

## Ποια είναι τα είδη και τα φτερά της Προσευχής (2ο Μέρος)

[/ Πεμπτουσία](#)



γ) Η κατάνυξη και τα δάκρυα στην προσευχή γεν-νιούνται όταν ο άνθρωπος προσεύχεται με σύνεση, και δεν λέγει άλλα με το στόμα και άλλα μελέτα με το νου του, αλλά ο νους του είναι αφοσιωμένος ολωσδιόλου στα λεγόμενα, κι έτσι εννοεί και γεύεται ολη τους την ποιό-τητα, όπως ακριβώς γίνεται με τη γεύση που αισθάνεται και κατά κάποιο τρόπο συλλειτουργεί με την ποιότητα του φαγητού. Γι' αυτό και ο μέγας Βασίλειος, ερμηνεύ-οντας το ρητό «ψάλατε συνετώς», λέγει; «όταν κάποιος που προσεύχεται βάλει τη διάθεση της ψυχής μαζί με τη δύναμη των λόγων της προσευχής, όπως ακριβώς βάζει μαζί με την ποιότητα του κάθε φαγητού τη διάθεση της γεύσεως, αυτός έχει εφαρμόσει εκείνη την εντολή που λέγει «ψάλατε συνετώς»» (Όροι κατ' επιτομήν, σοθ').



Πηγή: <http://inagdimitriou.blogspot.gr/>

Παράλληλα με τούτα τα λόγια είναι κι εκείνα του αγίου Ιωάννου της Κλίμακος, ο οποίος αναφέρει: «εσύ ν' α-γωνίζεσαι ν' αναφέρεις στο Θεό, μάλλον δε ν' αποκλείεις την έννοια των λεγομένων στα ρήματα της προσευχής· και αν τύχει εκείνη να κουραστεί ως νήπιο και να πέ-σει, εσύ ανάλαβε την πάλι και ανέβασε τη στο θρόνο του Θεού· γιατί ξέρουμε πως χαρακτηριστικό του νου είναι η αστάθεια, ενώ του Θεού είναι το να μπορεί όλα να τ' ανορθώνει» (Λόγος κη').

δ) Η κατάνυξη και τα δάκρυα γεννιούνται στην προσ-ευχή, όταν εκείνος που προσεύχεται, δεν νομίζει πως τα λόγια της προσευχής τα είπε κάποιος άλλος, ή πως έχουν γραφεί για κάποιον άλλον άνθρωπο, αλλά πως έ-χουν γραφεί για κείνον, και αυτός ακριβώς είναι που τα λέει, αυτοπροσώπως. Και, ότι αυτός είναι εκείνος που διέ-πραξε όλα εκείνα τ' αμαρτήματα, τα οποία περιλαμβά-νονται στα λόγια της προσευχής. Το βεβαιώνει αυτό και ο άγιος Μάρκος ο ασκητής; «ο ταπεινόφρων, που ανα-λαμβάνει να κάνει έργο πνευματικό, διαβάζοντας τις ά-γιες Γραφές, όλα τ' αναφέρει στον εαυτό του και για λο-γαριασμό του, και όχι γι'

άλλον» (Περί νόμου πνευματικού, κεφ. ζ').

Ωστόσο, οποίος έλαβε άνωθεν το χάρισμα να κατανύγεται και να χύνει δάκρυα στην προσευχή α-διάλειπτα και αβίαστα, αυτός πρέπει να προσέχει καλά να μην περηφανευτεί, γιατί κινδυνεύει να χάσει αυτό το χάρισμα και ν' απομείνει πάλι ξηρός, άνυδρος και τυ-φλός, όπως μας λένε ο παραπάνω άγιος Μάρκος και ο Όσιος Ισαάκ. Ο άγιος Μάρκος γράφει: «μην επαίρεσαι, που αξιώθηκες να χύνεις δάκρυα στην προσευχή σου· διότι ο Χριστός είναι που άγγιξε τα μάτια σου και σ' έκα-με ν' αναβλέψεις νοερά». Και ο θείος Ισαάκ προσθέτει: «όποιος αξιώθηκε να πιει από τούτο το κρασί (δηλαδή των δακρύων) και υστέρα να το στερηθεί, αυτός μόνο γνωρίζει σε ποιά δυστυχία εγκαταλείφθηκε και τι πολύ-τιμο έχασε, εξαιτίας της χαυνώσεως στην οποία περιέπεσε» (Λογ. ιγ').

