

8 Απριλίου 2014

Γέροντας Παΐσιος - Ευχή ψιθυριστά ή με τον νου;

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Παΐσιος Αγιορείτης](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



- Γέροντα , πώς είναι καλύτερα να λέω την ευχή; Φωναχτά, ψιθυριστά ή με τον νου; - Αν την λες φωναχτά, θα κουράζεσαι και γρήγορα θα αποκάμης. Γι' αυτό να την λες πότε ψιθυριστά και πότε με τον νου. Η ευχή με τον νου είναι το καλύτερο•

επειδή όμως δεν μπορούν όλοι οι άνθρωποι να την λένε συνέχεια με τον νου, βοηθάει να την λένε κανείς και ψιθυριστά, σαν μια προπαίδεια. Μπορείς να αρχίζεις να την λες ψιθυριστά, να συνεχίζεις με τον νου, και ύστερα πάλι ψιθυριστά και πάλι με τον νου. Να κάνεις αυτή την εναλλαγή, μέχρι να καταλήξει η ευχή να γίνεται μόνο με τον νου, να γίνη δηλαδή νοερά, όπως και λέγεται «νοερά προσευχή». Τότε προσεύχεται κανείς με τον νου του και η καρδιά του σκιρτά, αγάλλεται• φθάνει στον θείο έρωτα, ζη ουράνιες καταστάσεις.

- Αυτό το διάστημα, Γέροντα, κάθε φορά που μπαίνω στο κελλί μου, έχω μετεωρισμό και βλάσφημους λογισμούς. Γιατί μου συμβαίνει αυτό; - Ξέχασες, φαίνεται, την ευχή, και γι' αυτό ο πειρασμός έστησε την σκηνή του έξω από το κελλί σου. Προσπάθησε στις κενές ώρες που έχεις στο κελλί, να λες την ευχή ψιθυριστά, για να διώχνεις τον μετεωρισμό και τους λογισμούς που υποβάλλει ο εχθρός. Η ψιθυριστή ευχή πολύ βοηθάει στις ώρες της επιθέσεως, γιατί εκείνη την στιγμή χρειάζεται προσοχή, για να γλυτώσει κανείς από την εχθρική φάλαγγα.

- Γέροντα, συμφέρει, όταν μου έρχονται κακοί ή βλάσφημοι λογισμοί, να τους πολεμώ με αντιρρητικό πόλεμο [1]; - Καλύτερα να τους πολεμάς με την ευχή παρά με αντιρρητικό πόλεμο. Όσο μπορείς, να μιλάς νοερώς με τον Χριστό δια της νοεράς προσευχής, και να μη συζητάς με τον νου σου «τούτο» ή «εκείνο». Να καλλιεργήσεις την ευχή, η οποία αρχικά θα σε απαλλάξει από τους κακούς λογισμούς και στο τέλος θα γίνη ένα με την αναπνοή σου.

[1]. Αντιρρητικός πόλεμος σημαίνει να αντικρούη κανείς τους κακούς λογισμούς φέρνοντας αντίστοιχους καλούς.

«Γέροντος Παϊσίου Αγιορείτου» Λόγοι ζ' «Περί Προσευχής»

Πηγή: xristianos.gr