια της προσευχής σου. Διότι πολλές φορές τα απλά και ανεπιτήδευτα ψελλίσματα των μικρών παιδιών ευχαρίστησαν και ικανοποίησαν τον ουράνιο Πατέρα τους. Μη ζητής να λέγης πολλά στην προσευχή σου, για να μη διασκορπισθή ο νους σου, αναζητώντας λόγια. Ένας λόγος πίστεως έσωσε τον ληστή. Η πολυλογία στην προσευχή πολλές φορές εδημιούργησε στο νου φαντασίες και διάχυσι, ενώ αντιθέτως η μονολογία συγκεντρώνει τον νου».

Και κάπου αλλού λέγει: «Δείξε όλη την ανδρεία σου και την προθυμία σου (όταν προσεύχεσαι), και θα έχης τον ίδιον τον Θεόν διδάσκαλο στην προσευχή σου. Δεν μπορούμε να διδαχθούμε το πώς να βλέπωμε, διότι έκ φύσεως το γνωρίζομε μόνοι μας. Παρόμοια δεν μπορούμε να γνωρίσωμε με την διδασκαλία του άλλου το κάλλος της προσευχής. Διότι η προσευχή έχει ως διδάσκαλό της τον Θεόν, «τον διδάσκοντα άνθρωπον γνώσιν, και διδόντα ευχήν τώ ευχομένω και ευλογούντα έτη

δικαίων»».

Ο Γέροντας Αμφιλόχιος Μακρής λέγει περί του θέματος: «Η νοερά προσευχή είναι η βάση της τελειότητος. Η πρώτη βαθμίδα της πνευματικής ανυψώσεως είναι η νοερά προσευχή. Στην αρχή της ευχής αισθάνεσαι χαρά, έπειτα γλυκύτητα και στο τέλος σαν καρπός έρχονται τα δάκρυα. Διότι αισθάνεσαι πλέον την παρουσία του Ιησού. Όταν θα καλλιεργήσετε την ευχή δε θα κουράζεστε, δε θα ταράζεστε, δε θα νυστάζετε στις ακολουθίες, διότι το σώμα σας θα είναι πλέον ένδυμα. Το φόρεμα ούτε λυπάται, ούτε κρυώνει, ούτε κουράζεται... Η προσευχή όλα τα τακτοποιεί. Τη θάλασσα μπορεί να την περπατάς. Εκμηδενίζει τις αποστάσεις. Τις βουλήσεις των ανθρώπων μεταβάλλει. Δίνει θάρρος, πίστη και υπομονή στη ζωή μας πάντοτε. Την ένωση της ψυχής σας μετά του Θεού να φροντίσετε. Όταν θα βαδίσετε στις γραμμές της προσευχής, της σιωπής και της μελέτης, θα δείτε να κατοικεί ο Χριστός στην καρδιά σας. Χωρίς την προσευχή δεν είναι εύκολο να υπομένεις, ούτε να σιωπάς. Όταν καλλιεργήσετε την ευχή, δέν σας πειράζουν οι άνεμοι του πειρασμού. Εξασθενεί η δύναμή του, δε μπορεί να σας κάνει τίποτε. Η προσευχή ας σου είναι τείχος, ασπίδα και θώρακας. Εμείς πρέπει να έχουμε υπομονή και προσευχή...».

Θα καταλήξουμε με τον Γέροντα Εφραίμ Κατουνακιώτη ο οποίος τονίζει: «Ο Θεός μας θέλει καρδίαν καθαράν. Να προσέχουμε μόνο στο Θεό. Ο Θεός δεν θέλει μέσα στην καρδιά μας συντροφιές, θέλει μόνον Αυτός να βασιλεύει. Αν μπορούμε να το πετύχουμε, τότες πετυχαίνουμε και εύκολα την καρδιακή προσευχή... Η νοερά προσευχή ολίγον κατ’ ολίγον φέρνει τον άνθρωπο εις την πρώτη χάρη του βαπτίσματος».

Πηγή: askitikon.eu