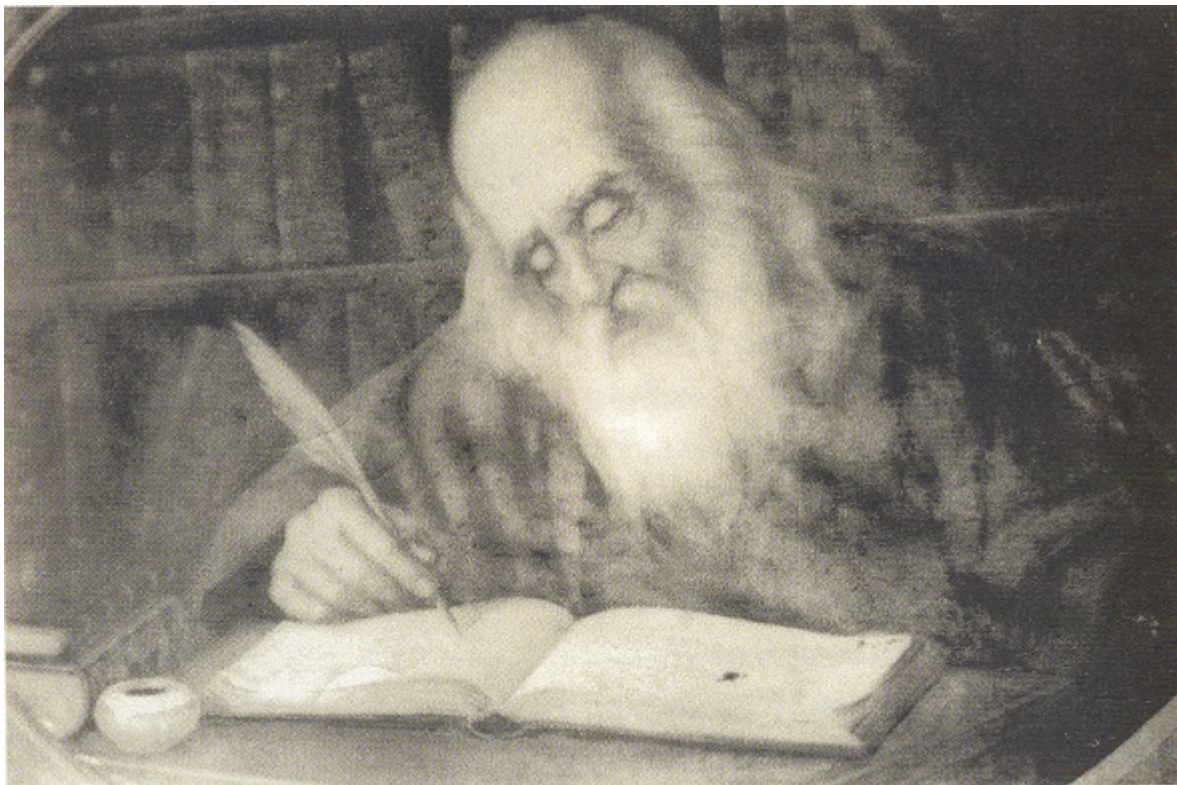


## Ποια είναι τα είδη και τα φτερά της Προσευχής (1ο Μέρος)

[/ Πεμπτουσία](#)



Δεχθείτε, λοιπόν, μ' ευχαρίστηση και υποδεχθείτε, ό-λοι εσείς οι εν Χριστώ αδελφοί μου, που αποτελείτε το οικουμενικό ποίμνιο του Χριστού, και εγκολπωθείτε αυ-τές τις θεολογικές, ικετήριες και κατανυκτικές ευχές και προσευχές· λάβετε αυτή την ανθοφόρα και κρινοφόρα τροφή, στην οποία μπορείτε να εντρυφείτε, να χαίρεστε και να τρέφεστε αχόρταστα, σαν να βρίσκεστε σε κάμ-πους ανθισμένους, σε χλοϊσμένους λειμώνες, σε δροσερά λιβάδια, σε βοσκοτόπια που τρέφουν τις ψυχές, σε μοσχοβολημένα δροσερά χορτάρια. Διότι σ' αυτές τις ιερές προσευχές θα βρείτε πολύ πλούσια και, όπως χρειάζεται, τα τέσσερα ιδιώματα ή μέρη, που περιέχει κάθε τέλεια Προσευχή, δηλαδή: α) τη δοξολογία, β) την ευχαριστία, γ) την εξομολόγηση και δ) την αίτηση.



