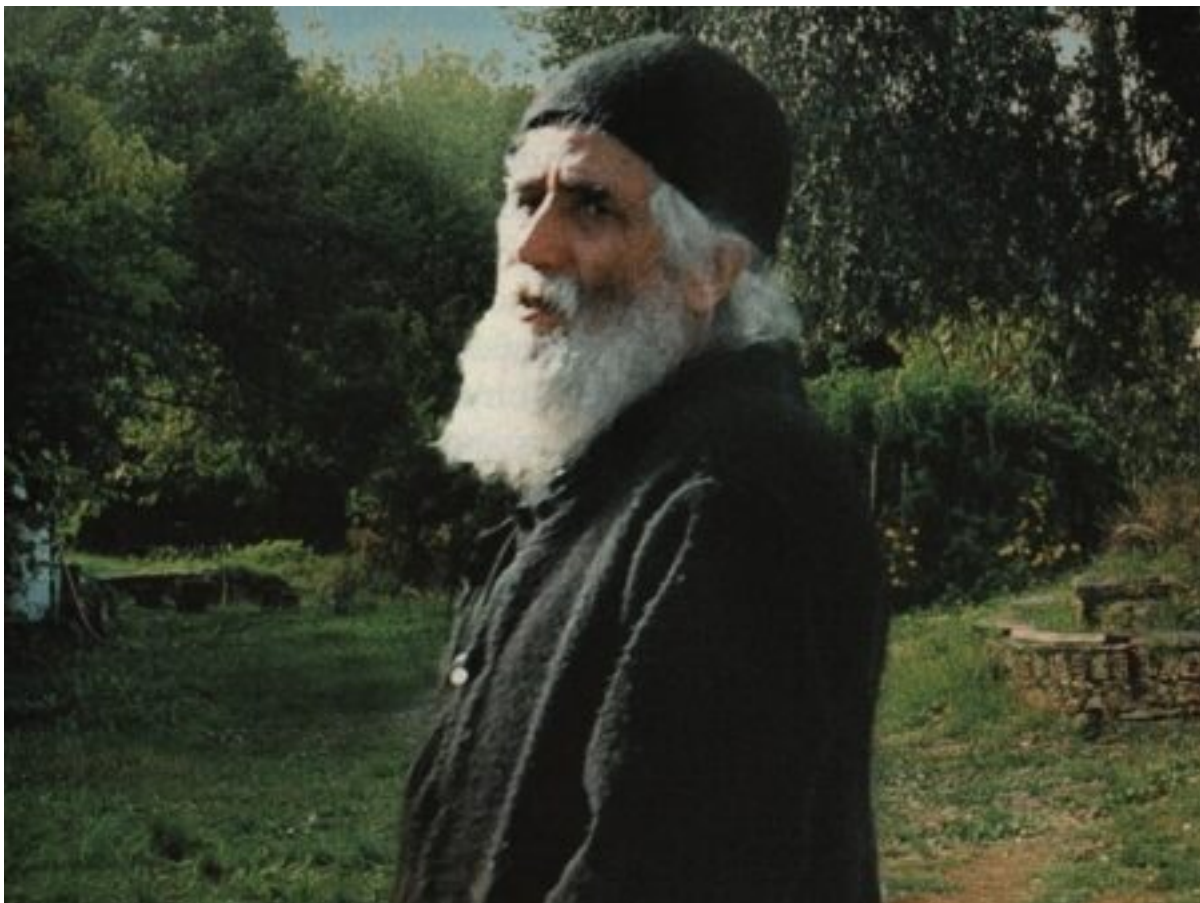


17 Μαΐου 2022

Όσιος Παΐσιος, Να λέμε την ευχή ψιθυριστά ή με ΤΟΝ ΝΟΥ;

/ Αγίων και Γερόντων παραινέσεις



Όσιος Παΐσιος Αγιορείτης (1924-1994).

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

Γέροντα, πως είναι καλύτερα να λέω την ευχή; Φωναχτά, ψιθυριστά η 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 λήη κανείς και ψιθυριστά, σαν μια προπαίδεια.

Μπορείς να αρχίζης να την λες ψιθυριστά, να συνεχίζης με τον νου και ύστερα πάλι ψιθυριστά και πάλι με τον νου. Να κάνης αυτήν την εναλλαγή, μέχρι να καταλήξη 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 διώχνης 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 γλυτώση κανείς από την εχθρική φάλαγγα.

