

## **Μπορούμε να προσευχόμαστε την ώρα της δουλειάς; (Γέρων Ευστράτιος Γκολοβάνσκι)**

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

«Δὲν ξέρετε πὼς εἶστε ναὸς τοῦ Θεοῦ καὶ πὼς τὸ Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ κατοικεῖ μέσα σας;» μᾶς ρωτᾶει ὁ ἀπόστολος Παῦλος (Α΄ Κόρ. 3:16). Ἀφοῦ, λοιπόν, ὅλοι οἱ χριστιανοὶ εἴμαστε ζωντανοὶ ναοὶ τοῦ Θεοῦ, δὲν πρέπει νὰ γίνουμε οἴκοι ἀδιάλειπτης προσευχῆς καὶ δοξολογίας Ἐκείνου;



Ἐπάρχει, ὅμως, κι ἄλλος ἓνας λόγος, γιὰ τὸν ὁποῖο ὀφείλουμε νὰ προσευχόμαστε ἀδιάλειπτα: Ὁ σατανὰς μὲ τὰ ὄργανά του καὶ τοὺς ὑπηρέτες του μᾶς πολεμᾷ συνέχεια. Ὅμοια μᾶς πολεμᾷ καὶ ἡ σάρκα, πὸ ἐναντιώνεται στὸ πνεῦμα. Μ' αὐτοὺς τοὺς ἰσχυροὺς ἐχθροὺς δὲν μποροῦμε νὰ τὰ βάλουμε μόνοι μας. Γι' αὐτὸ, πρέπει νὰ ὀπλιστοῦμε μὲ τὴν προσευχή.

Παντοῦ καὶ πάντοτε, μπορούμε νὰ προσευχόμεστε μὲ τὸ νοῦ καὶ τὸ πνεῦμα. Καὶ στὸ δρόμο καὶ στὴ δουλειὰ καὶ στὸ τραπέζι καὶ στὸ κρεβάτι καὶ στὴν πολυκοσμία καὶ στὴ μόνωση μπορεῖ νὰ θυμᾶται κανεὶς τὸν Θεό, νὰ Τὸν εὐχαριστεῖ, νὰ Τὸν δοξάζει καὶ νὰ ζητάει τὴ βοήθειά Του. Κι Ἐκεῖνος, ὡς φιλόανθρωπος καὶ πολυέλεος, εἶναι πάντα ἕτοιμος νὰ μᾶς ἀκούσει καὶ νὰ μᾶς συντρέξει.

Μπορούμε νὰ προσευχόμεστε τὴν ὥρα τῆς δουλειᾶς;

Καὶ μπορούμε καὶ πρέπει νὰ προσευχόμεστε. Τί κάνουμε συνήθως τὴν ὥρα τῆς δουλειᾶς; Λέμε μάταια λόγια, κουτσομπολεύουμε καὶ κατακρίνουμε τοὺς συνανθρώπους μας, τραγουδᾶμε, καμιά φορᾶ καὶ τσακωνόμαστε μὲ τοὺς συνεργάτες ἢ συναδέλφους μας. Στους ἐργασιακοὺς χώρους γίνεται συχνὰ τόση φασαρία, πὺ θαρρεῖς ὅτι μιλάει ὀλόκληρη ἡ οἰκουμένη.

Ὅλη αὐτὴ ἡ φασαρία, κι ἂν ἀκόμα δὲν ἐμποδίζει τὴν ἐργασία, ἀναμφίβολα δὲν ὠφελεῖ τὴν ψυχὴ. Ποιὸς δὲν θὰ παραδεχθεῖ πῶς, ἀντὶ νὰ λέμε κούφια ἢ καὶ ἐφάμαρτα λόγια, εἶναι καλύτερα νὰ προσευχόμεστε;

Ἀρχίζοντας, γιὰ παράδειγμα, τὴ δουλειά σου, πὲς μυστικὰ ἢ καὶ δυνατὰ: «Κύριε, εὐλόγησε τὸν κόπο μου. Δῶσε μου δύναμη καὶ βοήθησέ με νὰ τελειώσω αἴσια».

