

«Η ευχή είναι πνευματική υγεία, δύναμη, θεία βοήθεια, ελευθερία»

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



Συνομιλία με τον σεπτό καθηγούμενο της Μονής Καρακάλλου
Μεγάλη η χαρά μας, καθώς συνεχίζουμε την επικοινωνία μας με τον σεπτό
καθηγούμενο της Μονής Καρακάλλου Αρχιμανδρίτη π. Φιλόθεο.

- Μ.Μ.: Γέροντα, πότε πυργώθηκε το μοναστήρι σας;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Η ακριβής χρονολογία δεν είναι γνωστή. Υπάρχει όμως χρυσόβουλο του αυτοκράτορος του Βυζαντίου Ρωμανού του Διογένους, στο οποίο μαρτυρείται ότι το μοναστήρι μας προϋπήρχε του ενδεκάτου αιώνας. Ο μεγαλοπρεπής πύργος που βλέπετε οικοδομήθηκε τον ΙΣΤ΄ αιώνα με την δαπάνη ενός Μολδαβού ηγεμόνος.

- Μ.Μ.: Γέροντα, πόσοι πατέρες είσθε εδώ, στο κοινόβιο του Καρακάλλου;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Η Μονή Καρακάλλου παρουσίαζε λειψανδρία μέχρι το 1981. Είχαν μείνει τέσσερις πατέρες. Τότε ήλθαμε μία ομάδα από τη Μονή Φιλοθέου εδώ κι επανδρώσαμε το μοναστήρι, καταρχήν οκτώ-δέκα πατέρες. Τώρα η αδελφότης αριθμεί τριανταπέντε πατέρες, δόξα τω Θεώ.

- Μ.Μ.: Το πρόγραμμά σας τη νύκτα ποιαν ώρα ξεκινάει;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Αναλόγως αν είναι καλοκαίρι ή χειμώνας. Η 12η ώρα ταυτίζεται με τη δύση του ηλίου. Δύση, το καλοκαίρι, έχουμε κανονικά στις 21.00 περίπου. Οπότε αρχίζουμε κατά τη 01.00 μ.μ. Κάπου δυόμισι ώρες εν τοις κελλίοις και μετά αρχίζει η ακολουθία, στις 03.50 περίπου, όταν είναι καλοκαίρι. Οσο προχωρούμε προς το φθινόπωρον, αλλάζουμε τις ώρες. Κάθε βδομάδα παρακολουθούμε τη δύση του ηλίου κ.ο.κ. Τον χειμώνα προς την άνοιξη, μεγαλώνει η μέρα· το καλοκαίρι προς το φθινόπωρο, μικραίνει η μέρα και μεγαλώνει η νύκτα. Εμείς ακολουθούμε αναλόγως τη δύση του ηλίου...

- Μ.Μ.: Γέροντα, τη νύκτα ο μοναχός στο κελλί του -πριν έλθει στο καθολικό για την κυρίως ακολουθία- τι κάνει από πλευράς προσευχής; Τι περιλαμβάνει η κατά μόνας άσκησις; Ορίζεται -απ' όσο γνωρίζω- από τον Γέροντα, ανάλογα με τις ιδιαιτερότητες του καθενός, τις όποιες δυνατότητες, τις βιολογικές ικανότητες που έχει ο καθένας, τις αντοχές του τις σωματικές, την ωριμότητά του. Τι κάνει; Κάνει κομποσχοίνι; Διαβάζει Ευεργετηνό; Κάνει την παράκληση; Κάνει μετάνοιες; Τι κάνει στο κελλί του ο μοναχός πριν από την ακολουθία;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Εκεί έχει μία ποικιλίαν από πνευματικές ενασχολήσεις ο κάθε μοναχός. Όπως είπατε κι εσείς πολύ σωστά, αναλόγως την ωριμότητα και την αντοχή του είναι και η εργασία του. Κυμαίνεται βέβαια από μοναχό σε μοναχό. Άλλοι έχουν περισσότερη δυνατότητα για τη νοερά προσευχή και την περισσότερη ώρα τη διαθέτουν γι' αυτή την πνευματικήν εργασία. Άλλοι συνδυάζουν: Ασχολούνται την ώραν εκείνη και με την προσευχή και με την ανάγνωση πνευματικών και πατερικών βιβλίων και με τον κανόνα τους· αναλόγως, βέβαια, με τις ημέρες. Πολλές φορές ο μοναχός έχει περισσότερη διάθεση για προσευχήν, οπότε δίδεται περισσότερο βάρος εκεί. Άλλες φορές έχει περισσότερη διάθεση για την ανάγνωσιν ή για να προσευχηθεί λ.χ. για διάφορα πρόσωπα που έχουν ανάγκη ή να προσευχηθεί για το σύνολο της κοινωνίας μας· να κάνει προσευχή για τους υποφέροντες από διάφορες παθήσεις, γι' αυτούς που έχουν διάφορα προβλήματα... Να προσευχηθεί για μεμονωμένα άτομα, να προσευχηθεί για ένα σύνολον ανθρώπων, αναλόγως την παρόρμηση που έχει μέσα του· διατίθεται η ώρα εκείνη αναλόγως και προσεύχεται. Θέλω να πω ότι κάθε βράδυ ο κανόνας κυμαίνεται. Πολλών ειδών τρόπους χρησιμοποιεί την ώραν εκείνην, τη γεμίζει πολύ ευχάριστα μπορώ να πω και είναι προετοιμασμένος όταν έρχεται στην ακολουθία. Η ώρα της ακολουθίας είναι πάλι ώρα πνευματικής εργασίας. Μετά ακολουθεί καθημερινώς η θεία Λειτουργία, πάντοτε εκτός της Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Μάλιστα τελούνται συγχρόνως αρκετές Λειτουργίες σε παρεκκλήσια. Σε πολλές μονές τελούνται και επτά και οκτώ και τέσσερις και τρεις... Δηλαδή ο ένας ιερέυς στο καθολικό και οι άλλοι στα παρεκκλήσια.

