

5 Απριλίου 2014

## Η Προσευχή του Ιησού

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





Σ' εκείνους που έχουν διαβάσει το βιβλίο «Οι περιπέτειες ενός προσκυνητού» ,είναι πολύ γνώριμη η έκφραση : «Προσευχή του Ιησού». Το βιβλίο αυτό αναφέρεται σε μια σύντομη προσευχή ,που αποτελείται από αυτές τις λέξεις: «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησέ με τον αμαρτωλό». Αυτές οι λέξεις επαναλαμβάνονται συνεχώς.

Οι «περιπέτειες ενός προσκυνητού» ,είναι η ιστορία ενός ανθρώπου, που ήθελε να μάθει να προσεύχεται αδιάλειπτα ( Α΄ Θεσ. 5,17). Ο άνθρωπος ,του οποίου η εμπειρία εξιστορείται, ήταν προσκυνητής. Γι' αυτό πάρα πολλά από τα ψυχολογικά χαρακτηριστικά του και ο τρόπος με τον οποίο έμαθε και εφάρμοσε την προσευχή, εξαρτήθηκαν από το γεγονός ότι αυτός έζησε «κατά ιδιάζοντα» τρόπο. Αυτό κάνει το βιβλίο να μην είναι τόσο εφαρμόσιμο απ' τον καθένα, όσο θα μπορούσε να ήταν εξαιτίας του περιεχομένου του. Παρόλα αυτά είναι η καλύτερη εισαγωγή , που θα

μπορούσε να γραφτεί γι' αυτή την προσευχή , η οποία είναι ένας από τους μεγαλύτερους θησαυρούς της Ορθόδοξης εκκλησίας.

Η προσευχή είναι βαθιά ριζωμένη στο πνεύμα του ευαγγελίου και δεν είναι χωρίς νόημα το ότι οι μεγάλοι δάσκαλοι της Ορθοδοξίας πάντοτε επέμειναν στο γεγονός ότι «η Προσευχή του Ιησού» συνοψίζει ολόκληρο το Ευαγγέλιο . Να γιατί μόνο ένας που η ζωή του έχει καλά ριζώσει πάνω στην καινή Διαθήκη ,που είναι δηλαδή ζωντανό μέλος της Εκκλησίας του Χριστού , μπορεί να χρησιμοποιεί με όλο της το νόημα την προσευχή του Ιησού.

Και όχι μόνο η διδασκαλία, αλλά ολόκληρη η θεανδρική πραγματικότητα που αποκαλύπτεται στην Καινή Διαθήκη ,βρίσκεται μέσα στο Όνομα , στο Πρόσωπο του Ιησού. Αν πάρουμε το πρώτο μισό μέρος της προσευχής, θα δούμε ότι εκφράζει την πίστη μας στον Κύριο: «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού». Στη μέση αυτής της ευχής βρίσκουμε το όνομα του Ιησού. Είναι το όνομα που μπροστά του «θα λυγίσει κάθε γόνατο» ( Ησ. 45,23 ) και όταν το προφέρουμε επιβεβαιώνουμε το ιστορικό γεγονός της σαρκώσεως του Θεού Λόγου. Επιβεβαιώνουμε ότι ο Θεός, ο Λόγος του Θεού, ο «συναϊδιος» με τον Πατέρα, έγινε άνθρωπος. Και ολόκληρο αυτό το πλήρωμα της θεότητας κατοικεί ανάμεσά μας σωματικά στο πρόσωπο του Χριστού (Κολ. 2,9) .

Για να δούμε στο Ναζωραίο ,στον προφήτη του Ισραήλ το Σαρκωμένο Λόγο του Θεού, το Θεό που έγινε άνθρωπος, πρέπει να οδηγηθούμε από το Άγιον Πνεύμα . Γιατί το Άγιον πνεύμα είναι Εκείνο που μας αποκαλύπτει το Χριστό και ως Θεό και ως Άνθρωπο. Τον αποκαλούμε «Χριστό» κι έτσι επιβεβαιώνουμε ότι σ' Αυτόν εκπληρώθηκαν οι προφητείες της Παλαιάς Διαθήκης. Η επιβεβαίωση ότι ο Ιησούς είναι ο Χριστός σημαίνει πως ολόκληρη η ιστορία της Παλαιάς Διαθήκης είναι και δική μας ιστορία. Σημαίνει ότι τη δεχόμαστε σαν την αλήθεια του Θεού. Τον αποκαλούμε «Υιό του Θεού», γιατί γνωρίζουμε ότι ο αναμενόμενος από τους Εβραίους Μεσσίας, ο άνθρωπος που ο Βαρτιμαίος τον προσφώνησε «Υιό του Δαβίδ», είναι ο Σαρκωμένος Υιός του Θεού. Αυτές οι λέξεις της προσευχής συνοψίζουν όλα όσα γνωρίζουμε, όλα όσα πιστεύουμε για τον Ιησού Χριστό, από την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη και από την μακροχρόνια πείρα της Εκκλησίας . Μ' αυτές τις λέξεις κάνουμε πλήρη και ολοκληρωμένη ομολογία πίστεως.