Για τα δύο από αυτά τα τέσσερα είδη μας μιλάει ο μέγας Βασίλειος, λέγοντας: «Δύο είναι οι τρόποι της προσευχής, αγαπητέ μου: ο πρώτος είναι της

δοξολογίας, με ταπεινοφροσύνη· κι ο δεύτερος, που ακολουθεί μετά, είναι των αιτημάτων μας. Έτσι, λοιπόν, όταν προσεύχεσαι, μην πας κατ' ευθείαν στα αιτήματα, διότι εκθέτεις μ' αυτό τον τρόπο τη διάθεση σου, ότι δηλαδή κάποια ανάγκη σε υποχρεώνει να προσευχηθείς στο Θεό» (Ασκητ. διατάξεις, κεφ. α'). Για τ' άλλα δύο είδη μας μιλάει ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος, όταν γρά-φει: «Πριν απ' όλα, όταν αρχίζουμε την προσευχή μας, πρέπει να βάλουμε πρώτη την ειλικρινή ευχαριστία μας, και ύστερα την μετάνοια και την πραγματική συντριβή της ψυχής μας· κατόπιν, μπορούμε να παρουσιάσουμε στον Παμβασιλέα αυτό που θέλουμε να του ζητήσουμε. Αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος της Προσευχής, όπως ακριβώς και φανερώθηκε από Άγγελο Κυρίου σε κά-ποιον αδελφό μας» (Λόγ. κη'. Περί Προσευχής).

Έτσι, με τη δοξολογία θα δοξάζετε τον άναρχο Πα-τέρα, τον συνάναρχον Υιό και το Πανάγιο και συναΐδιο Πνεύμα, την υπερούσια και αδιαίρετη Τριάδα, τον μονα-δικό Θεό μας, καθώς και την υπέραγνη και υπεράμωμη Μητέρα του Θεού μας. Με την ευχαριστία θα ευχαρι-στείτε τον Θεό για τις ευεργεσίες και τις χάρες που σας έκαμε, κρυφές και φανερές, ψυχικές και σωματικές, στο παρελθόν, στο παρόν, και κείνες που θα σας κάμει στο μέλλον, Με τη μετάνοια θα εξομολογείστε στο Θεό, με συντριβή καρδιάς και πραγματική κατάνυξη, όλες τις α-μαρτίες που έχετε διαπράξει, είτε με την πράξη είτε με τη σκέψη. Κατόπιν, με την αίτηση θα ζητάτε από το Θεό να σας ελεήσει και να σας συγχωρήσει τις αμαρτίες σας, να σας φυλάξει από κάθε ορατό εχθρό και αόρατο, και να σας χαρίσει τα εγκόσμια και υπερκόσμια αγαθά του.

Κ' επειδή η συντριβή της καρδιάς, η κατάνυξη και τα δάκρυα είναι τα φτερά της θείας Προσευχής, με τα ό-ποια εκείνη ανεβαίνει στους ουραμούς και φτάνει στ' αυ-τιά του Κυρίου Σαβαώθ (διότι, καθώς είπε ο άγιος Ιε-ρώνυμος, η μεν προσευχή μόνο πραΐνει το Θεό, αλλά το δάκρυο τον αναγκάζει να ελεήσει τον προσευχόμενο), γι' αυτό, σαν σε μικρό Παράρτημα, σημειώνουμε εδώ, για τους αναγνώστες των Ιερών τούτων προσευχών, ότι αυτή τη συντριβή της καρδιάς, την κατάνυξη και τα δά-κρυα που μας έρχονται στην προσευχή, μπορούμε να τ' αποκτήσουμε:

α) Με το φόβο από την παρουσία του Θεού, που γεν-νιέται όταν ο άνθρωπος συλλογιστεί ότι ο Θεός είναι πα-ρών, τον βλέπει και τον ακούει· και ότι εκείνος μεν που προσεύχεται είναι από φυσικού του σκέτος πηλός, ένα α-σήμαντο σκουλήκι, ένα τίποτε, όταν συγκριθεί με το Θεό· ενώ ο Θεός, που εμπρός του στέκεται και προσεύ-χεται, είναι ο Παντοδύναμος Δημιουργός και Κύριος των πάντων είναι από φυσικού του άπειρος και τέλειος σε όλα, ένας υπερούσιος και ακατάληπτος Βασιλέας. Γι' αυτό και ο μέγας Βασίλειος, όταν ρωτήθηκε πως

