

## Άγιον Όρος: Τρεις ημέρες σιωπής και αδιάλειπτης προσευχής

/ [Αγιορείτικα](#)



**Με ένα τυπικό που διατηρείται αδιάλειπτα επί περισσότερο από δέκα αιώνες, οι μοναχοί του [Αγίου Όρους](#) εισέρχονται στην Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή αμέσως μετά τον Εσπερινό της Συγχωρήσεως.**

Το βράδυ της Κυριακής της Τυρινής, μετά την ολοκλήρωση του Εσπερινού και του Αποδείπνου, οι πατέρες στις Ιερές Μονές και στα καλύβια αποσύρονται στα κελιά τους, περιορίζοντας τις μετακινήσεις τους μόνο στα απολύτως αναγκαία. Για τρεις ημέρες η ζωή τους αφιερώνεται ολοκληρωτικά στην προσευχή και την πνευματική εγρήγορση.

Η τράπεζα δεν στρώνεται για τους μοναχούς κατά το πρώτο αυτό τριήμερο της Σαρακοστής· μόνο για τους επισκέπτες προσφέρεται λιτό κέρασμα, συνήθως λίγο τσάι και παξιμάδια. Οι περισσότεροι τηρούν πλήρη ασιτία έως και το μεσημέρι της

Τετάρτης, ενώ αρκετοί απέχουν ακόμη και από το νερό, εκτός βεβαίως από όσους αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας.

Καθ' όλη τη διάρκεια αυτών των ημερών, οι μοναχοί εξέρχονται από τα κελιά τους μόνο για τη συμμετοχή στις πολύωρες Ιερές Ακολουθίες. Η σιωπή αποτελεί βασικό στοιχείο του αγώνα τους, ενώ πολλοί παραμένουν κατά το δυνατόν άγρυπνοι, αφιερώνοντας τον χρόνο τους στην αδιάλειπτη προσευχή.

Άλλοι προσεύχονται όρθιοι, άλλοι γονατιστοί ή κάνοντας συνεχείς μετάνοιες. Ακόμη και οι ασθενείς ή οι κατάκοιτοι μοναχοί συμμετέχουν στον κοινό αυτό πνευματικό αγώνα, κρατώντας το κομποσκοίνι στα χέρια και ψελλίζουν. Ψελλίζουν την ευχή. Μια ευχή που περιλαμβάνει άπαντι τω κόσμω.

Μια ευχή που ξεκινά από τα φθαρτά τους χείλη και φτάνει εκεί ψηλά στα ουράνια και παντοτινά!

Το αυστηρό αυτό τυπικό της Μεγάλης Σαρακοστής επιβάλλει εντονότερη νηστεία, περισσότερες μετάνοιες και βαθύτερη προσευχητική ζωή, είτε στον ναό είτε στην ησυχία του κελιού. Σκοπός δεν είναι μόνο η σωματική εγκράτεια, αλλά κυρίως η κάθαρση της καρδιάς.

Τα αποτελέσματα της νηστείας δίδουν στον κάθε αγωνιζόμενο πιστό την ευκαιρία να μειώσει τα πάθη και να ελκύσει ως εκ τούτου τη χάρη και την ευλογία του Θεού.