Αλλά δεν φθάνει μόνο να κάνουμε αυτή την ομολογία πίστεως. Δεν είναι αρκετό το να πιστεύουμε. Και τα δαιμόνια πιστεύουν και φρίττουν ( Ιακ. 2,19 ). Δεν φθάνει η πίστη για να σωθούμε. Πρέπει συγχρόνως να μας οδηγήσει και στην σωστή σχέση με τον Θεό. Και έτσι έχοντας πλέον ομολογήσει στην πληρότητά της, ξεκάθαρα και με σαφήνεια, την πίστη μας στο Πρόσωπο του Κυρίου, στην ιστορικότητα και στη θεότητα του Χριστού, ερχόμαστε ενώπιόν του πρόσωπο με πρόσωπο, με τη

σωστή πνευματική στάση, λέγοντας το : «Ελεήσέ με τον αμαρτωλό».

Η λέξη «ελέησον» είναι σε χρήση σε όλες τις χριστιανικές εκκλησίες. Στην Ορθόδοξη λατρεία είναι η απόκριση του λαού σ' όλες τις αιτήσεις που εκφωνούνται από τον ιερέα. Έχει την ίδια ρίζα που έχει η λέξη «έλαιον», η οποία ,μας θυμίζει την ελιά και το λάδι. Αν αναζητήσουμε αυτή τη βασική ιδέα σε χωρία τόσο της Παλαιάς όσο και της Καινής Διαθήκης , θα την βρούμε να αναφέρεται σε ποικιλία παραβολών και γεγονότων, τα οποία μας βοηθάνε να ολοκληρώσουμε την έννοια της λέξεως. Στη Γένεση βρίσκουμε την εικόνα της ελιάς. Μετά τον κατακλυσμό ο Νώε έστειλε διάφορα πουλιά, το ένα μετά το άλλο, για να εξακριβώσει αν υπήρχε ή όχι, έστω και λίγη στεγνή γη. Ένα από αυτά τα πουλιά, ένα περιστέρι- και έχει σημασία το ότι είναι περιστέρι- έφερε πίσω στο Νώε ένα μικρό κλαδί ελιάς. Αυτό το κλαδί μετέφερε στο Νώε, και σ' όλους όσους βρίσκονταν στην Κιβωτό, την είδηση ότι η οργή του Θεού έπαψε και ότι ο θεός πρόσφερε στον άνθρωπο μια νέα ευκαιρία. Όλοι εκείνοι που βρίσκονταν στην Κιβωτό, θα μπορούσαν να εγκατασταθούν πάλι σε στέρεο έδαφος , ν' αγωνιστούν να ζήσουν και ίσως ποτέ πια , αν και οι ίδιοι το ήθελαν, να μη δοκίμαζαν την οργή του Θεού.

Στην καινή Διαθήκη, στην παραβολή του καλού Σαμαρείτη, βλέπουμε το λάδι της ελιάς να ,μαλακώνει και να θεραπεύει τις πληγές. Κατά την τελετή του χρίσματος των βασιλέων και των ιερέων στην παλαιά Διαθήκη, έχυναν λάδι ελιάς πάνω στο κεφάλι εκείνου που χριόταν. Αυτό ήταν μια απεικόνιση και ένα σύμβολο της Χάρης του Θεού, η οποία κατέβαινε και τους περιέλουζε , δίνοντάς τους νέα δύναμη ( Ψαλμ. 133,2 ) , για να εκπληρώσουν κατά την αποστολή τους ό,τι ξεπερνούσε τις ανθρώπινες δυνάμεις . Ο Βασιλιάς στέκεται στο κατώφλι μεταξύ του θελήματος του θεού και του θελήματος των ανθρώπων. Και καλείται να οδηγήσει το λαό Του στην εκπλήρωση του θελήματος του θεού. Ο ιερέας στέκεται επίσης σ' αυτό το κατώφλι, για να κηρύξει το θέλημα του Θεού και ακόμα για να κάνει κάτι περισσότερο: Να ενεργήσει «εξ ονόματος» του θεού , να κάνει γνωστές τις εντολές Του και να θέσει σε εφαρμογή τις αποφάσεις Του.

Το λάδι μιλάει, πρώτ' απ' όλα ,για το τέλος της οργής του Θεού και για την ειρήνη που προσφέρει ο θεός στο λαό που έχει αμαρτήσσει ενώπιόν Του. Το λάδι μιλάει ακόμα για το Θεό, ο Οποίος μας θεραπεύει , ώστε να γίνουμε ικανοί να ζήσουμε και να εκπληρώσουμε το σκοπό της υπάρξεώς μας. Επειδή ακριβώς ο θεός γνωρίζει ότι δεν είμαστε από μόνοι μας ικανοί να ζήσουμε , ούτε σύμφωνα με το θέλημά Του, ούτε σύμφωνα με τους νόμους της φύσεώς μας, χύνει πάνω μας άφθονη τη χάρη Του. Μας χαρίζει τη δύναμή Του, για να κατορθώσουμε να κάνουμε ό,τι δεν θα ήταν δυνατόν να καταφέρουμε με τις δικές μας δυνάμεις.