- Μ.Μ.: Οι μοναχοί μοιράζονται, Γέροντα, στις Λειτουργίες;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Ναι· κυρίως παρακολουθούν στο καθολικόν, επειδή έχουμε πολύ κόσμο και δεν χωρούμε όλοι στα παρεκκλήσια. Κανονικά πρέπει να γίνονται στα παρεκκλήσια οι καθημερινές Λειτουργίες.

- Μ.Μ.: Γέροντα -μια και μιλάτε περί προσευχής- πείτε μας, παρακαλώ, ποια είναι η σημασία της ευχής· είναι λίγες, ελάχιστες λέξεις: «Κύριε, Ιησού Χριστέ, ελέησόν με», αλλά συντρίβει κόκαλα, όπως έλεγε ένας Γέροντας. Μαστιγώνει τον διάβολο! Ποια είναι η σημασία της μονολόγιστης ευχής, που τόσο πολύ βοηθεί τον κόσμο, ίσως και χωρίς να το καταλαβαίνει ο κόσμος; Είναι η επίκληση του ονόματος του Κυρίου, που έχει τη βαρύτητα;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Μάλιστα· όπως μας λέγει ο θείος Ιωάννης της Κλίμακος, «Ιησού ονόματι, μάλιστα πολεμίους». Αυτό το όνομα έχει πολλή δύναμη. Από τα παλαιότερα χρόνια και ιδιαίτερα στις ημέρες μας -επειδή οι άνθρωποι έχουμε συνήθως θολωμένο νου και δεν μπορούμε να συγκρατούμε πολλά λόγια- αυτή η

προσευχή είναι στα μέτρα όλων. Μας την έχει δώσει ο Θεός σαν ένα μεγάλο δώρο, να μπορούμε να τη χρησιμοποιούμε. Έχει τέτοια δύναμη αυτή η προσευχή -αυτά τα λίγα λόγια με το όνομα του Χριστού το παντοδύναμο- που τρέμει ο πονηρός. Η ευχή βοηθά τον άνθρωπο, τον ξεθολώνει από τη ζάλη των λογισμών, τον ελευθερώνει από την πάλη με τον πονηρό. Πρέπει να καταβάλλουμε επίμονη προσπάθεια για να συγκεντρώνουμε τον νου μας στην προσευχήν αυτή. Σιγά σιγά, με την επανάληψή της, αρχίζει να ελευθερώνεται ο νους από την αιχμαλωσία που του δημιουργεί ο πονηρός στους λογισμούς του, που τον μπλέκει με την πανουργία του. Σιγά σιγά ξεθολώνει, αρχίζει να ενθαρρύνεται, μέσα του νιώθει μια παρηγοριά, μιαν αίσθηση χαράς, μιαν αίσθηση ειρήνης, μιαν αίσθηση πίστεως, υπομονής, καρτερίας. Δημιουργούνται μέσα του -με τη χάρη του Θεού- κάποια βιώματα ενθαρρυντικά, καθώς επικαλείται το όνομα του Χριστού. Η χάρη του Θεού αρχίζει να τον παρηγορεί.

- Μ.Μ.: Τον γλυκαίνει...

