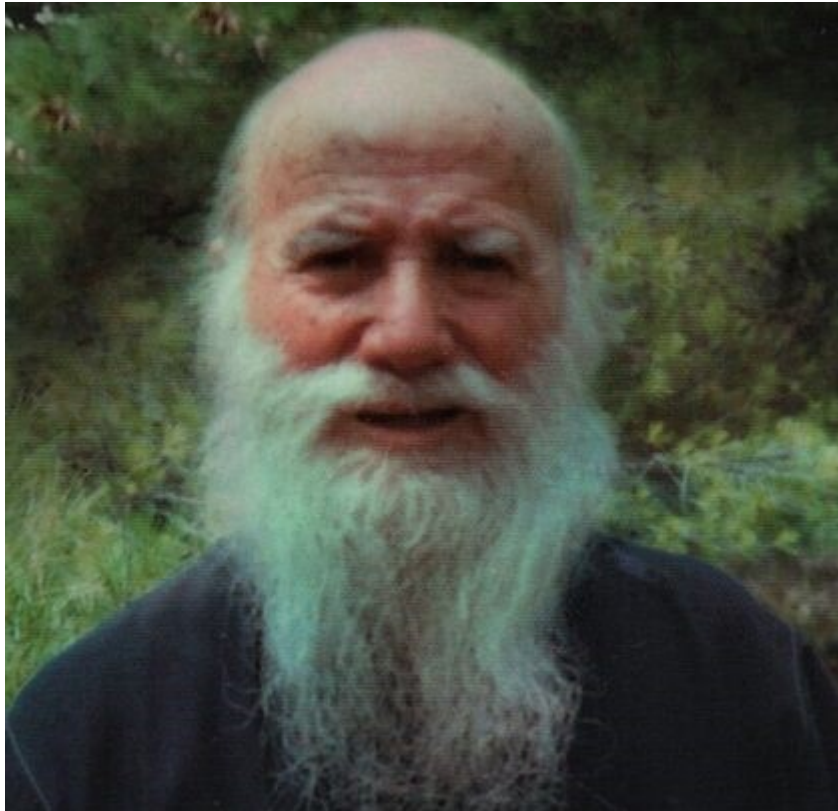


Άγιος Πορφύριος: Η προσευχή ωφελεί σε όλα

/ [Πνευματικά Αποσπάσματα](#)



Ο άνθρωπος του Χριστού όλα τα κάνει προσευχή. Και τη δυσκολία και τη θλίψη, τις κάνει προσευχή. Ό,τι και να του τύχει αμέσως αρχίζει: «Κύριε Ιησού Χριστέ...».

Η προσευχή ωφελεί σε όλα, και στα πιο απλά. Για παράδειγμα, πάσχεις από αϋπνία· να μη σκέπτεσαι τον ύπνο. Να σηκώνεσαι, να βγαίνεις έξω και να έρχεσαι πάλι μέσα στο δωμάτιο, να πέφτεις στο κρεβάτι σαν για πρώτη φορά, χωρίς να σκέπτεσαι αν θα κοιμηθείς ή όχι. Να συγκεντρώνεσαι, να λες τη δοξολογία και μετά τρεις φορές το «Κύριε Ιησού Χριστέ...» κι έτσι θα έρχεται ο ύπνος.

Άγιος Πορφύριος ο Καυσοκαλυβίτης