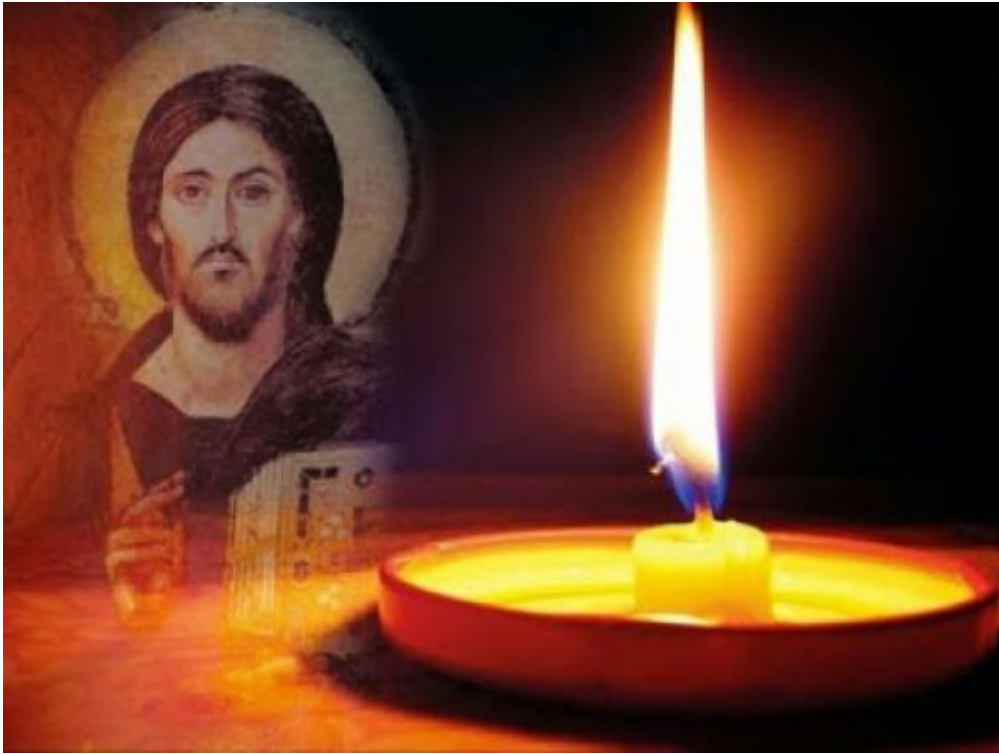


## Πόση ώρα να Προσεύχομαι; (Υπέροχο δίδαγμα)

/ [Ορθόδοξες Προβολές](#)



Ρώτησα κάποτε ένα νέο 16 ετών:

-Αγαπάς, παιδί μου, το Θεό;

-Τον αγαπώ πολύ, πάτερ μου, μου απάντησε αυθόρμητα.

-Προσεύχεσαι σ' Αυτόν τακτικά;

-Όχι! μου είπε με ειλικρίνεια.

Ο νέος αυτός δεν μπορούσε να συλλάβει την αντίθεση που υπήρχε μεταξύ των δύο απαντήσεών του. Γιατί είναι αδύνατον να αγαπά κανείς πραγματικά το Θεό και να μην προσεύχεται.

Αν έχεις ένα φίλο εξαιρετικά αγαπητό, δεν προσπαθείς να βρεις τρόπους να επικοινωνείς συχνά μαζί του και να συζητάς διάφορα ζητήματα; Έτσι δεν είναι;

Παρακολούθησε, παιδί μου, αυτούς τους αριθμούς που θα σου πω. Είναι εξακριβωμένοι. Ένας άνθρωπος που πέθανε 70 ετών διέθεσε τα χρόνια της ζωής του ως εξής: 15 χρόνια εργάσθηκε, 20 κοιμήθηκε, 2 έτρωγε, 1 ντυνότανε, 9 μήνες

πλυνότανε, 7 μήνες ξυριζότανε, 4 μήνες καθάριζε τη μύτη του, 2 μήνες τα δόντια του κλπ.

Παρατηρήσεις κάτι; Όλα όσα αναφέρονται πιο πάνω αφορούν εξωτερικές ασχολίες. Φροντίδες και μέριμνες για το σώμα.

Όταν όμως, παιδί μου, παρουσιασθείς ενώπιον του Θεού πολύ διαφορετικός θα είναι ο λογαριασμός τον οποίο θα υποχρεωθείς να κάνεις. Θα σε ρωτήσει τότε ο δίκαιος Κριτής:

«Πόσα καλά έκανες; Πόσα κακά;»

«Πόσα καθήκοντα εκτέλεσες και πόσα όχι;»

«Πόσον καιρό προσευχόσουν;»

Μέσα σ' ένα χρόνο η καρδιά σου χτύπησε 36.792.000 φορές. Απ' το τεράστιο αυτό ποσό, πόσους παλμούς διέθεσες για το Θεό σου;

«Μα πόσο λοιπόν πρέπει να προσεύχομαι;»

Πρέπει να ξέρεις, παιδί μου, πως ο Θεός δεν υπολογίζει την προσευχή με τη χρονική της διάρκεια, αλλά με το ζήλο, με τη διάθεση, με την καρδιά. Μια μικρή, ζωντανή, ολόθερμη προσευχή αξίζει πολύ περισσότερο από μια άτονη, τυπική, ξερή, έστω και πολύωρη.