μπορεί κανείς να κατορθώσει, ώστε να κρατήσει στην προσευχή το νου του αμετεώριστο, αποκρίθηκε: «Να σκέφτεται συνεχώς ότι ο Θεός είναι μπροστά του. Διότι, αν, όταν κάποιος βρίσκεται μ' έναν άρχοντα -είτε είναι απλώς μπροστά του είτε συνομιλεί μαζί του- έχει τα μάτια του ανοιχτά και αμετεώριστα, πόσο μάλλον όταν βρίσκεται μπρος στο Θεό και προσεύχεται, οπού βέβαια θα 'χει το νου του αμετακίνητο σ' Εκείνον, που εξετάζει και βλέπει μέσα μας καθαρά "καρδίας και νεφρούς"; Κι αυτά, σύμφωνα με το λόγο της Γραφής, πως πρέπει να σηκώ-νουμε τα καθαρά χέρια σε προσευχή, δίχως οργή και άλλους διαλογισμούς» (Όροι κατ' επιταγήν, σα'). Και ο ίδιος, πάλι, σε άλλο σημείο, λέγει: «Και πρέπει να προσ-ευχόμεσθε χωρίς ραθυμία, και δίχως μετεωρισμό του νου πότε από δω και πότε από κει· γιατί αυτός που προσεύχεται μ' αυτό τον τρόπο, όχι μονάχα δεν θα λάβει εκείνο που ζητάει, αλλά θα εξοργίσει περισσότερο τον Κύριο. Διότι, αν κάποιος βρίσκεται μπρος σ' έναν άρχον-τα και κουβεντιάζει μαζί του, στέκεται εμπρός του με φό-βο, έχοντας αμετεώριστα και τα εξωτερικά μάτια, μα και τα εσωτερικά της ψυχής, για να μην κινδυνέψει, πό-σο μάλλον πρέπει να στέκεται με φόβο και τρόμο μπρο-στά στο Θεό, έχοντας έντονα στραμμένο το νου του σ' Εκείνον μονάχα και σε τίποτε άλλο;» (Ασκητ. διατά-ξεις, κεφ. α').

β) Η συντριβή και η κατάνυξη στην προσευχή γεν-νιέται από την ταπεινοφροσύνη και από τη σκέψη ότι ε-κείνος, που προσεύχεται μπρος σ' έναν τόσο παντοδύνα-μο Θεό, δεν είναι παρά ένα τιποτένιο σκουλήκι, μα είναι ωστόσο -και με τη θέληση του- κι' ένας φταίχτης και παραβάτης των θείων εντολών είναι ένας εχθρός του Θε-ού και μεγαλύτερος απ' όλους τους αμαρτωλούς, και δεν είναι άξιος ούτε το στόμα του ν' ανοίξει και να προσευ-χηθεί μπροστά στο Θεό. Γι' αυτό κ' έχουμε τον μέγα Βασίλειο, από τη μια μεριά, να λέει: «όταν δοξολογήσεις με λόγια της Γραφής, όπως μπορείς, και αναπέμψεις αίνο προς τον Θεό, τότε άρχισε με ταπεινοφροσύνη να λες με δικά σου λόγια: «εγώ, Κύριε, δεν είμαι καθόλου άξιος να σου μιλήσω, γιατί είμαι πάρα πολύ αμαρτω-λός». Ακόμη κι αν δεν αναγνωρίζεις κάτι κακό στον εαυτό σου, έτσι πρέπει να λες, διότι κανείς δεν είναι αναμάρτητος, παρά μονάχα ο Θεός. Κι ενώ αμαρτάνουμε σε πολλά, τα περισσότερα από αυτά ούτε καν τ' αντιλαμβα-νόμαστε» (Ασκητ. διατάξεις, κεφ. α'). Και από την άλ-λη μεριά, ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακας μας συμβου-λεύει: να μη στέκεσαι με παρρησία και θάρρος (στην προσευχή δηλαδή), «ακόμη κι αν έχεις καθαρότητα, μα να προσέρχεσαι με πολλή ταπεινοφροσύνη, και τότε θα σταθείς με περισσότερη παρρησία. Και όταν ακόμη έ-χεις ανεβεί όλη την κλίμακα των αρετών, να προσεύχε-σαι για την συγχώρεση των αμαρτιών σου, ακούοντας και τον απόστολο Παύλο, όταν μιλάει για τους αμαρτω-λούς, να βροντοφωνάζει, «ανάμεσα στους οποίους εγώ είμαι ο πρώτος» (Λόγος κη', Περί Προσευχής). Γιατί, αν τύχει και προσευχηθεί ο άνθρωπος χωρίς αυτή τη συνεί-δηση πως είναι αμαρτωλός, η προσευχή του δεν γίνεται δεκτή από τον Θεό. Το λέγει και ο άγιος Ισαάκ, με τού-τα

τα λόγια: «κάποιος Άγιος έγραψε, πως οποίος δεν λογαριάζει αμαρτωλό τον εαυτό του, η προσευχή του δεν είναι ευπρόσδεκτη στον Κύριο» (Επιστ. δ'). Και τούτο γίνεται φανερό από την παραβολή του Τελώνου και του Φαρισαίου, όπου, ο μεν Τελώνης που λογάριασε αμαρ-τωλό τον εαυτό του δικαιώθηκε, ενώ κατακρίθηκε ο Φαρισαίος που πίστεψε τον εαυτό του για δίκαιο.