

Σιωπή και προσευχή

/ [Ορθόδοξη πίστη](#)



Φωτο: [apithmenanera.blogspot.com](#)

Η εμπειρία της σιωπής είναι απαραίτητη σε κάθε άνθρωπο, που θέλει να μάθει την ευχή. Δεν είναι υποχρεωτικό να φύγει στην έρημο, ώστε να την αποκτήσει. Όμως είναι απαραίτητο να αφιερώσουμε κάποια λεπτά κατά τη διάρκεια κάθε μέρας, στα οποία να μπορούμε να αποσπαστούμε από όλες τις δουλειές να μπούμε στο δωμάτιο και «αφού κλείσεις την πόρτα, προσευχήσου στον Πατέρα σου, Ο οποίος βλέπει τις κρυφές πράξεις» (Ματθ. 6:6). Ο συνήθης πειρασμός και η απάτη στη ζωή μας συνίσταται στο ότι είμαστε πάντα απασχολημένοι, πάντα βιαζόμαστε να προλάβουμε κάτι πολύ σημαντικό και μας φαίνεται ότι, αν ξοδέψουμε χρόνο στην προσευχή, ακριβώς αυτές τις πιο σημαντικές δουλειές δεν θα προλάβουμε να τις κάνουμε.

Όμως είναι αποδεδειγμένο εκ πείρας, ότι η μισή ή η μια ώρα, που «ξοδέψαμε» ποτέ δεν επηρεάζει την πορεία των συνηθισμένων εργασιών με τέτοιο καταστροφικό τρόπο, όπως μας φαίνεται, όταν σκοπεύουμε να προσευχηθούμε. Αντίστροφα, η συνήθεια της προσευχής διδάσκει τον άνθρωπο να συγκεντρώνεται γρήγορα, τον απαλλάσσει από τη διάσπαση, πειθαρχεί τον νου και ως αποτέλεσμα σε τελευταία ανάλυση ο χρόνος κερδίζεται.

«Όλες οι δυστυχίες των ανθρώπων προέρχονται από το ότι δεν μπορούν να παραμείνουν σε ησυχία στο προσωπικό τους δωμάτιο», έλεγε ο Πασκάλ. Η απουσία επιθυμίας μόνωσης και σιωπής είναι η ασθένεια του σύγχρονου ανθρώπου. Πολλοί ακόμη φοβούνται την ησυχία, φοβούνται τη μοναξιά και τον ελεύθερο χρόνο, γιατί δεν έχουν με τι να γεμίσουν το κενό: τους χρειάζονται λόγια, εντυπώσεις, τους χρειάζονται να είναι απασχολημένοι και να βιάζονται πάντα, ώστε να δημιουργείται η αυταπάτη της θυελλώδους και γεμάτης ζωής. Όμως η ζωή με το Θεό αρχίζει, αφού τα λόγια και οι λογισμοί σωπάσουν, αφού τα επίγεια έργα πάνε σε δεύτερη μοίρα και στην ψυχή του ανθρώπου ελευθερωθεί μέρος, το οποίο μπορεί να αναπληρώσει ο Θεός.

Οι Άγιοι Πατέρες συχνά γράφουν ότι η ευχή που γεννιέται από τη σιωπή πρέπει να είναι απλή και όχι φλύαρη. Η κατάσταση του προσευχόμενου παραβάλλεται με την κατάσταση του παιδιού που μιλά με τον πατέρα του: «Μην επιτηδεύεσαι τα λόγια της προσευχής σου. Διότι πολλές φορές τα απλά και ανεπιτήδευτα ψελίσματα των μικρών παιδιών ευχαρίστησαν και ικανοποίησαν τον ουράνιο Πατέρα τους. Μη ζητείς να λες πολλά στην προσευχή σου, για να μη διασκορπιστεί ο νους σου, αναζητώντας λόγια. Ένας λόγος του τελώνη εξιλέωσε το Θεό και ένας λόγος πίστεως έσωσε τον ληστή. Η πολυλογία στην προσευχή πολλές φορές δημιούργησε στο νου φαντασίες και διάχυση, ενώ αντιθέτως η μονολογία συγκεντρώνει το νου» (Ιωάννης της Κλίμακος). Η παιδική πίστη πρέπει να συνδυάζεται με αίσθημα βαθιάς ταπείνωσης: «περπάτα με απλότητα την οδό της ζωής σου και μη γίνεσαι σοφός ενώπιον του Θεού, καθότι τη μεν απλότητα ακολουθεί η πίστη, τη δε λεπτότητα της γνώσεως και την αναστροφή των λογισμών σου ακολουθεί η υψηλοφροσύνη, διά της οποίας βρίσκεσαι μακριά από το Θεό. Όταν παρασταθείς σε προσευχή ενώπιον του Θεού, τόσο οφείλεις να ταπεινώνεις τον εαυτό σου διά του λογισμού σου, ώστε να θεωρείς τον εαυτό σου ως μυρμήγκι, ως ερπετό της γης, ως βδέλλα και ως παιδί που τραυλίζει και μην πεις μπροστά Του κάτι με λεπτή γνώση, αλλά πλησίασε Τον με φρόνημα μικρού παιδιού και στάσου ενώπιον Του έτσι, ώστε να αξιωθείς της πατρικής εκείνης πρόνοιας, την οποία δείχνουν οι πατέρες στα πολύ μικρά παιδιά τους» (Ισαάκ ο Σύρος).

Η προσευχή, η σιωπή, η ταπείνωση και η μετάνοια, κατά τον Όσιο Ισαάκ, είναι

συνδεδεμένες άρρηκτα: «Όποιος αγαπά τη διά της προσευχής συνομιλία με τον Χριστό, αυτός αγαπά τη μοναξιά, όποιος όμως αγαπά να βρίσκεται μαζί με πολλούς ανθρώπους, αυτός είναι φίλος αυτού του κόσμου. Εάν αγαπάς τη μετάνοια, αγάπησε και την ησυχία».

Μητροπολίτη Ιλαρίωνα Αλφέγεια

Από το βιβλίο «Το μυστήριο της πίστης»

Πηγή: isagiastriados.com