Ὅσο ἐργάζεσαι, ἐπαναλάμβανε μία σύντομη προσευχή, ὅπως τὸ «Κύριε, ἐλέησον». Βλέποντας τὴ δουλειά σου νὰ πηγαίνει καλὰ, λέγε: «Δόξα σοι, Κύριε». Βλέποντάς την νὰ μὴν πηγαίνει καλὰ, ἰκέτευε: «Ἵπεραγία Θεοτόκε, ἅγιοι τοῦ Θεοῦ, δεηθεῖτε στὸν Κύριο γιὰ μένα».

Ἄν σὲ πολεμήσουν κακοὶ λογισμοί, κάνε τὸ σταυρό σου καὶ πὲς: «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, γιὰ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με, τὸν ἁμαρτωλόν». «Φύλακα ἄγγελέ μου, φύλαξέ με». Ἄν ἁμάρτησες μὲ τὸ λογισμό ἢ τὰ λόγια, ἀναστέναξε μὲ μετάνοια καὶ πὲς μὲ καρδιὰ συντριμμένη: «Θεέ μου, σπλαχνίσου μέ, τὸν ἁμαρτωλό».

Ἄν ἀπὸ λάθος σου χάλασε κάποιο μηχάνημα ἢ ἔσπασε κάποιο ἐργαλεῖο, μὴν ἀγανακτήσεις. Ἦρεμα καὶ μακρόθυμα πὲς: «Σ' εὐχαριστῶ, Κύριε, πὺ παραχώρησες νὰ γίνῃ αὐτὴ ἡ ζημιὰ, γιὰ νὰ διαπιστώσω τὴν ἀδυναμία μου καὶ νὰ ταπεινωθῶ».

Ἄν σὲ πλησιάσει κάποιος, πὲς του: «Ὁ Θεὸς βοηθός σου, ἀδερφέ». Κι ὅταν φεύγει, εὐχήσου του: «Ὁ Θεὸς μαζί σου».

Ἔτσι, λοιπόν, καὶ ὅταν δουλεύουμε, μπορούμε νὰ προσευχόμεστε καὶ νὰ μιλάμε θεάρεστα.

Γιατί, ἂν καὶ συχνὰ ἐπαναλαμβάνω τὴν προσευχὴ τοῦ τελώνη «Θεέ μου,

σπλαχνίσου μέ, τὸν ἁμαρτωλό», δὲν βλέπω καμιάν ἀλλαγὴ στὴ ζωὴ μου;

Ἀπάντηση: Γιατί, ἀπλούστατα, προσεύχεσαι μὲ τὰ τελωνικὰ λόγια, ὄχι ὅμως καὶ μὲ τὸ τελωνικὸ φρόνημα. Ὁ τελώνης προσευχόταν, με συναίσθηση τῆς ἁμαρτωλότητάς του (Λουκ. 18:13), μὲ «πνεῦμα συντριμμένο, καρδιὰ συντριμμένη καὶ ταπεινωμένη» (Ψάlm. 50:19). Ὁ Θεὸς βλέπει τὴν καρδιὰ τοῦ ἀνθρώπου. Ἄν αὐτὴ πονάει γιὰ τὶς ἁμαρτίες της καὶ μετανοεῖ εἰλικρινά, Ἐκεῖνος δέχεται τὴν προσευχὴ της· διαφορετικὰ, τὴν ἀπορρίπτει.

Ἡ δικὴ μας μετάνοια δὲν ἔχει συνήθως καρπούς, γιατί κατὰ βάθος ζοῦμε μὲ τὴν ψευδαίσθηση, ὅτι εἴμαστε εὐσεβεῖς, ἐνάρετοι καί, ὅπωςδήποτε, ἀνώτεροι ἀπὸ τοὺς ἀδερφούς μας. Τέτοιους ἀνθρώπους θέλοντας νὰ συνετίσει ὁ Κύριος, εἶπε τὴ διδακτικὴ παραβολὴ τοῦ Τελώνη καὶ τοῦ Φαρισαίου: «Σὲ μερικοὺς ποὺ ἦταν σίγουροι γιὰ τὴν εὐσέβειά τους καὶ περιφρονοῦσαν τοὺς ἄλλους, εἶπε τούτη τὴν παραβολή... Γιατί, ὅποιος ὑψώνει τὸν ἑαυτό του, θὰ ταπεινωθεῖ καί, ὅποιος τὸν ταπεινώνει, θὰ ὑψωθεῖ» (Λούκ. 18:9,14).

**Πηγή:** [agiazoni.gr](http://agiazoni.gr)