Στα Σλαβονικά οι λέξεις Milost και Pomiluy έχουν την ίδια ρίζα με τις λέξεις που εκφράζουν στοργή και τρυφερότητα. Όταν λοιπόν λέμε «ελέησον», δεν ζητάμε μόνο από το Θεό να αποστρέψει από μας την οργή Του, αλλά του ζητάμε να μας χαρίσει και την αγάπη του.

Αν γυρίσουμε πάλι στις λέξεις της προσευχής του Ιησού «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησέ με τον αμαρτωλό» , θα δούμε ότι οι πρώτες εκφράζουν με ακρίβεια και πληρότητα την πίστη μας στο Χριστό, όπως την διδάσκουν τα ευαγγέλια και ακόμα την ιστορική ενσάρκωση του Θεού Λόγου. Το τέλος δε της προσευχής εκφράζει την πλούσια και πολύπλευρη σχέση αγάπης του θεού με τα δημιουργήματά Του.

Η «Προσευχή του Ιησού» είναι γνωστή σε πάρα πολλούς Ορθοδόξους χριστιανούς είτε σαν κανόνας προσευχής, είτε ακόμα σαν τρόπος λατρευτικής αφοσίωσης, σαν σύντομος και περιεκτικός τύπος που μπορεί να χρησιμοποιηθεί παντού και πάντοτε.

Πολλοί συγγραφείς έχουν καταπιαστεί με τις φυσικές πλευρές της προσευχής. Δηλαδή την άσκηση κατά την αναπνοή, την προσοχή στους κτύπους της καρδιάς και μερικά άλλα δευτερεύοντα στοιχεία.

Η φιλοκαλία είναι γεμάτη από λεπτομερείς οδηγίες για την προσευχή της καρδιάς. Οι Πατέρες τόσο της πρώτης όσο και της σύγχρονης Εκκλησίας έχουν ασχοληθεί με το θέμα , καταλήγοντας πάντα στο ίδιο συμπέρασμα: Ποτέ να μην επιχειρούμε σωματικές ασκήσεις, χωρίς να έχουμε στενή παρακολούθηση από ένα πνευματικό πατέρα.

Εκείνο που είναι δοσμένο από το Θεό για κοινή χρήση είναι η προσευχή, η επανάληψη των λέξεων, χωρίς καμιά σωματική προσπάθεια -; ούτε καν την κίνηση της γλώσσας- η οποία όταν λειτουργείται συστηματικά , «μεταμορφώνει» τον «έσω άνθρωπο». Περισσότερο από κάθε άλλη , η «Προσευχή του Ιησού», έχει σκοπό να μας φέρει ενώπιον του Θεού, χωρίς άλλο λογισμό, παρά μονάχα τη συναίσθηση του θαύματος, ότι δηλαδή βρισκόμαστε μαζί με το Θεό. Γιατί όταν

προσευχόμαστε με την «ευχή του Ιησού» δεν υπάρχει τίποτα και κανείς άλλος, παρά μονάχα εμείς κι ο Θεός.

Η χρήση της «Προσευχής του Ιησού» είναι διπλή. Αρχικά είναι μια έκφραση λατρείας, όπως άλλωστε και κάθε άλλη προσευχή. Έπειτα, στη ζωή της ασκήσεως, λειτουργεί σαν εστία, η οποία κρατάει την προσοχή μας στραμμένη διαρκώς στην παρουσία του Θεού. Είναι, παρά τη μονότονη επανάληψή της, πολύ καταλυκτική, φιλική, πάντοτε πρόχειρη και πολύ προσωπική. Τόσο στη χαρά όσο και στη λύπη, όταν ταυτιστεί μαζί μας, γίνεται τόνωση της ψυχής και ανταπόκριση σε κάθε θεϊκό κάλεσμα. Για όλα δε τα πιθανά αποτελέσματα, που η προσευχή του Ιησού μπορεί να έχει σε μας, είναι σκόπιμο να θυμόμαστε τα λόγια του Αγίου Συμεών του Νέου Θεολόγου: «Μην ανησυχείς για το τι θα επακολουθήσει. Θα το γευτείς, όταν θα ῥθει» (παρμένο από το βιβλίο Guide of Pastoral Psychology, No 95 p. 91 ) .

Από το βιβλίο «ΑΡΧΙΕΠ. ANTONY BLOOM

ΖΩΝΤΑΝΗ ΠΡΟΣΕΥΧΗ»

Μετάφραση από το αγγλικό

Δ΄ έκδοση Αναθεωρημένη και Βελτιωμένη

ΕΚΔΟΣΕΙΣ «ΕΤΟΙΜΑΣΙΑ»

ΙΕΡΑΣ ΜΟΝΗΣ ΤΙΜΙΟΥ ΠΡΟΣΔΡΟΜΟΥ ΚΑΡΕΑΣ 1989

Πηγή: [misha.pblogs.gr](http://misha.pblogs.gr)