



Ἡ Ἁγία Γραφή

Τί εἶναι ἡ Ἁγία Γραφή

• «Θὰ ἔπρεπε νὰ μὴ ἔχουμε ἀνάγκη ἀπὸ τὴ βοήθεια τῶν βιβλίων, ἀλλὰ νὰ εἶναι τόσο καθαρὴ ἡ ζωὴ μας, ὥστε τὸ Ἅγιο Πνεῦμα νὰ ἀποκαλύπτει στὶς ψυχές μας τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ. Διότι καὶ στὸ Νῶε καὶ στὸν Ἀβραάμ καὶ στὸ Μωυσῆ δὲν μιλοῦσε ὁ Θεὸς μὲ βιβλία, ἀλλὰ κατ' εὐθειαν, πρόσωπο πρὸς πρόσωπο· τὸ ἴδιο καὶ στοὺς ἀποστόλους, δὲν ἔδωσε τίποτε γραπτό.

Ἐπειδὴ ὅμως μὲ τὰ χρόνια ἀπομακρύνθηκαν οἱ ἄνθρωποι ἀπὸ τὴν εὐθεῖα ὁδὸ, χρειάστηκε νὰ μᾶς ὑπενθυμίσει ὁ Θεὸς καὶ γραπτῶς τὸ νόμο του» (ἱερὸς Χρυσόστομος).

Ἡ γραπτὴ αὐτὴ ἀποκάλυψι τοῦ Θεοῦ στὸν ἄνθρωπο ὀνομάζεται ΑΓΙΑ ΓΡΑΦΗ.

• Ἡ Ἁγία Γραφή διαιρεῖται στὴν Παλαιὰ Διαθήκη καὶ στὴν Καινὴ Διαθήκη.

Ἡ Παλαιὰ Διαθήκη ἀποτελεῖται ἀπὸ 49 βιβλία καὶ ἐξιστορεῖ τὴ δημιουργία τοῦ κόσμου καὶ τοῦ ἀνθρώπου, τὴν πτώσι τῶν πρωτοπλάστων καὶ τὴν ἱστορία τοῦ λαοῦ τοῦ Ἰσραήλ, ἀπὸ τὸν ὁποῖο θὰ προερχόταν ὁ σωτήρας τοῦ κόσμου. Περιέχει ἐπίσης τὸν μωσαϊκὸ νόμο καὶ προφητεῖες γιὰ τὴν ἔλευσι τοῦ Χριστοῦ.

Ἡ Καινὴ Διαθήκη ἀποτελεῖται ἀπὸ 27 βιβλία καὶ ἐξιστορεῖ τὴ ζωὴ καὶ τὸ ἔργο τοῦ Χριστοῦ, τὴ ζωὴ

τῆς πρώτης Ἐκκλησίας καὶ τὸ ἔργο τῶν ἀποστόλων. Περιέχει ἐπίσης ἐπιστολὲς τῶν ἀποστόλων καὶ κλείνει μὲ τὴν Ἀποκάλυψι τοῦ Ἰωάννου, βιβλίο προφητικὸ γιὰ τὸ τέλος τοῦ κόσμου.

Οἱ δύο Διαθῆκες θεωροῦνται ἐξ ἴσου θεόπνευστες, ἰσότιμες καὶ ἰσόκυρες.

Ἡ ἀξία τῆς Ἁγίας Γραφῆς

Γιὰ τὴν ἀξία τῆς Ἁγ. Γραφῆς καὶ τὶς ὠφέλειες ποὺ πηγάζουν ἀπὸ τὴ μελέτη τῆς γράφει χαρακτηριστικὰ ὁ ἀπ. Παῦλος:

«Πᾶσα γραφὴ θεόπνευστος καὶ ὠφέλιμος πρὸς διδασκαλίαν, πρὸς ἔλεγχον, πρὸς ἐπανόρθωσιν, πρὸς παιδείαν τὴν ἐν δικαιοσύνῃ, ἵνα ἄρτιος ᾖ ὁ τοῦ Θεοῦ ἄνθρωπος, πρὸς πᾶν ἔργον ἀγαθὸν ἐξηρτισμένος» (Β΄ Τιμ. 3, 16-17).

Ἄς δοῦμε πιὸ προσεκτικὰ τὰ λόγια αὐτά.

- Ὁλὴ ἡ Ἁγ. Γραφή, λέει ὁ ἀπόστολος, εἶναι «θεόπνευστος». Δηλαδή ἔχει γραφῆ μὲ τὴν ἔμπνευσι καὶ τὸ φωτισμὸ τοῦ Θεοῦ (Β΄ Πέτρ. 1, 21).

- Ἡ Ἁγ. Γραφή, συνεχίζει, εἶναι καὶ ὠφέλιμη

α΄) «πρὸς διδασκαλίαν». Διότι μᾶς διδάσκει τὶς μεγάλες μεταφυσικὲς ἀλήθειες. Δίνει ἀπάντησι στὰ τεράστια ἐρωτήματα ποὺ βασανίζουν τὸν ἄνθρωπο. Μᾶς ἀποκαλύπτει τὸ τί εἶναι ὁ Θεός. Μᾶς πληροφορεῖ γιὰ τὴν ἀρχὴ καὶ τὸ τέλος τοῦ κόσμου. Μᾶς μιλά γιὰ τὸ μυστήριον τοῦ ἀνθρώπου· πῶς βρεθήκαμε σ' αὐτὸ τὸν κόσμον, ποιὸς ὁ σκοπὸς τῆς ζωῆς μας, τί ὑπάρχει μετὰ τὸν θάνατον κ.λ.π..

«Ὅπως ὁ ἥλιος φωτίζει τὰ μάτια τοῦ σώματος, ἔτσι καὶ ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ φωτίζει τὰ μάτια τῆς ψυχῆς. Ὅποιος μελετᾷ τὰ λόγια τοῦ Θεοῦ, γνωρίζει γιατί ζῆ

καὶ τί πρέπει νὰ κάνει, γιὰ νὰ κερδίσει τὴ χαρὰ τοῦ Παραδείσου» (ἱερὸς Χρυσόστομος).

«Χωρὶς τὴν Ἁγ. Γραφή δὲν γνωρίζουμε τίποτε καὶ δὲν βλέπουμε παρὰ σκοτάδι καὶ σύγχυσι» (Βλ. Πα-σκάλ).

β') *«πρὸς ἐλεγχον»*. Ἡ Ἁγ. Γραφή εἶναι μέσο μὲ τὸ ὁποῖο ἐλέγχουμε τὴν πνευματικὴ μας κατάστασι.

Μ' αὐτὴν διαπιστώνουμε τὰ πάθη καὶ τὶς κακίες μας, γνωρίζουμε πόσο ἀληθινὴ εἶναι ἡ πίστι μας.

«Ἡ Ἁγ. Γραφή εἶναι ἡ λυδία λίθος μὲ τὴν ὁποία μπορούμε νὰ ξεχωρίσουμε τὴν ἀρετὴ ἀπὸ τὴν κακία, τοὺς πραγματικοὺς χριστιανοὺς ἀπὸ τοὺς ψεύτικους. Θέλεις νὰ δῆς ἂν εἶσαι γνήσιος ἢ ψεύτικος χριστιανός; Ἄρχισε νὰ μελετᾷς προσεκτικὰ τὴν Ἁγ. Γραφή. Κάθε φορὰ πού θὰ διαβάζης ἓνα στίχο, νὰ ἐλέγχεις τὸν ἑαυτό σου καὶ νὰ τὸν ρωτᾷς· αὐτὸ πὺ γράφεται ἐδῶ τὸ ἐφάρμοσα; Ἀπὸ τὴ στιγμὴ αὐτὴ θὰ ἀρχίσεις νὰ μπαίνεις στὸ μεγάλο νόημα τοῦ Χριστιανισμοῦ καὶ νὰ γίνεσαι συνειδητὸς χριστιανός» (ἱερὸς Χρυσόστομος).

γ') *«πρὸς ἐπανόρθωσιν»*. Ἡ Ἁγ. Γραφή δὲν κάνει ἀπλῶς διάγνωσι τῆς πνευματικῆς μας καταστάσεως, ἀλλὰ προσφέρει καὶ τὴν θεραπεία τῆς ψυχῆς μας. Ἔχει τὴ δύναμι νὰ μεταμορφώνει καὶ νὰ ἀναγεννᾷ τὶς καρδιὰς τῶν ἀνθρώπων.

• Ἔνας πρῶην ἀρνητῆς καὶ μετέπειτα ἅγιος τῆς Ἐκκλησίας μας, ὁ ἱερὸς Αὐγουστῖνος, γράφει:

«Υπῆρξα, Θεέ μου, μάστιγα καὶ λυσσαλέος ἐχθρὸς τῶν Γραφῶν σου. Ἡ ὑπεροψία μου περιφρονοῦσε τὴν ἀπλότητα καὶ τὰ μάτια μου ἦταν ἀνίκανα νὰ διασχίσουν τὰ βάθη της».

Κάποια στιγμὴ ὅμως, ἄκουσε φωνὴ πὺ τὸν καλοῦσε: «Πάρε καὶ διάβασε». Ἄνοιξε τὴν Ἁγ. Γραφή καὶ πῆρε τὸ μήνυμά του.

«Δέν θέλησα νά διαβάσω περισσότερο, οὔτε ἦταν ἀνάγκη. Μετά τὸ τέλος τῆς ἀναγνώσεως αὐτῆς στήν καρδιά μου χύθηκε οὐράνιο φῶς βεβαιότητος, πού σκόρπισε ὅλα τὰ σκοτάδια τῆς ἀμφιβολίας μου».

Ἀναρίθμητες εἶναι οἱ ψυχές πού μετεστράφησαν μελετώντας τὴν Ἁγ. Γραφή. Πολλοὶ ἦσαν προηγουμένως ἐχθροὶ καὶ πολέμιοι τοῦ Χριστιανισμοῦ (Ντοστογιέφσκυ, Τζοβάννι Παπίνι κ.ἄ.).

• «Ὁ πρῶτος στίχος τοῦ Εὐαγγελίου, πού βρίσκουμε σ' ἓνα βιβλίο ἀντιθρησκευτικῆς προπαγάνδας, εἶναι ἰκανὸς νά ἀναστατώσει τὴ ζωὴ μας, νά δημιουργήσει μεταστροφή. Κατέληξα νά ντρέπομαι πού τόσο ἄνθρωποι χάνονται γύρω μας, χωρὶς νά ἔχουν ἀγγίξει ποτέ ἓνα Εὐαγγέλιο» (Τατιάνα Γκορίτσεβα, καθηγήτρια πανεπ. τῆς Μόσχας).