ε) Και τελευταίον, η κατάνυξη και τα δάκρυα γεν-νιούνται και από την εξωτερική στάση του σώματος· δηλαδή, όταν κάποιος προσεύχεται με το κεφάλι ακάλυ-πτο, με τα γόνατα κεκλιμένα, χτυπώντας το στήθος, και παρουσιάζοντας εικόνα ενός καταδίκου, ο οποίος στέκεται μπροστά στον Δικαστή, επειδή και από την ε-ξωτερική στάση και το σχήμα του σώματος η ψυχή συσχηματίζεται ανάλογα και παίρνει την κατάλληλη διά-θεση, όπως λέγει πάλι ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος: «Η ψυχή εξομοιώνεται με την εξωτερική κατάσταση και τις ασχολίες, κι ευθυγραμμίζεται με όσα πράττει, προς τα οποία και συσχηματίζεται» (Λόγ. κε'. Περί τα-πεινοφροσύνης). Ακόμα, βοηθάει στην κατάνυξη της καρδιάς και ο πιο ήσυχος τόπος όπου κατοικεί ο καθέ-νας, και στον οποίο βέβαια πρέπει ν' αποσύρονται όταν προσεύχονται όσοι αγαπούν να κατανύγονται.

Επίσης, βοηθάει πολύ ο ήσυχος χρόνος, όπως πιο πολύ προσφέρε-ται ο καιρός της νύχτας, όταν οι άλλοι άνθρωποι ησυχά-ζουν και αναπαύονται. Γι' αυτό και ο Κύριος, θέλοντας να μας δείξει ένα παράδειγμα, έφευγε πολλές φορές ανε-βαίνοντας στα βουνά και σε τόπους έρημους, κατά τη διάρκεια της νύχτας, κι εκεί προσευχότανε. Το αναφέρει επιγραμματικά ο ιερός ευαγγελιστής Ματθαίος: «ανέ-βηκε στα βουνά μόνος Του για να προσευχηθεί· κι όταν βράδιασε βρισκόταν εκεί μόνος Του» (Ματθ. ιδ' 23). Και τούτο το λόγο ερμηνεύοντας ο ιερός Χρυσόστομος λέγει: «γι' αυτό και φεύγει συνέχεια (ο Κύριος) στις έ-ρημους, όπου πολλές φορές περνάει όλη τη νύχτα προσευχόμενος, για να μας διδάξει ότι, και από την άποψη του χρόνου και από την άποψη του τόπου, πρέπει ν' ανα-ζητούμε την αταραξία στην ώρα της προσευχής· γιατί μητέρα της ησυχίας είναι η έρημος».

Και ο άγιος Ιωάν-νης ο Δαμασκηνός λέγει κάτι το σχεδόν όμοιο, ότι δη-λαδή η ησυχία είναι μητέρα της προσευχής» (Λόγος εις την Μεταμόρφωσιν). Σε άλλο σημείο, πάλι ο θείος Χρυ-σόστομος, λέγει: «συλλογίσου καλά, πόσο μεγάλο πρά-γμα είναι, μέσα στη βαθειά νύχτα, όταν όλοι οι άνθρω-ποι κοιμούνται και

βασιλεύει μια ησυχία βαθύτατη, να σηκώνεσαι μόνος σου απ' το κρεβάτι, και με παρρησία να συνομιλείς με τον Δεσπότη και Κύριο μας. Είναι, βέ-βαια, γλυκός ο ύπνος, μα τίποτε δεν είναι από την προσ-ευχή γλυκύτερο! Αν κατορθώσεις έτσι να συνομιλήσεις μόνος προς μόνον, θα καταφέρεις πολλά να φέρεις εις πέ-ρας, καθώς δεν θα σ' ενοχλεί κανείς κι ούτε κανείς θόρυ-βος θα διακόψει τη δέηση σου· διότι, τότε έχεις σύμμαχο και τον καιρό για να πετύχεις εκείνα που θέλεις» (Λό-γος εις τους Αγίους Πάντας).