



Όλη η

βάση που γίνεται η ευχή είναι να πονάει ο άνθρωπος. Αν δεν πονάει, μπορεί να κάθεται ώρες με το κομποσχοίνι και η προσευχή του να μην έχει κανένα αποτέλεσμα.

Αν υπάρχει πόνος για το θέμα για το οποίο προσεύχεται, ακόμη και με έναν αναστεναγμό κάνει καρδιακή προσευχή.

Πολλοί, όταν την στιγμή που τους ζητούν οι άλλοι να προσευχηθούν δεν έχουν χρόνο, προσεύχονται με έναν αναστεναγμό για το πρόβλημά τους. Δεν λέω να μην κάνει κανείς προσευχή, αλλά, αν τυχόν δεν υπάρχει χρόνος, ένας αναστεναγμός για τον πόνο του άλλου είναι μια καρδιακή προσευχή· ισοδυναμεί δηλαδή με ώρες προσευχής.

Διαβάζεις λ.χ. ένα γράμμα, βλέπεις ένα πρόβλημα, αναστενάζεις και μετά προσεύχεσαι. Αυτό είναι μεγάλο πράγμα! Πριν πιάσεις το ακουστικό, πριν ακόμα καλέσεις, σε ακούει ο Θεός! Και το πληροφορείται ο άλλος. Να δείτε πως οι δαιμονισμένοι καταλαβαίνουν τότε κάνω προσευχή γι' αυτούς και φωνάζουν όπου κι αν βρίσκονται!

Η πραγματική προσευχή ξεκινάει από έναν πόνο· δεν είναι ευχαρίστηση, «νιρβάνα». Τι πόνος είναι; Βασανίζεται με την καλή έννοια ο άνθρωπος. Πονάει, βογκάει, υποφέρει, όταν κάνει προσευχή για οτιδήποτε.

Ξέρετε τι θα πει υποφέρει; Ναι, υποφέρει, γιατί συμμετέχει στον γενικό πόνο του κόσμου ή στον πόνο ενός συγκεκριμένου ανθρώπου. Αυτήν την συμμετοχή, αυτόν τον πόνο, τον ανταμείβει ο Θεός με την θεία αγαλλίαση. Δεν ζητάει βέβαια ο άνθρωπος την θεία αγαλλίαση, αλλά η θεία αγαλλίαση έρχεται ως συνέπεια, επειδή συμμετέχει στον πόνο του άλλου.

*Απόσπασμα από το βιβλίο: "Λόγοι Γέροντος Παϊσίου Αγιορείτου Στ': Περί προσευχής"*

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