Εκείνο που προέχει είναι ο ζήλος και η θερμή διάθεση της καρδιάς. Κάνε την πρωινή και βραδινή σου προσευχή. Μην παραλείπεις όμως καθ' όλη την ημέρα πολλές φορές να στρέφεις τη σκέψη και την καρδιά σου στο Θεό.

Θα 'ναι, παιδί μου, ευλογημένη η μέρα σου, όταν τις πρώτες σου τις σκέψεις τις αφιερώνεις στο Θεό. Κι ο ύπνος σου θα είναι ήρεμος και γαλήνιος όταν, πριν παραδοθείς στα χέρια του, στρέψεις και πάλι σ' Αυτόν τους λογισμούς σου.

Δε σου συνιστώ να προσεύχεσαι στο κρεβάτι! Αν όμως δεν πρόκειται καθόλου να προσευχηθείς αλλιώς, τότε μη σταματήσεις τη συνήθειά σου. Πιστεύω όμως ότι κι εσύ δε θα το βρίσκεις τόσο σωστό, να συνομιλείς με το Θεό και Κύριό σου, και να 'σαι ξαπλωμένος στο κρεβάτι σου! Αφήνω πως μπορείς να πάθεις, αυτό που πολλοί νέοι το παθαίνουν, να μην προλάβεις δηλαδή να τελειώσεις την προσευχή σου και... να σε πάρει ο ύπνος!

Σαν φρόνιμος λοιπόν νέος, κάνε την πρωινή σου προσευχή αφού ντυθείς και τη βραδινή σου πριν βγάλεις τα ρούχα σου. Κατόπιν δε, όταν θα πέσεις στο κρεβάτι,

εξακολούθησε, αν θέλεις, τις ευσεβείς σου σκέψεις· θα κοιμηθείς έτσι πιο γαλήνια.

Ξέρεις εκείνο το σοφό γνωμικό που λέει «Τίποτε δεν μπορεί να επιτύχει, αν δεν το ευλογήσει ο Θεός»;

Εάν λοιπόν τις μέρες σου δεν τις αρχίζεις ζητώντας τη βοήθεια του Θεού, πώς περιμένεις την ευτυχία;

Κοίταξε γύρω σου, παιδί μου. Όλα τα πλάσματα με το δικό του το καθένα τρόπο, προσεύχονται κι υμνούν τον πάνσοφο Δημιουργό.

Τα φυτά ανοίγουν τ' άνθη τους και στέλλουν το ζωογόνο άρωμά τους στο Θρόνο του Πλάστη.

Τα πουλιά με τις γλυκές μυριότονες φωνές τους, ποιον άλλον παρά τον Παντοδύναμο υμνούν;

Γι' Αυτόν βομβίζει η μέλισσα.

Γι' Αυτόν πετά χαρούμενη η πεταλούδα.

Αυτόν δοξάζουν με τη λάμψη τους οι αστραπές.

Αυτόν υμνολογούν και οι βροντές μ' όλο το τρομερό τους μεγαλείο.

Ναι! ολόκληρη η φύση θερμά προσεύχεται σ' Αυτόν, αν και δεν έχει τη συναίσθηση αυτού που κάνει. Κι εσύ, παιδί μου, άνθρωπος με θέληση ελεύθερη, θα αρνηθείς αυτό που πρόθυμα εκτελεί η άλογη φύση;

«Το πιο όμορφο πράγμα που μπορείς ν' αντικρίσεις στον κόσμο είναι ο άνθρωπος που προσεύχεται».

Αυτή η πρόταση είναι πολύ σωστή. Εκείνος που προσεύχεται ζει σ' έναν άλλο κόσμο. Άφθονη αναπνέει τη χάρη του Θεού και ξεδιψάει απ' το γλυκύτατο νερό της θείας παρουσίας.

Σου είπα, παιδί μου, πιο πάνω, ότι η φύση ολόκληρη προσεύχεται. Θέλησα να σου κάνω ένα συμβολισμό, γιατί η προσευχή η αληθινή είναι προνόμιο του ανθρώπου. Μόνο αυτός μπορεί συνειδητά να ανυψώνει την ψυχή του στο Θεό, και να συνομιλεί μαζί Του.

Είναι αλήθεια τιμή μεγάλη για τον άνθρωπο η προσευχή· κι αυτή είναι ένα ακόμη στοιχείο που κάνει να ξεχωρίζει ο άνθρωπος απ' τ' άλλα τα δημιουργήματα.