δ') «πρὸς παιδείαν τὴν ἐν δικαιοσύνῃ». Ἡ Ἁγ. Γραφή ἐφαρμόζει μιὰ παιδεία, μιὰ ἀγωγή, πού ἔχει ὡς τελικὸ σκοπὸ τὴ δικαιοσύνη, δηλαδή τὴν ἀρετὴ, τὴν ἀγιότητα.

Τὸ μοναδικὸ βιβλίο

Ἡ Ἁγ. Γραφή πολεμήθηκε ὅσο κανένα βιβλίο, μὲ κάθε μέσο καὶ σὲ κάθε ἐποχῇ. Ἄθεοι ἡγέτες ἀπηγόρευσαν τὴν κυκλοφορία τῆς καὶ διέταξαν νά καεῖ κάθε ἀντίτυπο. Φιλόσοφοι τὴν πολέμησαν μὲ τὰ συγγράμματά τους. Ὁ Βολταῖρος τὸ 1750 «προφήτευσε» ὅτι σὲ 50 χρόνια δὲν θὰ ὑπῆρχε Ἁγ. Γραφή παρὰ μόνο στὰ μουσεῖα ἢ τὰ παλαιοπωλεῖα. Καὶ ὅμως. Τὸ 1774 τὸ σπῖτι πού πέθανε ἔγινε βιβλιοπωλεῖο πού πωλεῖ μέχρι σήμερα Ἁγία Γραφή!

«Ἡ πίστι τοῦ Χριστοῦ», ὠμολόγησε κάποτε ὁ ἄθεος Νικήτα Κροῦτσεφ, «εἶναι σὰν τὸ καρφί. Ὅσο τὴ κτυπᾶς, τόσο βαθύτερα μπαίνει».

- Σήμερα ή Ἁγ. Γραφή κατέχει ἕνα συντριπτικό ρεκόρ· ἔχει μεταφραστῆ σὲ 2.000 γλώσσες καὶ διαλέκτους καὶ κυκλοφορεῖ σὲ ἕνα δισεκατομμύριο ἀντίτυπα τὸ χρόνο.

- Ὅλα αὐτὰ δείχνουν ὅτι εἶναι ἕνα βιβλίο μοναδικό. Κι αὐτὸ γιατί εἶναι ἕνα βιβλίο θεόπνευστο.

Κανένα βιβλίο δὲν ἄντεξε σὲ τόσους διωγμούς. Κανένα βιβλίο δὲν ἐπέδρασε στὶς καρδιές τῶν ἀνθρώπων ὅσο ή Ἁγ. Γραφή. Τὰ ἔργα τῶν ἀρχαίων φιλοσόφων, παρ' ὄλο τὸ κάλλος καὶ τὴ σοφία τους, δὲν κατάφεραν νὰ ἀλλάξουν τὴ ζωὴ οὔτε ἐλαχίστων ἀνθρώπων. Ἡ Ἁγ. Γραφή ὅμως, παρ' ὅλη τὴν ἀπλότητά της, μπόρεσε νὰ μεταμορφώσει τὴ ζωὴ δισεκατομμυρίων ἀνθρώπων.

- Κλείνουμε μὲ ὁμολογίες μεγάλων προσωπικοτήτων τῆς ἱστορίας σχετικὰ μὲ τὴν Ἁγ. Γραφή.

«Ὅλα τὰ βιβλία τοῦ κόσμου, συγκρινόμενα μὲ τὴν Ἁγ. Γραφή, δὲν εἶναι παρὰ πλανῆτες, πὺ ἔχουν ὄλο τὸ φῶς καὶ τὴ λάμψη τους ἀπὸ τὸν Ἥλιο» (R. Boyle 1627-1691, μέγας φυσικὸς καὶ χημικὸς).

«Ἡ Ἁγ. Γραφή εἶναι τὸ μεγαλύτερο δῶρο πὺ ἔκανε ὁ Θεὸς στὸν ἄνθρωπο· ὄλα τὰ διδάγματα γιὰ τὴν εὐτυχία τοῦ ἀνθρώπου ἐδῶ στη γῆ καὶ ἐπάνω στὸν οὐρανό, περιγράφονται σ' αὐτό» (A. Lincoln 1804-1865, πρόεδρος τῶν Η.Π.Α.).

«Χωρὶς τὴν καθημερινὴ μελέτη τῆς Ἁγ. Γραφῆς θὰ βυθιζόμουν στὴν ἀπελπισία» (A. Tennyson 1809-1892, Ἄγγλος ποιητής).

«Μόνο τὸ Εὐαγγέλιο μπορεῖ νὰ σώσει τὸ γένος μας» (Ἄδαμ. Κοραῆς 1749-1833, διδάσκαλος τοῦ γένους)....



Ἡ ἀξία τοῦ ἐκκλησιασμοῦ

Ἡ ἀργία τῆς Κυριακῆς

Μία ἀπὸ τὶς Δέκα Ἐντολές, ποὺ μᾶς ἔδωσε ὁ Θεός, λέει ὅτι ἕξι μέρες μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος νὰ ἐργάζεται καὶ νὰ κάνει ὅλα τὰ ἔργα του, τὴν ἑβδόμη ὅμως ἡμέρα πρέπει νὰ τὴν ἀφιερώνει στὸν Κύριο καὶ Θεό του.

Γιὰ τοὺς χριστιανούς ἡ ἡμέρα αὐτὴ εἶναι ἡ **Κυριακή**. Κάθε Κυριακὴ γιορτάζουμε τὸ μεγάλο γεγονός τῆς Ἀναστάσεως τοῦ Κυρίου.

Ἡ ἀργία τῆς Κυριακῆς εἶναι γιὰ τὸν ἄνθρωπο:

α') Βιολογικὴ ἀνάγκη· διότι χρειάζεται ἀνάπαυσι, ὥστε νὰ ἀνανεωθεῖ σωματικὰ καὶ ψυχικὰ.

β') Κοινωνικὴ ἀνάγκη· διότι ὡς κοινωνικὸ ὄν θέλει νὰ ἐπισκεφθεῖ καὶ νὰ ἐπικοινωνήσῃ μὲ τοὺς συνανθρώπους του.

γ') Πνευματικὴ ἀνάγκη· ὥστε νὰ πραγματοποιήσῃ ἔργα ἀγάπης (ἐπισκέψεις σὲ ἀσθενεῖς, σὲ δυστυχισμένους, σὲ πενθοῦντες), νὰ μελετήσῃ τὸ λόγο τοῦ Θεοῦ κ.ἄ. Κυρίως ὅμως ὁ χριστιανὸς αἰσθάνεται τὴν ἀνάγκη τοῦ ἐκκλησιασμοῦ καὶ τῆς συμμετοχῆς του στὴ Θεία Λειτουργία, ποὺ ἀποτελεῖ γι' αὐτὸν τὸ κεντρικὸ καὶ σημαντικώτερο γεγονός ὅλης τῆς ἑβδομάδος.

Γιὰ τὴ σημασία τοῦ ἐκκλησιασμοῦ θὰ ἀναφερθοῦμε μὲ συντομία στὴ συνέχεια.

Ἐκκλησία, ὁ Οἶκος τοῦ Θεοῦ

«Ὅπου εἰσὶ δύο ἢ τρεῖς συνηγμένοι εἰς τὸ ἕμὸν ὄνομα, ἐκεῖ εἰμι ἐν μέσῳ αὐτῶν» (Ματθ. 18, 20)

Ὁ κάθε ναός, ὅπως τὸ λέει καὶ τὸ ὄνομά του (*ναός*, ἀπὸ τὸ *ναίω* = κατοικῶ), εἶναι κατοικία τοῦ Θεοῦ. Εἶναι ὁ χώρος μέσα στὸν ὁποῖο ὁ ἄπειρος Θεὸς συγκαταβαίνει νὰ περιοριστεῖ καὶ νὰ χωρέσει. Μέσα στὸ ναὸ ἐκδηλώνει κατὰ τρόπο ἰδιαίτερο τὴν παρουσία καὶ τὶς ἐνέργειές Του.

Ὁ ναὸς λέγεται καὶ **ἐκκλησία** (ἀπὸ τὸ *ἐκ-καλῶ* = συγκεντρῶν), γιατί ἐκεῖ συγκεντρώνονται οἱ πιστοὶ γιὰ νὰ προσευχηθοῦν, νὰ λατρεύσουν τὸ Θεὸ καὶ νὰ δεχτοῦν τὴ χάρι καὶ τὶς εὐλογίες Του.

«Μόλις πατήσεις τὰ πρόθυρα τοῦ ναοῦ καὶ περάσεις τὰ προπύλαια, φεύγουν οἱ κοσμικὲς φροντίδες καὶ μιὰ αὔρα πνευματικὴ περικυκλῶνει τὴν ψυχὴ σου. Αὐτὴ ἡ γαλήνη ὁδηγεῖ σὲ δέος καὶ σὲ ἀνεβάζει ἀπὸ τὴ γῆ στὸν οὐρανό. Ὅταν εἰσερχόμαστε στὸν Οἶκο τοῦ Θεοῦ, εἰσερχόμαστε στὰ ἀνάκτορα τῶν οὐρανῶν».

(ἱερός Χρυσόστομος)

«Ὁ ναὸς εἶναι πράγματι ἐπίγειος οὐρανός. Διότι ἐκεῖ βρίσκεται ὁ θρόνος τοῦ Θεοῦ, ὅπου τελοῦνται τὰ φρικτὰ μυστήρια, ὅπου οἱ ἄγγελοι ὑπηρετοῦν μαζί με τοὺς ἀνθρώπους, ὅπου δοξάζεται ἀκατάπαυστα ὁ παντοδύναμος Θεός. Ἐκεῖ οἱ χριστιανοὶ προγεύονται τὴν οὐράνιο Βασιλεία, τὴ μέλλουσα εἰρήνη καὶ μακαριότητα».

(Αγ. Ἰωάννης τῆς Κροστάνδης)

Γιατί πρέπει νὰ ἐκκλησιάζονται οἱ Χριστιανοὶ

- Ὁ ἐκκλησιασμός εἶναι κατ' ἀρχὴν ἀνάγκη τῆς

ψυχῆς. Ὅπως ὁ πεινασμένος ἔχει ἀνάγκη ἀπὸ τροφή καὶ ὁ διψασμένος ἀπὸ νερό, ἔτσι καὶ ὁ χριστιανὸς ἔχει ἀνάγκη ἀπὸ τὸν «ἐπιούσιο ἄρτο», πὺ εἶναι ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ καὶ τὰ ἄχραντα Μυστήρια, τὸ Σῶμα καὶ τὸ Αἷμα τοῦ Χριστοῦ. Καὶ ὅπως χωρὶς τροφή καὶ νερὸ δὲν μπορεῖ νὰ ζήσει σωματικὰ ὁ ἄνθρωπος, ἔτσι καὶ ἡ ψυχὴ δὲν μπορεῖ νὰ ζήσει χωρὶς τὸ λόγο τοῦ Θεοῦ καὶ τὴ Θεία Κοινωνία. «*Εὰν μὴ φάγητε τὴν σάρκα τοῦ υἱοῦ τοῦ ἀνθρώπου καὶ πίνητε αὐτοῦ τὸ αἷμα, οὐκ ἔχετε ζωὴν ἐν ἑαυτοῖς*» (Ἰω. 6, 53).

