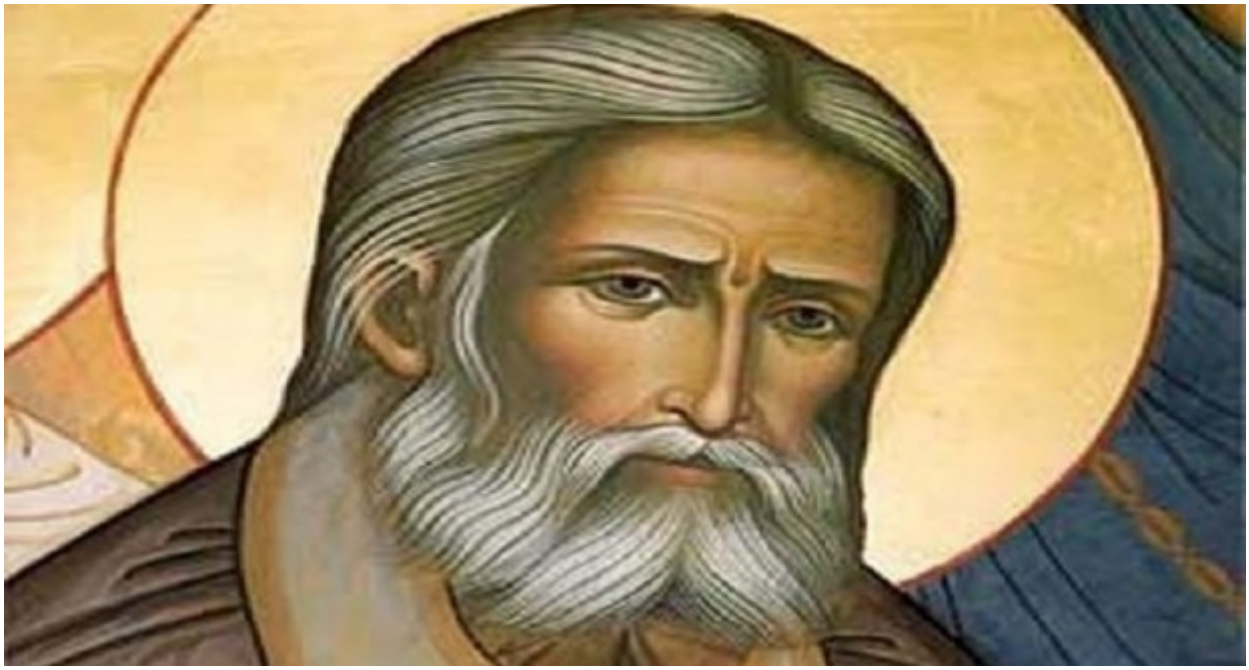
05/07/2019

Πνευματικές νουθεσίες του Οσίου Σεραφείμ του Σάρωφ

/ Γνώμες



Όσιος Σεραφείμ του Σάρωφ έλεγε ότι όσοι αληθινά απεφάσισαν να υπηρετήσουν τον Κύριο, πρέπει να καταγίνονται στη μνήμη του Θεού και στην αδιάλειπτη και νοερά επίκληση του ονόματος Του: «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησόν με τον αμαρτωλό».

Τις ώρες που ακολουθούν μετά το γεύμα μπορεί κανείς να προσεύχεται ως εξής: «Κύριε Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, πρεσβείαις της Θεοτόκου ελέησόν με τον αμαρτωλό».

Μπορεί επίσης να καταφεύγει ιδιαιτέρως στη Θεοτόκο:

«Υπεραγία Θεοτόκε σώσον ημάς» ή να λέει τον αρχαγγελικό ασπασμό: «Θεοτόκε Παρθένε, χαίρε κεχαριτωμένη Μαρία…»

Με αύτη την απασχόληση όχι μόνο διατηρούμε ειρηνική τη συνείδησή μας, αλλά μπορούμε να πλησιάσουμε τον Θεό και να ενωθούμε μαζί Του. Διότι, κατά τον άγιο Ισαάκ τον Σύρο, δεν μπορούμε να πλησιάσουμε με άλλο τρόπο τον Θεό, έκτος από την αδιάλειπτη προσευχή.

Τα είδη της προσευχής περιγράφει πολύ καλά ο Συμεών ο Νέος Θεολόγος. Όσο για

την αξία της ο ιερός Χρυσόστομος λέει: «Μεγάλο το όπλο της προσευχής· είναι θησαυρός ατίμητος, πλούτος αδαπάνητος, λιμάνι αχείμαστο, πρόξενος της ησυχίας , ρίζα, πηγή και μητέρα πλήθους καλών έργων».

Όταν προσεύχεσαι στον ναό, να στέκεσαι σε στάση προσοχής. Σ' αυτό θα βοηθηθείς αν έχεις τα μάτια κλειστά. Να τα ανοίγεις μόνο όταν σε κυριεύει η νύστα και η ακηδία. Τότε να προσηλώνεις το βλέμμα σου σε κάποια εικόνα και στο κερί που καίει μπροστά της.

Αν αιχμαλωτισθείς την ώρα της προσευχής από λογισμούς, ταπεινώσου και ζήτησε συγχώρηση λέγοντας: «Αμάρτησα, Κύριε, με τον λόγο, τον νου, την πράξη και με όλες μου τις αισθήσεις».

Αγωνίζου διαρκώς εναντίον της διασπάσεως του νου. Διαφορετικά η ψυχή σου, με την ενέργεια του διαβόλου, θα ξεφύγει από τη μνήμη και την αγάπη του Θεού, καθώς λέει ο άγιος Μακάριος: «Όλη η φροντίδα του αντιπάλου μας έγκειται στο να απομακρύνει τον λογισμό μας από τη μνήμη του Θεού, από τον φόβο και την αγάπη μας προς Αυτόν».

Όταν ο νους και η καρδιά ενωθούν στην προσευχή και οι λογισμοί δεν διασκορπίζονται, τότε η θεία χάρη φωτίζει και θερμαίνει την ψυχή και μια μυστική αγαλλίαση και ειρήνη πλημμυρίζει όλο τον εσωτερικό άνθρωπο. Οφείλουμε να ευχαριστούμε για όλα το Θεό και να παραδίδουμε τον εαυτό μας στο θέλημά Του. Οφείλουμε επίσης να αναφέρουμε σ' Αυτόν όλους τους λογισμούς, τους λόγους και τις πράξεις μας και να προσπαθούμε, ώστε να υπηρετούν όλα μόνο το θέλημά Του.

«Όσιος Σεραφείμ του Σάρωφ» – σύντομες διδασκαλίες. Εκδ. Ι.Μ.Παρακλήτου, Ωρωπός Αττικής 1988.