Όταν προσεύχομαι, βρίσκεται σ' έξαρση η ψυχή μου! Ουράνια αισθήματα με πλημμυρίζουν. Χαρά, ευγνωμοσύνη, αγάπη. Όλα τα νιώθω στον υπέρτατο βαθμό. Πώς λοιπόν να μη δοξολογήσω το Θεό μου για το υπέροχο αυτό δώρο Του;

Με τα φτερά της προσευχής, μπορούμε ν' ανεβούμε σε ύψη δυσθεώρητα. Μπορούμε να πετάξουμε μέχρις αυτόν τον θρόνο του Θεού, μακριά από τον κόσμο με τις τόσες του μικρότητες.

Με τα φτερά της προσευχής φθάνουμε εκεί, όπου άπληστα χαιρόμαστε το ζωογόνο αέρα της θείας παρουσίας.

Η προσευχή είναι πηγή δυνάμεως για τον αγώνα το σκληρό που φέρνει εμπρός μας η κάθε μέρα.

Λες και αλλάζει ο εαυτός σου, όταν πετάς με τα φτερά της προσευχής.

Έλα λοιπόν, παιδί μου!

Σαν έρχονται οι θλίψεις και σε χτυπούν σα μανιασμένες θύελλες, πέσε στα γόνατα κι άνοιξε την καρδιά σου στον Πατέρα σου.

Μετά την προσευχή θα δεις πόσο θα είσαι αλλαγμένος! Γαλάζιο θα τον βλέπεις τώρα τον ουρανό κι η θάλασσα θα έχει γαληνέψει.

Ο κατοικών εν βοηθεία του Υψίστου,  
εν σκέπη του Θεού του ουρανού αυλισθήσεται.  
Ερεί τω Κυρίω· αντιλήπτωρ μου ει και καταφυγή μου, ο Θεός μου,  
και ελπιώ επ' αυτόν,  
ότι αυτός ρύσεται σε εκ παγίδος θηρευτών  
και από λόγου ταραχώδους.  
εν τοις μεταφρένοις αυτού επισκιάσει σοι,  
και υπό τας πτέρυγας αυτού ελπιείς·  
όπλω κυκλώσει σε η αλήθεια αυτού.  
Ου φοβηθήση από φόβου νυκτερινού,  
από βέλους πετομένου ημέρας,  
από πράγματος εν σκότει διαπορευομένου,  
από συμπτώματος και δαιμονίου μεσημβρινού.  
Πεσεΐται εκ του κλίτους σου χιλιάς και μυριάς εκ δεξιών σου,  
προς σε δε ουκ εγγιεί·  
Πλην τοις οφθαλμοίς σου κατανοήσεις  
και ανταπόδοσιν αμαρτωλών όψει.

Ὅτι συ, Κύριε, ἡ ἐλπίς μου·  
τον ὕψιστον ἐθου καταφυγὴν σου.  
Οὐ προσελεύσεται πρὸς σε κακά,  
καὶ μάστιξ οὐκ ἐγγιεῖ ἐν τῷ σκηνώματί σου.  
Ὅτι τοῖς ἀγγέλοις αὐτοῦ ἐντελεῖται  
περὶ σοῦ τοῦ διαφυλάξαι σε ἐν πάσαις ταῖς οδοῖς σου.

[Από τον 90ο Ψαλμό]

Αυτές οι σκέψεις που γεμίζουν παρηγοριά την ψυχή σου γράφτηκαν ἀπ' τον μεγάλο ἐκεῖνο ἐστεμμένο Ψαλμωδὸ, κι εἶναι ἓνα ἀριστο βοήθημα γι' αὐτοὺς που θέλουν νὰ βαδίζουν στὴ ζωὴ τους ἴσια καὶ τίμια.

Καὶ ἐσύ, παιδί μου, εἶσαι ἀσφαλῶς ἓνας ἀπὸ αὐτοὺς. Γι' αὐτό ἔχεις μεγάλη ἀνάγκη ἀπὸ τὴ χάρη τοῦ Θεοῦ, που ἓνας μόνον τρόπος ὑπάρχει νὰ τὴν κερδίσεις. Ἡ προσευχή.

Μη στερεῖς λοιπόν, παιδί μου, τὴν ἀτίμητη ψυχή σου ἀπ' τὴ ζωογόνα ἀναπνοή της, ἀλλὰ προσεύχου, προσεύχου με ζήλο, ὥστε νὰ ἐλθεῖ ἡ μυριοπόθητη μέρα που θὰ στεφανωθεῖς με τὸ στεφάνι τῆς δόξης.

(Από τὸ βιβλίο τοῦ Tihamer Toth «Ἀντίθετα στὸ ρεύμα» τῶν ἐκδόσεων «Φῶς»)