- Ἡ Ἐκκλησία εἶναι ἀκόμα **ἀσφάλεια** τῆς ψυχῆς. Μοιάζει μὲ τὴν Κιβωτὸ τοῦ Νῶε. Ὅσοι μπῆκαν στὴν κιβωτὸ σῶθηκαν ἀπὸ τὸν κατακλυσμὸ· ὅσοι ἔμειναν ἔξω πνίγηκαν. Ἔτσι καὶ ἡ Ἐκκλησία. Ὅσοι καταφεύγουν σ' αὐτὴν σώζονται ἀπὸ τὸν κατακλυσμὸ τῆς ἁμαρτίας. Ὅσοι μένουν ἀπ' ἔξω καταποντίζονται μέσα στὸ πέλαγος τῆς πλάνης καὶ τῆς ἁμαρτίας.

- Ἡ Ἐκκλησία εἶναι ἐπὶ πλέον **ιατρεῖο** τῆς ψυχῆς. «*Ἰατρεῖο πνευματικὸ εἶναι ὁ οἶκος τοῦ Θεοῦ. Ἐδῶ θεραπεύονται τὰ τραύματα πὺ δεχόμεστε καθημερινὰ στὸν κόσμῳ· καὶ ὅπως ἀπὸ τὰ ἰατρεῖα ἔτσι καὶ ἀπ' ἐδῶ φεύγουμε ἀφοῦ πάρουμε τὰ κατάλληλα φάρμακα γιὰ τὴ θεραπεία τῶν παθῶν*».

(ἱερὸς Χρυσόστομος)

Γι' αὐτὸ καὶ ὁ Κύριος στὴν παραβολὴ τοῦ Καλοῦ Σαμαρείτου παρομοίασε τὴν Ἐκκλησία μὲ *πανδοχεῖο*, δηλαδὴ νοσοκομεῖο.

- Ἡ Ἐκκλησία εἶναι ἐπίσης **λιμάνι** τῆς ψυχῆς. «*Ὅπως τὰ λιμάνια στὸ πέλαγος, ἔτσι καὶ τὶς Ἐκκλησίες στὶς πόλεις τοποθέτησε ὁ Θεός, γιὰ νὰ καταφεύγουμε σ' αὐτές, ὅταν οἱ βιοτικὲς φροντίδες μᾶς ζαλίζουν, καὶ νὰ βρίσκουμε γαλήνη. Ἐδῶ δὲν ὑπάρχει φό-*

βος ἀπὸ τὰ κύματα· δὲν κάνουν ἐπιδρομές οἱ πειρατές· δὲν φυσοῦν ὀρμητικοὶ ἄνεμοι. Ἡ Ἐκκλησία εἶναι λιμάνι πνευματικὸ τῶν ψυχῶν».

(ἱερός Χρυσόστομος)

Στὴν Ἐκκλησία, λοιπόν, ἡ ψυχὴ μας γαληνεύει, θεραπεύεται ἀπὸ τὶς πληγές καὶ τοὺς πόνους, προφυλάγεται ἀπὸ τοὺς κινδύνους ποὺ τὴν ἀπειλοῦν, τρέφεται μὲ τὸ λόγο τοῦ Θεοῦ καὶ τῆ Θεία Κοινωνία, ἐνώνεται μὲ τὸ Χριστό.

«Οἱ χριστιανοὶ ποὺ ζοῦν ἐντὸς τῆς Ἐκκλησίας, ζοῦν μέσα στὸ πλήρωμα τῆς θείας ζωῆς καὶ βιώνουν ὅλα τὰ τοῦ Χριστοῦ ὡς δικά τους. **“Καὶ ἐκ τοῦ πληρώματος αὐτοῦ ἡμεῖς πάντες ἐλάβομεν καὶ χάριν ἀντὶ χάριτος”** (Ἰω. 1, 16). Μόνο μέσα στὴν Ἐκκλησία ὁ ἄνθρωπος εἶναι ὁ πλήρης ἄνθρωπος· ὅλος χριστοποιεῖται, ὅλος θεανθρωποιεῖται, ὅλος ἀπαθανατίζεται. Ἀντίθετα ἐκτὸς τῆς Ἐκκλησίας ὁ ἄνθρωπος δὲν εἶναι ἄλλο παρὰ ἓνα σχῆμα ἀνθρώπου, μιὰ σκιά μᾶλλον τοῦ ἀνθρώπου, φάντασμα καὶ ὄνειρο. Αἰσθάνεται ἄνευ περιεχομένου, κενὸς καὶ ἔρημος».

(Ἀρχιμ. Ἰουστῖνος Πόποβιτς)

«Τὰ θέατρα καὶ οἱ ποικίλες κοσμικὲς διασκεδάσεις δὲν μποροῦν νὰ ἀντικαταστήσουν ἐκεῖνο ποὺ ὁ ἀληθινὸς Χριστιανὸς ἀπολαμβάνει στὸ ναό, ὅπου ὁ ἴδιος ὁ Θεὸς παρηγορεῖ τῆς ψυχῆς τῶν πιστῶν. Στὸ ναὸ εἴμαστε ἐλεύθεροι ἀπὸ τὴ γοητεία καὶ μέθη τῶν κοσμικῶν παθῶν καὶ ἐπιθυμιῶν· φωτιζόμαστε, ἀγιαζόμαστε, καὶ οἱ ψυχῆς μας καθαρίζονται· πλησιάζουμε τὸ Θεὸ καὶ ἐνωνόμαστε μαζί Του».

(Ἁγ. Ἰωάννης Κροστάνδης)



Γιατί δὲν ἐκκλησιάζεσαι;

Ἐὰν τόσο μεγάλο ἀγαθὸ εἶναι ἡ Ἐκκλησία, θὰ ἔπρεπε, ἂν ἦταν δυνατό, κάθε μέρα, πρωὶ καὶ βράδυ νὰ ἐκκλησιαζόμεστε. Θὰ ἔπρεπε κάθε φορά πού κτυπᾷ ἡ καμπάνα νὰ τρέχουμε στὸ ναὸ τοῦ Θεοῦ «ὡς ἡ ἔλαφος ἐπὶ τὰς πηγὰς τῶν ὑδάτων» (Ψαλμ. 41, 1). Κι ἂν ἀκόμα, ὅπως εἶπε κάποιος, ὑπῆρχε μόνο ἓνας ναὸς σ' ὅλοκληρο τὸν κόσμο, θὰ ἔπρεπε ὅλοι οἱ Χριστιανοὶ νὰ συρρέουν ἐκεῖ ἀπ' ὅλα τὰ μέρη τῆς γῆς, γιὰ νὰ λατρεύσουν τὸ Θεὸ καὶ νὰ κοινωνήσουν τὸ Σῶμα καὶ τὸ Αἷμα τοῦ Χριστοῦ. Καὶ ὅπως οἱ Μάγοι ταξίδεψαν χιλιάδες χιλιόμετρα γιὰ νὰ δοῦν καὶ νὰ προσκυνήσουν τὸ Θεῖο Βρέφος, ἔτσι καὶ οἱ χριστιανοὶ θὰ ἔπρεπε νὰ εἶναι ἔτοιμοι νὰ ὑποβληθοῦν σὲ κάθε εἶδους θυσία καὶ ταλαιπωρία προκειμένου νὰ βρεθοῦν στὸ ναὸ τοῦ Ὑψίστου πού σὰν ἄλλη Βηθλεὲμ φιλοξενεῖ τὸν Θεάνθρωπο Χριστό.

«Προφάσεις ἐν ἁμαρτίαις»

Παρ' ὅλα αὐτά, οἱ περισσότεροὶ χριστιανοὶ σήμερα δὲν ἐκκλησιάζονται τακτικά. Δὲν αἰσθάνονται τὴν ἀνάγκη νὰ περπατήσουν λίγα βήματα γιὰ νὰ βρεθοῦν στὸν οἶκο τοῦ Θεοῦ καὶ νὰ τὸν λατρεύσουν. Ἄλλοι τρέχουν σὲ ταξίδια καὶ ἐκδρομές, ἄλλοι ἐργάζονται

για να κερδίσουν περισσότερα χρήματα, και οί πιδ πολλοί κοιμοῦνται σάν ναρκωμένοι.

Ἐν ρωτήσεις ὄλους αὐτοὺς γιατί δὲν ἐκκλησιάζονται, θά πάρεις διάφορες ἀπαντήσεις, πὸ εἶναι μᾶλλον δικαιολογίες τῆς ἀδιαφορίας τους καὶ «προφάσεις ἐν ἀμαρτίαις» (Ψαλμ. 140, 4).

Ἄς δοῦμε μερικὲς ἀπ' αὐτές.

● **«Προσεύχομαι μόνος στὸ σπίτι»**

Ναί. Μπορεῖς νὰ προσευχηθεῖς καὶ στὸ σπίτι σου. Ἐλλὰ ἡ ἀτομικὴ προσευχὴ δὲν ἔχει τὴ δύναμι πὸ ἔχει ἡ προσευχὴ τοῦ συνόλου τῶν πιστῶν μὲ τοὺς ἱερεῖς. Ἄλλο εἶναι νὰ ζητήσει ἓνας χωρικὸς κάτι ἀπὸ τὸ νομάρχη, καὶ ἄλλο νὰ ἔλθει ὄλο τὸ χωριὸ μὲ τὸν πρόεδρο καὶ νὰ τὸ ζητήσουν.

«Θέλεις νὰ μάθεις πόση εἶναι ἡ δύναμι τῆς προσευχῆς πὸ γίνεται στὴν Ἐκκλησία; Κάποτε ὁ ἀπόστολος Πέτρος ἦταν δεμένος στὴ φυλακὴ μὲ ἀλυσίδες. Ἡ Ἐκκλησία ὄμως τῶν Ἱεροσολύμων προσευχόταν συνεχῶς καὶ μὲ θερμότητα γιὰ τὴ διάσωσί του. Καὶ ἡ προσευχὴ τους τὸν ἐλευθέρωσε. Τί πιδ δυνατό, λοιπόν, ὑπάρχει ἀπὸ τὴν κοινὴ προσευχὴ, ἀφοῦ ὠφέλησε κι αὐτὸν ἀκόμα τὸν στῦλο καὶ τὸν πύργο τῆς Ἐκκλησίας, τὸν ἀπ. Πέτρο;»

(ἱερὸς Χρυσόστομος)

● **«Παρακολουθῶ τὴ Θ. Λειτουργία ἀπὸ τὸ ραδιόφωνο ἢ τὴν τηλεόρασι»**

Μπορεῖ νὰ τὴν παρακολουθεῖς, ἀλλὰ ἡ χάρις καὶ ἡ εὐλογία δὲν μεταδίδονται ἀπὸ τὴν ἄψυχη συσκευὴ. Μόνο αὐτοὶ πὸ εἶναι ἄρρωστοι ἢ ἐργάζονται ἐξ ἀνάγκης δικαιολογοῦνται.

