

7 Νοεμβρίου 2022

Τι νὰ ξέρουμε γιὰ τὴν ψυχρότητα στὴ προσευχὴ (Ἅγιος Θεοφάνης ὁ Ἐγκλειστος)

[Ἅγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ἄγ. Θεοφάνης ὁ Ἐγκλειστος](#) / [Θεολογία και Ζωή](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Ἡ ψυχρότητα στὴν προσευχὴ ὀφείλεται εἴτε σέ ψυχικὴ κόπωση εἴτε σέ πνευματικὸ κορεσμό εἴτε σέ σωματικὲς ἀπολαύσεις καὶ ἀναπαύσεις εἴτε σέ πάθη, πού κυριεύουν τὴν ψυχὴ, προπαντός στὴν ἔπαρση.



Όλα αυτά είναι ενάντια στην πνευματική ζωή, μέσα στην οποία κεντρική θέση κατέχει η προσευχή. Έτσι, πρώτα και κύρια προκαλούν τό στέρεμα της πηγής της προσευχής μέσα μας. Αυτό, όμως, μπορεί να οφείλεται και σε απομάκρυνση της χάριτος, πού συμβαίνει με θεία παραχώρηση. Και νά γιατί:

Όταν η ψυχή μας φλέγεται από τόν πόθο του Θεού και από τήν καρδιά μας ξεχύνεται όλόθερμη προσευχή, δέν έχουμε παρά έλεητική επίσκεψη της χάριτος. Έμεις όμως, όταν η εύλογημένη αυτή κατάσταση παρατείνεται για πολύ, νομίζουμε ότι κατορθώσαμε κάτι σπουδαίο μέ τό δικό μας άγώνα και κυριευόμαστε από τήν κενοδοξία. Για λόγους παιδαγωγικούς, λοιπόν, απομακρύνεται ή χάρη και μένει ή ψυχή μας μόνη της, γυμνή και αδύναμη, άνίκανη νά ζήσει πνευματικά, ψυχρή και άπρόθυμη νά προσευχηθεί...

Τί θά κάνουμε, λοιπόν, για νά ξεφύγουμε άπ' αυτή τήν κατάσταση; Πρώτα-πρώτα θά φροντίσουμε νά έξουδετερώσουμε τίς αίτίες της. Και ύστερα, παρ' όλη τήν ψυχρότητα της ψυχής μας, θά κάνουμε μέ έπιμονή και ύπομονή τόν καθημερινό προσευχητικό κανόνα μας, προσπαθώντας άφ' ενός νά συγκεντρώνουμε τό νοϋ μας στά λόγια τών εύχών και άφετέρου νά ξεσηκώνουμε μέσα στην καρδιά μας αισθήματα φιλόθεα. Μέ τόν καιρό ο Θεός, βλέποντας τήν ταπείνωση και τήν καρτερία μας, θά μᾶς ξαναστείλει τή χάρη Του, πού θά διώξει τό πνεϋμα της ψυχρότητας, όπως ο άνεμος διώχνει τήν όμίχλη.

Πώς θ' αποκτήσουμε θερμότητα στην Προσευχή;

Μέ άγώνα και ύπομονή, μ' αυτά τά δυό θά ζωντανέψει μέσα μας ή φλογερή

προσευχή. Απαιτούνται χρόνος και κόπος πολύς. Όμως, ἄς μή λιποψυχήσουμε, ἄς μήν ἀποκάνουμε, ἄς μή βαρεθοῦμε. Ἡ προσπάθειά μας, ἂν εἶναι συστηματική καί ἐπίμονη, θά στεφανωθεῖ ὅπωςδήποτε, ἄργά ἢ γρήγορα, μέ ἐπιτυχία. Θά στεφανωθεῖ ὄχι χάρις σ' ἐμᾶς, ἀλλά χάρις στό ἄπειρο ἔλεος τοῦ Θεοῦ.

Εἶναι καλό νά συνηθίσει ἡ γλώσσα σας τήν εὐχή τοῦ Ἰησοῦ, τό “Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με”, ἢ ὁποιαδήποτε ἄλλη σύντομη προσευχή μέ τό νοῦ συγκεντρωμένο στήν καρδιά. Ἀγωνιστεῖτε νά προξενήσετε στήν καρδιά σας, ἄς τό πῶ ἔτσι, μία μικρή πληγή. Ὁ συστηματικός κόπος σας σύντομα θά δημιουργήσει τήν πληγή αὐτή. Καί τότε ὁ Κύριος θά σᾶς ἐπιβραβεύσει μέ τή δική Του χαρισματική προσευχή.

Ἡ βιασύνη στήν Προσευχή

Σᾶς ἐλέγχει ἡ συνείδηση, ἐπειδή κάνετε πολύ βιαστικά τήν προσευχή σας. Καί εἶναι εὐλόγο. Γιατί ὑπακοῦτε στόν ἐχθρό; Ἐκεῖνος εἶναι πού σᾶς παρακινεῖ: “Γρήγορα... πιά γρήγορα...”. Ἡ βιαστική προσευχή δέν ἔχει πνευματικό καρπό. Βάλτε, λοιπόν, κανόνα στόν ἑαυτό σας νά μή βιάζεστε. Νά προσεύχεστε ἔτσι, ὥστε οὔτε μία λέξη νά μήν προφέρουν τά χεῖλη σας, πού νά μήν τήν κατανοεῖ ὁ νοῦς σας καί νά μήν τή βιώνει ἡ καρδιά σας.

Πρέπει νά ριχθεῖτε σ' αὐτόν τόν ἀγώνα μέ ἀποφασιστικότητα στρατιωτική. Καί ὅταν ὁ ἐχθρός σᾶς ψιθυρίζει, «Κάνε τοῦτο ἢ ἐκεῖνο», ἐσεῖς νά τοῦ ἀποκρίνεστε: “Ξέρω τί θά κάνω. Δέν σέ χρειάζομαι. Φύγε ἀπό δῶ!». Τήν ψυχή τήν τρέφει μόνο ἡ προσευχή. Ἡ δική σας προσευχή, ὅμως, εἶναι ἐπιφανειακή, ὄχι οὐσιαστική. Γι' αὐτό ἡ ψυχή σας μένει ἀνικανοποίητη, πεινασμένη.....

Πηγή: agiazoni.gr