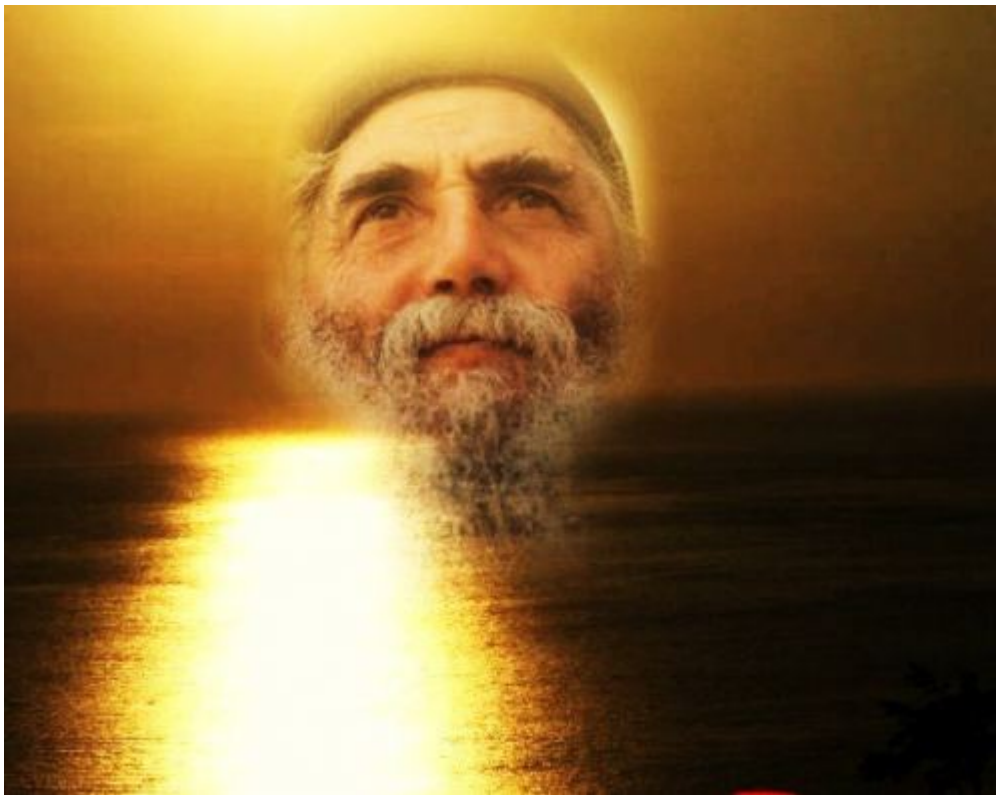


Η πνευματική μελέτη προ της Προσευχής

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Παΐσιος Αγιορείτης](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#)



Γέροντα, δεν σκιρτάει η καρδιά μου για την προσευχή και, όταν βλέπω να περνά η ώρα χωρίς να κάνω τίποτε, με πιάνει σφίξιμο και στενοχώρια.

- Μελετάς καθόλου προηγουμένως;

- Συνήθως, όχι.

- Γιατί; Δεν είπαμε να μελετάς πρώτα, για να γλυκαθή η καρδιά; Εσύ δεν τρως πνευματικά, γι' αυτό δεν γλυκαίνεσαι. Λίγη μελέτη από την Αγία Γραφή ή τον Ευεργετινό ή το Γεροντικό πριν από την προσευχή, έστω δυο-τρεις σειρές, θερμαίνει και γλυκαίνει την καρδιά και έρχεται η όρεξη για τα πνευματικά. Καπακώνονται οι μέριμνες, και ο νους μεταφέρεται σε θείο χώρο. Το Γεροντικό σε μεταφέρει στην Θηβαΐδα και στην Νιτρία και νιώθεις να βρίσκεσαι κοντά στους Αγίους Πατέρες. Επίσης, το Λειμωνάριον, η Φιλόθεος Ιστορία, το Λαυσαϊκόν, ο Μοναχισμός της Αιγύπτου, διαβάζονται εύκολα, αλλά είναι και στερεά τροφή.

- Γέροντα, δίνω περισσότερο χρόνο στην μελέτη πατερικών βιβλίων παρά στην προσευχή.

- Να κάνης λιγώτερη μελέτη, περισσότερη καθημερινή παρακολούθηση του εαυτού σου και ευχή . Γιατί αλλιώς, μόνο με την μελέτη, μένει άκαρπος κανείς εάν δεν εργασθή και δεν ζητήση την θεία επέμβαση, την Χάρη του Θεού. Η μελέτη πατερικών βιβλίων βοηθάει, όταν προηγείται της προσευχής. Γι' αυτό να διαβάζης τόσο, όσο σου χρειάζεται, για να κατανυγής και να παρακινηθής στην προσευχή.

Από το βιβλίο: « ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΑΪΣΙΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ - ΛΟΓΟΙ Ζ΄ ΠΕΡΙ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ»

Πηγή: .agioritikovima.gr