● **«Όλη τὴν ἑβδομάδα κουράζομαι καὶ τὴν Κυριακὴ θέλω νὰ ξεκουραστῶ»**

Ὅσο ὁμως ἀπαραίτητος κι ἂν εἶναι ὁ ὕπνος, δὲν ἀξίζει περισσότερο ἀπὸ τὴν εὐλογία τοῦ Θεοῦ. Μπορεῖς ἐξ ἄλλου νὰ ξεκουραστεῖς καὶ τὸ ἀπόγευμα.

● **«Πρέπει νὰ ἐργάζομαι καὶ τὴν Κυριακὴ· ἔχω ὑποχρεώσεις»**

Ἐδῶ ἀκοῦμε τὸ ἀντίθετο ἐπιχείρημα. Ἐντὶ γιὰ ἀνάπαυσι τὴν Κυριακὴ, προσθέτει κι ἄλλη ἐργασία, χωρὶς νὰ ὑπολογίζει τὰ ὅρια τῆς ἀντοχῆς του καὶ τὴ ζημιὰ πὸ θὰ προκαλέσει στὴν ὑγεία του.

«Ποιά ὁμως ἐργασία εἶναι ἀνώτερη ἀπὸ τὴ Θ. Λειτουργία; Ποιά συνάντησι εἶναι πιὸ ὠφέλιμη ἀπὸ τὴ συνάντησι μὲ τὸ Θεό;

Ἐξ ἄλλου ἐφτὰ ἡμέρες ἔχει ἡ ἑβδομάδα· αὐτὲς τὶς ἐφτὰ ἡμέρες τὶς μοιράστηκε ὁ Θεὸς μαζί μας· καὶ δὲν ἔδωσε στὸν ἑαυτό του τὸ περισσότερο καὶ σὲ μᾶς τὸ λιγώτερο, ἀλλὰ σὲ σένα ἔδωσε ἕξι, ἐνῶ γιὰ τὸν ἑαυτό του ἄφησε μία. Καὶ ὁμως· ἀρπάζεις καὶ τὴν ἡμέρα αὐτὴ, πὸ εἶναι τοῦ Θεοῦ, ὅπως αὐτοὶ πὸ κλέβουν ἱερὰ χρήματα, καὶ τὰ χρησιμοποιεῖς γιὰ ὑλικά πράγματα. Καί, ἐπὶ τέλους, δὲν σοῦ λέω νὰ προσφέρεις ὅλη τὴν ἡμέρα, ἀλλὰ μόνο δύο ὥρες. Δάνεισε δύο ὥρες στὸ Θεό, καὶ θὰ μαζέψεις στὸ σπῆτι σου κέρδος χιλίων ἡμερῶν. Διαφορετικά, πρόσεξε μήπως χάσεις τοὺς κόπους ὀλόκληρων ἐτῶν».

(ἱερὸς Χρυσόστομος)

Ἄς ἀκούσουμε καὶ τὸν ἅγ. Κοσμᾶ τὸν Αἰτωλό, τί λέει γιὰ τὸ κέρδος τῆς Κυριακῆς:

«Πρέπει νὰ ἐργαζώμεθα τὰς ἕξ ἡμέρας διὰ ταῦτα τὰ

γήινα καὶ μάταια πράγματα, καὶ τὴν Κυριακὴν νὰ πηγαίνωμεν εἰς τὴν Ἐκκλησίαν... Οὔτε νὰ ἐργαζώμεθα τὴν Κυριακὴν. Ἐκεῖνο τὸ κέρδος ὅπου γίνεται τὴν Κυριακὴν εἶναι ἀφορισμένον καὶ κατηραμένον, καὶ βάζετε φωτιά καὶ κατάρα εἰς τὸ σπίτι σας καὶ ὄχι εὐλογίαν».

• **«Ἔχω πένθος καὶ γιὰ σαράντα ἡμέρες δὲν κάνει νὰ πάω στὴν Ἐκκλησία»**

Τὸ ἔθιμο αὐτὸ εἶναι ἔξω ἀπὸ κάθε λογικὴ. Εἶναι καθαρὰ σατανικὸ καὶ πρέπει νὰ ξεριζωθεῖ. Διότι τότε κυρίως πρέπει νὰ πηγαίνει στὴν Ἐκκλησία ὁ χριστιανός, εἰ δυνατόν καὶ κάθε μέρα, γιὰ νὰ βρεῖ παρηγοριὰ καὶ ἀνακούφισι, ἀλλὰ καὶ γιὰ νὰ ὠφελήσῃ περισσότερο τὴν ψυχὴ τοῦ κεκοιμημένου.

Αὐτὰ καὶ ἄλλα πολλὰ μπορεῖ ν' ἀκούσει κανεὶς ἀπ' αὐτοὺς ποὺ δὲν ἐκκλησιάζονται. Ἕνας ὅμως ποὺ θέλει νὰ ἐκκλησιαστεῖ, ὅλα τὰ ξεπερνᾷ. Οἱ χριστιανοὶ στὰ χρόνια τῶν διωγμῶν, στὰ χρόνια τῆς τουρκοκρατίας, ἀλλὰ καὶ πρόσφατα, σὲ χῶρες ἀθεϊστικῶν καθεστώτων, μὲ κίνδυνο τῆς ζωῆς τους, πήγαιναν κρυφὰ στὶς κατακόμβες καὶ στοὺς χώρους λατρείας, γιὰ νὰ προσευχηθοῦν. Ἀδελφοί μας ποὺ ζοῦν στὸ ἐξωτερικὸ διανύουν δεκάδες καὶ ἑκατοντάδες χιλιόμετρα κάθε Κυριακὴ γιὰ νὰ ἐκκλησιαστοῦν σὲ ὀρθόδοξο ναό. Γέροντες καὶ γριές 80 καὶ 90 ἐτῶν, μὲ τρεμάμενα πόδια, ἔρχονται κάθε Κυριακὴ στὴν Ἐκκλησία.

Τί ἀπολογία θὰ δώσουμε στὸ Θεὸ ὅταν ἔχουμε τὴν υἰγεία μας, ὅταν ἔχουμε τὴν Ἐκκλησία δίπλα μας, ὅταν ζοῦμε σὲ ἐλεύθερο κράτος, καὶ δὲν ἐκκλησιαζόμαστε;

Κλείνουμε μὲ τὰ λόγια ποὺ ἔλεγε συχνὰ ὁ γέροντας ἐπίσκοπος, μητροπολίτης πρώην Φλωρίνης π. Αὐγουστῖνος:

«Ἄν ὑποθέσουμε ὅτι βγεῖ μιὰ ἀνακοίνωσι πού λέγει: “Ἀὔριο Κυριακή, μετὰ τῆ Θ. Λειτουργία, ὁ ἱερέας τοῦ χωριοῦ θὰ μοιράσει σ’ ὅσους ἐκκλησιαστοῦν ἀπὸ μιὰ χρυσῆ λίρα”, τί λέτε· θὰ ἔρχονταν ὅλοι στήν Ἐκκλησία; Καὶ τοὺς παράλυτους θὰ φέρνανε, γιὰ νὰ πάρουν τὴ λίρα. Καὶ ὅμως· αὐτὸ πού κρατῶ στὰ χέρια μου (καὶ ἔδειχνε ἓνα κομμάτι ἀντίδωρο) ἀξίζει περισσότερο ἀπὸ λίρα. Εἶναι ἡ εὐλογία τοῦ Θεοῦ. Τὸ πιστεύεις; Ἔλα στήν Ἐκκλησία. Δὲν τὸ πιστεύεις; Μὴν ἔρχεσαι».



«Ἐν ἐκκλησίαις εὐλογεῖτε τὸν Θεόν...».



Ὁ θεσμὸς τῆς νηστείας

• Ἡ λέξι **νηστεία**, ἀπὸ τὸ νη+ἐσθίω, σημαίνει κατ' ἀκρίβεια, τέλεια ἀποχὴ ἀπὸ τὴν τροφή. Στὴ ζωὴ τῆς Ἐκκλησίας μας ἡ νηστεία εἶναι μιὰ ἐντολή, κατὰ τὴν ὁποία ὁ χριστιανὸς καλεῖται νὰ ἀπέχει ἀπὸ κάποιες τροφές, κυρίως τὶς ζωικές, σὲ ὀρισμένες ἡμέρες καὶ περιόδους (Τετάρτες, Παρασκευές, Σαρακοστὲς κ.λ.π.).

• Ἡ νηστεία δὲν εἶναι μιὰ ἀνθρώπινη ἐπινοήσι ἀλλὰ ἐντολή τοῦ ἰδίου τοῦ Θεοῦ. Εἶναι μάλιστα ἡ ἀρχαιότερη ἐντολή, ἀφοῦ δόθηκε στοὺς πρωτοπλάστους, στὸν Παράδεισο: «...Ἀπὸ τὸ δένδρο τῆς γνώσεως τοῦ καλοῦ καὶ τοῦ κακοῦ δὲν θὰ φᾶτε» (Γεν. 2, 17). Δόθηκε σὰν ἄσκησι, γιὰ νὰ δοκιμαστεῖ ἡ ὑπακοή καὶ ἡ ἐμπιστοσύνη τοὺς στὸ Δημιουργό τοὺς.

• Ἐκτοτε ἡ νηστεία ἐφαρμόζεται ὡς μέσο καθάρσεως καὶ προετοιμασίας πρὶν ἀπὸ μιὰ μεγάλη ἀποστολή.

– Ὁ Μωσῆς νήστεψε 40 ἡμέρες γιὰ νὰ πάρει τὶς Δέκα Ἐντολές.

– Ὁ Ἰωάννης ὁ Πρόδρομος πρὶν ἀρχίσει τὸ κήρυγμά του.

– Ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς νήστεψε 40 ἡμέρες πρὶν τὴν ἔναρξιν τῆς δημοσίας δράσεώς του.

– Οἱ Ἀπόστολοι «νηστεύσαντες καὶ προσευξάμενοι» ἀπέστειλαν τὸν Παῦλο καὶ τὸν Βαρνάβα στὴν περιοδεία τοὺς (Πράξ. 13, 3).

* Ἐπίσημα ἡ Ἐκκλησία θέσπισε τὴ νηστεία τῆς Τετάρτης καὶ τῆς Παρασκευῆς (πρὸς ἀνάμνησι τῆς προδοσίας καὶ τοῦ Πάθους τοῦ Κυρίου) καὶ τῆς Μεγ. Τεσσαρακοστῆς, μὲ τὸν 69ο κανόνα τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων.