Γέροντα, συμφέρει, όταν μου έρχονται κακοί η βλάσφημοι λογισμοί, να τους πολεμώ με αντιρρητικό πόλεμο;

- Καλύτερα να τους πολεμάς με την ευχή παρά με αντιρρητικό πόλεμο. Όσο μπορείς, να μιλάς νοερώς με τον Χριστό διά της νοεράς προσευχής, και να μη συζητάς με τον νου σου «τούτο» η «εκείνο». Να καλλιεργήσης την ευχή, η οποία αρχικά θα σε απαλλάξη από τους κακούς λογισμούς και στο τέλος θα γίνη ένα με την αναπνοή σου.

[...]

Η εξωτερική συνήθεια της ευχής

Γέροντα, μπορεί κάποιος να λήη την ευχή συνέχεια ψιθυριστά;

- Μπορεί να του έχη γίνει εξωτερική συνήθεια και να την λήη ρυθμικά, όπως το ρολόι κάνει τικ-τακ, αλλά ο νους του να μην είναι στον Θεό.

Ωφελεί, Γέροντα, καθόλου αυτό;

- Αν κανείς έχει λίγη ταπείνωση και καταλαβαίνει ότι ο νους του δεν είναι στον Θεό και ότι την ευχή την λέει μηχανικά, τότε ωφελείται λίγο. Αν όμως νομίζει ότι, επειδή λέει την ευχή, είναι προχωρημένος πνευματικά, τότε βλάπτεται.

Γέροντα, αν κάποιος συνηθίσει να λέει συνέχεια την ευχή, αυτό τον βοηθάει στον αγώνα του;

- Το θέμα είναι για ποιόν λόγο λέει την ευχή. Αν έχει γνωρίσει τον εαυτό του και αισθάνεται ως ανάγκη το έλεος του Θεού και το ζητάει συνέχεια λέγοντας την ευχή, βοηθιέται. Ή, αν δεν έχει γνωρίσει τον εαυτό του, αλλά καταλαβαίνει ότι είναι μπλεγμένος στα γρανάζια των παθών και καταφεύγει στον Θεό, και τότε ο Θεός θα τον βοηθήσει στον αγώνα του και θα του μείνει και η συνήθεια να λέει την ευχή. Αν όμως λέει την ευχή μηχανικά, χωρίς συναίσθηση των αμαρτιών του, αυτό δεν μπορεί να βοηθήσει στην απέκδυση του παλαιού ανθρώπου.

Μπορεί, Γέροντα, να είναι και επικίνδυνο να επιδιώκει κανείς να συνηθίσει να λέει την ευχή;

- Επικίνδυνο είναι, όταν κανείς εγκαταλείπει την παρακολούθηση του εαυτού του και ασχολείται με την ευχή σαν να είναι κάτι της μόδας. Αυτός μπορεί να αποκτήσει την συνήθεια της ευχής, αλλά μέσα του θα ζήσει ο παλαιός άνθρωπος, και υπάρχει κίνδυνος να επακολουθήσει πλάνη.

Θυμάμαι, όταν ήμουν στο Σανατόριο, νοσηλεύοταν εκεί ένας μοναχός που είχε συνηθίσει να λέει την ευχή. Έκλεινε τα μάτια του και έλεγε συνέχεια: «Κύριε Ιησού Χριστέ...», «Κύριε Ιησού Χριστέ...». Μία επισκέπτρια που τον είδε, άρχισε να σταυροκοπιέται. «Ω, είπε, κοντά σε άγιο βρισκόμαστε!».

Μια μέρα όμως αυτός ο μοναχός μου είπε: «Τον τάδε και τον τάδε τους ήλεγξα. Έγραψα γράμμα και στον τάδε Δεσπότη και στον τάδε, να αλλάξουν μυαλά, κι εγώ θα είμαι στο πλευρό τους». «Για στάσου, βρε αδελφέ, του λέω. Αγράμματος είσαι, φυματίωση έχεις, πού στηρίζεσαι και μιλάς έτσι;». Και τι μου απαντά! «Ένας-δυο αν υπήρχαν σαν κι εμένα, θα είχε σωθή ο κόσμος!».

Αν δεν ήταν καλά στο μυαλό, θα ήταν δικαιολογημένος· αλλά το μυαλό του ήταν εντάξει. Επειδή ζόριζε τον εαυτό του και έλεγε συνέχεια την ευχή, του έμεινε η συνήθεια και μετά κάθε λογισμός που του ερχόταν νόμιζε ότι ήταν από τον Θεό. Έτσι έφθασε στο σημείο να πιστεύει ότι σαν αυτόν δεν υπήρχε κανένας άλλος στον κόσμο!

Από το βιβλίο του Γέροντος Παΐσιου Αγιορείτου (νυν οσίου Παΐσιου), «Περί Προσευχής», Λόγοι στ', έκδοση Ιερού Ησυχαστηρίου «Ευαγγελιστής Ιωάννης ο Θεολόγος», Σουρωτή Θεσσαλονίκης.

<https://bit.ly/3FSaIHU>