- Αρχιμ. Φ.Κς: Ναι, σιγά σιγά ελευθερώνεται ο νους, ξαστερώνει! Η ψυχή γεμίζει θάρρος κι ελπίδα. Ξεκαθαρίζει το τοπίο της καρδιάς του προσευχομένου. Ο άνθρωπος αυτός ενδυναμώνεται, χαριτώνεται. Όσο, μάλιστα, περισσότερο εργάζεται την ευχή, γίνεται πιο ελεύθερος, νιώθει καλύτερα τους εμπεριστάτους συνανθρώπους. Είναι φάρμακον η ευχή, δραστικό και σωτήριο! Το συνιστώ με όλη τη δύναμη της ψυχής μου. Είν' εξυγιαντικό, θεραπευτικόν... Ο άνθρωπος με την ευχή σιγά σιγά ελευθερώνεται, συν τω χρόνω αποθεραπεύεται. Η ευχή είναι πνευματική υγεία, δύναμη, θεία βοήθεια, ελευθερία, όλα τα καλά!

- Μ.Μ.: Γέροντα, κι αν ακόμη ο νους δεν είναι συγκεντρωμένος -καθώς λέγεται η ευχή- πάλι υπάρχει ευλογία· έτσι δεν είναι;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Ακριβώς όπως το είπατε· αν, παρ' ελπίδα, ο νους δεν είναι συγκεντρωμένος, η συνοπτική αυτή προσευχή έχει την αυτενέργειά της και δυναμώνει τον προσευχόμενον. Ας το δούμε κάπως πρακτικά: Σ' εμπόλεμη περίοδο, νύκτα, ο σκοπός ακούει από απέναντί του να έρχονται οι εχθροί. Δεν τους βλέπει· όμως, πυροβολώντας προς την πλευρά τους, τους αιφνιδιάζει και τους πανικοβάλλει. Σταματούν, κάπως φοβούνται να προχωρήσουν. Είδατε που υπάρχει αποτέλεσμα, ακόμη και αν τα πυρά δεν βρίσκουν στόχο; Πολύ περισσότερο, βέβαια, όταν πηγαίνουν στον στόχο τους. Για να το μεταφέρουμε στην ορολογία της μονολόγιστης ευχής, εάν κατά την επίκληση του θείου ελέους ο νους είναι απολύτως ευθυγραμμισμένος, τότε τ' αποτελέσματα είναι άριστα. Αξίζει ο «κόπος» να προσπαθεί ο άνθρωπος να δίνεται ψυχή και σώματι στην προσευχήν αυτήν. Αλλωστε τα καλά κόποις κτώνται και πόνοις κατορθούνται. Μας συνιστούν οι άγιοι Πατέρες να κοπιάζουμε γι' αυτό· αξίζει πέρα για πέρα... Άλλος δρόμος από

την προσευχή δεν υπάρχει. Αυτή μας εξασφαλίζει την επικοινωνία με τον Κύριο και Θεό μας και δι' αυτής μπαίνουμε καλύτερα στο νόημα της μυστηριακής ζωής. Βέβαια, εδώ πρέπει να γενικεύσω. Μιλήσαμε για τη μονολόγιστη προσευχή. Όμως όλα τα είδη της προσευχής έχουν την αξία και τη σημασία τους. Από την Κυριακή προσευχή «Πάτερ ημών...» μέχρι τις διάφορες ακολουθίες, το απόδειπνο, την παράκληση και τους χαιρετισμούς της Παναγίας, το μεσονυκτικό, το ψαλτήρι - τόσα και τόσα- υπάρχει μεγάλη ποικιλία και δυνατότητα. Σας πληροφορώ ότι πολλοί μη ρασοφόροι αδελφοί -έγγαμοι, με τις υποχρεώσεις τους κ.λπ.- συναγωνίζονται τους μοναχούς στη νυκτερινή προσευχή! Όπως με πληροφορούν στην εξομολόγηση, αρχίζουν τα μεσάνυκτα κανόνα και κοιμούνται τις πρωινές ώρες! Περίπου όπως οι μοναχοί... Θαυμάζω που υπάρχουν τέτοιοι αγωνισταί στον κόσμο. Όσοι προσεύχονται τη νύκτα βρίσκουν μεγάλην ωφέλεια, διότι τα πονηρά πνεύματα νύκτα κυρίως δουλεύουν και αυτά. Οι μάγοι, οι σατανισταί, νύκτα δρουν. Τότε πρέπει πολύ περισσότερο ν' αγωνίζεται ο πιστός. Βέβαια, ο πονηρός δεν κάθεται με δεμένα χέρια. Στον αγρυπνούντα προσπαθεί να φέρει υπνηλία, ραθυμία, σκοτισμό του νοός, χίλια δυο εμπόδια. Χρειάζεται μεγάλος αγώνας και πολλή προσπάθεια.

- Μ.Μ.: Αυτό που λέγεται βία στη θεολογική ορολογία, Γέροντα;

- Αρχιμ. Φ.Κς: Βία, ναι, βία! Πολύ σωστά.

Μανώλης Μελινός

Μας το έστειλε ο κος Απόστολης Ζ.

Πηγή: dimokratianews.gr