A. Σωματικὲς ὠφέλειες

Εἶναι ἐπιστημονικὰ ἀποδεδειγμένο, ἀλλὰ καὶ ἡ συνεχῆς ἐμπειρία μᾶς βεβαιώνει, ὅτι ἡ πολυφαγία καὶ ἡ συνεχῆς κατανάλωσι ζωικῶν τροφῶν βλάπτει σοβαρὰ τὴν ὑγεία τοῦ ἀνθρώπου. Ἀντίθετα, ἡ νηστεία συντελεῖ στὴν ἀποτοξίνωσι τοῦ ὀργανισμοῦ ἀπὸ βλαβερὰς οὐσίες καὶ στὴν ὁμαλότερη λειτουργία του. Ἀποδεικνύει, τὸ ὅτι αὐτοὶ ποὺ νηστεύουν (ὅπως οἱ μοναχοί, ποὺ δὲν τρῶνε ποτὲ κρέας) εἶναι ὑγιέστεροι καὶ μακροβιότεροι ἀπὸ τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους, ποὺ καταναλώνουν ἀλόγιστα τὰ ὑλικά ἀγαθά.

Ὁ Ἱπποκράτης, ὁ πατέρας τῆς Ἱατρικῆς, πέθανε σὲ ἡλικία 100 ἐτῶν. Ὄταν τὸν ρώτησαν, ποῦ ὀφείλεται ἡ μακροζωία του, ἀπάντησε: «*Οὐδέποτε σηκώθηκα ἀπὸ τὸ τραπέζι μου χορτᾶτος*».

B. Πνευματικὲς ὠφέλειες

Ἄν ἡ νηστεία ἀποτελεῖ φάρμακο γιὰ τὴν ὑγεία τοῦ σώματος, πολὺ περισσότερο ὠφελεῖ τὴν ψυχὴ καὶ συντελεῖ στὴν κάθαρσι καὶ τὸ φωτισμὸ τῆς.

Ἐξασκεῖ τὴ θέλησι καὶ τὴν αὐτοκυριαρχία

Μὲ τὴ νηστεία, ποὺ εἶναι ἓνα χαλινάρι στὸ πάθος τῆς λαιμαργίας, κυριαρχοῦμε εὐκολώτερα στὸν ἑαυτό μας καὶ ἐλέγχουμε τὰ πάθη καὶ τὶς παράλογες ἐπιθυ-

μίες μας. «Ἄν θέλεις νὰ δυναμώσεις τὴν ψυχὴ σου, δάμασε τὴ σάρκα σου μὲ τὴ νηστεία».

(Μέγας Βασίλειος)

«Ἡ νηστεία γιὰ τὸ χριστιανὸ εἶναι μιὰ θεληματικὴ στέρησι τῆς τροφῆς, ποὺ ἀποβλέπει στὸ νὰ τὸν ἐξασκήσει στὴν ἐπιβολὴ ἐπάνω στὸν ἑαυτό του. Γιατὶ αὐτὸς ποὺ ἐπιβάλλεται στὸ φαγητό, μπορεῖ εὐκόλα νὰ ἐπιβληθεῖ καὶ σὲ ὅποιαδήποτε ἐπιθυμία του».

(Ἁγ. Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς)

Ἐντίθετα, ἡ πολυφαγία καὶ ἡ λαιμαργία γίνονται καύσιμη ὕλη γιὰ τὴν ἔξασι τῶν σαρκικῶν ἐπιθυμιῶν.

«Ἄν ἐρευνήσουμε, ὅπωςδήποτε θὰ διαπιστώσουμε, πὼς τὰ ἠθικά μας ναύγια προέρχονται ἀπὸ τὴ λαιμαργία. Ἐκεῖνος ποὺ περιποιεῖται τὴν κοιλιὰ του καὶ ταυτόχρονα ἀγωνίζεται νὰ νικήσῃ τὸ πνεῦμα τῆς πορνείας, μοιάζει μ' ἐκεῖνον ποὺ προσπαθεῖ νὰ σβήσῃ μιὰ μεγάλη φωτιὰ μὲ λάδι»

(Ἁγ. Ἰωάννης τῆς Κλίμακος).

Γι' αὐτὸ καὶ ἕνας ὕμνος ἀποκαλεῖ τὴ νηστεία «μητέρα τῆς σωφροσύνης (ἀγνότητος)».

Ὁδηγεῖ στὴ μετάνοια καὶ τὴ σωτηρία

Μὲ τὴ νηστεία ὀδηγεῖται ὁ ἄνθρωπος στὴ μετάνοια, ποὺ εἶναι ἡ πύλη τοῦ Παραδείσου. «Ἡ νηστεία εἶναι ἡ ἀρχὴ τῆς μετανοίας. Εἶναι φάρμακο ποὺ θεραπεύει τὴν ἁμαρτία».

(Μέγας Βασίλειος)

Παράδειγμα, οἱ κάτοικοι τῆς ἀρχαίας ἁμαρτωλῆς πόλεως Νινευί, ποὺ μὲ τὴν τριήμερη αὐστηρὴ νηστεία τους ἀπέτρεψαν τὴν καταστροφὴ τῆς πόλεως

τους, τὴν ὁποία εἶχε προαναγγείλει ὁ Θεὸς διὰ τοῦ προφήτου Ἰωνᾶ.

«Δὲν εἶναι δυνατόν ἕνας ἄνθρωπος ποὺ βρίσκεται σὲ μετάνοια, ταυτόχρονα νὰ καλοτρῶει».

(Ἱερὸς Χρυσόστομος)

Ἡ νηστεία ἐπαναφέρει τὸν ἄνθρωπο στὸν Παράδεισο. *«Ἐπειδὴ δὲν νηστεύσαμε, βγήκαμε ἀπὸ τὸν Παράδεισο· ἄς νηστεύσουμε, λοιπόν, γιὰ νὰ ἐπανέλθουμε σ' αὐτόν».*

(Μέγας Βασίλειος)

Ἐνισχύει τὴν προσευχὴ

Μὲ τὴ νηστεία ὁ νοῦς γίνεται καθαρότερος καὶ ἐλαφρότερος. Ἔτσι, ἀνεβαίνει εὐκολώτερα στὸ Θεὸ τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς. Μὲ βαρὺ στομάχι δὲν μπορεῖ κανεὶς νὰ προσευχηθεῖ. *«Πάντοτε εἶναι μεγάλη ἡ δύναμι τῆς προσευχῆς· ὅταν ὁμως συνδυάζεται καὶ μὲ νηστεία, γίνεται μεγαλύτερη»* (Ἱερὸς Χρυσόστομος).

Ἡ προσευχὴ μαζί μὲ τὴ νηστεία κάνουν θαύματα· καὶ δαιμόνια ἀκόμα μποροῦν νὰ βγάλουν.

«Αὐτὸ τὸ γένος (τῶν δαιμόνων) δὲν βγαίνει παρὰ μὲ προσευχὴ καὶ νηστεία».

(Χριστός· Ματθ. 17, 21)

Συντελεῖ στὴ φιλανθρωπία

Ἡ νηστεία, ὅταν γίνεται μὲ ἀπλότητα, χωρὶς τίς πολυδάπανες ποικίλες νηστήσιμες γαστρονομικὲς ἐφευρέσεις, εἶναι ἄριστο μέσο οἰκονομίας, ποὺ ἀφήνει ἀρκετὰ χρηματικὰ περισσεύματα σὲ μιὰ οἰκογένεια. Τὰ περισσεύματα αὐτὰ ἕνας χριστιανὸς μπορεῖ καὶ

πρέπει να τὰ διαθέτει σὲ ἐλεημοσύνες καὶ ἔργα φιλανθρωπίας. *«Νηστεύσωμεν, ἵνα ἐλεήσωμεν».*

(σύνθημα τῶν πρώτων χριστιανῶν)

Ἡ ἀληθινὴ νηστεία

Κάθε φάρμακο, γιὰ νὰ ἔχει καλὰ ἀποτελέσματα, πρέπει νὰ χρησιμοποιῆται σωστά· ἔτσι καὶ ἡ νηστεία.

- Ἡ νηστεία δὲν εἶναι μιὰ ἀνεξάρτητη ἀρετὴ, ἀλλὰ ἔχει ἀξία ἂν συνδυάζεται μὲ ἄλλες ἀρετὲς καὶ συντελεῖ στὴν ἀπαλλαγὴ ἀπὸ τὰ πάθη.

«Μὴ περιορίζεις τὴ νηστεία μόνο στὴν ἀποχὴ τῶν φαγητῶν. Ἀληθινὴ νηστεία εἶναι ἡ ἀπομάκρυνσι ἀπὸ κάθε κακό· ἡ ἐγκράτεια τῆς γλώσσας, ἡ ἀποχὴ ἀπὸ τὸ θυμὸ, ὁ ἀποχωρισμὸς ἀπὸ κάθε κακὴ ἐπιθυμία, ἀπὸ τὴν καταλαλιά, τὸ ψέμα καὶ τὴν ἐπιτορκία».

(Μέγας Βασίλειος)

«Νηστεύεις; Ἀπόδειξέ το μὲ τὰ ἔργα σου. Ἄν δεῖς φτωχό, ἐλέησέ τον. Ἄν δεῖς ἐχθρό, συμφιλιώσου μαζί του. Ἄν δεῖς πειρασμό, προσπέρασέ τον.

Ἄς μὴ νηστεύει, λοιπόν, μόνο τὸ στόμα. Νὰ νηστεύουν τὰ χέρια ἀπὸ ἀρπαγὲς καὶ πλεονεξίες. Νὰ νηστεύουν τὰ πόδια ξεκόβοντας ἀπὸ τοὺς δρόμους ποὺ ὀδηγοῦν σὲ ἁμαρτωλὰ μέρη. Νὰ νηστεύουν τὰ μάτια ἀπὸ αἰσχροὺ θεάματα. Νὰ νηστεύουν τὰ αὐτιά μὲ τὸ νὰ μὴ δέχονται νὰ ἀκοῦν κακολογίες. Νὰ νηστεύει ἡ γλῶσσα ἀπὸ αἰσχρολογίες καὶ κοροϊδίες. Διότι τί τὸ ὄφελος ἂν δὲν τρῶμε κρέας, δαγκώνουμε ὅμως καὶ κατατρῶμε τοὺς ἀδελφούς μας;» (Ἱερὸς Χρυσόστομος).

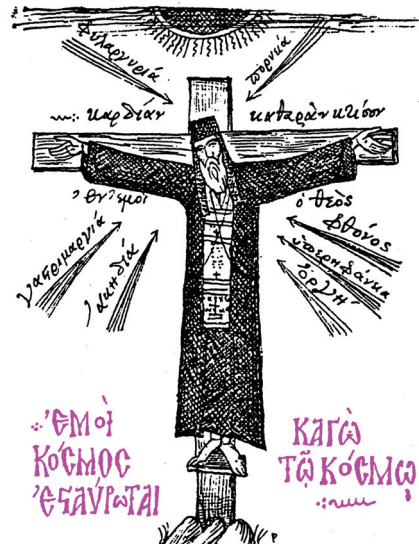
- Πρέπει ἐπίσης ἡ νηστεία νὰ εἶναι ἀπαλλαγμένη

ἀπὸ τὴν κενοδοξία (ἐπίδειξι), πὺ εἶναι τὸ δηλητήριον κάθε καλῆς πράξεως (φαρισαϊσμός). «Ὅταν νηστεύεις, λέει ὁ Χριστός, ἄλειψε τὸ κεφάλι σου καὶ νίψε τὸ πρόσωπό σου, ὥστε νὰ φαίνεσαι χαρούμενος, γιὰ νὰ μὴ φανεῖς στοὺς ἀνθρώπους ὅτι νηστεύεις» (Ματθ. 6, 17).

* * *

«Ἀφοῦ γνωρίσαμε τὴ χάρι τῆς νηστείας, ἅς κάνομε ὅπως διδαχθήκαμε· καὶ ἅς μὴ φαινόμαστε σκυθρωποὶ καὶ λυπημένοι μὲ τὸν ἔρχομό τῆς νηστείας, ἀλλὰ ἅς τὴν περιμένουμε μὲ χαρά, ὅπως ταιριάζει σὲ ἁγίους. Νὰ χαίρεσαι, διότι σοῦ δόθηκε, ἀπὸ τὸν ἰατρὸν Κύριο, φάρμακο κατὰ τῆς ἁμαρτίας. Καὶ τὸ φάρμακο αὐτὸ εἶναι ἡ νηστεία, ἂν πράγματι εἶναι ἄξια τοῦ ὀνόματός της».

(Μέγας Βασίλειος)





Ἡ ἀξία τῆς προσευχῆς

Τί εἶναι προσευχή - Ἡ ἀξία της

Προσευχή εἶναι ἡ στροφή τοῦ νοῦ πρὸς τὸν Θεό. Εἶναι ἡ συνομιλία μὲ τὸν Θεό. Εἶναι ἡ ἔνωσι τοῦ ἀνθρώπου μὲ τὸν Θεό. Ἡ προσευχή εἶναι τὸ ἀνώτερο ἔργο ποὺ μπορεῖ νὰ ἐπιτελέσει ὁ ἄνθρωπος ἐπὶ τῆς γῆς.

- «Προσευχή εἶναι ἡ συνομιλία μὲ τὸν Θεό, ἡ θεωρία τῶν ἀοράτων. Δὲν ὑπάρχει τίποτα ἀνώτερο ἀπὸ τὴν προσευχή» (Γρηγ. Νύσσης).

- «Ἡ προσευχή εἶναι ἔργο ἀγγέλων, ποὺ ξεπερνᾷ καὶ τὴν ἀξία τους. Ἡ προσευχή ἐξομοιώνει τὸν ἄνθρωπο μὲ τοὺς ἀγγέλους καὶ τὸν διαφοροποιεῖ ὅσο τίποτε ἄλλο ἀπὸ τὰ ζῶα» (ἱ. Χρυσόστομος).

- «Ὅπως ἀπ' ὅλες τις αἰσθήσεις ἀνώτερη εἶναι ἡ ὄρασι, ἔτσι καὶ ἀπ' ὅλες τις ἀρετὲς πρὸς θεία καὶ ἱερὰ εἶναι ἡ προσευχή» (Νεῖλος ὁ ἀσκητής).

- «Ἡ προσευχή εἶναι ἔνωσι ἀνθρώπου καὶ Θεοῦ, πηγή ἀρετῶν, τροφή τῆς ψυχῆς, φωτισμὸς τοῦ νοῦ, καθρέφτης πνευματικῆς προόδου.

Ὅπως ὁ στρατιώτης δείχνει τὴν ἀγάπη του στὸν

ἀξιωματικὸ τὴν ὥρα τῆς μάχης, ἔτσι καὶ ὁ Χριστιανὸς δείχνει τὴν ἀγάπη του στὸ Θεὸ τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς» (Ἰω. Κλίμακος).

Ἄν λοιπὸν θέλουμε νὰ ἐλέγξουμε τὴν πνευματικὴ μας πρόοδο καὶ τὴν ἀγάπη μας πρὸς τὸν Θεό, ἄς ἐρευνήσουμε τὸ **πόσο** προσευχόμαστε καὶ τὸ **πῶς** προσευχόμαστε.

Ὁ ἅγ. Γρηγόριος ὁ θεολόγος συνοψίζοντας τὴν ἀξία καὶ τὴν ἀναγκαιότητα τῆς προσευχῆς εἶπε τὸν σπουδαῖο ἐκεῖνο λόγο: «*Μνημονευτέον Θεοῦ μᾶλλον ἢ ἀναπνευστέον*». Δηλαδή πρέπει νὰ σκεφτόμαστε τὸν Θεὸ πιὸ πολὺ παρά νὰ ἀναπνέουμε. Ἡ προσευχὴ εἶναι ἡ **ἀναπνοὴ τῆς ψυχῆς**.

«*Αὐτὸς ποὺ δὲν προσεύχεται καὶ δὲν ἐπιθυμεῖ νὰ συνομιλεῖ συνεχῶς μὲ τὸν Θεό, εἶναι νεκρὸς καὶ ἄψυχος. Ὅλοι οἱ ἄνθρωποι ἔχουμε ἀνάγκη τὴν προσευχὴ περισσότερο ἀπ’ ὅση ἔχουν ἀνάγκη τὰ δένδρα ἀπὸ τὸ νερό*» (ἱ. Χρυσόστομος).

«*Γι’ αὐτό, τὸ πρῶτο μάθημα ποὺ πρέπει νὰ μάθουμε εἶναι ὅτι πρέπει πάντοτε νὰ προσευχόμαστε καὶ νὰ μὴ ἀποκάμνουμε στὴν προσευχὴ. Γιατὶ μὲ τὴν προσευχὴ προσεγγίζουμε τὸν Θεό. Κι ὅποιος εἶναι μαζί μὲ τὸν Θεὸ ἔχει ἀποχωριστεῖ ἀπὸ τὸν διάβολο*», μᾶς λέγει ὁ **Γρηγ. Νύσσης**.

Ἡ προσευχὴ ἀποτελεῖ ὕψιστο **προνόμιο** καὶ **τιμὴ** γιὰ τὸν ἄνθρωπο.

«*Εὐτυχὴς καὶ μακάριος θεωρεῖται ὁποῖος ἀνὰ πάσα στιγμή μπορεῖ νὰ μιᾶ μὲ τὸν ἀνώτατο ἄρχοντα. Ἀνώτερος ὅμως εἶναι αὐτὸς ποὺ συνομιλεῖ μὲ τὸν Θεό*» (ἱ. Χρυσόστομος).

Ἡ δύναμι τῆς προσευχῆς

Ἀμέτρητα εἶναι τὰ παραδείγματα ποῦ φανερώνουν τὴν δύναμι τῆς προσευχῆς.

- Ὁ **Μωσῆς** μετὰ τὴν προσευχὴ του ἄνοιξε τὴν Ἐρυθρὰ θάλασσα καὶ ὁδήγησε μέσα ἀπ' αὐτὴν τὸν λαὸ τοῦ Θεοῦ.

«Στὸν πόλεμο μετὰ τοὺς Ἀμαληκίτες πῶς ἔσωσε τὸν Ἰσραήλ; Παρέδωσε τὰ ὄπλα καὶ τὸ στρατὸ στὸ μαθητὴ του καὶ αὐτὸς ἀντέταξε τὶς προσευχές. Καὶ ὅσο προσευχόταν, νικοῦσε ὁ Ἰσραήλ. Ὅταν σταματοῦσε, νικοῦσε ὁ Ἀμαλήκ. Ἔτσι καὶ ἐμεῖς· ὅταν προσευχόμαστε, νικοῦμε τὸν διάβολο· ὅταν ἀμελοῦμε τὴν προσευχὴ, μᾶς νικᾷ» (ἰ. Χρυσόστομος).

- Ὁ προφήτης **Ἡλίας** «μετὰ τὴν προσευχὴ του ἔκλεισε τοὺς οὐρανούς γιὰ τρία χρόνια καὶ ἕξι μῆνες· καὶ πάλι μετὰ τὴν προσευχὴ ὁ οὐρανὸς ἔρριξε βροχὴ καὶ ἡ γῆ βλάστησε τοὺς καρπούς της» (Ἰακ. 5, 17-18).

- «Ἡ δύναμι τῆς προσευχῆς ἔσβησε τὴν κάμινο τοῦ πυρὸς (τρεῖς παῖδες), ἔκλεισε τὰ στόματα τῶν λιονταριῶν (Δανιήλ), ἄνοιξε τὶς πύλες τοῦ οὐρανοῦ (Ἡλίας), ἀπεμάκρυνε ἀσθένειες, σταμάτησε σεισμούς καὶ τιμωρίες... Καὶ γενικὰ ὅλα τὰ κακὰ τὰ ἐξαφάνισε ἡ προσευχὴ».

- «Μετὰ τὴν προσευχὴ ὁ ἀπ. Παῦλος στοὺς Φιλίππους συγκλόνησε τὴ φυλακὴ καὶ σὰν λιοντάρη ἔσπασε τὶς ἀλυσίδες. Τὸ ἴδιο ἔγινε καὶ μετὰ τὸν ἀπ. Πέτρο. Βγῆκε ἀπὸ τὴν φυλακὴ καὶ χάρις στὴν ἀρετὴ του καὶ γιὰ τὴ σωτηρία τῶν ἀνθρώπων. Περισσότερο ὅμως βγῆκε χάρις στὴν προσευχὴ τῆς Ἐκκλησίας.

Μέγα ὄπλο ἡ προσευχὴ· πλοῦτος ποῦ δὲν ἐξαντλεῖται, λιμάνι χωρὶς κύματα, ρίζα καὶ πηγὴ καὶ μητέ-

ρα ἀπειρών ἀγαθῶν, πιὸ δυνατὴ καὶ ἀπ' αὐτῆ τῆ βασιλικῆ ἐξουσία.

Γιατί ὅταν ἀρρωστήσει ὁ βασιλιάς καὶ καίγεται στὸν πυρετό, ἐνῶ ἔχει δίπλα του γιατρούς, σωματοφύλακες, ὑπηρέτες, στρατηγούς, οὔτε ἡ τέχνη τῶν γιατρῶν, οὔτε ἡ παρουσία τῶν φίλων, οὔτε οἱ ὑπηρεσίες τῶν δούλων, οὔτε τὰ ἄφθονα φάρμακα, οὔτε τὰ ἐκλεκτὰ φαγητά, οὔτε ἡ χρηματικὴ περιουσία, οὔτε κανένα ἄλλο ἀνθρώπινο μέσο ἔχει τὴ δύναμι νὰ τὸν ἀνακουφίσει ἀπὸ τὴν ἀρρώστια πὸ ὑποφέρει.

Ἄν ὅμως ἔλθει κάποιος ἅγιος ἄνθρωπος, πὸ ἔχει παρρησία στὸ Θεὸ καὶ ἀκουμπήσει ἀπλῶς τὸ σῶμα του καὶ ἀναπέμψει θερμὴ προσευχὴ γι' αὐτόν, ἀμέσως ὅλη ἡ ἀρρώστια φεύγει. Καὶ αὐτὸ πὸ δὲν κατάφερε ὁ πλοῦτος, ἡ ἰατρικὴ ἐπιστήμη, τὸ βασιλικὸ ἀξίωμα, αὐτὸ κατορθώνει ἡ προσευχὴ ἐνὸς φτωχοῦ, πολλές φορές, ἀνθρώπου» (ἱ. Χρυσόστομος).

Πνευματικὲς ὠφέλειες ἀπὸ τὴν προσευχὴ

Ἐκτὸς ἀπὸ τὰ θαυμαστὰ ἀποτελέσματα στὰ στοιχεῖα τῆς φύσεως καὶ στὶς σωματικὲς ἀσθένειες, ἡ προσευχὴ θεραπεύει τὴν ψυχὴ ἀπὸ τὰ πάθη, μᾶς συμφιλιώνει μὲ τὸν Θεὸ καὶ συντελεῖ στὴν πνευματικὴ μας πρόοδο.

- «Ὅπως ἡ βροχὴ μαλακώνει τὸ σκληρὸ ἔδαφος καὶ ἡ φωτιὰ τὸ σίδηρο, ἔτσι καὶ ἡ προσευχὴ μαλακώνει τὴ σκληρὴ ψυχὴ ἀπὸ τὰ πάθη» (ἱ. Χρυσόστομος).

- «Ἡ προσευχὴ εἶναι φύλακας τῆς σωφροσύνης (ἀγνότητος), χαλινάρι τοῦ θυμοῦ, καταστέλλει τὴν ὑπερηφάνεια, καθαρίζει ἀπὸ τὴν μνησικακία, διώχνει τὸ φθόνο, ἐξαφανίζει τὸ ἄγχος» (Γρηγ. Νύσσης).

Ἡ προσευχή εἶναι ἀπαραίτητη πρὶν ἀπὸ κάθε πρᾶξι ἢ λόγο μας.

«Ὅσα λέμε ἢ πράττουμε χωρὶς προσευχή, ὕστερα ἀποδεικνύονται ἢ σφαλερὰ ἢ βλαβερά»

(Μᾶρκος ὁ ἀσκητής).

Τὸ δυσκολώτερο ἔργο

Ἄφοῦ ἡ προσευχή εἶναι τὸ ἀνώτερο ἔργο τοῦ ἀνθρώπου, πολεμεῖται, ὅπως εἶναι ἐπόμενο, καὶ περισσότερο ἀπὸ τὸν διάβολο. Γι' αὐτὸ καὶ ἡ προσευχή εἶναι τὸ δυσκολώτερο ἔργο στὴν πνευματικὴ μας ζωὴ.

«Ὁ δαίμονας φθονεῖ πολὺ τὸν ἄνθρωπο ποὺ προσεύχεται καὶ χρησιμοποιεῖ κάθε μέσο γιὰ νὰ παραβλάψει τὸ σκοπὸ του» (Νεῖλος ὁ ἀσκητής).

Ρώτησαν κάποτε τὸν ἀββᾶ Ἁγάθωνα ποιά ἀρετὴ νομίζει πὼς εἶναι ἡ πιὸ δύσκολη.

– Ἡ προσευχή, ἀποκρίθηκε ἐκεῖνος. Ὅταν ποθήσει ἡ ψυχὴ νὰ συνομιλεῖ μὲ τὸν δημιουργό της, ἀγωνίζονται τὰ πονηρὰ πνεύματα νὰ τὴν ἐμποδίσουν, γιατί ξέρουν πὼς δὲν ὑπάρχει πιὸ ἰσχυρὸ ὄπλο ἐναντίον τους ἀπὸ τὴν προσευχή **(Γεροντικό)**.

Γι' αὐτὸ βλέπουμε ὅτι κατὰ τὴν ὥρα τῆς προσευχῆς οἱ δαίμονες μᾶς φέρνουν χίλια δυὸ ἐμπόδια: αἰσθήματα κοπώσεως καὶ νύστας, περισπασμὸ τοῦ νοῦ μὲ ποικίλα προβλήματα κλπ, γιὰ νὰ μᾶς ἐμποδίσουν νὰ προσευχηθοῦμε ὅπως πρέπει.

Πὼς πρέπει νὰ προσευχόμεσθε

Γιὰ νὰ εἶναι ὅμως ἡ προσευχή ἀληθινὴ καὶ εὐάρεστη στὸ Θεό, γιὰ νὰ ἔχει ὅλα τὰ θαυμαστὰ ἀποτελέ-

σματα πού ἀναφέραμε, πρέπει νὰ ἔχει ὀρισμένα γνωρίσματα. Ποιά εἶν' αὐτά;

1. Καρπὸς τοῦ ἁγίου Πνεύματος

Ἡ προσευχή, ὅπως καὶ κάθε ἄλλη ἀρετή, δὲν εἶναι δικό μας κατόρθωμα, ἀλλὰ τοῦ Θεοῦ. Εἶναι καρπὸς τοῦ ἁγ. Πνεύματος. «Πᾶσα δόσις ἀγαθὴ καὶ πᾶν δῶρημα τέλειον ἄνωθέν ἐστίν» (Ἰακ. 1, 17).

Γι' αὐτὸ πρέπει νὰ ζητᾶμε ταπεινὰ ἀπὸ τὸν Χριστό, ὅπως καὶ οἱ μαθητὲς του· «Κύριε, δίδαξον ἡμᾶς προσεύχεσθαι» (Λουκ. 11, 1).

2. Πίστι

Γιὰ νὰ εἰσακούσει ὁ Θεὸς τὴν προσευχή μας, πρέπει νὰ ἔχουμε ἀκράδαντη πίστι ὅτι μπορεῖ νὰ μᾶς δώσει αὐτὸ πού τοῦ ζητᾶμε. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς εἶπε στοὺς μαθητὲς του· «Ἄν ἔχετε πίστι καὶ δὲν ἀμφιβάλετε στὴ δύναμι τοῦ Θεοῦ, μπορεῖτε καὶ στὸ βουνὸ αὐτὸ νὰ πεῖτε· σήκω καὶ πήγαινε στὴ θάλασσα καὶ θὰ γίνῃ· καὶ γενικά, ὅσα ζητήσετε στὴν προσευχὴ μὲ πίστι θὰ τὰ πάρετε» (Ματθ. 21, 21-22).

3. Ἐπιμονή

Πολλὲς φορὲς δὲν πετυχαίνουμε αὐτὸ πού θέλουμε ἀμέσως. Ὁ Θεὸς δοκιμάζει τὴν πίστι μας. Γι' αὐτὸ χρειάζεται νὰ ἐπιμένουμε στὴν προσευχὴ, ὅπως ἡ Χαναναία (Ματθ. 15, 21-28).

«Ἀδελφέ· μὴν ἀφήσεις τὴν προσευχὴ, μέχρι πού νὰ πάρεις αὐτὸ πού θέλεις» (ἱ. Χρυσόστομος).

4. Προσοχή

Γιὰ νὰ προσέξει ὁ Θεὸς τὰ λόγια μας, θὰ πρέπει

πρῶτα ἐμεῖς οἱ ἴδιοι νὰ τὰ προσέχουμε. «*Γιατί ἂν ἐμεῖς ποὺ προσευχόμεσθε δὲν ἀκοῦμε αὐτὰ ποὺ λέμε, πῶς ἔχουμε τὴν ἀξίωσι νὰ τὰ ἀκούει ὁ Θεός; Ἄς πλησιάσουμε μὲ καθαρὴ καρδιά, ὄχι ἀδιάφορα ὅπως πολλοί, ποὺ ἐνῶ ἡ γλῶσσα τοὺς λέει λόγια προσευχῆς, τὸ μυαλό τοὺς γυρίζει στὸ σπίτι, στὴν ἀγορά, στοὺς δρόμους. Αὐτὸ εἶναι κατόρθωμα τοῦ διαβόλου. Ἐπειδὴ ξέρεи ὅτι μὲ τὴν προσευχὴ μπορούμε νὰ ἐπιτύχουμε ἄφεσι ἁμαρτιῶν, γι' αὐτὸ ἐπιτίθεται, ὥστε νὰ σκορπίσει τὴ σκέψι μας καὶ νὰ φύγουμε ζημιωμένοι μᾶλλον παρὰ κερδισμένοι» (ἱ. Χρυσόστομος).*

Γι' αὐτὸ καὶ στὴν Ἐκκλησία ἀκοῦμε διαρκῶς προτροπὲς γιὰ προσοχή· «*Πρόσχωμεν!*» «*Πᾶσαν τὴν βιοτικὴν ἀποθώμεθα μέριμναν*» κ.ἄ.

Ὁ ἅγ. Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς πρὶν ἀρχίσει νὰ προσεύχεται ἔλεγε· «*Κύριε, ἐπισυνάγαγε (συγκέντρωσε) τὸν διεσκορπισμένον μου νοῦν καὶ φώτισόν μου τὸ σκότος*».

«*Ἐκεῖνος ποὺ ἔχει συμμαζεμένο τὸν νοῦ του ὅταν προσεύχεται, καὶ προσέχει αὐτὰ ποὺ λέει, ἀπομακρύνει μὲ τὴ φλόγα τῆς προσευχῆς του τοὺς δαίμονες*»

(Ἐφραίμ ὁ Σύρος).

5. «Ἐκ βαθέων»

Δὲν φτάνει ὅμως νὰ προσέχει μόνο τὸ μυαλό μας αὐτὰ ποὺ λέμε. Πρέπει νὰ συμμετέχει καὶ ἡ καρδιά.

«*Ἐκ βαθέων ἐκέκραξά σοι, Κύριε Κύριε, εἰσάκουσον τῆς φωνῆς μου*» (Ψαλμ. 129, 1), ἔλεγε ὁ Δαβίδ.

«*Λέγοντας προσευχή, δὲν ἐννοῶ αὐτὴν ποὺ γίνεται τυπικὰ καὶ ἀδιάφορα, ἀλλ' αὐτὴν ποὺ γίνεται “μετ' ἐκτενείας”.* Μὲ ψυχὴ ποὺ πονάει καὶ μὲ διάνοια συγ-

κεντρωμένη. Διότι αυτή ή προσευχή είναι εκείνη που ανεβαίνει στον ούρανό» (Ι. Χρυσόστομος).

Πώς όμως ή προσευχή μας θα γίνει θερμή και ζωντανή;

Ό ιερός Χρυσόστομος απαντά:

α) Όταν γίνεται κάτω από τὸ βάρος μιᾶς **θλίψεως**. «Εἶναι γεγονός πὼς ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου, ὅσο ἀπολαμβάνει ἀνέσεις, σκορπίζεται δεξιά καὶ ἀριστερά. Όταν ὁμως τὸν στενοχωρήσει ἓνα πρόβλημα, τότε κάτω ἀπὸ τὴν πίεσι αὐτὴ ἀναπέμπει καθαρὲς καὶ θερμὲς προσευχὲς πρὸς τὸν οὐρανό».

Όλοι μπορούμε νὰ βεβαιώσουμε ὅτι τὶς πιὸ θερμὲς προσευχὲς μας τὶς κάναμε ὅταν περνούσαμε μιὰ ἀρρώστια, μιὰ ἀγωνία, μιὰ δοκιμασία.

β) Τὸ δεύτερο πὸ συντελεῖ στὴν θερμὴ προσευχή εἶναι ἡ ἀνάμνησι τῶν ἁμαρτιῶν μας, ὅπως συνέβη στὸν ἐκ δεξιῶν τοῦ Χριστοῦ ληστή.

γ) Καὶ τέλος, ἡ νηστεία. «Πάντοτε εἶναι μεγάλη ἡ δύναμι τῆς προσευχῆς· ὅταν ὁμως συνοδεύεται καὶ μὲ νηστεία, γίνεται ἀκόμα πιὸ δυνατὴ».

Γιατί ὁ Θεὸς δὲν ἀπαντᾷ στὶς προσευχὲς μας

Ένα μεγάλο ἐρώτημα πὸ μᾶς βασανίζει πολλές φορές εἶναι, γιατί ὁ Θεὸς δὲν μᾶς δίνει ἢ καθυστερεῖ νὰ μᾶς δώσει, αὐτὸ πὸ τοῦ ζητᾶμε. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς διαβεβαιώνει. «Ζητᾶτε ἀπὸ τὸν Θεὸ καὶ θὰ σᾶς δοθεῖ· ψάξτε καὶ θὰ βρεῖτε· κτυπᾶτε καὶ θὰ σᾶς ἀνοίξει» (Ματθ. 7, 7).

Γιατί τότε οἱ προσευχὲς μας δὲν εἰσακούονται;

Οἱ πατέρες τῆς Ἐκκλησίας μὲ τὴν πνευματικὴ

τους πείρα και στηριζόμενοι σέ παραδείγματα από την Άγία Γραφή δίνουν συνοπτικά τις ακόλουθες απαντήσεις.

α) Για να δοκιμάσει την πίστι μας (Ο Ίσαάκ προσευχόταν 20 χρόνια για να λυθεί ή στείρωσι της γυναίκας του Ρεβέκκας). Ή για να φανερωθεί ή πίστι μας (Χαναναία).

β) Για να εκτιμήσουμε αυτό που θα μᾶς δώσει, και να το φυλάξουμε με προσοχή.

γ) Η αναβολή προμηνύει μεγαλύτερο δῶρο. (Η άγια Μόνικα ζητούσε επί 18 χρόνια να μετανοήσει ο γιός της ο Αύγουστίνος, και τελικά έγινε άγιος).

δ) Γιατί αυτό που ζητούμε δεν μᾶς ὠφελεῖ. Ο άπ. Παύλος ζητούσε συνεχῶς από τον Θεό να τον απαλλάξει από τον βασανιστικό «σκόλοπα», άλλ' αυτός δεν άκουσε την προσευχή του.

Πολλές φορές τὸ να μὴ πάρουμε αυτό που ζητούμε εἶναι πιὸ ὠφέλιμο από τὸ να τὸ πάρουμε. Ο Θεὸς γνωρίζει ποιὸ εἶναι τὸ πραγματικό μας συμφέρον.

ε) Ἀναβάλλει να μᾶς δώσει αυτό που ζητούμε, για να μᾶς ἔχει συνεχῶς κοντά του με την προσευχή. Ἐπειδὴ πολλές φορές, ἀφοῦ πάρουμε αυτό που ζητούμε, σταματᾶμε να ἔχουμε προθυμία στην προσευχή (ί. Χρυσόστομος).

Τελικά, τὸ να προσευχόμαστε θερμὰ μέρα και νύκτα και να εἴμαστε σέ διαρκή ἐπικοινωνία με τὸν Θεό, ἀξίζει περισσότερο ἀπ' αυτό που ζητούμε να μᾶς δώσει. «Γιατί τί ἄλλο εἶναι ἀνώτερο από την συναναστροφή με τὸν Θεό;» (Νεῖλος ὁ ἀσκητής).

Γι' αυτό ἄς μὴ ὀλιγοψυχοῦμε ἂν δεν παίρνουμε αυτό που ζητούμε. Ἄς μάθουμε να εὐχαριστοῦμε τὸν

Θεὸ ὄχι μόνο ὅταν παίρνομε ἀλλὰ καὶ ὅταν δὲν παίρνομε· διότι *«ἀμφοτέρωτα χρησίμως ποιεῖ (καὶ τὰ δύο τὰ κάνει γιὰ τὸ καλὸ μας)»*.

Ἀδιαλείπτως προσεύχεσθε

Ὅπως εἶπαμε στὴν ἀρχή, ἡ προσευχὴ εἶναι ἡ ἀναπνοὴ τῆς ψυχῆς. Καὶ ὅπως τὸ σῶμα ἔχει ἀνάγκη συνεχῶς νὰ ἀναπνέει, ἔτσι καὶ ἡ ψυχὴ ἔχει ἀνάγκη συνεχῶς νὰ προσεύχεται. Ὁ ἀπ. Παῦλος τονίζει τὴν ἀλήθεια αὐτὴ μὲ τὸν σπουδαῖο ἐκεῖνο λόγο: *«Ἀδιαλείπτως προσεύχεσθε» (Α΄ Θεσ. 5, 17)*.

Ψυχὴ ποὺ προσεύχεται εἶναι ζωντανή. Ψυχὴ ποὺ δὲν προσεύχεται εἶναι νεκρή. Ἄς μὴ φανεῖ αὐτὸ ὑπερβολικό. Ὅταν ἓνας νέος αἰσθάνεται μέσα τοῦ ἀγάπη καὶ ἔρωτα ἀγνὸ γιὰ μιὰ κοπέλλα, τὴν σκέφτεται διαρκῶς, μέρα καὶ νύκτα. Μπορεῖ νὰ κάνει ὅ,τιδήποτε. Τὸ μυαλό του ὅμως εἶναι συνεχῶς προσκολλημένο στὸ πρόσωπο ποὺ ἀγαπᾷ. Τί τὸ παράξενο λοιπὸν γιὰ μιὰ ψυχὴ, ποὺ ἀγαπᾷ τὸ Χριστὸ καὶ αἰσθάνεται *«θεῖον ἔρωτα»*, νὰ θέλει συνεχῶς νὰ σκέφτεται καὶ νὰ συνομιλεῖ μ' Αὐτόν;

Μιὰ σύντομη, εὐκόλη καὶ περιεκτικὴ προσευχὴ ποὺ μᾶς παρέδωσαν οἱ Πατέρες, μὲ τὴν ὁποία προσεύχονται πολλοὶ χριστιανοί, εἶναι τὸ *«Κύριε, Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με»*.

Ἡ ἀδιάλειπτη ἐπανάληψι τῆς προσευχῆς αὐτῆς φωτίζει τὸν νοῦν, θερμαίνει τὴν καρδιά, ἐνισχύει τὴν θέλησι καὶ διώχνει τὸν διάβολο καὶ ὅλες τὶς πονηρές, μάταιες καὶ βλάσφημες σκέψεις ποὺ μᾶς φέρνει.

* * *

Ἐφοῦ λοιπὸν ἡ προσευχὴ εἶναι τόσο σπουδαῖο ἔρ-

γο και μητέρα ὄλων τῶν ἀρετῶν, ἅς προσπαθήσουμε νὰ τὴν αὐξήσουμε και νὰ τὴν κάνουμε θερμότερη. Καὶ ἅς μὴ φέρνουμε δικαιολογία τὶς πολλές μας ἀσχολίες· γιατί τίποτα δὲν εἶναι ἀνώτερο ἀπ' αὐτήν. Ἐξάλλου ὑπάρχουν ἄνθρωποι μὲ πολὺ περισσότερες φροντίδες, ποὺ ἀφιερώνουν πολὺ χρόνο στὴν προσευχή.

Χαρακτηριστικὸ εἶναι τὸ παράδειγμα τοῦ βασιλιᾶ Δαβίδ. Ὅπως παρατηρεῖ ὁ ἱερός Χρυσόστομος:

«Ἐνῶ ἦταν βασιλιᾶς, μὲ τόσες φροντίδες, κυβερνοῦσε λαοὺς και πόλεις, τὸν ἀπασχολοῦσαν ἀναρίθμητες ὑποθέσεις ποὺ δὲν τὸν ἄφηναν οὔτε μιὰ στιγμή νὰ ἀναπνεύσει, πόλεμοι, ἐπαναστάσεις, ἀνταρσίες..., ἐν τούτοις αὐτὸς ὄχι μόνο τὶς μέρες ἀλλὰ και τὶς νύκτες πρόσθετε στὶς προσευχές του. “Μεσονύκτιον ἐξηγειρόμην τοῦ ἐξομολογεῖσθαί σοι ἐπὶ τὰ κρίματα τῆς δικαιοσύνης σου” (Ψαλμ. 118, 62).

Ἄν λοιπὸν αὐτὸς, μὲ ὄλες τὶς φροντίδες, οὔτε νύκτα δὲν ἠσύχαζε ἀλλὰ ἔκανε τὶς προσευχές του μὲ μεγαλύτερη προθυμία και προσοχή ἀπὸ τοὺς μοναχοὺς ποὺ ζοῦν στὰ ὄρη, ποιά δικαιολογία ἔχουμε ἐμεῖς πού, ἐνῶ ζοῦμε μὲ ἄνεσι, ὄχι μόνο τὴ νύκτα δὲν προσευχόμαστε, ἀλλὰ οὔτε και τὴν ἡμέρα δὲν κάνουμε ὅπως πρέπει τὶς προσευχές μας;».



«Κύριε, Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με».

Οἱ ἐνδιαφερόμενοι γιὰ τὴν ἀπόκτησή του νὰ τηλεφωνήσουν στὸ τηλ.: 2310212659 σὲ ὄρες γραφείου.